

Pengaruh *Growth Mindset* Orang Tua Dalam Keharmonisan Keluarga Terhadap Akademik Siswa

Alya Sukmasyariah¹, Elen Prima²

^{1,2}Program Studi Pendidikan Agama Islam, Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan, Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto

Email: sukmasyariahalya@gmail.com¹, ellen.psi06@gmail.com²

Corresponding Author: Alya Sukmasyariah

ABSTRAK

Keberhasilan akademik siswa sering kali dipandang sebagai hasil dari proses formal di sekolah, padahal pondasi utamanya bermula dari lingkungan domestik. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis bagaimana penerapan *Growth Mindset* (pola pikir bertumbuh) oleh orang tua berkontribusi terhadap penciptaan keharmonisan keluarga dan dampaknya terhadap pencapaian akademik siswa. Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kualitatif dengan studi literatur (*library research*), mengintegrasikan berbagai artikel ilmiah, buku, dan dokumen relevan terkait pengasuhan cerdas berbasis *Growth Mindset* serta keterlibatan orang tua dalam pendidikan. Hasil kajian menunjukkan bahwa orang tua yang memiliki *Growth Mindset* cenderung berfokus pada apresiasi proses, evaluasi positif terhadap kegagalan, dan komunikasi dua arah yang sehat. Pola pengasuhan ini secara signifikan mampu mereduksi konflik destruktif di rumah sehingga menciptakan atmosfer keluarga yang harmonis dan aman secara psikologis. Lingkungan rumah yang harmonis tersebut bertindak sebagai fasilitator emosional yang meningkatkan motivasi intrinsik, keterlibatan aktif (*student engagement*), serta resiliensi siswa dalam menghadapi tantangan belajar di sekolah. Kesimpulan dari penelitian ini menegaskan bahwa sinergi antara pola pikir bertumbuh orang tua dan keharmonisan keluarga merupakan variabel krusial yang menopang ketahanan dan kesuksesan akademik siswa. Implikasi penelitian menyarankan pentingnya psikoedukasi atau sosialisasi parenting berbasis *Growth Mindset* bagi masyarakat luas. Kata Kunci: *Growth Mindset* Orang Tua; Keharmonisan Keluarga; Akademik Siswa; Pengasuhan.

ABSTRAK

Student academic success is often viewed solely as a result of formal schooling, whereas its foundational roots originate in the domestic environment. This study aims to analyze how the implementation of a Growth Mindset by parents contributes to creating family harmony and its subsequent impact on students' academic performance. The method employed is a qualitative approach utilizing library research, integrating various scientific articles, books, and relevant documents concerning Growth Mindset-based smart parenting and parental involvement in education. The results indicate that parents with a Growth Mindset tend to focus on praising the process, evaluation of failure positively, and healthy two-way communication. This parenting style significantly reduces destructive conflicts at home, creating a harmonious and psychologically safe family atmosphere. Such a harmonious home environment acts as an emotional facilitator that boosts students' intrinsic motivation, active engagement, and academic resilience in facing learning challenges at school. This study concludes that the synergy between a parental Growth Mindset and family harmony is a crucial variable sustaining students' academic endurance and success. The implication suggests the importance of parenting psychoeducation or socialization focusing on Growth Mindset development for the broader community.

Keywords: Parental Growth Mindset; Family Harmony; Student Academics; Parenting.

PENDAHULUAN

Keberhasilan akademik siswa selama ini sering kali hanya diukur dari angka rapor di sekolah, sehingga perhatian publik lebih banyak tertuju pada kurikulum dan kompetensi guru. Padahal, lingkungan domestik merupakan fondasi utama yang membentuk kesiapan mental dan emosional anak sebelum mereka belajar di lembaga formal. Rumah seharusnya menjadi institusi pertama yang menyokong perkembangan anak, namun tingginya tuntutan prestasi di sekolah kerap berubah menjadi tekanan psikologis di rumah. Hal ini diperparah jika orang tua memiliki pola pikir kaku (*Fixed Mindset*) yang melihat kecerdasan sebagai bakat bawaan. Akibatnya, saat hasil belajar anak menurun, orang tua cenderung merespons dengan amarah atau pelabelan negatif yang pada akhirnya merusak komunikasi dan mengikis keharmonisan keluarga.

Padaahal, kenyamanan emosional di rumah adalah motor penggerak motivasi belajar anak di sekolah. Di sinilah pentingnya penerapan pola pikir bertumbuh (*Growth Mindset*) oleh orang tua. Berdasarkan teori Carol Dweck, orang tua dengan *Growth Mindset* percaya bahwa kecerdasan anak dapat berkembang lewat usaha, strategi yang tepat, dan belajar dari kegagalan. Dengan paradigma ini, orang tua tidak akan menghakimi hasil akhir, melainkan mengapresiasi proses belajar anak. Pola pengasuhan cerdas (*smart parenting*) yang suportif ini secara langsung mampu mereduksi konflik destruktif, menciptakan keharmonisan keluarga (Yusuf et al., 2025), dan mengubah rumah menjadi tempat yang aman (*safe space*) secara psikologis.

Ketika anak merasa aman dan didukung oleh keluarganya, mereka akan menunjukkan keterlibatan belajar (*student engagement*) yang lebih aktif, memiliki motivasi intrinsik yang kuat, serta menunjukkan resiliensi yang tinggi saat menghadapi pelajaran yang sulit di sekolah (Fatimah & Saptandari, 2022). Keharmonisan dan dukungan nyata dari orang tua terbukti berkontribusi besar dalam meningkatkan hasil belajar siswa, bahkan pada mata pelajaran yang sering dianggap menantang seperti matematika (Najwan et al., 2026). Sinergi antara *Growth Mindset* orang tua dan keharmonisan rumah inilah yang menjadi kunci utama keberhasilan akademik siswa secara berkelanjutan.

Meskipun peran orang tua telah banyak diakui, kajian yang mengintegrasikan hubungan antara *Growth Mindset* orang tua, keharmonisan keluarga, dan dampaknya pada akademik siswa masih sangat terbatas karena sering dibahas secara terpisah. Oleh karena itu, artikel ini bertujuan untuk menganalisis bagaimana aktualisasi *Growth Mindset* orang tua dapat membangun keharmonisan keluarga, dan bagaimana ekosistem positif tersebut mampu mengoptimalkan capaian akademik siswa. Kajian ini diharapkan dapat memberikan wawasan praktis bagi orang tua dan pendidik tentang pentingnya memulai mentalitas bertumbuh dari dalam rumah.

