

## **Analisis Pengaruh *Strength-Based Parenting* Terhadap Kepercayaan Diri Siswa SMP**

**Qanita Najla Nazhifa<sup>1</sup>**

<sup>1</sup> Universitas Negeri Semarang, Semarang

[qanitanajla3@students.unnes.ac.id](mailto:qanitanajla3@students.unnes.ac.id)

### **Abstrak**

*Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh strength based parenting terhadap kepercayaan diri siswa SMP. Metode yang digunakan adalah deskriptif dengan pendekatan studi literatur, dimana data dikumpulkan dari berbagai sumber seperti jurnal dan artikel yang relevan dengan tema penelitian. Teknik analisis dilakukan dengan mengkaji dan mensintesis informasi dari literatur yang ada untuk menemukan pola dan hubungan antara kedua variabel. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan strength based parenting, yang menekankan pengembangan kekuatan individu anak, berkontribusi positif terhadap peningkatan kepercayaan diri siswa. Berbagai studi yang dikaji mengindikasikan bahwa anak-anak yang didukung melalui pendekatan ini cenderung memiliki rasa percaya diri yang lebih tinggi dan lebih mampu menghadapi tantangan di sekolah. Dengan menciptakan lingkungan yang mendukung yang menekankan pada pengembangan kekuatan pribadi, pendidik dan orang tua dapat membantu siswa berkembang secara akademis dan sosial, mempersiapkan mereka untuk tantangan di masa depan.*

**Kata Kunci:** *Strength-Based, Parenting, Percaya Diri.*

## **PENDAHULUAN**

Perkembangan psikologis dan akademis merupakan aspek yang penting dalam perkembangan individu, terutama pada masa remaja. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi perkembangan psikologis dan akademis siswa adalah pola pengasuhan yang diterima dari orang tua. Dalam konteks ini, pendekatan *Strength-Based Parenting* (SBP) telah mendapatkan perhatian khusus. SBP adalah pendekatan pengasuhan yang berfokus pada identifikasi dan pengembangan kekuatan serta potensi positif anak, dibandingkan dengan pendekatan yang lebih tradisional yang cenderung menyoroti kelemahan. Penelitian oleh Waters (2019) menunjukkan bahwa SBP tidak hanya meningkatkan kesejahteraan emosional anak, tetapi juga berkontribusi pada peningkatan rasa percaya diri, yang sangat penting untuk kesuksesan akademis dan sosial.

Kepercayaan diri merupakan faktor kunci dalam menentukan bagaimana seorang siswa berinteraksi dengan lingkungan belajar dan menghadapi tantangan di sekolah (Maulia, 2023). Anak-anak yang dibesarkan dalam lingkungan yang mendukung pengembangan kekuatan pribadi cenderung memiliki kepercayaan diri yang lebih tinggi, yang berdampak positif pada prestasi akademis mereka. Penelitian oleh Jach et al. (2018) mengungkapkan bahwa anak-anak yang mengalami pengasuhan berbasis kekuatan menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam hal kepuasan hidup dan kepercayaan diri, yang pada gilirannya berkontribusi pada keterlibatan mereka di sekolah dan pencapaian akademis yang lebih baik.

Dengan meningkatnya minat terhadap pengasuhan berbasis kekuatan, penting untuk mengeksplorasi bagaimana pendekatan ini mempengaruhi kepercayaan diri siswa SMP, yang merupakan periode krusial dalam perkembangan identitas dan keterampilan sosial mereka. Penelitian lebih lanjut tentang pengaruh *strength-based parenting* terhadap kepercayaan diri siswa SMP dapat memberikan wawasan berharga bagi orang tua, pendidik, dan peneliti dalam menciptakan lingkungan belajar yang mendukung. Dengan memahami hubungan ini, diharapkan dapat ditemukan strategi yang lebih efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri dan hasil akademis siswa, serta memberikan dukungan emosional yang diperlukan selama masa remaja mereka (Jach et al., 2018).

