

Pengaruh Growth Mindset terhadap Resiliensi Akademik pada Remaja

Gimnastiar Ferdi A^{1*}, Dewang Sulistiana², Gian Sugiana Sugara³

¹⁻³Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya, Taksimalaya, Indonesia

*E-mail: agymmmmm@gmail.com

Received: 11 July 2026

Accepted: 20 August 2026

Published: 26 August 2026

ABSTRAK

Masalah kesehatan mental pada remaja menjadi isu yang memerlukan perhatian serius karena dapat memengaruhi kemampuan remaja dalam menghadapi tuntutan perkembangan, termasuk tuntutan akademik. Data *Indonesia National Adolescent Mental Health Survey* menunjukkan bahwa 34,9% remaja usia 10–17 tahun mengalami masalah kesehatan mental dalam 12 bulan terakhir. Salah satu faktor psikologis yang dapat mendukung kemampuan remaja dalam menghadapi tantangan akademik adalah *growth mindset*, yaitu keyakinan bahwa kemampuan dapat dikembangkan melalui usaha, strategi belajar, dan pengalaman. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran resiliensi akademik, gambaran *growth mindset*, serta menganalisis *growth mindset* sebagai prediktor resiliensi akademik pada remaja di SMAN 3 Kota Tasikmalaya. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Sampel penelitian berjumlah 220 siswa kelas XI yang dipilih menggunakan teknik *non-probability sampling* berupa *incidental sampling*. Instrumen yang digunakan adalah *Academic Resilience Scale* (ARS-30) dan Alat Ukur *Mindset* pada Remaja. Data dianalisis menggunakan statistik deskriptif dan regresi linear sederhana. Hasil penelitian menunjukkan bahwa resiliensi akademik siswa berada pada kategori tinggi, sedangkan *growth mindset* didominasi kategori *growth mindset* kuat. Analisis regresi linear sederhana menunjukkan bahwa *growth mindset* menjadi prediktor positif dan signifikan terhadap resiliensi akademik ($R = 0,635$; $R^2 = 0,403$; $p < 0,001$). Dengan demikian, semakin kuat *growth mindset* siswa, semakin tinggi kecenderungan resiliensi akademiknya.

Kata Kunci: *growth mindset*; resiliensi akademik; remaja; bimbingan dan konseling; siswa SMA

The Effect of Growth Mindset on Academic Resilience among Adolescents

ABSTRACT

Adolescent mental health requires serious attention because it can affect adolescents' ability to face developmental demands, including academic challenges. Data from the *Indonesia National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS, 2022)* showed that 34.9% of adolescents aged 10–17 years experienced mental health problems in the past 12 months. One psychological factor that may support adolescents in facing academic challenges is *growth mindset*, namely the belief that abilities can be developed through effort, learning strategies, and experience. This study aimed to describe academic resilience, describe *growth mindset*, and analyze *growth mindset* as a predictor of academic resilience among adolescents at SMAN 3 Kota Tasikmalaya. This study used a quantitative approach with a correlational design. The sample consisted of 220 eleventh-grade students selected using *non-probability sampling* through *incidental sampling*. The instruments used were the *Academic Resilience Scale* (ARS-30) and the *Adolescent Mindset Scale* adapted. Data were analyzed using descriptive statistics and simple linear regression. The results showed that students' academic resilience was in the high category, while their *growth mindset* was predominantly in the strong *growth mindset* category. Simple linear regression analysis showed that *growth mindset* was a positive and significant predictor of academic resilience ($R = 0.635$; $R^2 = 0.403$; $p < 0.001$). Thus, stronger *growth mindset* was associated with higher academic resilience.

Keywords: *growth mindset*; academic resilience; adolescents; guidance and counseling; senior high school students

PENDAHULUAN

Remaja merupakan kelompok usia yang mengalami berbagai perubahan biologis, psikologis, dan sosial sehingga lebih rentan menghadapi tekanan dalam kehidupan sehari-hari (Casey et al., 2010). Salah satu tekanan yang dominan berasal dari lingkungan pendidikan, seperti tuntutan pencapaian akademik, penyelesaian tugas, dan persaingan untuk memperoleh prestasi. Kondisi tersebut dapat memengaruhi kemampuan siswa dalam menyesuaikan diri terhadap berbagai tantangan selama proses pembelajaran (I-NAMHS, 2022). Oleh karena itu, kemampuan untuk bertahan, beradaptasi, dan tetap berfungsi secara positif ketika menghadapi kesulitan akademik menjadi aspek penting yang perlu dimiliki remaja.

