

Prosiding Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Negeri Jakarta
Homepage: https://journal.unj.ac.id/unj/index.php/semnas-ps
Vol. 4 No. 1, Bulan 2026, halaman: 997-1004
E-ISSN: xxxx-xxxx

Grit, Career Adaptability, dan Flourishing pada Mahasiswa: Sebuah Systematic Literature Review

Salsabila Oktaviani [1*], Dede Rahmat Hidayat [2], Eka Wahyuni [3]
Magister Bimbingan Konseling, Universitas Negeri Jakarta, Jakarta, Indonesia
[1*]Email penulis koresponden: salsabilaoktaviani022@gmail.com

Riwayat Artikel

Submited: 12-09-2026
Accepted: 23-11-2026
Published: 23-11-2026

Abstrak

Rendahnya *flourishing* pada mahasiswa memerlukan analisis terhadap faktor pelindung internal dan adaptif. Penelitian ini bertujuan menganalisis keterkaitan *grit* dan *career adaptability* dengan *flourishing* pada mahasiswa, serta mengeksplorasi peran *career adaptability* sebagai mediator. Menggunakan metode *systematic literature review* berpedoman PRISMA 2020, pencarian literatur dilakukan pada *Google Scholar*, *PubMed*, dan *Scopus* (2016–2026). Dari 1.189 artikel, sebanyak 26 artikel memenuhi kriteria inklusi. Hasil sintesis menunjukkan *grit* berhubungan positif dengan *career adaptability*, *career adaptability* berhubungan positif dengan *flourishing*, dan *grit* berhubungan positif dengan *flourishing*. *Career adaptability* mengindikasikan potensi sebagai mekanisme mediator. Implikasinya, intervensi perguruan tinggi perlu mengintegrasikan penguatan *grit* dan *career adaptability* guna mendukung *flourishing* mahasiswa.

Kata kunci: kemampuan beradaptasi dalam karier; perkembangan yang optimal; ketekunan; mahasiswa; tinjauan pustaka sistematis.

Prosiding ***Fakultas Ilmu Pendidikan-Universitas Negeri Jakarta*** *diterbitkan oleh Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Jakarta*



Abstract

Low levels of flourishing among university students call for an analysis of internal and adaptive protective factors. This study aims to analyze the relationship between grit and career adaptability and flourishing among university students, as well as to explore the mediating role of career adaptability. Using a systematic literature review method guided by PRISMA 2020, a literature search was conducted on Google Scholar, PubMed, and Scopus (2016–2026). Of the 1,189 articles, 26 met the inclusion criteria. The results of the synthesis indicate that grit is positively associated with career adaptability, career adaptability is positively associated with flourishing, and grit is positively associated with flourishing. Career adaptability shows potential as a mediating mechanism. Implications suggest that higher education interventions should integrate the promotion of grit and career adaptability to support student flourishing.

Keywords: *career adaptability; flourishing; grit; university students; systematic literature review.*

PENDAHULUAN

Flourishing pada mahasiswa saat ini belum sepenuhnya optimal. Herdiansyah et al. (2024) dalam studi deskriptifnya menunjukkan bahwa prevalensi *flourishing* mahasiswa berada pada kisaran 23% pada kategori *flourishing* sedang dan 3% pada kategori rendah. Individu yang *flourishing* ditandai oleh adanya kreativitas, proses eksplorasi, kemampuan membangun koneksi

sosial, ketahanan diri (resiliensi), serta pengetahuan tentang lingkungan (Grant & Cavanagh, 2007) dan berkaitan dengan proses aktualisasi diri yang relatif optimal, hidup yang bermakna, serta munculnya kepuasan/kebahagiaan yang disertai keberkembangan sebagai proses berkelanjutan sepanjang hayat, bukan sekadar momen kebahagiaan sementara (Wolbert et al., 2015).

Sebaliknya, ketika *flourishing* tidak tercapai, individu berada pada kondisi *languishing*, yaitu kekurangan emosi positif dan tidak terpenuhinya aspirasi atau tujuan, yang memunculkan perasaan hampa, stagnansi, penghindaran, dan keputusan terpendam (Grant & Cavanagh, 2007; Keyes, 2002). Dengan demikian, *languishing* menjadi kontras dari *flourishing* sekaligus indikator bahwa kesejahteraan positif belum berjalan optimal.