## **METODE PENELITIAN**

### **Rancangan Penelitian**

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan studi literatur. Metode ini dipilih karena memungkinkan peneliti untuk menganalisis dan mensintesis data sekunder yang relevan dengan tema penelitian, yaitu pengaruh *strength based parenting* terhadap kepercayaan diri siswa SMP. Studi literatur dilakukan dengan mengkaji berbagai referensi ilmiah, termasuk jurnal dan artikel yang secara khusus membahas konsep *strength based parenting* dan kepercayaan diri siswa.

Rancangan penelitian ini bertujuan untuk menemukan pola dan hubungan antara kedua variabel melalui penelaahan dan interpretasi literatur yang ada.

### **Sumber Data**

Sumber data dalam penelitian ini terdiri dari data sekunder yang diambil dari berbagai literatur ilmiah. Literatur yang digunakan sebagai sumber data adalah jurnal-jurnal penelitian, artikel ilmiah, serta laporan penelitian terdahulu yang relevan dengan tema *strength based parenting* dan kepercayaan diri siswa. Kriteria literatur yang digunakan meliputi artikel yang dipublikasikan dalam 10 tahun terakhir untuk memastikan data yang diperoleh terkini dan relevan. Populasi dari studi-studi yang dikaji mencakup siswa SMP, sedangkan sampel adalah penelitian-penelitian yang telah dilakukan pada populasi tersebut dengan teknik pengambilan sampel berdasarkan kriteria inklusi literatur yang telah ditentukan.

### **Teknik Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik dokumentasi, di mana data dikumpulkan melalui penelusuran literatur terkait *strength based parenting* dan kepercayaan diri siswa. Instrumen yang digunakan dalam pengumpulan data adalah panduan telaah literatur yang membantu peneliti untuk menilai kualitas, kesesuaian, dan relevansi dari artikel atau buku yang dipilih sebagai sumber data. Literatur yang telah dipilih kemudian dikaji secara mendalam untuk memperoleh informasi yang dibutuhkan sesuai dengan tujuan penelitian.

### **Teknik Analisis Data**

Analisis data dilakukan dengan menggunakan teknik analisis konten kualitatif, yang melibatkan proses identifikasi, pengelompokan, dan sintesis informasi dari literatur yang telah dikumpulkan. Peneliti mengevaluasi temuan-temuan dari berbagai studi, kemudian menganalisis hubungan antara *strength based parenting* dan kepercayaan diri siswa. Tahapan analisis meliputi pemahaman isi literatur, penyusunan tema-tema kunci, serta interpretasi pola dan tren yang ditemukan untuk menghasilkan kesimpulan yang sesuai dengan fokus penelitian.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Strength-Based Parenting**

*Strength-based parenting* (SBP) adalah pendekatan pengasuhan yang berfokus pada pengidentifikasian dan pengembangan kekuatan positif anak. Konsep ini diperkenalkan oleh Lea Waters, yang mendefinisikan SBP sebagai gaya pengasuhan yang secara sadar mengakui dan memupuk keadaan positif, proses, dan kualitas dalam diri anak (Waters, 2019). Dengan menekankan aspek positif dari perkembangan anak, pengasuhan berbasis kekuatan bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis, kepercayaan diri, dan keterlibatan anak dalam aktivitas akademik dan

sosial. Penelitian menunjukkan bahwa anak-anak yang dibesarkan dalam lingkungan yang mendukung kekuatan mereka memiliki tingkat kepuasan hidup dan kebahagiaan yang lebih tinggi (Jach et al., 2018).

Beberapa faktor kunci dalam strength-based parenting meliputi pengenalan kekuatan, penggunaan kekuatan, dan lingkungan yang mendukung. Pertama, pengenalan kekuatan adalah proses di mana orang tua membantu anak-anak untuk menyadari dan memahami bakat, kemampuan, dan karakter positif yang mereka miliki. Dengan mengenali kekuatan ini, anak-anak dapat lebih percaya diri dalam mengekspresikan diri dan mengambil keputusan (Waters et al., 2019). Pengenalan ini dapat dilakukan melalui diskusi terbuka dan umpan balik positif dari orang tua.

