LIBEROSIS
PREFIX DOI : 10.6734/LIBEROSIS.V2I2.3027
Online ISSN: 3026-7889
Jurnal Psikologi dan Bimbingan Konseling
Vol 17 No 2 Tahun 2026

PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP POLA PIKIR ANAK

Muhammad Salman Alfaruqi*, Yani Achdiani, Sarah Nurul Fatimah
Pendidikan Kesejahteraan Keluarga, Fakultas Pendidikan Teknik dan Industri, Universitas Pendidikan Indonesia
salmanalfaruqi2005@gmail.com, yaniachdiani@upi.edu, sarahnurulfatimah@upi.edu

Abstract

Childern, as the mation's next generation, play a crucial role in determining Indonesia"s future. As they grow and develop, they require optimal support from their families, schools, and communities. One particularly influential form of support is social support, which plays a key role in building children's self-confidence and positive mindsets in fancing various challenges. In today's digital age, children are often exposed to social pressures and information overload, which can influence their thinking, Therefore, Understanding the role of social support in shaping children's mindsets is crucial to creating a resilient, adaptive, and forward-thinking generation.

***Keyword**: Social Support, Children's Mindset, Family, Peers, School Environment*

Abstrak

Anak sebagai generasi penerus bangsa memegang peranan penting dalam menentukan masa depan Indonesia. Dalam proses tumbuh kembangnya, mereka memerlukan dukungan yang optimal dari keluarga, sekolah, dan lingkungan. Salah satu bentuk dukungan yang sangat berpengaruh adalah dukungan sosial, yang berperan dalam membangun kepercayaan diri dan pola pikir positif anak menghadapi berbagai tentangan. Di era digital ini, anak-anak sering terpapar pada tekanan sosial dan informasi berlebihan yang dapat memengaruhi cara berpikir mereka. Oleh karena itu, pemahaman tentang peran dukungan sosial dalam membentuk pola pikir anak sangat penting untuk menciptakan generasi yang tangguh, adaptif, dan berpikiran maju.

***Kata kunci**: Dukungan Sosial, Pola Pikir Anak, Keluarga, Teman Sebaya, Lingkungan Sekolah*

Article History
Received: Januari 2026
Reviewed: Januari 2026
Published: Januari 2026

Plagirism Checker No 77

Copyright : Author
Publish by : Liberosis

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License

1. Pendahuluan

Anak-anak menjadi investasi penting untuk masa depan suatu bangsa, karena di merekalah kualitas sumber daya manusia Indonesia dibentuk. Selama masa pertumbuhan dan perkembangan, anak-anak memerlukan dukungan yang tepat dari beragam lingkungan, khususnya dari keluarga, sekolah, dan masyarakat. Salah satu jenis dukungan yang memiliki dampak besar adalah dukungan sosial. Dukungan sosial mencakup pemberian bantuan emosional, informasi, apresiasi, serta pendampingan yang membuat anak merasa aman, dihargai, dan mampu menghadapi berbagai tantangan.

Dalam era yang serba modern dan digital saat ini, anak-anak dihadapkan pada dinamika sosial yang semakin rumit. Paparan terhadap media sosial, tekanan dari akademis, interaksi yang beragam, serta harapan untuk mencapai prestasi membuat anak menjadi lebih rentan terhadap tekanan psikologis. Keadaan ini dapat memengaruhi cara berpikir anak, baik dalam mengenali diri sendiri maupun dalam menghadapi kegagalan dan tantangan hidup. Oleh karena itu, peran dukungan sosial sangat penting untuk membantu anak mengembangkan pola pikir yang positif dan bertumbuh (growth mindset).

Dalam masyarakat Indonesia, nilai-nilai seperti kekeluargaan, gotong royong, dan interaksi sosial yang kuat seharusnya menjadi landasan yang kokoh untuk perkembangan anak-anak. Namun, dalam kenyataan, banyak anak yang mengalami kurangnya komunikasi di dalam keluarga, tekanan dari sekolah, serta mengalami perundungan dari teman-teman sebaya. Situasi ini menunjukkan bahwa ada kebutuhan untuk memahami secara mendalam bagaimana dukungan sosial dapat membentuk pola pikir anak dan faktor-faktor apa saja yang berdampak pada efektivitasnya.