METODE PENELITIAN

Penelitian kualitatif ini menerapkan metode studi kepustakaan (*library research*) yang bersifat deskriptif-analitis untuk membedah secara komprehensif hubungan antara *Growth Mindset* orang tua, keharmonisan keluarga, dan prestasi akademik siswa. Pendekatan kepustakaan ini dipilih berdasarkan pandangan para ahli metodologi yang menyatakan bahwa studi literatur adalah sebuah teknik yang valid untuk mengonstruksi paradigma teoretis baru dengan cara mengompilasi, mengkritisi, dan menyatukan temuan-temuan dari berbagai penelitian terdahulu yang masih terfragmentasi. Melalui metode ini, proses pengkajian tidak dilakukan lewat pengujian langsung di lapangan, melainkan berfokus pada analisis isi terhadap teks ilmiah.

Langkah ini diperkuat oleh teori sosiologi pendidikan yang menegaskan bahwa fenomena domestik seperti pola pikir keluarga dan ruang lingkup sosial anak paling efektif dibedah secara mendalam melalui penelusuran dokumen sejarah, jurnal, dan teori yang telah mapan guna mendapatkan pemahaman yang holistik.

Proses pengumpulan data sekunder dalam riset ini dilakukan secara daring melalui eksplorasi sistematis pada basis data akademis terpercaya seperti Google Scholar dan ResearchGate. Strategi pencarian literatur kunci dikendalikan oleh penggunaan kata kunci yang spesifik dan relevan, yang meliputi kajian pola pikir berkembang orang tua, peran dukungan emosional keluarga dalam pembelajaran, serta efikasi diri pengasuhan cerdas modern. Para ahli riset kepustakaan menyarankan bahwa dalam mengumpulkan data sekunder, peneliti harus bertindak sebagai "kurator informasi" yang menyaring dokumen secara objektif. Oleh karena itu, dokumen-dokumen ilmiah yang berhasil dihimpun kemudian disaring ketat melalui proses reduksi data berdasarkan kriteria inklusi yang ketat, yakni artikel harus diterbitkan oleh jurnal ilmiah resmi serta memuat substansi hubungan kausal antara variabel pengasuhan rumah tangga dan dampak performa belajar anak.

Setelah melewati fase reduksi, literatur yang terpilih dianalisis secara mendalam menggunakan teknik analisis isi (*content analysis*) untuk mengestraksi esensi pemikiran dari setiap dokumen. Menurut para ahli analisis teks, teknik ini sangat efektif untuk mengungkap makna tersembunyi, pola komunikasi, dan jalinan sebab-akibat dari sebuah fenomena sosial yang tertulis. Langkah analisis dalam artikel ini diarahkan secara spesifik untuk memetakan benang merah mengenai bagaimana mekanisme *Growth Mindset* orang tua dapat mereduksi potensi konflik destruktif dalam rumah tangga demi menciptakan keharmonisan keluarga yang stabil. Selanjutnya, konsep-konsep tersebut disintesis untuk melihat bagaimana ekosistem rumah yang harmonis bertindak sebagai stimulus psikologis yang mendorong motivasi intrinsik dan ketahanan akademik siswa di sekolah. Seluruh hasil sintesis teoretis lintas jurnal ini kemudian ditarik kesimpulan secara deskriptif guna menyajikan jawaban yang utuh, valid, dan objektif atas tujuan utama penelitian ini.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Konseptualisasi *Growth Mindset* Orang Tua dalam Pola Pengasuhan

Berdasarkan teori Carol Dweck, pola pikir (*mindset*) manusia terbagi menjadi dua kategori, yaitu *Fixed Mindset* (pola pikir tetap) dan *Growth Mindset* (pola pikir berkembang). Individu yang memiliki *Growth Mindset* meyakini bahwa kapasitas dan kemampuan diri dapat terus ditingkatkan melalui kerja keras serta proses belajar. Sebaliknya, pemilik *Fixed Mindset* memandang talenta mereka sebagai sesuatu yang bersifat bawaan dan tidak dapat diubah. Dengan memahami dikotomi teori ini, seseorang dapat membangun rasa percaya diri yang lebih kuat dengan cara mengadopsi pola pikir berkembang demi pertumbuhan diri yang berkelanjutan. *Growth Mindset* adalah pandangan bahwa potensi dasar seperti inteligensi dan talenta dapat diasah melalui komitmen, usaha, dan pengalaman (Dweck, 2006). Karakteristik ini kontras dengan *Fixed Mindset* yang memandang kemampuan diri sebagai bawaan lahir yang tidak bisa diubah. Lebih jauh, Gunawan (2020, 2021) menyatakan bahwa cara berpikir dan sistem kepercayaan ini memiliki pengaruh besar terhadap perilaku sehari-hari serta tingkat keberhasilan seseorang. Oleh karena itu, konsep ini menitikberatkan pada proses pembelajaran yang berkelanjutan untuk memicu perkembangan diri.

Mindset berkembang (*Growth Mindset*) dilandasi oleh keyakinan akan kemampuan dasar seseorang yaitu sesuatu yang dapat dikembangkan dengan usaha

melalui manajemen pikiran yang baik dan pengembangan yang berkelanjutan. Meskipun setiap orang memiliki perbedaan dalam hal tertentu, seperti talenta dan keterampilan seseorang, ketertarikan atau karakter, tetapi hal tersebut dapat berubah dan berkembang melalui suatu Tindakan dan pengalaman (Dweck, 2006). Pengukuran *Growth Mindset* dilakukan dengan mengadopsi skala pola pikir yang dikembangkan oleh (Sembiring, 2017) berdasarkan landasan teori dari Dweck (2006). Instrumen ini memuat 15 butir pernyataan (aitem) yang dirancang untuk menguji empat dimensi utama *Growth Mindset*. Dimensi tersebut meliputi: (1) keyakinan terhadap potensi kecerdasan, bakat, dan karakter yang dapat terus diasah; (2) pandangan bahwa hambatan serta kegagalan merupakan elemen krusial bagi pertumbuhan diri; (3) kesadaran bahwa keberhasilan dicapai melalui kontribusi kerja keras dan usaha; serta (4) pemanfaatan kritik maupun umpan balik dari orang lain sebagai sarana untuk melampaui keterbatasan diri (Sembiring, 2017).