Kemampuan untuk tetap berfungsi secara adaptif ketika menghadapi hambatan akademik dikenal sebagai resiliensi akademik. Cassidy (2016) menjelaskan bahwa resiliensi akademik berkaitan dengan kemampuan individu untuk bertahan, menyesuaikan diri, dan merespons tekanan akademik secara konstruktif. Siswa yang memiliki resiliensi akademik cenderung mampu mengelola tekanan belajar, mempertahankan motivasi, mencari bantuan secara adaptif, serta bangkit setelah mengalami kegagalan. Salah satu faktor psikologis yang diperkirakan mendukung terbentuknya kemampuan tersebut adalah *growth mindset*. Menurut Dweck (2006), *growth mindset* merupakan keyakinan bahwa kemampuan dapat berkembang melalui proses belajar, usaha, strategi, dan pengalaman. Keyakinan tersebut mendorong individu untuk memandang tantangan sebagai kesempatan belajar sehingga lebih gigih ketika menghadapi kesulitan (Burnette et al., 2020).

Penelitian mengenai *growth mindset* terus berkembang dalam beberapa tahun terakhir. Supriyadi et al. (2023) melaporkan bahwa *growth mindset* berkaitan dengan rendahnya tingkat stres akademik

pada mahasiswa. Subekti et al. (2025) menunjukkan bahwa *growth mindset* berperan dalam meningkatkan motivasi intrinsik dan ketahanan akademik siswa. Fitri et al. (2022) juga menjelaskan bahwa intervensi *growth mindset* mampu meningkatkan persistensi siswa ketika menghadapi tugas yang menantang. Srihastuti dan Wulandari (2021) menunjukkan bahwa *growth mindset* berkontribusi terhadap peningkatan motivasi dan prestasi belajar. Sementara itu, Putri dan Priyatama (2024) menemukan bahwa *growth mindset* memiliki hubungan positif dengan resiliensi pada siswa sekolah menengah atas.

Temuan-temuan tersebut menunjukkan bahwa *growth mindset* memiliki keterkaitan dengan berbagai aspek keberhasilan akademik. Namun, sebagian besar penelitian masih menempatkan *growth mindset* sebagai faktor yang berkaitan dengan stres akademik, motivasi belajar, atau prestasi belajar. Kajian yang secara khusus menguji *growth mindset* sebagai prediktor resiliensi akademik pada siswa SMA masih perlu diperkuat, terutama melalui analisis regresi. Penelitian ini difokuskan pada siswa kelas XI karena kelompok ini berada pada fase remaja pertengahan yang ditandai dengan meningkatnya tuntutan akademik, baik dalam pencapaian prestasi maupun penyelesaian tugas sekolah. SMAN 3 Kota Tasikmalaya dipilih sebagai lokasi penelitian karena data awal mengenai gambaran *growth mindset* dan resiliensi akademik pada siswa di sekolah ini belum tersedia. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar empiris bagi pengembangan layanan bimbingan dan konseling di sekolah tersebut.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran *growth mindset*, mengetahui gambaran resiliensi akademik, dan menganalisis *growth mindset* sebagai prediktor resiliensi akademik pada remaja di SMAN 3 Kota Tasikmalaya. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya

kajian dalam bidang bimbingan dan konseling mengenai faktor psikologis yang mendukung resiliensi akademik, serta menjadi dasar empiris dalam pengembangan layanan bimbingan dan konseling yang berorientasi pada penguatan *growth mindset* di lingkungan sekolah.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional untuk menguji *growth mindset* sebagai prediktor resiliensi akademik pada remaja (Creswell, 2018). Desain korelasional dipilih karena penelitian ini tidak memberikan perlakuan atau intervensi, tetapi menganalisis hubungan prediktif antara variabel *growth mindset* dan resiliensi akademik. Penelitian dilaksanakan di SMAN 3 Kota Tasikmalaya pada Tahun Pelajaran 2026/2027. Populasi penelitian terdiri atas 428 siswa kelas XI yang tersebar dalam 12 rombongan belajar.