Selanjutnya, penggunaan kekuatan berkaitan dengan seberapa sering anak-anak memanfaatkan kekuatan yang telah mereka identifikasi dalam berbagai konteks, baik di sekolah maupun di luar sekolah. Waters (2019) mencatat bahwa ketika anak-anak didorong untuk menggunakan kekuatan mereka dalam situasi yang berbeda, mereka akan lebih mampu menghadapi tantangan dan tekanan. Ini juga berkontribusi pada perkembangan keterampilan coping yang adaptif, yang penting untuk kesejahteraan mental anak (Sağkal & Özdemir, 2019).

Lingkungan yang mendukung juga merupakan faktor penting dalam SBP. Lingkungan yang positif menciptakan ruang bagi anak-anak untuk mengeksplorasi dan mengembangkan kekuatan mereka tanpa rasa takut akan kegagalan. Dukungan emosional dan fisik dari orang tua dapat meningkatkan kemampuan mental anak, yang berujung pada peningkatan ketahanan dan kepercayaan diri. Lingkungan ini termasuk dukungan sosial dari keluarga, teman, dan komunitas.

Faktor-faktor tersebut tidak hanya mempengaruhi perkembangan pribadi anak tetapi juga berdampak pada pencapaian akademis dan interaksi sosial mereka. Jach et al. (2018) menemukan bahwa pengasuhan berbasis kekuatan berhubungan positif dengan kepuasan hidup dan kepercayaan diri, yang pada gilirannya meningkatkan keterlibatan mereka di sekolah dan kinerja akademis. Ini menunjukkan bahwa SBP dapat berfungsi sebagai strategi efektif untuk mendukung perkembangan holistik anak, baik secara emosional maupun akademis.

Dengan demikian, strength-based parenting bukan hanya tentang mengidentifikasi kekuatan, tetapi juga menciptakan lingkungan yang mendorong anak untuk berkembang. Melalui pengenalan dan penggunaan kekuatan yang konsisten, serta dukungan lingkungan yang positif, orang tua dapat membantu anak-anak mereka untuk mencapai potensi penuh dan menjadi individu yang percaya diri serta sukses dalam kehidupan akademik dan sosial mereka (Waters, 2019; Jach et al., 2018).

### **Kepercayaan Diri**

Kepercayaan diri, atau self-confidence, merupakan keyakinan individu terhadap kemampuan dan nilai diri mereka. Hal ini mencakup rasa percaya akan kemampuan untuk mencapai tujuan, menghadapi tantangan, dan mengatasi hambatan dalam

kehidupan sehari-hari. Berdasarkan teori Bandura (dalam Nandana, dkk., 2020) menjelaskan bahwa kepercayaan diri dipengaruhi oleh pengalaman masa lalu, penguatan dari orang lain, dan pengamatan terhadap orang lain yang dianggap sebagai panutan. Dalam konteks ini, individu yang memiliki kepercayaan diri tinggi cenderung lebih proaktif dan terbuka dalam menghadapi berbagai situasi (Syafrizal, 2023).

Kepercayaan diri yang mempengaruhi keyakinan individu tentu dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya:

1. Dukungan Sosial

Dukungan dari teman sebaya dan orang tua sangat penting dalam membentuk kepercayaan diri remaja. Penelitian Rizzo & Vio (2021) menunjukkan bahwa remaja yang memiliki jaringan dukungan sosial yang kuat cenderung memiliki tingkat kepercayaan diri yang lebih tinggi. Dukungan emosional dan dorongan dari orang terdekat membantu mereka merasa dihargai dan percaya diri dalam kemampuan mereka.

2. Pengalaman Positif dan Pencapaian

Pengalaman sukses, baik di bidang akademis maupun non-akademis, dapat meningkatkan kepercayaan diri. Ketika remaja berhasil mencapai tujuan atau mendapatkan pengakuan, mereka merasa lebih mampu dan percaya diri untuk menghadapi tantangan di masa depan.

3. Pengaruh Lingkungan Keluarga

Lingkungan keluarga yang mendukung, termasuk gaya pengasuhan yang positif, dapat membentuk kepercayaan diri remaja. Pengasuhan yang berbasis kekuatan dan dukungan emosional dari orang tua dapat membantu anak merasa aman dan dihargai (Waters, 2019; Jach et al., 2018).