Kondisi *languishing* pada mahasiswa berhubungan dengan berbagai sumber tekanan. Olivera et al. (2023) menemukan bahwa *self-inflicted stress* yakni kecenderungan menekan diri dan menciptakan beban mental yang tidak perlu merupakan stressor paling signifikan. Data American College Health Association (2026) juga melaporkan bahwa lebih dari 75% mahasiswa berada pada tingkat stres sedang hingga tinggi. Di Indonesia, Mufatihah et al. (2025) melaporkan bahwa sebagian besar mahasiswa mengalami stres akademik pada tingkat sedang. Selain beban tuntutan akademik, ketidakpastian transisi menuju dunia kerja dan kecemasan masa depan karier menjadi pemicu stres yang dapat menghambat pencapaian *flourishing* mahasiswa.

Dalam menghadapi berbagai tekanan tersebut, *grit* muncul sebagai salah satu kapasitas psikologis internal yang memiliki peran penting. Beberapa bukti empiris menunjukkan *grit* berkorelasi positif dengan *flourishing* (Datu et al., 2021; Mason, 2021; Shariff et al., 2022). Individu yang memiliki *grit* akan bekerja keras menghadapi tantangan, mempertahankan upaya, serta menjaga minat selama bertahun-tahun meskipun menghadapi kegagalan, kemunduran, dan fase jenuh (*plateau)* dalam prosesnya (Duckworth et al., 2007). Dengan demikian, *grit* dapat dipandang sebagai modal psikologis yang mendukung mahasiswa untuk tidak hanya bertahan selama masa studinya, tetapi juga berkembang secara optimal.

Sementara itu, *career adaptability* merujuk pada kemampuan individu untuk beradaptasi terhadap tuntutan pengembangan karier. *Career adaptability* berkorelasi positif dengan *flourishing*, bahkan dilaporkan sebagai prediktor yang lebih kuat dibandingkan beberapa variabel lain pada studi tertentu (Nisar et al., 2023; Parola et al., 2026). Savickas (2005) menjelaskan bahwa konstruk ini mencakup empat dimensi, yaitu *concern* (kepedulian terhadap masa depan karier), *control* (kendali atas pilihan karier), *curiosity* (rasa ingin tahu untuk mengeksplorasi karier), dan *confidence* (kepercayaan diri untuk mengejar karier). Dengan karakteristik tersebut, *career adaptability* bukan hanya kompetensi karier, tetapi juga merupakan sumber daya psikososial yang mendukung kesejahteraan mahasiswa secara menyeluruh.

Meskipun *grit* dan *career adaptability* masing-masing telah terbukti berhubungan dengan *flourishing*, pemetaan sistematis terhadap ketiga variabel ini secara bersamaan masih terbatas. Belum ditemukan kajian literatur sistematis yang secara khusus memetakan (1) bukti empiris hubungan *grit* dengan *career adaptability*, (2) bukti empiris hubungan *career adaptability* dengan *flourishing*, (3) bukti empiris hubungan *grit* dengan *flourishing* serta (4) sejauh mana literatur telah menguji *career adaptability* sebagai mediator hubungan antara *grit* dan *flourishing* pada mahasiswa. *Systematic literature review* (SLR) ini karenanya diperlukan untuk memetakan lanskap empiris tersebut secara komprehensif.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode *Systematic Literature Review* (SLR) dengan mengikuti panduan *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses* (PRISMA) 2020 (Page et al., 2021). Panduan PRISMA 2020 digunakan untuk memastikan transparansi dan akuntabilitas pada tahapan perumusan strategi pencarian artikel, penentuan kriteria inklusi dan eksklusi, alur seleksi artikel, hingga proses sintesis hasil.