Sampel penelitian berjumlah 220 siswa yang dipilih menggunakan teknik *non-probability sampling* berupa *incidental sampling*, yaitu siswa kelas XI yang secara kebetulan dijumpai peneliti pada saat pengambilan data, memenuhi kriteria penelitian, dan bersedia menjadi responden (Sugiyono, 2013). Ukuran sampel minimal ditentukan menggunakan rumus Slovin pada taraf kesalahan 5%, yang menghasilkan jumlah sampel minimal sebanyak 207 responden dari populasi 428 siswa. Jumlah responden yang berhasil dijangkau dalam penelitian ini adalah 220 siswa, sehingga telah melampaui batas minimal sampel yang dibutuhkan.

Data dikumpulkan menggunakan dua instrumen berbentuk skala Likert. Instrumen pertama adalah *Academic Resilience Scale* (ARS-30) yang diadaptasi oleh Sopian (2019) dari instrumen yang dikembangkan oleh Cassidy (2016). Instrumen ini digunakan untuk mengukur resiliensi akademik pada tiga aspek, yaitu ketekunan (*perseverance*), refleksi diri dan pencarian bantuan secara adaptif (*reflecting and adaptive help-seeking*), serta pengaruh negatif dan respons emosional

(*negative affect and emotional response*). Instrumen asli terdiri atas 30 item dengan lima alternatif jawaban, mulai dari sangat sesuai sampai sangat tidak sesuai. Hasil pengujian oleh Sopian (2019) menunjukkan reliabilitas item sebesar 0,99, reliabilitas responden sebesar 0,79, dan Cronbach's alpha sebesar 0,82.

Instrumen kedua adalah Alat Ukur *Mindset* pada Remaja yang diadaptasi oleh Ariani (2024) dari instrumen yang dikembangkan oleh Dweck (2006). Instrumen ini digunakan untuk mengukur *growth mindset* pada enam aspek, yaitu keyakinan pada perubahan, ketekunan, rasa ingin tahu, dan peningkatan kapasitas diri sebagai aspek *growth mindset*, serta ketidakpercayaan pada perubahan, pesimisme, dan kesulitan meningkatkan kapasitas diri sebagai aspek *fixed mindset*. Setiap aspek terdiri atas dua item sehingga jumlah keseluruhan instrumen adalah 12 item. Instrumen ini telah diuji secara empiris oleh Ariani (2024) pada siswa SMP/MTs dan SMA/SMK/MA dengan reliabilitas $\alpha = 0,75$.

Sebelum digunakan dalam penelitian ini, validitas butir kedua instrumen diuji menggunakan korelasi *Pearson Product Moment*, sedangkan reliabilitasnya diuji menggunakan koefisien Cronbach's alpha dengan bantuan IBM SPSS Statistics 22. Hasil uji validitas ARS-30 menunjukkan bahwa 27 dari 30 item dinyatakan valid, sedangkan tiga item gugur, yaitu item nomor 14, 17, dan 29. Nilai Cronbach's alpha ARS-30 sebesar 0,720, yang menunjukkan reliabilitas memadai. Hasil uji validitas Alat Ukur *Mindset* menunjukkan bahwa seluruh 12 item dinyatakan valid, dengan nilai Cronbach's alpha sebesar 0,723, yang juga menunjukkan reliabilitas memadai. Dengan demikian, instrumen yang digunakan dalam analisis selanjutnya terdiri atas 27 item ARS-30 dan 12 item Alat Ukur *Mindset*.

Sebelum pengujian hipotesis dilakukan, data terlebih dahulu diuji melalui uji prasyarat analisis, yaitu

uji normalitas menggunakan Shapiro-Wilk dan uji linearitas untuk memastikan bahwa data memenuhi asumsi analisis parametrik (Sugiyono, 2013). Data dianalisis menggunakan statistik deskriptif untuk menggambarkan tingkat *growth mindset* dan resiliensi akademik siswa. Selanjutnya, pengujian hipotesis dilakukan menggunakan analisis regresi linear sederhana dengan bantuan perangkat lunak JASP pada taraf signifikansi 0,05.