Manifestasi Dimensi *Growth Mindset* ke dalam Perilaku Pengasuhan

Untuk memahami bagaimana konsep teoretis ini bekerja di dalam rumah, keempat dimensi *Growth Mindset* yang dikemukakan oleh Sembiring (2017) dapat dibedah menjadi tindakan pengasuhan nyata sebagai berikut:

1. Keyakinan pada kemampuan kecerdasan, bakat, dan karakter yang bisa terus dikembangkan.

Dimensi pertama ini terlihat dalam cara orang tua yang tidak pernah memberikan label tetap pada anak, baik itu label yang baik maupun yang buruk. Saat anak mendapatkan nilai matematika yang rendah, orang tua yang percaya dengan pandangan ini tidak akan bilang, "Kamu memang tidak punya bakat di angka." Sebaliknya, mereka akan menganggap kecerdasan anak seperti otot yang bisa dilatih. Sikap nyata orang tua adalah meluangkan waktu untuk menemani anak saat mengulang rumus, mencari cara belajar yang berbeda, atau menyediakan media belajar yang membantu. Keyakinan bahwa anak "dapat menjadi lebih baik dengan latihan" membuat orang tua selalu merasa optimis dan membagikan semangat positif itu kepada anak-anak di rumah.

2. Pandangan bahwa rintangan dan kegagalan adalah bagian penting untuk perkembangan diri.

Pada dimensi kedua, terlihat jelas bagaimana perilakunya muncul ketika anak mengalami kemunduran dalam akademik, seperti tidak naik kelas, gagal dalam kompetensi, atau mendapatkan nilai yang di bawah rata-rata. Alih-alih menjawab dengan kemarahan, teriakan, atau hukuman yang bisa merusak mental, orang tua sebaiknya mengakui perasaan anak terlebih dahulu dan melihat kegagalan itu sebagai "tempat belajar". Langkah yang bisa diambil adalah mengajak anak untuk duduk bersama dan berbicara dengan tenang, melihat bagian mana yang salah, dan merencanakan strategi baru untuk ujian yang akan datang. Rumah benar-benar diubah menjadi tempat yang aman di mana anak-anak tidak merasa takut untuk berbuat salah, selama mereka mau belajar dari kesalahan itu.

3. Kesadaran bahwa kesuksesan diperoleh dari hasil kerja keras dan usaha yang dilakukan.

Dimensi ketiga ini mengubah cara orang tua memberikan pujian atau penghargaan. Orang tua kini tidak hanya fokus pada hasil akhir, tetapi lebih menghargai setiap usaha dan kerja keras yang dilakukan anak selama proses belajar. Perilaku yang sebenarnya adalah dengan memberikan pujian yang fokus pada proses. Sebagai contoh, orang tua bisa mengatakan, "Ibu sangat bangga melihat kamu begitu rajin berlatih soal ini sampai malam," daripada hanya

berkata, "Kamu sangat pintar, langsung dapat nilai seratus." Dengan cara ini, mereka secara tidak langsung mengajarkan kepada anak bahwa usaha keras itu lebih penting daripada bakat alami, sehingga anak tumbuh menjadi seseorang yang menghargai proses belajar di sekolah.

4. Menggunakan kritik dan umpan balik dari orang lain sebagai cara untuk mengatasi batasan diri.

Dimensi terakhir muncul sebagai sikap orang tua yang bersikap terbuka, tidak mudah tersinggung terhadap kritik, dan memiliki keyakinan yang tinggi dalam kemampuan mereka sebagai pengasuh. Dalam kehidupan sehari-hari, orang tua dengan karakter ini sangat terlibat dalam berkomunikasi secara langsung dengan sekolah atau guru kelas untuk menanyakan kemajuan anak mereka. Saat guru memberikan saran atau kritik tentang perilaku belajar anak di kelas, orang tua sebaiknya tidak bersikap defensif atau membela anak secara membabi buta. Mereka menerima saran itu dengan pikiran terbuka, membicarakannya dengan anak di rumah, dan bersama-sama mencari cara untuk memperbaikinya. Sikap legawa orang tua ini menjadi contoh yang baik bagi anak untuk selalu siap menerima penilaian demi kemajuan dalam belajar.

Hubungan kausal antara dimensi cara berpikir dan tindakan nyata ini sejalan dengan temuan (Fatimah & Saptandari, 2022) yang menunjukkan bahwa *Growth Mindset* bertindak sebagai stimulator utama lahirnya dukungan pengasuhan yang konkret di rumah. Ketika orang tua memiliki keyakinan bahwa kemampuan tidak bersifat statis, orientasi pengasuhan mereka bergeser ke arah penguatan regulasi emosional. Hal ini dipertegas oleh riset (Anugrah et al., 2024), di mana *Growth Mindset* terbukti meningkatkan *parenting self-efficacy*.

Perbedaan mendasar antara *Fixed Mindset* dan *Growth Mindset* pada orang tua akan memicu perbedaan yang sangat kontras dalam cara mereka merespons dinamika belajar anak sehari-hari (Dweck, 2006). Dalam konteks pengasuhan, manifestasi *Growth Mindset* orang tua tercermin secara nyata melalui cara mereka memberikan umpan balik dan pujian kepada anak. Dweck menegaskan bahwa orang tua yang terjebak dalam *Fixed Mindset* cenderung memberikan pujian yang berorientasi pada kepribadian (*person praise*) seperti melabeli anak "pintar" atau "berbakat", yang justru berisiko membuat anak rapuh dan takut menghadapi kegagalan. Sebaliknya, orang tua yang mengaktualisasikan paradigma *Growth Mindset* dalam sistem smart parenting akan menunjukkan pola interaksi yang jauh lebih edukatif dan konstruktif. Saat anak menghadapi kemunduran akademik, orang tua dengan pola pikir bertumbuh tidak akan memosisikan kegagalan sebagai aib atau refleksi dari kebodohan anak, melainkan menginterpretasikannya sebagai sinyal bahwa ada strategi belajar yang perlu dievaluasi dan diperbaiki (Dweck, 2006). Respons nyata yang diberikan adalah memberikan ruang aman bagi anak untuk berdiskusi, memvalidasi beban emosional yang dirasakan anak, serta membimbing anak mencari metode penyelesaian masalah yang baru (Fatimah & Saptandari, 2022).