Pencarian literatur bersumber dari tiga basis data (*database*) utama yaitu *Google Scholar, PubMed,* dan *Scopus.* Kata kunci yang digunakan dalam pencarian meliputi frasa gabungan: "*grit*",

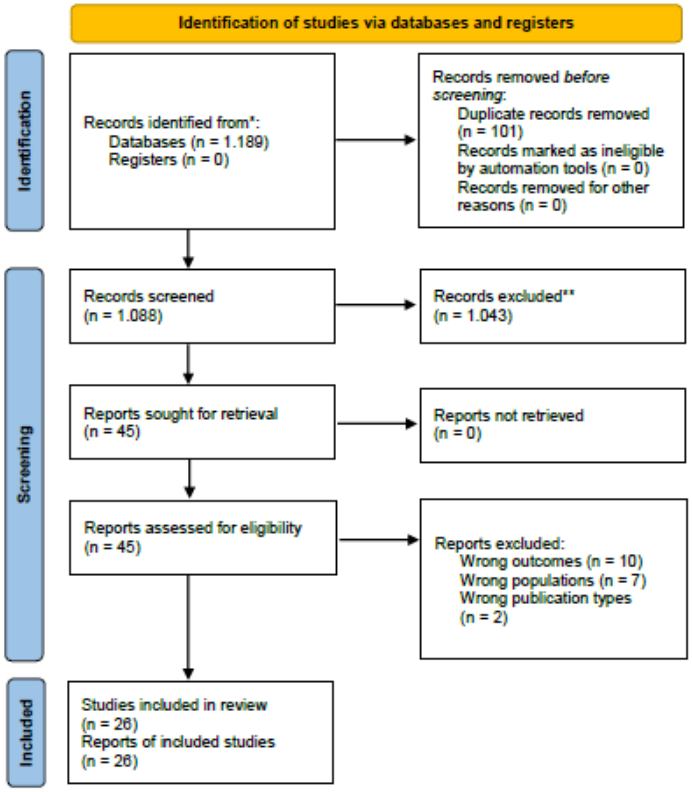
"*career adaptability*", "*flourishing*", "*well-being*", "*university students*", dan "*college students*", dengan *operator Boolean AND/OR.* Rentang waktu publikasi dibatasi pada 10 tahun terakhir, yaitu antara tahun 2016 hingga 2026.

Kriteria inklusi yang ditetapkan mencakup: (1) artikel penelitian empiris yang dipublikasikan dalam jurnal ilmiah terindeks, (2) menguji minimal satu dari tiga variabel utama (*grit, career adaptability,* dan *flourishing*), (3) populasi penelitian adalah mahasiswa, (4) artikel ditulis dalam bahasa Inggris, serta (5) teks lengkap (*full-text*) dapat diakses. Artikel dieksklusi apabila tidak memenuhi kriteria tersebut, seperti sampel non-mahasiswa, atau teks lengkap tidak tersedia.

Hasil pencarian awal mengidentifikasi sebanyak 1.189 artikel dari ketiga basis data. Setelah dilakukan penghapusan artikel duplikat (n=101), tersisa 1.088 artikel untuk tahap skrining awal. Skrining terhadap judul dan abstrak mengeksklusi 1.043 artikel yang tidak relevan dengan fokus penelitian, sehingga menyisakan 45 artikel untuk penilaian kelayakan teks lengkap (*full-text assesment*). Pada tahap ini, 19 artikel dieksklusi karena tidak memenuhi kriteria kelayakan, sehingga dihasilkan 26 artikel akhir yang memenuhi kriteria inklusi untuk dianalisis. Alur seleksi artikel secara rinci disajikan pada Gambar 1.

Ekstraksi data dilakukan secara sistematis terhadap 26 artikel terpilih, mencakup informasi: nama penulis dan tahun publikasi, karakteristik dan ukuran sampel, variabel yang diteliti, metode dan teknik analisis statistik, serta temuan utama penelitian. Data yang telah diekstraksi kemudian disintesis secara naratif dengan mengelompokkan studi ke dalam empat klaster hubungan antarvariabel.

.



Gambar 1. Diagram Alur PRISMA

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan tinjaun terhadap 26 artikel, mayoritas sampel dari Asia (China, Malaysia, Pakistan, dan Turki) dan Eropa (Italian, Rumania, dan Portugal). Metode analisis yang digunakan

meliputi analisis korelasional, regresi linear, *structural equation modeling* (SEM), *bootstrapping,* dan PROCESS Macro.