Hasil

Penelitian ini melibatkan 220 siswa kelas XI SMAN 3 Kota Tasikmalaya sebagai responden. Karakteristik responden disajikan berdasarkan jenis kelamin, usia, dan peminatan untuk memberikan gambaran umum mengenai subjek penelitian.

Tabel I. Demografi Responden (N = 220)

Karakteristik	Kategori	n	%
Jenis kelamin	Laki-laki	82	37,27
	Perempuan	138	62,73
Usia	16 tahun	34	15,45
	17 tahun	149	67,73
	18 tahun	36	16,36
	19 tahun	1	0,45
Peminatan	MIPA	114	51,82
	IPS	53	24,09
	Bahasa dan Budaya	29	13,18
	Lainnya	24	10,91

Berdasarkan Tabel I, mayoritas responden berjenis kelamin perempuan, yaitu 138 siswa atau 62,73%, sedangkan responden laki-laki berjumlah 82 siswa atau 37,27%. Dari segi usia, sebagian besar responden berusia 17 tahun, yaitu 149 siswa atau 67,73%. Berdasarkan peminatan, responden paling banyak berasal dari peminatan MIPA, yaitu 114 siswa atau 51,82%.

Tabel II. Statistik Gambaran Umum Resiliensi Akademik (27 item valid)

Deskripsi	Skor
N	220
Skor Minimum	80
Skor Maximum	123
Mean	103,72
Median	103
Modus	101
Varians	76,56
Standar Deviasi	8,75

Kategorisasi disusun berdasarkan skor ideal instrumen dengan 27 item dan rentang jawaban 1–5. Skor maksimal ideal adalah 135, skor minimal ideal 27, mean ideal (M_i) = 81, dan standar deviasi ideal (SD_i) = 18.

Tabel III. Gambaran Resiliensi Akademik

Rentang	Kriteria	Frekuensi	Persentase
>99	Tinggi	155	70,45%
63-98	Sedang	65	29,55%
<63	Rendah	0	0%
Jumlah		220	100%

Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki resiliensi akademik pada kategori tinggi, yaitu 155 siswa atau 70,45%. Sebanyak 65 siswa atau 29,55% berada pada kategori sedang, dan tidak terdapat responden yang termasuk dalam kategori rendah. Temuan ini menunjukkan bahwa mayoritas siswa memiliki kemampuan yang baik dalam menghadapi tekanan, hambatan, dan tantangan akademik.

Tabel IV. Statistik Gambaran Umum Mindset

Deskripsi	Skor
N	220
Skor Minimum	29
Skor Maximum	55
Mean	42,02
Median	42
Modus	43
Varians	25,09
Standar Deviasi	5,01

Tabel V. Gambaran Mindset

Rentang	Kriteria	F	%
>42	<i>Growth Mindset</i> Kuat	101	45,91%
36-41	<i>Growth Mindset</i> Lemah	84	38,18%
30-35	<i>Fixed Mindset</i> Lemah	34	15,45%
<30	<i>Fixed Mindset</i> Kuat	1	0,45%
Jumlah		220	100%

Sebagian besar responden berada pada kategori *growth mindset* kuat, yaitu 101 siswa atau 45,91%. Sebanyak 84 siswa atau 38,18% berada pada kategori *growth mindset* lemah, 34 siswa atau 15,45% berada pada kategori *fixed mindset* lemah, dan hanya 1 siswa atau 0,45% berada pada kategori *fixed mindset* kuat. Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki kecenderungan memandang kemampuan sebagai sesuatu yang dapat berkembang melalui usaha, strategi belajar, dan pengalaman.

