BUILDING GRIT & PERSEVERANCE IN CHILDREN

Why children give up—and how parents can help them develop resilience, purposeful practice, and long-term commitment.

A child who gives up easily is not necessarily lazy. They may still be learning how to face difficulty—or may need a more effective kind of support.

LEARN	TRY	GROW
Understand the challenge	Use a new strategy	Reflect and improve

A practical guide to building habits, mindset, and a family environment that supports perseverance.

Prepared by Kurnia Kwik
Dutanada Music School Principal

TORAZ DIGITAL EDUCATION

EXECUTIVE REVIEW

Don’t Just Raise a Smart Child. Raise a Child Who Can Persist.

An engaging introduction for parents

Anak bisa sangat bersemangat saat memulai les, olahraga, atau proyek baru. Namun ketika tugas menjadi sulit, hasil tidak segera terlihat, atau kesalahan terus berulang, semangat itu bisa menurun. Pertanyaan penting bukan hanya “Mengapa anak saya berhenti?”, melainkan “Apa yang sedang ia pelajari tentang kesulitan, kegagalan, dan dirinya sendiri?”

Psychologist Angela Duckworth uses **grit** to describe passion and perseverance in pursuing long-term goals. Carol Dweck’s concept of **growth mindset** emphasizes that abilities can develop through learning, effective strategies, and effort. These are useful frameworks—not magic formulas, and never a reason to force a child to remain in an unhealthy situation.

Dalam keluarga Indonesia, orang tua mungkin ingin melindungi anak dari frustration, mengejar academic results, mengisi jadwal dengan banyak kegiatan, atau cepat mengganti aktivitas saat anak mengeluh. Niatnya sering baik. Namun, jika anak jarang mendapat kesempatan untuk mencoba, memperbaiki kesalahan, dan ikut mengambil keputusan, perseverance skills bisa kurang terlatih. Sebaliknya, excessive pressure dapat membuat anak takut gagal dan kehilangan motivasi.

Laporan ini menawarkan pendekatan seimbang: **warmth + clear expectations + autonomy**. Orang tua tetap hangat, menetapkan commitment yang realistis, memberi ruang bagi anak untuk mencoba, dan membantu memperbaiki strategi. Jika anak ingin berhenti, cari penyebabnya terlebih dahulu—jangan otomatis mengizinkan, tetapi jangan pula memaksakan persistence tanpa batas.

Mulai minggu ini: bangun satu consistent routine, ubah cara merespons kalimat “Aku tidak bisa”, dan evaluasi progress berdasarkan perilaku nyata—bukan perbandingan dengan anak lain. Contoh piano lesson di akhir laporan menunjukkan bagaimana prinsip ini dapat diterapkan dalam keseharian murid Dutanada.

KEY MESSAGE

Jangan menghilangkan semua kesulitan dari kehidupan anak. Bantu mereka menghadapi challenges dengan support, strategies, dan kesempatan untuk grow.

Prepared by Kurnia Kwik, Dutanada Music School Principal.

01 | UNDERSTANDING GRIT

What Are We Actually Trying to Build?

Grit = passion + perseverance. Passion berarti arah dan commitment jangka panjang; perseverance berarti terus berusaha, belajar, dan memperbaiki pendekatan saat menghadapi obstacles. Grit bukan sekadar stubbornness, bekerja tanpa istirahat, atau menuntaskan semua aktivitas apa pun kondisinya.

DIMENSION	IN A CHILD'S LIFE	BEHAVIORAL EXAMPLE
Passion / Purpose	Anak memahami alasan suatu kegiatan penting baginya.	"Aku ingin bisa memainkan lagu ini untuk konser."
Perseverance	Anak mencoba kembali dan menjalankan realistic routines.	Mengulang bagian yang sulit dengan target kecil.
Growth Mindset	Anak melihat kemampuan sebagai sesuatu yang dapat dikembangkan.	"Aku belum bisa; aku perlu strategi latihan berbeda."
Self-Regulation	Anak belajar mengelola waktu, emosi, dan distractions.	Mulai latihan sebelum bermain game sesuai kesepakatan.

