

ABSTRAK

**HUBUNGAN ANTARA *GRIT* DENGAN RESILIENSI PADA ATLET TAEKWONDO**

**DOJANG MAESTROE D'JOGJA DAN PUSLATDA DIY**

Rachel Yunisa

Universitas Sanata Dharma

2026

Penelitian ini bertujuan untuk 1) mengetahui tingkat *grit* atlet taekwondo Dojang Maestro D'Jogja dan Puslatda DIY, 2) mengetahui tingkat resiliensi atlet taekwondo Dojang Maestro D'Jogja dan Puslatda DIY, dan 3) mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara *grit* dengan resiliensi pada atlet taekwondo Dojang Maestro D'Jogja dan Puslatda DIY.

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional. Subjek penelitian adalah atlet taekwondo di Dojang Maestro dan Puslatda DIY yang berjumlah 50 orang. Penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*. Pengambilan data menggunakan skala *grit* (16 item valid,  $\alpha > 0,751$ ) dan skala resiliensi (24 item valid,  $\alpha > 0,734$ ). Skala sebelumnya telah diujicobakan pada 30 orang. Teknik analisis data menggunakan deskriptif kategori dan korelasi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 1) tingkat *grit* atlet taekwondo sangat tinggi (52%) ditemukan 18 atlet (36%) *grit* tinggi, 4 atlet *grit* sedang (8%), 2 atlet (4%) *grit* rendah dan tidak ditemukan *grit* sangat rendah, 2) tingkat resiliensi atlet taekwondo tinggi (56%), ditemukan 19 atlet resiliensi sangat tinggi (38%), 3 atlet resiliensi sedang, tidak ditemukan atlet dengan resiliensi rendah dan sangat rendah (0%), 3) terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara *grit* dengan resiliensi pada atlet taekwondo dibuktikan dengan nilai *pearson's r* 0.651 dan nilai  $p < 001$ . Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa terdapat korelasi positif antara *grit* dengan resiliensi pada atlet taekwondo. Semakin tinggi *grit* maka semakin tinggi pula resiliensi.

Kata kunci : *grit*, resiliensi, atlet taekwondo.

ABSTRACT

**THE RELATIONSHIP BETWEEN GRIT AND RESILIENCE AMONG TAEKWONDO  
ATHLETES DOJANG MAESTOE AND PUSLATDA DIY**

Rachel Yunisa

*Sanata Dharma University*

2026

*This study aims to 1) determine the grit levels of taekwondo athletes from Dojang Maestoe D'Jogja and Puslatda DIY, 2) determine the resilience levels of taekwondo athletes from Dojang Maestoe D'Jogja and Puslatda DIY, and 3) identify whether there is a relationship between grit and resilience among taekwondo athletes from Dojang Maestoe D'Jogja and Puslatda DIY.*

*This research employs a quantitative correlational method. The research subjects are 50 taekwondo athletes from Dojang Maestoe D'Jogja and Puslatda DIY. Purposive sampling technique was used. Data were collected using the grit scale (16 valid items,  $\alpha > 0.751$ ) and the resilience scale (24 valid items,  $\alpha > 0.734$ ). The scales had previously been tested on 30 individuals. Data analysis techniques included categorical descriptive analysis and correlation.*

*The results showed that 1) the grit levels of taekwondo athletes were very high (52%), with 18 athletes (36%) having high grit, 4 athletes with moderate grit (8%), 2 athletes (4%) with low grit, and no athletes with very low grit; 2) the resilience levels of taekwondo athletes were high (56%), with 19 athletes having very high resilience (38%), 3 athletes with moderate resilience, and no athletes with low or very low resilience (0%); 3) there is a positive and significant relationship between grit and resilience among taekwondo athletes, as evidenced by Pearson's  $r$  value of 0.651 and  $p < 0.01$ . These findings indicate a positive correlation between grit and resilience in taekwondo athletes. Higher grit is associated with higher resilience..*

*Keywords: grit, resilience, taekwondo athletes.*