Tabel VI Hasil Uji Regresi Linear Sederhana (Model Summary)

Uji	Indikator	Nilai	Kesimpulan
Normalitas (Shapiro-Wilk)	p-value growth mindset	0,096	Normal
	p-value resiliensi akademik	0,050	Normal
Linearitas	Sig. Deviation from Linearity	0,223	Linear
	Sig. Linearity	0,000	Signifikan

Berdasarkan hasil uji normalitas menggunakan Shapiro-Wilk, diperoleh nilai p-value sebesar 0,096 pada variabel *growth mindset* dan 0,050 pada variabel resiliensi akademik. Karena kedua nilai berada pada batas $p \geq 0,05$, data dinyatakan berdistribusi normal. Hasil uji linearitas menunjukkan nilai signifikansi *Deviation from Linearity* sebesar 0,223 atau $p > 0,05$, sehingga hubungan antara kedua variabel dinyatakan linear. Dengan terpenuhinya asumsi normalitas dan linearitas, analisis regresi linear sederhana dapat dilanjutkan.

Tabel VII. Hasil Uji Regresi Linear Sederhana (Model Summary)

Model	R	R ²	Adjusted R ²	p
M1	0,635	0,403	0,400	<0,001

Hasil analisis regresi linear sederhana menunjukkan bahwa *growth mindset* menjadi prediktor positif dan signifikan terhadap resiliensi akademik ($R = 0,635$; $R^2 = 0,403$; $p < 0,001$). Nilai koefisien determinasi menunjukkan bahwa *growth mindset* menjelaskan 40,3% variasi resiliensi akademik dalam model regresi ini, sedangkan 59,7% sisanya dijelaskan oleh faktor lain di luar model. Dengan demikian, hipotesis penelitian diterima.

Tabel VIII. Persamaan Regresi

Model	B	SE	β	t	p
(Constant)	56,770	3,898	-	14,56	<0,001
<i>Growth Mindset</i>	1,119	0,092	0,635	12,13	<0,001

Berdasarkan Tabel VIII, diperoleh persamaan regresi $Y = 56,770 + 1,119X$. Nilai konstanta sebesar 56,770 menunjukkan estimasi skor resiliensi akademik ketika skor *growth mindset* bernilai nol. Koefisien regresi *growth mindset* sebesar 1,119 menunjukkan bahwa setiap peningkatan satu satuan skor *growth mindset* diikuti oleh peningkatan skor resiliensi akademik sebesar 1,119 satuan. Nilai $t = 12,13$ dengan $p < 0,001$ menunjukkan bahwa *growth mindset* merupakan prediktor yang signifikan terhadap resiliensi akademik dalam model regresi sederhana ini.

Pembahasan

Temuan penelitian menunjukkan bahwa *growth mindset* menjadi prediktor positif dan signifikan terhadap resiliensi akademik siswa kelas XI SMAN 3 Kota Tasikmalaya. Kondisi ini mengindikasikan bahwa siswa yang memiliki keyakinan bahwa kemampuan dapat dikembangkan cenderung lebih mampu menghadapi berbagai tantangan akademik secara adaptif. Keyakinan tersebut mendorong siswa untuk

tetap berusaha ketika mengalami kesulitan, tidak mudah menyerah ketika menghadapi kegagalan, serta menjadikan pengalaman belajar sebagai sarana untuk memperbaiki kemampuan diri.

Temuan tersebut sejalan dengan teori *growth mindset* yang dikemukakan oleh Dweck (2016), yang menjelaskan bahwa individu dengan *growth mindset* memandang kemampuan sebagai sesuatu yang dapat dikembangkan melalui usaha, strategi belajar, dan pengalaman. Cara pandang tersebut mendorong individu untuk lebih terbuka terhadap tantangan, mampu menerima kegagalan sebagai bagian dari proses belajar, serta terus berupaya mencapai tujuan yang diharapkan. Kondisi ini mendukung terbentuknya resiliensi akademik sebagaimana dijelaskan oleh Cassidy (2015), bahwa resiliensi akademik merupakan kemampuan individu untuk bertahan, beradaptasi, dan bangkit ketika menghadapi kesulitan, tekanan, maupun hambatan dalam proses pembelajaran.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan Burnette et al. (2013), yang menjelaskan bahwa individu dengan *growth mindset* cenderung memiliki resiliensi yang lebih baik karena memandang tantangan sebagai peluang untuk berkembang. Sejalan dengan itu, Wiratmaja et al. (2023) menjelaskan bahwa *growth mindset* berperan dalam membentuk strategi penyelesaian masalah yang lebih konstruktif ketika individu menghadapi tekanan. Dengan demikian, *growth mindset* dapat dipahami sebagai salah satu faktor psikologis yang membantu siswa mengembangkan respons adaptif terhadap kesulitan akademik.