Research Note

Duckworth melaporkan bahwa grit dapat menjadi predictor dalam beberapa konteks yang menuntut perseverance. Namun, grit bukan satu-satunya penentu success. Opportunity, health, teaching quality, resources, dan social support juga berpengaruh. Predictive findings tidak otomatis membuktikan cause and effect.

From Concept to Practice

NOTICE	COACH	PRACTICE	REVIEW
Name the problem	Try a strategy	Repeat with feedback	Decide what comes next

Siklus yang dapat dilatih: Notice the problem → Coach a strategy → Practice with feedback → Review and decide. Tujuannya bukan menghindari failure, melainkan membuat failure menghasilkan learning.

Why Might a Child Give Up?

Pola berikut adalah kemungkinan yang perlu diperiksa, bukan label untuk semua anak Indonesia. Satu anak dapat mengalami beberapa factors sekaligus. Mulailah dengan curiosity, bukan blame.

POSSIBLE FACTOR	WHAT MAY BE HAPPENING	REFLECTION QUESTION
Over-helping	Orang dewasa terlalu cepat mengambil alih; anak jarang berlatih problem-solving.	Apakah saya memberi waktu untuk mencoba sebelum membantu?
Result-first Culture	Grades, rankings, atau kemenangan lebih sering dibicarakan daripada process dan improvement.	Apa yang saya puji: hasil saja atau effective strategy?
Instant Gratification	Digital entertainment yang cepat dapat membuat kegiatan yang lambat terasa kurang menarik; dampaknya berbeda pada tiap anak.	Apakah screen-time rules dan focused time sudah jelas?
Over-scheduling	Fatigue, kurang tidur, atau jadwal padat dapat menurunkan kapasitas untuk berusaha.	Apakah anak cukup tidur, istirahat, dan free play?
Fear of Failure	Anak menganggap kesalahan sebagai bukti bahwa dirinya tidak mampu.	Apakah anak berani menunjukkan kesalahan kepada saya?
Low Ownership	Goals lebih banyak ditentukan orang tua; anak belum memahami alasan atau pilihan yang dimilikinya.	Apakah anak dilibatkan dalam menetapkan targets?

A Practical Model for Supporting Perseverance

SUPPORTING ELEMENT	PURPOSE
Clear goals	Anak memahami tujuan dan apa yang dianggap sebagai progress.
Small routines	Practice terasa lebih mudah dimulai dan diulang.
Useful feedback	Anak mengetahui apa yang perlu dipertahankan atau diubah.
Autonomy + support	Anak punya suara, tetapi tidak dibiarkan menghadapi semua masalah sendirian.
Rest and recovery	Energi dan emotional capacity tetap terjaga.

Framework ini bersifat conceptual—bukan survey data, ranking penyebab, atau ukuran scientific effect. Tidak ada dasar dalam laporan ini untuk menyebut satu penyebab sebagai yang paling umum bagi seluruh keluarga Indonesia.

Where to Start?

- Amati respons orang tua saat anak kesulitan: apakah kita menyelamatkan, menyalahkan, atau coaching?
- Dengarkan makna failure bagi anak: apakah ia takut dinilai, malu, atau bingung harus mulai dari mana?
- Periksa context dan demands: apakah target sesuai usia, metode, waktu, energi, dan kemampuan anak?

Small Words Can Shape Big Habits

Niat yang baik belum tentu menghasilkan dampak yang baik. Respons yang lebih effective menggabungkan empathy, clear boundaries, dan kesempatan untuk mencoba.

LESS HELPFUL RESPONSE	POSSIBLE MESSAGE RECEIVED	A MORE HELPFUL ALTERNATIVE
“Sudah, Mama kerjakan saja.”	Aku tidak perlu memecahkan masalah sendiri.	“Coba dulu. Bagian mana yang sudah kamu pahami?”
“Kok begitu saja tidak bisa?”	Kesalahan membuatku terlihat tidak mampu.	“Bagian ini challenging. Kita coba strategi lain.”
“Kalau tidak juara, percuma.”	Hanya perfect results yang dihargai.	“Apa yang sekarang lebih baik dari sebelumnya?”
“Kalau susah, berhenti saja.”	Discomfort adalah alasan untuk berhenti.	“Kita cari penyebabnya dulu sebelum memutuskan.”
“Mama sudah bayar, jadi harus lanjut.”	Uang lebih penting daripada pengalaman anak.	“Mari evaluasi manfaat, kesulitan, dan komitmen kita.”