Berdasarkan klaster hubungan antarvariabel, artikel terbagi menjadi: (1) hubungan *grit* dengan *career adaptability* (4 studi), (2) hubungan *career adaptability* dengan *flourishing/ well-being* (9 studi), (3) hubungan *grit* dengan *flourishing/ well-being* (12 studi), dan (4) studi yang mengintegrasikan ketiga variabel (1 studi). Sintesis temuan per klaster disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Hasil Sintesis Artikel

No	Klaster Hubungan Variabel	Jumlah Studi	Contoh Studi Kunci	Temuan Utama
1	*Grit* → *Career Adaptability*	4	Li et al. (2021); Chuang (2023); Xu et al.(2025); Diaconu-Gherasim et al. (2024).	*Grit* berkorelasi positif dan menjadi prediktor *career adaptability*, terutama pada dimensi *confidence* dan *curiosity.*
2	*Career Adaptability* → *Flourishing/ Well-Being*	9	Russo et al. (2025); Magnano et al. (2021); Parola et al. (2026).	*Career adaptability* menjadi prediktor kuat *flourishing*.
3	*Grit* → *Flourishing/ Well-Being*	12	Shariff et al. (2022); Datu et al. (2021); Neary et al. (2024).	*Grit* berkorelasi positif dengan *flourishing*/*well-being* lintas budaya, menjelaskan hingga 21% varians *flourishing*.
4	Integrasi *Grit*, *Career Adaptability*, dan *Life Satisfaction*	1	Çarkıt (2024).	*Career adaptability* berpotensi memediasi hubungan *grit* dengan *outcome* kesejahteraan.

Empat studi secara konsisten menunjukkan hubungan positif antara *grit* dengan *career adaptability* pada mahasiswa. Li et al. (2021) membuktikan bahwa *grit* berpengaruh positif terhadap *career adaptability* pada mahasiswa China melalui proses regulasi diri. Chuang (2023) memperkuat temuan ini dengan menunjukkan bahwa *grit* merupakan prediktor kuat dimensi *confidence* dan *curiosity* dalam *career adaptability*. Xu et al. (2025) serta Diaconu-Gherasim et al. (2024) mengkonseptualisasikan *grit* sebagai kesiapan adaptif internal yang mendorong pengembangan sumber daya karier. Secara teoretis, temuan ini sejalan dengan *Career Construction Theory* (Savickas, 2013) di mana kapasitas personal seperti *grit* (ketekunan dan konsistensi minat) mampu memicu individu untuk aktif mengeksplorasi karier dan percaya diri dalam mengatasi hambatan transisi dunia kerja.

Sembilan studi mengonfirmasi bahwa *career adaptability* berkorelasi positif dengan *flourishing* maupun indikator *well-being* lainnya. Russo et al. (2025) menemukan bahwa *career adaptability* memberikan pengaruh langsung yang kuat terhadap *flourishing* dengan kontribusi 20,25%, di mana dimensi *curiosity* dan *control* merupakan indikator pembentuk paling dominan. Temuan ini selaras dengan Parola et al. (2026) yang mengonfirmasi korelasi positif signifikan antara seluruh dimensi *career adaptability* dengan *flourishing*. Ketika mahasiswa memiliki kendali (*control*), kepedulian (*concern*), rasa ingin tahu (*curiosity*), dan keyakinan (*confidence*) terhadap masa depannya, salah satunya mereka mengalami penurunan kecemasan. Hal ini memungkinkan mereka untuk berfungsi secara optimal, merasakan makna hidup, dan mencapai kondisi *flourishing*.

Dua belas studi menunjukkan hubungan positif yang konsisten antara *grit* dan *flourishing* (atau indikator kesejahteraan yang berdekatan, seperti *well-being* dan *life satisfaction*) pada mahasiswa. Salah satunya studi Shariff et al. (2022) menemukan bahwa *grit* menjelaskan 21% varians *flourishing* pada mahasiswa Malaysia, serta Neary et al. (2024) mengonfirmasi bahwa grit menyumbang varians sebesar 13,69% terhadap *flourishing* pada mahasiswa. Datu et al. (2021) dalam studi lintas budaya menemukan bahwa dimensi *adaptability to situations* menjadi prediktor *flourishing* terkuat dan paling konsisten. Secara umum, studi-studi tersebut mengindikasikan bahwa semakin tinggi *grit*, semakin tinggi kualitas kesejahteraan dan fungsi psikologis individu. Secara metodologis, pola positif tersebut ditemukan melalui pendekatan analisis yang beragam (korelasi, regresi, dan SEM). Secara teoretis, *grit* memfasilitasi ketahanan psikologis saat menghadapi kesulitan akademik dan transisi karier, sehingga meningkatkan peluang mahasiswa untuk mengalami *well-being* yang lebih optimal dan pada akhirnya berkaitan dengan *flourishing*.