Meskipun demikian, hasil regresi menunjukkan bahwa *growth mindset* menjelaskan 40,3% variasi resiliensi akademik, sedangkan 59,7% sisanya dijelaskan oleh faktor-faktor lain di luar model penelitian ini. Kondisi ini mengindikasikan bahwa

resiliensi akademik merupakan konstruk multifaktor yang tidak sepenuhnya dapat dijelaskan oleh pola pikir individu semata. Faktor lain yang secara teoretis turut berkontribusi antara lain efikasi diri akademik (*academic self-efficacy*), dukungan sosial dari keluarga, guru, dan teman sebaya, regulasi emosi, motivasi belajar, iklim sekolah, serta tingkat tekanan akademik yang dihadapi siswa. Oleh karena itu, kontribusi 40,3% dalam penelitian ini perlu dimaknai sebagai kontribusi prediktif *growth mindset* dalam model regresi sederhana, bukan sebagai bukti bahwa *growth mindset* merupakan satu-satunya atau faktor dominan pembentuk resiliensi akademik siswa.

Temuan penelitian ini memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu Bimbingan dan Konseling dengan menunjukkan bahwa penguatan *growth mindset* dapat menjadi salah satu strategi untuk meningkatkan resiliensi akademik siswa. Secara operasional, guru Bimbingan dan Konseling dapat mengembangkan beberapa layanan, yaitu: (1) layanan bimbingan klasikal bertema *growth mindset* untuk membangun pemahaman siswa mengenai kemampuan yang dapat berkembang melalui usaha dan strategi belajar; (2) bimbingan kelompok yang berfokus pada strategi menghadapi kegagalan akademik dan bangkit dari kesulitan belajar; (3) konseling individual bagi siswa yang teridentifikasi berada pada kategori *fixed mindset* kuat untuk membantu mereka mengubah pola pikir yang membatasi kemampuan diri; dan (4) program refleksi belajar secara berkala agar siswa terbiasa mengevaluasi usaha dan strategi belajarnya sebagai bagian dari penguatan

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa kelas XI SMAN 3 Kota Tasikmalaya memiliki *growth*

mindset pada kategori kuat dan resiliensi akademik pada kategori tinggi. Temuan penelitian juga menunjukkan bahwa growth mindset menjadi prediktor positif dan signifikan terhadap resiliensi akademik siswa dalam model regresi sederhana ($R = 0,635$; $R^2 = 0,403$; $p < 0,001$). Hal ini mengindikasikan bahwa keyakinan siswa terhadap kemampuan untuk berkembang melalui usaha, strategi belajar, dan pengalaman berkaitan dengan kemampuan mereka untuk bertahan, beradaptasi, dan bangkit ketika menghadapi berbagai tantangan akademik. Namun demikian, 59,7% variasi resiliensi akademik masih dijelaskan oleh faktor-faktor lain di luar growth mindset, sehingga temuan ini perlu dimaknai sebagai kontribusi prediktif dalam model regresi, bukan sebagai satu-satunya faktor penentu resiliensi akademik remaja.

Secara praktis, hasil penelitian ini dapat menjadi dasar bagi guru Bimbingan dan Konseling dalam merancang layanan yang berorientasi pada pengembangan growth mindset sebagai salah satu strategi untuk memperkuat resiliensi akademik siswa. Penelitian selanjutnya disarankan untuk memperluas cakupan populasi dan karakteristik responden, mempertimbangkan penggunaan teknik probability sampling untuk meningkatkan generalisasi hasil, serta mengkaji faktor-faktor lain yang berpotensi memengaruhi resiliensi akademik, seperti academic self-efficacy, regulasi emosi, dukungan sosial, motivasi belajar, iklim sekolah, dan tekanan akademik. Dengan demikian, pemahaman mengenai faktor-faktor yang berkontribusi terhadap resiliensi akademik remaja dapat diperoleh secara lebih komprehensif.