The Balance: Warmth + Expectations + Autonomy

WARMTH	CLEAR EXPECTATIONS	AUTONOMY
Anak merasa didengar dan aman untuk jujur.	Rutinitas dan commitments yang realistis serta konsisten.	Anak punya suara dalam memilih strategi dan mengevaluasi.

Jangan hanya memuji “hard work”. Perhatikan **purposeful effort**: mencoba strategi baru, meminta bantuan, menerima feedback, atau memperbaiki kesalahan. Jika metode anak tidak efektif, bantu ia mengubah metode—bukan sekadar meminta lebih banyak effort.

Five Practical Steps to Build Perseverance

01 Reframe Difficulty

Ketika anak berkata “Aku tidak bisa”, jawab: “Kamu belum menguasai bagian ini. Apa langkah kecil yang bisa dicoba?” Hindari labels seperti bodoh, malas, atau tidak berbakat.

02 Build a Small Routine

Sepakati satu realistic routine. Contoh: 15–20 menit membaca atau berlatih pada waktu konsisten, disesuaikan dengan usia, school workload, dan energi anak.

03 Coach, Don’t Rescue

Beri waktu untuk mencoba sendiri. Lalu tanyakan: “Apa yang sudah kamu coba?” “Bagian mana yang membuatmu macet?” “Mau petunjuk atau contoh?”

04 Make Commitments Visible

Sebelum memulai kegiatan, sepakati goal, review period, dan tanggung jawab. Jika anak ingin berhenti, dengarkan alasannya, cari solusi, lalu evaluasi.

05 Model the Behavior

Tunjukkan bagaimana orang dewasa menerima kesalahan, meminta bantuan, memperbaiki rencana, dan menepati komitmen. Anak belajar dari apa yang ia lihat.

A Dialogue You Can Use Tonight

CHILD: “Aku tidak bisa. Susah sekali.”

PARENT: “Aku dengar kamu frustrated. Kita tidak harus menyelesaikan semuanya sekarang. Tunjukkan bagian yang paling sulit, lalu kita pilih satu langkah kecil. Kamu mau mencoba sendiri dulu atau butuh petunjuk?”

AFTER TRYING: “Apa yang berubah? Apa yang akan kamu lakukan differently besok?”

Don’t Automatically Allow It. Don’t Automatically Force It.

Permintaan untuk berhenti adalah signal untuk memahami masalah. Grit bukan berarti bertahan dalam semua keadaan. Anak perlu belajar membedakan challenges yang dapat diatasi, fatigue yang membutuhkan adjustment, dan situasi yang memang tidak aman atau tidak sesuai.

STEP	WHAT PARENTS CAN DO
1. Notice	Tanyakan apa yang membuat anak ingin berhenti: materi sulit, bosan, takut gagal, konflik, kelelahan, atau kehilangan minat.
2. Diagnose	Periksa teaching method, target, schedule, tidur, screen time, hubungan dengan guru, dan kondisi emosional anak.
3. Adjust	Pecah target, ubah strategy, kurangi beban, minta dukungan guru, atau tangani masalah lingkungan.
4. Review	Sepakati review period yang realistis dan simple indicators. Libatkan anak; jangan membuat periode kaku untuk semua situasi.
5. Decide	Lanjutkan bila masih bermanfaat dan ada jalan perbaikan; ubah atau hentikan bila tidak sesuai atau emotional cost-nya tidak wajar.

SAFETY FIRST. Jika ada bullying, perlakuan tidak aman, severe psychological distress, atau masalah kesehatan, prioritaskan safety dan well-being anak. Jangan menggunakan grit untuk memaksa anak bertahan dalam situasi yang merugikan.