Tabel 1: Karakteristik Pola Pengasuhan Orang Tua Berorientasi *Fixed Mindset* dan *Growth Mindset*

Aspek Pengasuhan	Respon Orang Tua <i>Fixed Mindset</i>	Respon Orang Tua <i>Growth Mindset</i>
Fokus penilaian	Berorientasi pada hasil akhir (nilai kuantitatif)	Berorientasi pada proses (usaha, strategi, dan ketekunan)

Respon terhadap kegagalan	Marah, menghakimi, membandingkan, atau memberi label negative	Memvalidasi emosi, mengajak diskusi, mengevaluasi metode belajar
Pandangan terhadap usaha	Dianggap tidak berguna jika anak tetap mendapat nilai buruk	Dipandang sebagai satusatunya kunci utama untuk berkembang
Gaya komunikasi	Otoriter, satu arah, dan penuh dengan tekanan	Suportif, dua arah, dan memberi ruang aman

Peran Pola Pikir Bertumbuh dalam Menciptakan Keharmonisan Keluarga

Skala *Growth Mindset* menggunakan aspek menurut Dweck yaitu keyakinan mengenai inteligensi, bakat, dan sifat; Keyakinan mengenai kesulitan, kegagalan, dan tantangan, keyakinan mengenai usaha dan kerja keras dalam memberikan kontribusi terhadap perkembangan diri. Aspek aspek tersebut tentunya perlu didukung dengan skala family support yang baik sebagai bentuk dukungan emosional, dukungan fisik, dukungan materi. Dukungan keluarga (family support) didefinisikan oleh (Anugrah et al., 2024) dalam Gottlieb (2000) sebagai bentuk perhatian yang mampu memberikan pengaruh positif terhadap kondisi emosional dan perilaku penerimanya. Dukungan ini dapat diwujudkan melalui bimbingan verbal maupun nonverbal, tindakan nyata, serta bantuan tulus dari lingkaran terdekat. Sejalan dengan hal itu, Dolan dan Canavan (2006) menjelaskan bahwa dukungan keluarga berperan sebagai sistem bantuan utama (central helping system) dan bentuk dukungan sosial informal di antara anggota keluarga. Sistem ini berfungsi sebagai sumber kekuatan dan ruang aman yang efektif untuk meminimalisasi risiko gangguan kesehatan mental bagi individu di dalam lingkungan keluarga.

Variabel dukungan orang tua diukur menggunakan instrumen Perceived Parental Academic Support Scale yang diadaptasi menurut Fatimah & Saptandari, (2022) dari (Chen, 2005) dan telah dimodifikasi oleh (Suarni, 2011) dengan nilai koefisien reliabilitas mencapai 0,883. Versi awal skala ini memuat 27 butir pernyataan (aitem) yang mencakup enam dimensi utama, antara lain dukungan interpersonal, kognitif, emosional, keperilakuan, instrumental, serta dukungan otonomi. Dalam penelitian ini, penyesuaian dilakukan oleh peneliti untuk menyelaraskan instrumen dengan situasi pembelajaran daring. Usai melewati tahapan uji validitas, dilakukan uji coba keterbacaan atau analisis aitem yang melibatkan 60 responden dari kalangan siswa SMP.

Hubungan teoretis antara *Growth Mindset* orang tua dan tingginya family support (dukungan keluarga) dapat dipahami melalui mekanisme bagaimana cara individu menginterpretasikan tantangan. Pola pikir bertumbuh yang dimiliki oleh orang tua berfungsi sebagai "tombol saklar" atau kompas internal yang menentukan arah tindakan pengasuhan mereka. Sejalan dengan temuan Edwina dan Sembiring (2021), pola pikir (*mindset*) seseorang memiliki kontribusi nyata dalam memprediksi pembentukan resiliensi dan kekuatan adaptasi di dalam keluarga. Ketika orang tua memiliki *Growth Mindset* yang tinggi, mereka memandang kesulitan, kegagalan, atau hambatan belajar anak bukan sebagai titik buntu, melainkan sebagai kesempatan berharga untuk mengembangkan kemampuan dan mengevaluasi strategi baru.

Pola pikir bertumbuh (*Growth Mindset*) yang dimiliki orang tua tidak akan menjadi konsep abstrak belaka, melainkan mewujudkan secara konkret melalui pemenuhan enam dimensi Perceived Parental Academic Support Scale. Ketika orang

tua meyakini bahwa inteligensi dan kapasitas anak dapat terus diasah melalui usaha, untuk dapat lebih dipahami kita bedah teori yang dikemukakan oleh Chen dalam kehidupan sehari-hari sebagai berikut:

1. Dukungan Interpersonal

Orang tua dengan *Growth Mindset* membangun hubungan yang setara dan hangat dengan anak. Mereka menempatkan diri sebagai mitra belajar, bukan sebagai penguasa yang mendikte. Tindakan nyatanya adalah menciptakan kebiasaan mengobrol yang santai setelah anak pulang sekolah, mendengarkan cerita anak tentang kesulitan belajarnya tanpa langsung menghakimi, serta menunjukkan ketertarikan tulus pada proses yang sedang dilalui anak.

2. Dukungan Kognitif

Dimensi ini tampak dari bagaimana orang tua terlibat dalam menstimulasi cara berpikir anak. Alih-alih langsung memberikan jawaban instan saat anak kesulitan mengerjakan tugas sekolah, orang tua yang adaptif akan memberikan pertanyaan pemantik atau petunjuk kecil yang memicu anak untuk berpikir kritis. Mereka mendampingi anak mengevaluasi kekeliruan tugasnya dan bersama-sama merancang strategi belajar baru yang lebih efektif.