REFERENSI

- Ariani, D. (2024). *Pengembangan alat ukur mindset pada remaja: Pada remaja SMP/SMA sederajat di Kota Tasikmalaya* [Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya].
- Burnette, J. L., Knouse, L. E., Vavra, D. T., O'Boyle, E. H., & Brooks, M. A. (2020). Growth mindsets and psychological distress: A meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 77, Article 101816. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2020.101816>
- Burnette, J. L., O'Boyle, E. H., VanEpps, E. M., Pollack, J. M., & Finkel, E. J. (2013). Mind-sets matter: A meta-analytic review of implicit theories and self-regulation. *Psychological Bulletin*, 139(3), 655–701. <https://doi.org/10.1037/a0029531>
- Casey, B. J., Jones, R. M., Levita, L., Libby, V., Pattwell, S. S., Ruberry, E. J., Soliman, F., & Somerville, L. H. (2010). The storm and stress of adolescence: Insights from human imaging and mouse genetics. *Developmental Psychobiology*, 52(3), 225–235. <https://doi.org/10.1002/dev.20447>
- Cassidy, S. (2015). Resilience building in students: The role of academic self-efficacy. *Frontiers in Psychology*, 6, Article 1781. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.01781>
- Cassidy, S. (2016). The Academic Resilience Scale (ARS-30): A new multidimensional construct measure. *Frontiers in Psychology*, 7, Article 1787. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01787>
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2018). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (5th ed.). SAGE Publications.
- Dweck, C. S. (2006). *Mindset: The new psychology of success*. Random House.
- Dweck, C. S. (2016, January 13). What having a “growth mindset” actually means. *Harvard Business Review*. <https://hbr.org/2016/01/what-having-a-growth-mindset-actually-means>
- Fitri, G. S., Sugara, G. S., Sulistiana, D., & Bariyyah, K. (2022). Model pelatihan growth mindset untuk meningkatkan kegigihan (grit). *JKI (Jurnal Konseling Indonesia)*, 8(1), 8–17. <https://ejournal.unikama.ac.id/index.php/JKI/article/view/8406>

- Indonesia National Adolescent Mental Health Survey. (2022). *Indonesia National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS): Laporan penelitian*. Universitas Gadjah Mada.
- Putri, N. I. K., & Priyatama, A. N. (2024). Mindset and resilience: A correlational study in senior high school 12th grade students. *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, 15(2), 117–125. <https://doi.org/10.26740/jptt.v15n02.p117-125>
- Sopian, A. A. (2019). *Perbandingan resiliensi akademik peserta didik berdasarkan status sosial ekonomi keluarga: Studi komparatif terhadap peserta didik kelas X SMA Negeri 4 Bandung tahun ajaran 2018/2019* [Skripsi, Universitas Pendidikan Indonesia].
- Srihastuti, E., & Wulandari, F. (2021). Urgensi *growth mindset* untuk meningkatkan prestasi belajar siswa di masa pandemi Covid-19. *Widya Genitri: Jurnal Ilmiah Pendidikan, Agama dan Kebudayaan Hindu*, 12(2), 157–165. <https://doi.org/10.36417/widyagenitri.v12i2.431>
- Subekti, A. C., Rochmat, A. N., & Hanif, M. M. (2025). Dampak *mindset* bertumbuh terhadap motivasi intrinsik dan ketahanan akademik siswa. *Advances in Education Journal*, 2(3), 1679–1685.
- Sugiyono. (2013). *Metode penelitian pendidikan: Pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Supriyadi, A. J. K., Indira, F. K. M., Sulistiyono, Y., Amalia, D., & Sutanti, N. (2023). Pengaruh *growth mindset* terhadap stres akademik mahasiswa. *Edukasi: Jurnal Pendidikan*, 21(2), 287–300. <https://doi.org/10.31571/edukasi.v21i2.6072>
- Wiratmaja, F. A., Zega, K., Sarjannadil, K. K., Hermawan, M. G., Huda, M. A., Nugroho, N., & Agustini, W. A. (2023). Tinjauan terhadap faktor-faktor peningkatan resiliensi pada remaja akhir. *Concept: Journal of Social Humanities and Education*, 2(4), 319–327. <https://doi.org/10.55606/concept.v2i4.948>