Meskipun hubungan langsung *grit* dengan *career adaptability, career adaptability* dengan *flourishing*, serta *grit* dengan *flourishing* sama-sama menunjukkan pola yang positif dan konsisten, literatur yang secara spesifik menguji *career adaptability* sebagai mediator pada hubungan *grit* dengan *flourishing* belum ada. Dalam sintesis ini, hanya satu studi yang menjadi pembanding dengan mengintegrasikan ketiga variabel walaupun dengan *outcome well-being* lain yaitu *life satisfaction.* Çarkıt (2024) membuktikan bahwa *career adaptability* memediasi hubungan *grit* dengan *life satisfaction*.

Keterbatasan tersebut dapat dipahami dari dua aspek utama. Pertama, tidak semua studi menggunakan *flourishing* sebagai *outcome* secara eksplisit, sebagian menggunakan *well-being* atau *life satisfaction,* sehingga perbandingan mekanisme terhadap *flourishing* menjadi kurang langsung. Kedua, studi yang menguji mediasi belum sepenuhnya konsisten dalam pendekatan analisis dan desain pengujian mekanisme, yang membuat tingkat keyakinan terhadap kesimpulan mediasi masih perlu diperkuat melalui penelitian empiris lanjutan.

KESIMPULAN

Tinjauan literatur sistematis ini menelaah 26 artikel empiris mengenai hubungan *grit*, *career adaptability*, dan *flourishing* pada mahasiswa. Hasil telaah menunjukkan konsistensi bukti pada tiga klaster hubungan: *grit* berhubungan positif dengan *career adaptability*, *career adaptability* berhubungan positif dengan *flourishing*, dan *grit* berhubungan positif dengan *flourishing*. Namun demikian, studi yang secara spesifik menguji *career adaptability* sebagai mediator hubungan *grit* dan *flourishing* dalam satu model masih sangat terbatas. Hal ini menegaskan pentingnya penelitian empiris lanjutan yang mengisi kekosongan tersebut. Temuan ini diharapkan dapat menjadi pijakan bagi peneliti untuk merancang studi mediasi yang lebih komprehensif, serta bagi konselor di perguruan tinggi untuk mengembangkan intervensi yang mendukung *flourishing* mahasiswa secara holistik.

DAFTAR PUSTAKA

Ain, N. U., Munir, M., & Suneel, I. (2021). Role of emotional intelligence and grit in life satisfaction. In *Heliyon*. cell.com. https://www.cell.com/heliyon/fulltext/S2405-8440(21)00932-4

American College Health Association. (2026). *American College Health Association-National College Health Assessment III: Reference Group Executive Summary Fall 2025*. www.acha.org, and www.acha.org/NCHA

Badwy, H. E., Qalati, S. A., & El-Bardan, M. F. (2025). Unlocking happiness: how crafting your career path boosts life satisfaction through forward thinking and self-confidence in career choices. *Humanities and Social Sciences Communications*, *12*(1). https://doi.org/10.1057/s41599-025-04655-9

Çarkıt, E. (2024). Relations between grit, career adaptability, and life satisfaction: a moderated mediation model. *Current Psychology*, *43*(34), 27404–27413.