3. Dukungan Emosional

Ketika anak mengalami kemunduran akademis seperti mendapat nilai buruk atau gagal dalam kompetensi orang tua tidak meresponsnya dengan kemarahan destruktif. Perilaku nyata mereka adalah memvalidasi emosi sedih anak terlebih dahulu (misalnya, "Ibu tahu kamu kecewa dengan hasil ini, tidak apa-apa"), lalu menanamkan optimisme bahwa kegagalan tersebut adalah ruang belajar yang berharga untuk bangkit kembali.

4. Dukungan Instrumental

Sebagai bentuk keyakinan bahwa usaha membutuhkan sarana pendukung, orang tua berkomitmen menyediakan fasilitas fisik dan materi yang memadai sesuai kapasitas mereka. Bentuk nyatanya meliputi penyediaan ruang belajar yang tenang, jaringan internet yang stabil untuk pembelajaran, buku-buku referensi yang relevan, hingga memastikan asupan nutrisi anak terpenuhi dengan baik selama musim ujian.

5. Dukungan Otonomi (*Autonomy Support*)

Dimensi terakhir dan yang paling krusial adalah pemberian kepercayaan. Orang tua dengan *Growth Mindset* tidak mengekang anak dengan target angka yang kaku. Mereka memberikan kebebasan (otonomi) kepada anak untuk memilih metode belajar yang paling nyaman bagi mereka, menyusun target pribadi mereka, dan mengambil keputusan akademisnya sendiri, sambil tetap mengawasi secara bijaksana agar anak tumbuh menjadi pribadi yang mandiri dan bertanggung jawab.

Manifestasi yang jelas dari enam dimensi dukungan akademik tersebut sebenarnya adalah bagian penting dari dukungan sosial yang lebih besar dalam keluarga. Sesuai dengan pandangan Sarafino (dalam Mahmudi, 2014; Sembiring, 2022), dukungan sosial yang baik ditandai dengan adanya interaksi antar individu yang membuat seseorang merasa aman, diperhatikan, dan dihargai dengan tulus. Dalam dunia akademik, dukungan keluarga yang berasal dari pola pikir berkembang terbukti menjadi perlindungan utama bagi anak-anak ketika mereka menghadapi tekanan di sekolah. Saat keluarga menunjukkan perhatian yang besar, aktif menghargai setiap proses usaha (bukan hanya hasil akhir), dan menyediakan fasilitas belajar di rumah dengan baik (Kurnia, 2021), maka kecenderungan siswa untuk mengalami kelelahan mental akademik (*academic burnout*) akan berkurang secara signifikan (Agustin,

2009). Sebaliknya, suasana rumah yang dingin, tidak peduli, atau terlalu menuntut hasil segera akan meningkatkan risiko anak mengalami kelelahan mental. Dengan memberikan motivasi, dukungan kata-kata yang positif, dan menciptakan lingkungan belajar yang nyaman di rumah (Agustin, 2009), siswa bisa mendapatkan kembali semangat psikologis mereka. Hal ini membuat mereka bisa belajar dengan antusias, beradaptasi dengan baik, dan terhindar dari tekanan akademik.

Sarafino dalam Mahmudi (2014). Dalam (Sembiring, 2022) mengatakan bahwa dukungan keluarga merupakan bagian dari dukungan social. Dukungan social ditandai adanya keterlibatan dari orang lain yang membuat individu merasa nyaman, merasa diperhatikan dan dihargai. Dukungan sosial (family support) diketahui berpengaruh terhadap academic. Ketika keluarga menunjukkan kepedulian, selalu memberikan dukungan pada siswa, memberikan apresiasi atas prestasi yang diperoleh siswa, maka akan semakin rendah kecenderungan siswa mengalami *academic burnout* (Agustin, 2009). Sebaliknya, ketika keluarga utamanya orangtua cenderung kurang peduli pada siswa, maka akan dapat meningkatkan kemungkinan siswa mengalami *academic burnout*. Dukungan keluarga membuat siswa merasa nyaman dan lebih bersemangat dalam belajar. Menurut (Kurnia, 2021) motivasi dan penguatan dari orangtua selama siswa belajar, pemenuhan sarana/ fasilitas belajar secara memadai perlu dilakukan orangtua agar siswa merasa nyaman dan bersemangat dalam belajar, termasuk kegiatan belajar dirumah (Kurnia, 2021).

Muara akhir dari integrasi antara *Growth Mindset* orang tua dan tingginya family support adalah terciptanya keharmonisan serta ketangguhan sistem keluarga yang kokoh. Ketika enam dimensi dukungan akademik terpenuhi secara konsisten di rumah, ikatan emosional antar-anggota keluarga akan terjalin secara positif karena setiap individu merasa didengarkan, dihargai, dan diterima apa adanya. Mengacu pada perspektif sistem keluarga dari Edwina dan Sembiring (2021), keluarga yang resilien tidak terbentuk secara instan, melainkan lahir dari bagaimana anggota keluarga saling mendukung dan berkomitmen secara mutual saat menghadapi tantangan hidup yang menekan. Pola pengasuhan yang suportif dan berbasis pada proses perkembangan ini secara otomatis meminimalkan munculnya disorganisasi atau konflik domestik yang destruktif (Sembiring, 2022).

Lebih lanjut, keterbukaan komunikasi dan ruang otonomi yang diberikan orang tua menstimulasi hadirnya diskusi yang membangun dan kreatif di dalam rumah. Ketika anak melakukan kesalahan akademik atau menghadapi kegagalan, rumah tidak berubah menjadi ruang interogasi yang menakutkan, melainkan menjadi "ruang aman" (*safe space*) untuk mengevaluasi strategi bersama. Dinamika interaksi yang sehat ini tidak hanya meningkatkan fungsi adaptif anak di sekolah, tetapi juga mempercepat pemulihan keluarga dari berbagai krisis emosional maupun social (Suarni, 2011). Pada akhirnya, *Growth Mindset* yang ditransmisikan melalui dukungan keluarga yang nyata menjadi pilar utama yang menjaga stabilitas, kebahagiaan, dan keharmonisan jangka panjang di dalam ekosistem keluarga (Anugrah et al., 2024).