Three Questions Before Deciding

- Apa yang sebenarnya membuat kegiatan ini difficult atau tidak menyenangkan?
- Perubahan apa yang bisa kita coba sebelum mengambil keputusan?
- Bagaimana kita tahu situasinya membaik—or a different decision is more appropriate?

06 | REAL-LIFE SCENARIOS

Three Conversations: From Conflict to Coaching

CASE A | Anak Ingin Berhenti Les

Situation: Setelah tiga bulan, materi menjadi lebih sulit. Anak berkata, “Aku tidak mau les lagi.”
Avoid: “Ya sudah, berhenti saja” atau “Kamu harus lanjut karena sudah dibayar.”
Try: “Aku ingin memahami apa yang membuatmu ingin berhenti. Bagian mana yang sulit? Apakah kita perlu cara belajar berbeda, bicara dengan guru, atau menyesuaikan jadwal?”
Learning: Jangan mengambil keputusan hanya berdasarkan frustration sesaat atau biaya yang sudah keluar.

CASE B | Anak Hanya Mau Belajar Saat Mood Bagus

Situation: Anak belajar beberapa hari, lalu rutinitas menghilang.
Avoid: Memarahi setiap hari tanpa memperbaiki system.
Try: Sepakati waktu dan minimum target yang realistis, misalnya 15 menit setelah istirahat. Setelah selesai, beri anak pilihan aktivitas berikutnya sesuai family rules.
Learning: *Consistency is built through routines, not motivation alone.* Sesuaikan target dengan usia, beban, dan energi anak.

CASE C | Anak Takut Gagal

Situation: Nilai kurang baik dan anak berkata, “Aku memang bodoh.”
Avoid: Membandingkan dengan saudara atau teman.
Try: “Nilai ini memberi tahu bagian yang belum dikuasai. Mari lihat satu kesalahan dan tentukan strategi untuk latihan berikutnya.”
Learning: Pisahkan results dari identitas anak. Evaluasi strategy dan progress, bukan self-worth.

THE PRINCIPLE

Be persistent about the goal, but evidence-driven about the method. Tujuan jangka panjang bisa tetap penting, sementara cara mencapainya perlu disesuaikan.

07 | MONTHLY CHECK-IN

Track Behavior Change, Not Character Labels

Orang tua tidak perlu mengukur grit anak dengan formal test untuk mulai melakukan perubahan. Amati concrete behaviors dari waktu ke waktu. Checklist ini adalah family reflection tool, bukan psychological test atau diagnosis.

INDICATOR	WHAT TO OBSERVE	REFLECTION QUESTION
Starting a Routine	Anak mulai menjalankan kegiatan tanpa terus diingatkan.	Apa yang membantumu mulai hari ini?
Trying Again	Anak mau mencoba setelah gagal atau melakukan kesalahan.	Apa yang kamu ubah pada percobaan kedua?
Using Feedback	Anak mencoba menerapkan masukan yang spesifik.	Masukan mana yang paling membantu?
Finding Solutions	Anak menjelaskan masalah dan meminta bantuan dengan tepat.	Apa possible next step?
Keeping Commitments	Anak menjalankan kesepakatan atau menyampaikan hambatan.	Apakah target kita realistis?

Suggested Family Review

WHAT WENT WELL?	WHAT WAS HARD?	WHAT NEXT?
Apa yang berhasil minggu ini?	Kesulitan apa yang muncul?	Satu small change apa yang akan dicoba?

Nilai perkembangan berdasarkan perubahan dari kondisi awal anak, bukan perbandingan dengan saudara atau teman. Perilaku bervariasi menurut usia, konteks, dan kebutuhan individual.

08 | A PRACTICAL EXAMPLE: LEARNING MUSIC

Piano Lessons: Small Practice, Lasting Perseverance

Seorang murid berulang kali salah memainkan bagian lagu dan berkata, “Aku tidak mau main piano lagi.” Orang tua dapat merespons: “Bagian itu memang challenging. Mari kita pecah menjadi bagian kecil, coba perlahan, lalu lihat apa yang membaik.”