Oleh karena itu, studi mengenai dampak dukungan sosial terhadap pola pikir anak menjadi krusial untuk menegaskan bahwa kualitas hubungan sosial memiliki pengaruh signifikan dalam membangun karakter dan kesiapan mental anak untuk menghadapi perubahan jaman.

2. Tinjauan Pustaka

Dukungan sosial secara umum didefinisikan sebagai bantuan yang diberikan oleh individu lain atau kelompok kepada seseorang, baik dalam bentuk material, emosional, informasi, maupun dukungan moral. Felipus & Amseke (2024) menjelaskan bahwa dukungan sosial berperan penting dalam meningkatkan motivasi berprestasi dan kesejahteraan psikologis seseorang, terutama dalam konteks Pendidikan, Felipus & Amseke (2024) menjelaskan bahwa dukungan sosial memiliki kontribusi signifikan dalam meningkatkan motivasi berprestasi serta kesejahteraan psikologis seseorang, terutama dalam konteks pendidikan. Dalam penelitian mereka, dukungan sosial terbukti mampu memberikan rasa aman, meningkatkan kenyamanan belajar, serta mendorong siswa untuk memiliki persepsi positif terhadap kemampuan dirinya sendiri. Dukungan sosial juga berfungsi sebagai bentuk regulasi emosi, di mana anak yang menerima dukungan lebih mampu mengelola stres, tekanan akademik, dan rasa cemas yang muncul akibat tuntutan lingkungan sekolah. Sebaliknya, anak yang tidak mendapatkan dukungan sosial memadai berisiko lebih tinggi mengalami kecemasan, rendah diri, dan kurang termotivasi dalam mencapai prestasi akademik. Dukungan sosial juga menciptakan keadaan yang aman secara mental untuk anak. Anak yang merasa diterima dan dihargai di sekitarnya akan lebih berani untuk mengeksplorasi potensi diri, mengungkapkan pendapat, dan berpartisipasi dalam kegiatan belajar. Situasi ini selanjutnya akan memperkuat motivasi internal mereka untuk terus belajar dan berkembang. Di sisi lain, dalam konteks interaksi sosial sehari-hari, dukungan sosial memiliki peran penting dalam membangun hubungan antarpribadi yang sehat. Anak yang terbiasa mendapatkan dukungan akan mempunyai empati yang lebih baik, mampu menjalin komunikasi yang efisien, serta memiliki kemampuan penyesuaian sosial yang tangguh.

Oleh karena itu, dukungan sosial tidak hanya sebatas memberikan bantuan dalam kondisi tertentu, melainkan merupakan jaringan interaksi yang kompleks yang mencakup perhatian, pengakuan, kepercayaan, dan rasa aman. Seluruh jenis dukungan ini saling bekerja sama untuk membentuk basis yang penting bagi perkembangan pola pikir, penciptaan karakter positif, serta kesiapan mereka dalam menghadapi tuntutan sosial dan akademis. Penemuan dari Felipus & Amseke (2024) menekankan bahwa lingkungan sosial yang mendukung bukan hanya berfungsi sebagai penopang kesejahteraan psikologis anak, tetapi juga berperan

sebagai pendorong utama dalam pencapaian prestasi dan kemampuan anak untuk beradaptasi di berbagai situasi permasalahan yang mereka hadapi

3. Metodologi

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan metode studi pustaka (library research). Pemilihan pendekatan ini berdasarkan pada tujuan penelitian, yaitu mendeskripsikan, memahami, dan menganalisis fenomena dukungan sosial serta pengaruhnya terhadap pola pikir anak melalui kajian literatur ilmiah. Penelitian kualitatif bersifat interpretatif dan berfokus pada pemahaman makna yang terkandung dalam berbagai sumber informasi, sehingga cocok untuk mengkaji konsep sosial-psikologis yang tidak dapat diukur hanya dengan data numerik.

4. Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan pembahasan dalam makalah, beberapa hasil utama yang dapat disimpulkan terkait dukungan sosial dan pola pikir anak adalah sebagai berikut:

a. Keterlibatan sosial sangat berpengaruh terhadap kesejahteraan mental anak

Anak-anak yang mendapatkan pertolongan dari keluarga, teman, serta lingkungan pendidikan biasanya memiliki tingkat kepercayaan diri yang lebih baik, lebih tenang saat menghadapi tantangan, dan mampu melihat rintangan sebagai peluang untuk belajar. Bentuk dukungan ini dapat berupa dukungan emosional, informasi, atau bantuan secara fisik.

b. Cara berpikir anak terbentuk melalui interaksi sehari-hari

Pola pikir berkembang muncul ketika anak merasakan keamanan, penghargaan, dan mendapatkan kesempatan untuk mencoba meski mengalami kegagalan. Sedangkan pola pikir tetap muncul saat anak menerima banyak kritik, kurang mendapat pengakuan, atau berada dalam situasi yang penuh tekanan.

c. Keluarga merupakan fondasi utama dalam pembentukan cara berpikir

Keberadaan kasih sayang, komunikasi yang jujur, dan perhatian dari orang tua sangat menentukan bagaimana anak menerima diri dan situasi di sekitarnya. Keluarga yang mendukung dapat memfasilitasi anak dalam mengembangkan cara berpikir yang positif, sedangkan keluarga yang bersikap otoriter dapat menghambat pertumbuhan mental anak.

d. Sekolah serta guru dapat menguatkan atau mengurangi cara berpikir anak

Pengajar yang menunjukkan dukungan dan mengapresiasi usaha murid berperan dalam meningkatkan rasa percaya diri anak. Di sisi lain, lingkungan sekolah yang stres, kompetitif berlebihan, atau kurangnya dukungan dapat menyebabkan munculnya tekanan mental dan perasaan tidak berdaya.

5. Simpulan

Berdasarkan analisis dan pembahasan yang telah dilakukan tentang peran dukungan sosial serta dampaknya terhadap cara berpikir anak, dapat diambil kesimpulan bahwa dukungan sosial memainkan peranan yang sangat krusial dalam pertumbuhan kepribadian, emosi, dan pemikiran anak. Bantuan dari keluarga, lembaga pendidikan, rekan sebaya, serta lingkungan sosial lainnya memiliki dampak signifikan terhadap cara anak memandang diri mereka serta bagaimana mereka menghadapi berbagai tantangan dalam kehidupan sehari-hari.

Pertama, keluarga berfungsi sebagai fondasi dukungan yang sangat penting dalam membentuk cara berpikir anak. Cinta, perhatian, serta komunikasi yang efektif dari orang tua membantu anak merasa aman, memiliki kepercayaan diri, dan mengembangkan pola pikir yang berkembang. Anak-anak yang menerima dukungan positif dari keluarga cenderung lebih berani

dalam mencoba hal-hal baru, tidak takut pada kegagalan, dan memiliki cara berpikir yang optimis.

Kedua, peran sekolah dan guru juga berkontribusi dalam meningkatkan perkembangan pola pikir anak. Guru yang memberikan dorongan, membimbing tanpa menilai, serta mendukung proses belajar dapat membantu anak merasa berharga dan percaya pada dirinya. Lingkungan sekolah yang menyenangkan dan bebas dari tindakan perundungan akan memberikan kesempatan bagi anak untuk berkembang dengan optimal.
Ketiga, teman sebaya memiliki pengaruh kuat dalam proses adaptasi sosial. Dukungan teman yang positif membuat anak merasa diterima dan dihargai, sehingga mampu mengembangkan rasa percaya diri. Sebaliknya, lingkungan pertemanan yang negatif dapat menyebabkan anak merasa rendah diri dan berkembang pola pikir yang tidak sehat.
Keempat, media sosial memberikan dampak ganda—dapat menjadi sumber pengetahuan namun juga bisa memicu perbandingan sosial berlebihan. Tanpa pendampingan dan dukungan yang tepat, anak mudah terpengaruh pada hal-hal negatif dan mengalami tekanan mental. Oleh karena itu, pengawasan dan bimbingan dari orang tua serta guru sangat dibutuhkan.
Secara keseluruhan, dapat disimpulkan bahwa bantuan dari lingkungan sosial sangat berpengaruh pada perkembangan pola pikir anak agar menjadi lebih optimis, percaya diri, dan tangguh. Dukungan yang berkelanjutan mendorong anak untuk memiliki mindset pertumbuhan, yaitu keyakinan bahwa kemampuan dapat bertambah melalui usaha dan proses belajar. Di sisi lain, ketidakcukupan dukungan sosial bisa menyebabkan anak memiliki mindset tetap, mudah mundur, dan merasakan ketidakmampuan dalam menghadapi tantangan.