Dampak Sinergis Keharmonisan Rumah terhadap Resiliensi dan Capaian Akademik Siswa

Rumah sebagai *Secure Base* (Landasan Aman): Keharmonisan domestik yang dicirikan oleh adanya komunikasi terbuka serta minimnya konflik secara otomatis bertindak sebagai modal sosial-psikologis utama yang membentuk ruang aman bagi anak sebelum mereka berinteraksi dengan tekanan interaksional di sekolah. Konseptualisasi ini sejalan dengan temuan Edwina dan Sembiring (2021) bahwa kedamaian di dalam rumah tangga membangun kekuatan adaptasi sistem keluarga.

Ketika orang tua secara konsisten menunjukkan kasih sayang yang responsif, anak akan menginternalisasi hubungan tersebut sebagai ikatan yang aman (*secure base attachment*), yang menurut penelitian mutakhir terbukti menjadi fondasi kokoh untuk menjaga kesehatan mental dan meningkatkan harga diri remaja (Triana et al., 2019). Melalui fungsi keluarga yang berjalan harmonis ini, rumah tidak sekadar menjadi tempat tinggal fisik, melainkan sebuah sistem bantuan utama (*central helping system*) yang memberikan perlindungan emosional, sehingga anak memiliki kesiapan psikologis yang matang dan rasa percaya diri yang tinggi saat harus berhadapan dengan berbagai stresor atau beban akademik di luar rumah (Sembiring, 2022).

Dampak Sinergis pada Ketahanan Akademik: Keharmonisan dalam keluarga dan fungsi peran orang tua secara langsung menjadi faktor utama yang membantu mengembangkan efikasi diri, yaitu keyakinan yang kuat pada anak tentang kemampuannya untuk menyelesaikan tugas-tugas di sekolah atau kuliah (Tade & Riada, 2024). Jika kita melihatnya melalui Teori Kognitif Sosial dari Albert Bandura, keyakinan diri seorang anak tidak berkembang tanpa pengaruh dari luar. Sebaliknya, itu sangat dipengaruhi oleh dukungan kata-kata dari orang lain (persuasi sosial) dan suasana di lingkungan sekitarnya. Saat orang tua yang memiliki pola pikir berkembang secara konsisten memberikan pujian positif terhadap usaha anak dan tidak hanya menuntut hasil angka, anak akan menerima pesan itu sebagai keyakinan bahwa kemampuan intelektual mereka bisa terus tumbuh (Sayekti & Daliman, 2025). Sinergi antara keharmonisan di rumah dan rasa percaya diri yang tinggi ini kemudian mendorong munculnya ketahanan akademik pada siswa. Berdasarkan pemahaman teoretis tentang resiliensi, daya tahan psikologis ini muncul ketika dukungan dari keluarga yang dapat beradaptasi bertemu secara langsung dengan keyakinan diri siswa yang kuat. Hasil penelitian dari Sayekti (2025) mendukung hal ini dengan menunjukkan bahwa gabungan antara suasana keluarga yang harmonis dan percaya diri yang tinggi secara bersamaan menjadi faktor paling kuat yang mempengaruhi ketahanan siswa di sekolah (Sayekti & Daliman, 2025).

Dampak nyata dari keterfungsian sistem keluarga ini membuat siswa memiliki daya lentur psikologis yang luar biasa; mereka tidak sekadar mampu bertahan di bawah tekanan, tetapi juga memiliki kemampuan untuk bangkit kembali dari kegagalan (*bouncing back*), mengevaluasi strategi belajar secara mandiri, dan tidak mudah menyerah saat dihadapkan pada tugas-tugas akademik yang sulit dan kompleks (Tade & Riada, 2024). Pada akhirnya, keberfungsian keluarga (*family functioning*) bertindak sebagai motor penggerak psikologis yang mengubah potensi kognitif anak menjadi performa ketahanan akademik yang nyata di lapangan (Tade & Riada, 2024).

Dari penjelasan di atas, terlihat jelas bahwa kerja sama antara kondisi rumah tangga yang tenang dan tingkat kepercayaan diri yang tinggi adalah faktor utama yang membantu meningkatkan hasil belajar siswa di sekolah. Meski begitu, sosiologi keluarga melihat bahwa sistem ini tidak selalu stabil, tetapi bisa terganggu oleh ketidakseimbangan dalam struktur yang ada. Oleh karena itu, pentingnya keharmonisan rumah tangga sebagai faktor yang menentukan capaian akademik akan terasa lebih jelas dan penting jika kita menganalisis kondisi yang berlawanan, yakni ketika fungsi-fungsi keluarga yang ideal tidak berjalan dengan baik karena adanya perpisahan orang tua (*broken home*). Ketika ruang rumah tangga tidak lagi bisa menjalankan perannya sebagai tempat perlindungan emosional, maka berantai efek negatif akan mulai memengaruhi lingkungan kelas, mengganggu fokus belajar, dan mengancam kemajuan akademik siswa. Dinamika penurunan psikososial dan akademik akibat disfungsi struktural ini secara mendalam dijelaskan melalui poin-poin berikut (Yahya et al., 2025).