SITUATION	PARENT SUPPORT	SKILL DEVELOPED
Difficult passage	Pecah menjadi potongan kecil; gunakan target yang disepakati dengan guru.	Problem-solving and perseverance
Child feels frustrated	Akui perasaan; beri short break bila perlu, lalu tentukan small next step.	Emotional regulation
Repeating without progress	Jangan hanya meminta anak berusaha lebih keras. Minta guru mengevaluasi technique atau practice method.	Feedback and adaptive learning

Parents + Teachers = A Stronger Learning Environment

• **Teacher:** Memilih repertoire, technique, dan target yang sesuai; memberi specific feedback dan memantau progress.

• **Parent:** Menyediakan realistic practice time, menjaga suasana positif, dan membantu anak menjalankan routine.

• **Child:** Ikut memahami target, mencoba strategy, dan merefleksikan progress.

Ukuran keberhasilan bukan hanya apakah anak memainkan lagu dengan sempurna. Perhatikan juga apakah ia lebih berani mencoba, menerima correction, berlatih dengan terarah, dan pulih setelah melakukan kesalahan.

Piano hanyalah satu example. Prinsip yang sama dapat diterapkan pada reading, sports, language learning, mathematics, dan berbagai keterampilan lain.

09 | KEY TAKEAWAYS FOR PARENTS

Three Habits to Start Today

ACTION	WHAT TO DO
01 DON’T RESCUE TOO QUICKLY	Beri anak waktu mencoba sebelum memberi bantuan. Tanyakan apa yang sudah ia coba.
02 PRAISE THE USEFUL PROCESS	Hargai strategy, improvement, purposeful practice, dan keberanian meminta feedback—not results alone.
03 DON’T QUIT WITHOUT REVIEW	Dengarkan alasan anak, cari solusi, evaluasi dengan adil, dan ubah arah bila memang perlu.

CLOSING THOUGHT

Anak yang resilient bukan anak yang tidak pernah ingin menyerah. Ia adalah anak yang belajar memahami masalah, mencoba cara yang lebih baik, meminta bantuan ketika perlu, dan mengetahui kapan harus bertahan atau mengubah arah.

Bagi keluarga Dutanada, music learning dapat menjadi salah satu ruang untuk melatih skills yang bermanfaat jauh di luar ruang kelas: patience, discipline, listening, menerima feedback, dan menyelesaikan challenges secara bertahap. Peran orang tua bukan menuntut perfection, melainkan mendampingi tumbuhnya independence dan perseverance.

REFERENCES & DISCLAIMER

Research Base and Responsible Use

Selected References

• 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. DOI: 10.1037/0022-3514.92.6.1087.

• Dweck, C. S. (2006). *Mindset: The New Psychology of Success.* Random House.

• Lee, H. J. & Mendoza, N. B. (2025). *Does parental support amplify growth mindset predictions for student achievement and persistence? Cross-cultural findings from 76 countries/regions.* Social Psychology of Education. Article link.

• Du, W. et al. (2023). *The Effect of Parental Autonomy Support on Grit.* Frontiers in Psychology. Article link.

• Song, Y., Barger, M. M., & Bub, K. L. (2022). *The Association Between Parents' Growth Mindset and Children's Persistence and Academic Skills.* Frontiers in Education. Article link.

DISCLAIMER

Laporan ini disusun sebagai general educational material bagi orang tua murid Dutanada Music School. Dokumen ini bukan psychological diagnosis, medical advice, atau evaluasi terhadap anak tertentu. Grit dan growth mindset tidak menjelaskan seluruh penyebab keberhasilan atau kesulitan anak. Pembahasan mengenai keluarga Indonesia merupakan kemungkinan yang perlu dievaluasi dalam konteks masing-masing, bukan klaim national prevalence. Rekomendasi perlu disesuaikan dengan usia, kebutuhan, kondisi kesehatan, learning load, dan situasi keluarga anak. Referensi ilmiah diringkas untuk tujuan edukasi; pembaca dianjurkan memeriksa original articles untuk methodology dan limitations.

TORAZ DIGITAL EDUCATION

Building stronger learners through supportive parenting, purposeful practice, and evidence-informed education.