https://doi.org/10.1007/s12144-024-06375-w
Choi, J. (2020). Associations between grit, sustainable behavior, and emotional well-being. *Asian Journal for Public Opinion Research*, *8*(2), 144–159. https://doi.org/10.15206/ajpor.2020.8.2.144
Chuang, N. K. (2023). Can passionate and gritty hospitality students be more career adaptable? *Journal of Human Resources in Hospitality and Tourism*, *22*(2), 191–211. https://doi.org/10.1080/15332845.2023.2153556
Datu, J. A. D., McInerney, D. M., & ... (2021). Is grittiness next to happiness? Examining the association of triarchic model of grit dimensions with well-being outcomes. *Journal of Happiness …*. https://doi.org/10.1007/s10902-020-00260-6
Diaconu-Gherasim, L. R., Țepordei, A. M., Labăr, A. V., Vîrgă, D., & Măirean, C. (2024). University students' future time perspective and career adaptability: The mediating role of grit. *Career Development Quarterly*, *72*(2), 121–134. https://doi.org/10.1002/cdq.12348
Duckworth, A., Peterson, C., Matthews, M., & Kelly, D. (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
Grant, A. M., & Cavanagh, M. J. (2007). Evidence-based coaching: Flourishing or languishing? *Australian Psychologist*, *42*(4), 239–254. https://doi.org/10.1080/00050060701648175
Herdiansyah, D., Puteri, N. H., & Naini, R. (2024). Studi Deskriptif: Prevalensi Flourishing Mahasiswa Dan Implikasinya Pada Bimbingan Dan Konseling. *Coution: Journal Counseling and Education*, *5*(1), 22–34. https://doi.org/10.47453/coution.v5i1.1824
Javid, I., Zafar, M., & Batool, S. M. (2026). Interplay of Grit , Self-Control , Self Control , and Happiness : A Gender-Based Based Study of University Students. *Pakistan Journal of Gender Studies*, *26*(1), 35–55.
Keyes, C. L. M. (2002). The mental health continuum: From languishing to flourishing in life. *Journal of Health and Social Behavior*, *43*(2), 207–222. https://doi.org/10.2307/3090197
Li, H., Yu, X., Mei, Y., Liu, X., Li, L., & Luo, N. (2021). The Effect of Grit on Career Adaptability of Chinese College Students Based on the Self-Regulatory Processes. *Frontiers in Psychology*, *12*(December). https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.795153
Magnano, P., Lodi, E., Zammitti, A., & Patrizi, P. (2021). Courage, career adaptability and readiness as resources to improve well-being during the university-to-work transition in Italy. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *18*(6), 1–16. https://doi.org/10.3390/ijerph18062919
Mamaci, M. (2025). nvestigation of the Predictive Roles of Career Adaptability and Commitment to Higher Education on Life Satisfaction Levels of University Students - Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Doyumu Düzeyleri Üzerinde Kariyer Uyum Yeteneği ve Yükseköğretime Bağlılığı. *Journal of Business Research - Turk*, *17*(3), 2092–2102. https://doi.org/10.20491/isarder.2025.2083
Mason, H. D. (2021). Grit and its relation to well-being among first-year South African university students. *Journal of Psychology in Africa*, *31*(3), 226–231. https://doi.org/10.1080/14330237.2021.1903157
Mufatihah, Z., Zelya, A. P., Putriani, R. A., & Putri, R. M. (2025). Fenomena Stres Akademik pada Mahasiswa. *Jurnal Edu Research : Indonesian Institute For Corporate Learning And Studies (IICLS)*, *6*(1), 573–580.
Neary, S., Doolittle, B., Mueller, M., & Nichols, M. (2024). Individual values, the social determinants of health, and flourishing among medical, physician assistant, and nurse practitioner students. *PLoS ONE*, *19*(9 September), 1–18. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0308884
Nisar, S., Adil, A., Shujja, S., & Ghayas, S. (2023). Effect of career adaptability on flourishing among Pakistani university undergraduates: Mediating role of study engagement. *BPA Applied Psychology Bulletin*, *81*(298), 2–16. https://doi.org/10.26387/bpa.2023.00011
Noronha, A. P. P., Dias-Viana, J. L., & Cavallaro, A. P. O. (2024). The influence of grit on life