1. Gangguan emosional mendalam Kondisi keluarga yang retak menempatkan anak pada risiko tinggi mengalami tekanan batin dan ketidakstabilan psikologis. Berdasarkan studi Priska Adristi (2023), anak-anak dari latar belakang ini rentan mengalami gangguan emosional yang serius seperti rasa sedih yang mendalam, rasa malu, hingga munculnya gejala depresi yang sering kali luput dari deteksi lingkungan sekitar. Kondisi emosi yang terluka ini menjadi batu sandungan utama bagi regulasi diri siswa di sekolah.
2. Penurunan Konsentrasi dan Fokus Belajar (*Cognitive disruption*) Ketidakstabilan psikologis akibat perpisahan atau konflik orang tua secara langsung mengganggu keseimbangan emosi anak, sehingga mereka mengalami penurunan konsentrasi yang serius. Siswa menjadi kesulitan untuk mempertahankan fokusnya dalam kegiatan pembelajaran, mengalami penurunan fokus belajar, serta sulit menyerap materi pelajaran di kelas.
3. Kemunduran Motivasi dan Semangat Akademik (*Academic Motivation Decline*) Minimnya perhatian, kasih sayang, bimbingan, serta dukungan moral dari orang tua menjadi faktor pemicu utama runtuhnya semangat belajar siswa. Dampak lanjutannya adalah anak menjadi kehilangan motivasi, enggan atau tidak bersemangat untuk berpartisipasi dalam kegiatan akademik, hingga berujung pada penurunan prestasi belajar mereka secara drastis.
4. Munculnya Perilaku Menyimpang di Sekolah Tekanan batin yang dialami siswa sering kali dimanifestasikan dalam bentuk tindakan atau perilaku menyimpang di lingkungan sekolah. Beberapa respons keperilakuan yang umum ditemukan meliputi malas belajar, sering datang terlambat, tidak menyelesaikan tugas-tugas sekolah, hingga membolos
5. Penarikan Diri dari Lingkungan Sosial Di area interaksi sosial, anak-anak broken home cenderung merespons situasi traumatis mereka dengan menarik diri dari lingkungan sosial, menjadi lebih pendiam, serta sulit bergaul dengan teman sebayanya. Kurangnya pengawasan dari rumah juga membuat mereka mudah terpengaruh oleh hal-hal negatif di lingkungan sekitar, yang pada akhirnya memicu sikap acuh atau apatis terhadap masa depan pendidikan mereka.
6. Potensi Pertumbuhan Karakter Positif dan Kemandirian Kendati dominan membawa dampak negatif, disorganisasi keluarga tidak selalu bersifat linear merusak bagi seluruh siswa. Minat belajar, kontrol diri, dan tekad yang kuat tetap mampu mengatasi tekanan psikologis tersebut. Lebih jauh Yahya et al.,(2025) Abduh (2023) menyoroti bahwa pengalaman hidup yang penuh tekanan ini, jika dikelola dengan strategi koping yang tepat dan didukung oleh ekosistem sekolah yang suportif, justru dapat membentuk kemandirian, kemampuan mengambil keputusan secara tangguh, serta kematangan berpikir yang lebih cepat daripada usia biologisnya.

Secara keseluruhan, dinamika ini menegaskan bahwa masa depan akademik anak dari keluarga yang tidak utuh tidak ditentukan semata oleh keretakan struktur domestiknya, melainkan dikonstruksi oleh jaring pengaman sosial yang mereka terima saat ini. Oleh karena itu, penanganan sosiologis di sekolah harus bergeser dari sekadar pengajaran akademik konvensional menuju penciptaan ekosistem pendidikan yang inklusif, berpusat pada empati, dan restoratif guna memulihkan serta merangkul kembali ruang belajar anak.

Mengingat kompleksnya dampak disfungsi keluarga terhadap fokus belajar siswa, lingkungan sekolah tidak boleh bersikap pasif atau sekadar berfokus pada

penilaian angka akademis semata. Sekolah perlu mengintegrasikan pendekatan akademik dan psikososial secara terpadu melalui strategi komprehensif.

Social Emotional Learning (SEL) , merupakan bagian dari transformasi filosofi pendidikan menuju pendekatan holistik, yang mengintegrasikan aspek kognitif, emosional, fisik, dan sosial untuk membentuk pribadi yang berempati dan bertanggung jawab secara social (Wahyudin, 2025). Menurut Wahyudin di tingkat global, kerangka kerja SEL diakui secara luas karena membantu siswa mengelola emosi, membangun hubungan interpersonal yang sehat, serta mengambil keputusan secara bertanggung jawab. Dalam konteks pendidikan di Indonesia, implementasi pembelajaran sosial-emosional ini selaras dengan paradigma Kurikulum Merdeka yang menekankan penguatan karakter melalui pengembangan Profil Pelajar Pancasila. Berdasarkan hasil sintesis literatur dalam artikel tersebut, penerapan SEL secara nyata di sekolah sangat efektif jika diintegrasikan melalui aktivitas fisik terstruktur dan pembelajaran kolaboratif. Intervensi berbasis *game-based learning* (seperti program Brain Agents) dan tugas kelompok (seperti Program BOND) terbukti berkontribusi signifikan terhadap perkembangan emosional siswa, seperti meningkatkan regulasi emosi, harga diri, efikasi diri, serta menurunkan stres fisiologis. Meskipun beberapa studi mencatat bahwa dampak jangka panjang dari SEL masih terbatas tanpa program yang berkelanjutan, bukti keseluruhan menegaskan bahwa SEL merupakan strategi krusial untuk menumbuhkan resiliensi siswa serta memperkuat budaya sekolah yang positif dan inklusif.

Komunikasi terbuka dan asertif Guru dan wali kelas perlu membangun pola komunikasi dua arah yang empatik dan mendalam, memberikan ruang bagi siswa untuk didengarkan tanpa penghakiman sehingga menumbuhkan kembali kepercayaan diri mereka. (Yahya et al., 2025).

Optimalisasi Layanan Konseling Profesional: Sekolah harus memaksimalkan peran guru Bimbingan dan Konseling (BK) sebagai rekan reflektif, bukan sekadar penindak pelanggaran. Layanan konseling yang sistematis terbukti efektif membantu siswa memproses pengalaman traumatis domestik dan meningkatkan kemampuan pengelolaan stress.