4. Persepsi Diri

Cara remaja memandang diri mereka sendiri juga mempengaruhi kepercayaan diri. Remaja yang memiliki persepsi positif tentang diri mereka, termasuk kemampuan dan penampilan, cenderung memiliki kepercayaan diri yang lebih tinggi.

5. Faktor Kultural dan Sosial

Nilai-nilai kultural dan ekspektasi sosial juga memainkan peran penting dalam membentuk kepercayaan diri remaja. Dalam beberapa konteks, nilai-nilai budaya dapat mendukung atau menghambat pengembangan kepercayaan diri remaja.

### **Pengaruh Strength-Based Parenting Terhadap Kepercayaan Diri Siswa SMP**

Penelitian ini mengungkapkan bahwa penerapan pendekatan *strength-based parenting* (SBP) secara signifikan berpengaruh positif terhadap kepercayaan diri siswa SMP. Hasil analisis menunjukkan bahwa anak-anak yang dibesarkan dalam lingkungan yang mendukung pengembangan kekuatan pribadi, seperti karakter positif, bakat, dan keterampilan, memiliki tingkat kepercayaan diri yang lebih tinggi dibandingkan dengan

anak-anak yang tidak mendapatkan dukungan serupa. Menurut Jach et al. (2018), anak-anak yang mengalami pengasuhan berbasis kekuatan menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam hal kepuasan hidup, yang berkontribusi pada rasa percaya diri mereka. Hal ini menunjukkan bahwa ketika anak-anak merasa dihargai dan diakui kekuatan mereka, mereka cenderung lebih percaya diri dalam kemampuan mereka.

Salah satu faktor yang mendasari hubungan ini adalah pengaruh positif dari dukungan emosional yang diberikan oleh orang tua. Waters (2019) mencatat bahwa pengasuhan berbasis kekuatan dapat memperkuat hubungan antara orang tua dan anak, menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung bagi anak-anak untuk berkembang. Dengan adanya dukungan emosional yang kuat, anak-anak merasa lebih percaya diri untuk mengeksplorasi dan memanfaatkan kemampuan mereka, yang pada gilirannya berkontribusi pada peningkatan kepercayaan diri mereka.

Selanjutnya, penelitian ini juga menemukan bahwa pengasuhan berbasis kekuatan membantu anak-anak mengembangkan pola pikir positif tentang diri mereka. Menurut Schunk dan DiBenedetto (2020), pengalaman positif yang didapat melalui pengasuhan yang mendukung dapat meningkatkan persepsi diri anak. Ketika anak-anak didorong untuk mengenali dan menggunakan kekuatan mereka, mereka belajar untuk melihat diri mereka dengan cara yang lebih positif, yang selanjutnya memperkuat kepercayaan diri mereka. Penelitian oleh Rizzo dan Vio (2021) mendukung temuan ini, dengan menunjukkan bahwa anak-anak yang memiliki pandangan positif tentang diri mereka cenderung memiliki kepercayaan diri yang lebih tinggi.

Selain itu, hasil penelitian menunjukkan bahwa anak-anak yang dibesarkan dalam lingkungan yang mengedepankan kekuatan juga memiliki kemampuan yang lebih baik dalam mengatasi tantangan di sekolah. Waters dan Loton (2020) menemukan bahwa pengasuhan berbasis kekuatan berkontribusi pada pengembangan kemampuan coping yang adaptif. Anak-anak yang memiliki keterampilan coping yang baik cenderung lebih mampu menghadapi stres dan tantangan, yang berdampak positif pada kepercayaan diri mereka di lingkungan akademik (Sinulingga, dkk., 2024). Hal ini sangat relevan, mengingat bahwa tantangan di sekolah sering kali dapat menguji kepercayaan diri siswa.

Terakhir, penelitian ini menunjukkan bahwa pengasuhan berbasis kekuatan dapat membantu anak-anak merasa lebih terlibat dalam aktivitas belajar mereka. Tingkat keterlibatan yang tinggi di sekolah berkorelasi dengan pencapaian akademis yang lebih baik dan rasa percaya diri yang meningkat. Ketika anak-anak merasa dihargai dan didukung untuk mengembangkan kekuatan mereka, mereka cenderung lebih terlibat dalam proses belajar, yang pada akhirnya berkontribusi pada peningkatan kepercayaan diri mereka. Dengan demikian, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pendekatan pengasuhan yang berbasis kekuatan dapat menjadi faktor kunci dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa SMP.



## KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa *strength-based parenting* secara signifikan meningkatkan kepercayaan diri siswa SMP dengan mendukung pengembangan kekuatan individu mereka. Dukungan emosional dan pengakuan terhadap kekuatan anak menciptakan lingkungan yang aman, yang penting untuk membangun pola pikir positif dan kemampuan *coping* adaptif dalam menghadapi tantangan akademis. Selain itu, pengasuhan berbasis kekuatan berkontribusi pada keterlibatan siswa dalam aktivitas belajar dan pencapaian akademis yang lebih baik, sehingga memperkuat kepercayaan diri mereka. Temuan ini menunjukkan pentingnya peran orang tua dalam mendukung perkembangan kepercayaan diri anak, yang merupakan kunci untuk kesuksesan di masa depan. Dengan menerapkan pendekatan ini, orang tua dan pendidik dapat berkontribusi secara positif pada perkembangan pribadi dan akademis siswa, serta mempersiapkan mereka menghadapi tantangan di masa mendatang.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah berkontribusi dalam penyelesaian penelitian ini. Secara khusus, kami berterima kasih kepada Prodi Bimbingan Konseling UNNES yang telah memberikan dukungan dan fasilitas penelitian. Ucapan terima kasih juga ditujukan kepada seluruh warga Baiti Jannati, yang telah memberikan dukungan yang suportif dalam proses penyelesaian penelitian. Dukungan dan kontribusi semua pihak sangat berarti bagi keberhasilan penelitian ini.

## DAFTAR PUSTAKA

Jach, H. K., Sun, J., Loton, D., Chin, T. C., & Waters, L. E. (2018). Strengths and Subjective Wellbeing in Adolescence: Strength-Based Parenting and the Moderating Effect of Mindset. *Journal of Happiness Studies*, 19(2), 567-586. <https://doi.org/10.1007/s10902-016-9841-y>

Maulia, S. (2023). Peran Komunikasi Efektif Guru dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Sekolah Dasar (SD). *Elementa: Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, 5(1).

Nandana, D. D., Maksum, A., & Priambodo, A. (2020). Pengaruh latihan pencak silat terhadap pembentukan konsep diri dan kepercayaan diri siswa. *Multilateral Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 19(1), 23-31.

Rizzo, R. & Vio, G. (2021). "The Role of Social Support in Building Self-Confidence Among Adolescents." *Journal of Youth and Adolescence*, 50(5), 938-949. doi:10.1007/s10964-021-01446-5.

Sağkal, A. S. (2019). Direct and indirect effects of strength-based parenting on adolescents' school outcomes: Exploring the role of mental toughness: *Journal of Adolescence*, Volume 76, Pages 20-29.

<https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2019.08.001>.

Sağkal, A. S., & Özdemir, Y. (2019). Strength-based parenting and adolescents' psychological outcomes: The role of mental toughness. *Journal of Psychologists and Counsellors in Schools*, 29(2), 177-189.

<https://doi.org/10.1017/jgc.2019.7>

Schunk, D. H., & DiBenedetto, M. K. (2020). "Motivation and Self-Efficacy: The Role of Achievement." *Educational Psychologist*, 55(2), 90-103. doi:10.1080/00461520.2019.1683677.

Sinulingga, R. S. B., Darmayanti, N., & Fadilah, R. (2024). PENGARUH FATHER INVOLVEMENT TERHADAP RESILIENSI DAN STRES AKADEMIK SISWA. *Research and Development Journal of Education*, 10(2), 1156-1172.

Syafrizal, S. (2023). Pengaruh Rasa Percaya Diri Guru Terhadap Proses Belajar Mengajar di Sekolah. *Serambi Tarbawi*, 11(2), 13-28.

Waters, L., Loton, D., & Jach, H. (2019). The relationship between strength-based parenting and children's academic achievement. *Educational Psychology*, 39(7), 835-851. DOI: 10.1080/01443410.2019.1627755.