satisfaction of Brazilian undergraduate students: academic adaptation as a mediator. *Frontiers in Psychology*, *15*(April), 1–7. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1331259
Oliveira, Í. M., & Marques, C. (2024). The Role of Career Adaptability and Academic Engagement in College Student's Life Satisfaction. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *21*(5). https://doi.org/10.3390/ijerph21050596
Olivera, P. C., Gordillo, P. G., Mejía, H. N., Taborga, I. L. F., Chacón, A. G., & Unzueta, A. S. (2023). Academic stress as a predictor of mental health in university students. *Cogent Education*, *10*(2). https://doi.org/10.1080/2331186X.2023.2232686
Ouyang, W., Shu, X., & Fu, R. (2025). How career adaptability affects university students' job search behavior and subjective well-being: the role of career choice optimistic bias. *BMC Psychology*, *13*(1). https://doi.org/10.1186/s40359-025-03652-6
Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., Shamseer, L., Tetzlaff, J. M., Akl, E. A., Brennan, S. E., Chou, R., Glanville, J., Grimshaw, J. M., Hróbjartsson, A., Lalu, M. M., Li, T., Loder, E. W., Mayo-Wilson, E., McDonald, S., … Moher, D. (2021). The PRISMA 2020 statement: An updated guideline for reporting systematic reviews. *Bmj*, *372*. https://doi.org/10.1136/bmj.n71
Parola, A., La Rosa, V. L., Marcionetti, J., & Felaco, C. (2026). Career Adaptability as a Developmental Resource for Sustainable Careers: A Latent Profile Analysis in Emerging Adults. *Journal of Community and Applied Social Psychology*, *36*(3). https://doi.org/10.1002/casp.70263
Russo, A., Zammity, A., Santisi, G., & Magnano, P. (2025). The Relationship Between Psychological Flexibility and Career Adaptability as Resources to Promote Well-being. *British Journal of Guidance & Counselling*, *52*(2), 286–295. https://doi.org/10.1080/03069885.2023.2212856
Savickas, M. L. (2005). The Theory and Practice of Career Construction. In S. D. Brown & R. W. Lent (Eds.), *Career Development and Counseling: Putting Theory and Research to Work* (First). John Wiley & Sons, Inc.
Savickas, M. L. (2013). Career Construction Theory and Practice. In S. D. Brown & R. W. Lent (Eds.), *Career Development and Counseling: Putting Theory and Research to Work* (Second, Vol. 53, Issue 9, p. 722). John Wiley & Sons, Inc.
Shah, R., & Deshpande, A. (2022). Relationship between Psychological Well-being, Resilience, Grit, and Optimism among College Students in Mumbai. *Journal of Psychosocial Research*, *17*(1), 43–54. https://doi.org/10.32381/jpr.2022.17.01.5
Shariff, M. I. A. Bin, Wan Sulaiman, W. S., & Khairudin, R. (2022). Exploring the Relationship between Grit and Flourishing: Are There Gender Differences? *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*, *12*(3), 519–530. https://doi.org/10.6007/ijarbss/v12-i3/12193
Şimşir, Z., & Dilmaç, B. (2022). The mediating roles of grit and life satisfaction in the relationship between self-discipline and peace: Development of the self-discipline scale. *Current Psychology*, *41*(12), 8322–8332. https://doi.org/10.1007/s12144-021-01515-y
Tang, L., & Zhu, X. (2023). Academic self-efficacy, grit, and teacher support as predictors of psychological well-being of Chinese EFL students. *Frontiers in Psychology*, *14*(January), 1–15. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1332909
Veres, A., & Kotta, I. (2021). Perceived Career Barriers as a Mediator Between Career Adaptability and Life Satisfaction. *European Journal of Behavioral Sciences*, *4*(1), 38–52. https://doi.org/10.33422/ejbs.v4i1.603
Wolbert, L. S., de Ruyter, D. J., & Schinkel, A. (2015). Formal criteria for the concept of human flourishing: the first step in defending flourishing as an ideal aim of education. *Ethics and Education*, *10*(1), 118–129. https://doi.org/10.1080/17449642.2014.998032
Xu, M., Lu, H., Fu, J., Zhu, H., & Zhao, Y. (2025). The Relationship Between Basic Psychological Needs Satisfaction and Career Adaptability Among University Students: The Roles of Grit and Career Decision-Making Self-Efficacy. *Behavioral Sciences*, *15*(2), 1–14. https://doi.org/10.3390/bs15020167
Zhou, G. (2023). Testing a mediation model of teacher caring, grit, and student wellbeing in English

as a foreign language students. *Frontiers in Psychology*, *14*(September), 1–12. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1260827

BIODATA PENULIS KORESPONDEN



Nama : Salsabila Oktaviani
Institusi Asal : Magister Bimbingan Konseling, Universitas Negeri Jakarta
Pengalaman : -
Nomor HP/WA : 0813-2182-4698