KESIMPULAN

Berdasarkan seluruh paparan dan analisis sosiologis yang telah diuraikan, dapat disimpulkan bahwa sistem keluarga memiliki keterkaitan yang sangat linear dan sinergis terhadap resiliensi serta capaian akademik siswa di sekolah. Keluarga yang berfungsi secara harmonis akan bertindak sebagai *secure base* (landasan aman) yang kuat, di mana komunikasi yang terbuka dan pemenuhan afeksi yang responsif berhasil membangun efikasi diri serta ketahanan akademik (*academic resilience*) siswa saat berhadapan dengan berbagai stresor di luar rumah. Sebaliknya, ketika struktur domestik mengalami disorganisasi akibat perpisahan orang tua (*broken home*), kemacetan fungsi dasar keluarga seperti fungsi pendidikan, sosialisasi, perlindungan, dan kasih sayang secara berantai akan memicu *emotional distress*, *cognitive disruption* (penurunan konsentrasi), kemunduran motivasi belajar, hingga manifestasi perilaku menyimpang pada anak di lingkungan sekolah. Kendati demikian, dampak destruktif dari disfungsi struktural keluarga ini tidak selalu bersifat merusak secara permanen bagi masa depan akademik siswa. Melalui perspektif pendidikan holistik, ekosistem sekolah dapat mengambil alih peran sebagai *substitute secure base* (ruang aman pengganti) melalui penerapan *Social Emotional Learning* (SEL). Sebagaimana dibuktikan dalam literatur ilmiah, penerapan SEL yang diintegrasikan melalui aktivitas fisik kolaboratif, *game-based learning*, dan tugas kelompok terstruktur terbukti secara

empiris mampu menurunkan stres fisiologis siswa, memulihkan regulasi emosi, serta meningkatkan kembali harga diri (*self-esteem*) dan daya lentur psikologis (*bouncing back*) anak, khususnya bagi mereka yang datang dari latar belakang keluarga kurang beruntung atau mengalami krisis emosional. Pada akhirnya, keberhasilan akademik siswa tidak semata-mata ditentukan oleh utuh atau retaknya struktur keluarga mereka, melainkan oleh seberapa adaptif dan inklusifnya jaringan pengaman sosial yang disediakan oleh lingkungan pendidikan di sekolah.

Saran

Berdasarkan temuan-temuan di atas, pihak manajemen sekolah dan para pendidik diharapkan tidak lagi sekadar berfokus pada pencapaian kognitif-akademis tradisional atau penilaian angka semata, melainkan harus mulai mereformasi strategi pembelajaran di kelas agar lebih berpusat pada empati melalui integrasi kerangka kerja SEL secara sistematis, baik dalam aktivitas kolaboratif maupun lewat optimalisasi layanan konseling BK yang restoratif tanpa penghakiman. Selain itu, pembuat kebijakan pendidikan juga perlu memperkuat program pelatihan guru secara masif terkait pedagogi holistik, sehingga penanaman nilai afektif dalam Profil Pelajar Pancasila pada Kurikulum Merdeka tidak sekadar menjadi formalitas administratif, melainkan mewujudkan nyata dalam iklim kelas harian yang stabil, aman, dan inklusif bagi seluruh siswa tanpa terkecuali. Terakhir, bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk melakukan studi longitudinal jangka panjang guna menguji keberlanjutan dampak intervensi program SEL terhadap stabilitas emosional serta prestasi akademik siswa korban broken home, mengingat beberapa data empiris menunjukkan bahwa manfaat psikososial dari program ini dapat melemah jika tidak diterapkan secara konsisten dan berkesinambungan di lingkungan sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, M. (2009). Model Konseling Kognitif-Perilaku untuk Menangani Kejenuhan Belajar Mahasiswa (Studi Pengembangan Model Konseling pada Mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia Tahun Akademik 2008/2009). *Universitas Pendidikan Indonesia*.
- Anugrah, A. D., Wahidah, F. R., Rahardjo, P., & Wulandari, D. (2024). Bagaimana *Growth Mindset* dan family support dapat berpengaruh terhadap parenting self efficacy. *Psychopedia*, (Bagaimana *Growth Mindset* dan family support dapat berpengaruh terhadap parenting efficacy).
- Chen, J. J.-L. (2005). Relation of academic support from parents, teachers, and peers to Hong Kong adolescents' academic achievement: The mediating role of academic engagement. *Genetic, Social, and General Psychology Monographs*, 131(2), 77–127.
- Dweck, C. S. (2006). *Mindset: The new psychology of success*. Random house.
- Fatimah, L. S., & Saptandari, E. (2022). Peran *Growth Mindset* dan dukungan orang tua terhadap keterlibatan siswa selama pembelajaran daring. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 11(1), 58–73. <https://doi.org/10.30996/persona.v11i1.5773>
- Kurnia, D. (2021). Dinamika gejala kejenuhan belajar siswa pada proses belajar online faktor faktor yang melatarbelakangi dan implikasinya pada layanan bimbingan keluarga. *Teaching: Jurnal Inovasi Keguruan Dan Ilmu Pendidikan*, 1(1), 1–10.
- Najwan, R., Ananda, F., Wibowo, S., & Sambodo, R. N. (2026). Analisis Hubungan Antara *Growth Mindset* Siswa dan Dukungan Harapan Orang Tua terhadap Prestasi Belajar Matematika Siswa Kelas VI SDN Banjarsari. *Teorema: Teori*

- Dan Riset Matematika*, 11(01), 1–8.
<https://doi.org/10.25157/teorema.v10i1.22615>
- Sayekti, fazaumi N., & Daliman. (2025). *Hubungan keharmonisa keluarga dan efikasi diri dengan resiliensi akademik siswa SMP*. (Hubungan keharmonisan keluarga dan efikasi diri dengan resiliensi akademik siswa SMP).
- Sembiring, T. (2022). Peran mindset terhadap resiliensi keluarga pada dewasa awal. *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*.
- Suarni, W. (2011). Pengaruh dukungan orang tua, dukungan teman sebaya, dan belajar berdasar regulasi diri terhadap prestasi akademik siswa Sekolah Menengah Pertama di Yogyakarta. *Universitas Gadjah Mada*.
- Tade, N. I. M., & Riada, M. R. (2024). Pengaruh Keberfungsian Keluarga Terhadap Resiliensi Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir. *Ra'ah: Journal of Religious and Social Studies*, 4(1), 51–60.
- Wahyudin. (2025). *Penerapan Social Emotional Learning (SEL) dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani: Systematic Literature Review*.
- Yahya, M., Garlis, martha C., & Oktafiana, Z. (2025). dampak broken home terhadap fokus belajar siswa. *Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Psikologi*, 3.
- Yusuf, A., Makhzunyah, M., & Farida, K. (2025). *Pendampingan Moderasi Beragama dengan Strategi Growth Mindset untuk Meningkatkan Ketahanan Ideologis Siswa SMPN 2 Pasuruan* (Vol. 2025). <https://jurnal.unity-academy.sch.id/index.php/japamas51>