Daftar Referensi

Awwaliyah, Firda, Feida Noorlaila Isti'adah, and Muhammad Muhajirin. PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA TERHADAP KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS (PSYCHOLOGICAL WELL- BEING) REMAJA DI SMKN 4 TASIKMALAYA. 5 (2025).
Chairany, Revicia, Nadia Aqila Karim Siregar, and Chantika Dwianti. PERAN LINGKUNGAN SOSIAL DALAM MEMBENTUK KARAKTER SISWA, (2025).
Diendha Fahira Mayliyanti, Uut Rahayuningsih, Ryo Jauhari Saputra, and M. Inzaghi Wahyu Ramadhan. "Analisis Faktor Penyebab Anak Berhadapan dengan Hukum dan Efektivitas Program Diversi di Indonesia." Eksekusi : Jurnal Ilmu Hukum dan Administrasi Negara 3, no. 2 (2025): 189–97. https://doi.org/10.55606/eksekusi.v3i2.1864.
Egi Regita, Nabilah Luthfiyyah, and Nur Riswandy Marsuki. "Pengaruh Media Sosial Terhadap Persepsi Diri dan Pembentukan Identitas Remaja di Indonesia." Jurnal Kajian dan Penelitian Umum 2, no. 1 (2024): 46–52. https://doi.org/10.47861/jkpu-nalanda.v2i1.830.
Felipus, Indrawati, and Fredericksen Victoranto Amseke. "PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL DAN SCHOOL WELL-BEING TERHADAP MOTIVASI BERPRESTASI SISWA: The Influence of Social Support and School Well-Being on Student Achievement Motivation." Al-Qalbu: Jurnal Pendidikan, Sosial dan Sains 2, no. 1 (2024): 14–20. https://doi.org/10.59896/qalbu.v2i1.61.
Gea, Isabel Zevanya, Lathifah Mardhiyah, and Rafa Hanifah Jasri. Faktor Sosial-Budaya,

Dampak, dan Upaya Pencegahan Kekerasan Seksual terhadap Anak di Indonesia. 5, no. 2 (2025).
Hamli, Haji, Dina Hermina, and Nuril Huda. “Pengaruh Teman Sebaya dan Lingkungan Terhadap Minat Anak dalam Pembelajaran di MIN 18 HSU.” Al-Madrasah Jurnal Pendidikan Madrasah Ibtidaiyah 9, no. 1 (2025): 351. https://doi.org/10.35931/am.v9i1.4433.
Hidayat, Muhamad Rizky, Annisah Annisah, and Dwi Amalia Chandra Sekar. Dukungan Sosial Dari Orang Tua Asuh Kepada Anak Berhadapan Dengan Hukum Dalam Proses Rehabilitasi Sosial. 25, no. 1 (2024).
Ikishima, Faura Irva, Melzha Emrida Putri, and Angelica Noverina. PERANAN TEMAN SEBAYA TERHADAP MOTIVASI BELAJAR MAHASISWA TINGKAT AKHIR. 5, no. 2 (2025).
Khasanah, Rohmah, Dini Rakhmawati, and Arri Handayani. PERAN GURU DALAM PENCEGAHAN DAN PENANGANAN KEKERASAN DI LINGKUNGAN SEKOLAH DASAR-LITERATUR REVIEW. 10 (2024).