

*Ternyata cara orang tua hadir dalam pendidikan anak jauh lebih penting dari seberapa banyak les yang didaftarkan. Ini yang dibuktikan sains!*

Prolite - Pernah nggak, kamu melihat anak yang tampak cerdas tapi entah mengapa tidak pernah bisa mencapai potensi terbaiknya di sekolah?

Atau sebaliknya, anak yang biasa-biasa saja secara akademik, tapi tumbuh menjadi pribadi yang percaya diri, mandiri, dan bahagia? Perbedaannya sering kali tidak terletak pada buku atau sekolahnya, melainkan pada satu faktor yang jauh lebih dekat: cara orang tua hadir dalam perjalanan belajar sang anak.

Baca Juga: [Review Novel "White Fang" Karya Jack London yang Bikin Kamu Percaya pada Kekuatan Cinta!](#)

Di era yang makin kompetitif ini, banyak orang tua berlomba mendaftarkan anak ke les ini-itu, membeli buku soal, bahkan mengatur jadwal belajar per jam. Niatnya jelas baik, ingin yang terbaik untuk anak. Tapi psikologi pendidikan mengajarkan sesuatu yang sedikit berbeda, dan sains punya jawabannya. Yuk, kita bahas bareng!

## **Dukungan vs. Tekanan: Garis Tipis yang Menentukan Segalanya**



Ini mungkin perbincangan yang paling penting namun paling sering diabaikan dalam parenting modern: apa bedanya mendukung dan menekan?

Baca Juga: Bishop Briggs Comeback dengan 'Blood From A Stone', Lagu Tentang Luka Lama yang Belum Benar-Benar Sembuh

Secara sekilas, keduanya terasa mirip. Sama-sama muncul dari rasa peduli dan keinginan agar anak sukses. Tapi dampaknya di dalam kepala dan hati anak bisa sangat berbeda.

Dukungan adalah ketika orang tua hadir sebagai pendamping, mendengarkan, membantu saat dibutuhkan, merayakan proses bukan hanya hasil, dan memberi ruang bagi anak untuk mencoba dan gagal tanpa rasa takut dihakimi. Dukungan menciptakan rasa aman psikologis yang menjadi fondasi belajar yang optimal.

Tekanan adalah ketika ekspektasi orang tua menjadi beban yang anak rasakan setiap hari,

ancaman hukuman saat nilai jelek, perbandingan dengan saudara atau teman, atau komentar yang menyudutkan saat anak tidak memenuhi standar yang ditetapkan. Tekanan mungkin mendorong hasil jangka pendek, tapi ia membangun kecemasan yang beracun dalam jangka panjang.

Dan sains mendukung ini sepenuhnya. Sebuah laporan global tahun 2025 dari Global Consortium for International Student Mental Health menemukan bahwa 64% remaja melaporkan kecemasan akademik yang bersumber dari tekanan orang tua yang terlalu berfokus pada pencapaian elite.

Studi lain dalam jurnal *Frontiers in Psychology* (2025) mengkonfirmasi bahwa keterlibatan orang tua yang disertai pemantauan kaku — seperti pengecekan progres harian yang intens — justru memprediksi meningkatnya keluhan fisik dan penarikan diri emosional pada anak.

Penelitian terbaru dalam jurnal akademik juga menemukan bahwa tekanan akademik dan keterlibatan berlebihan dari orang tua bisa merusak prestasi belajar, bukan meningkatkannya. Bahkan, keterlibatan orang tua yang terlalu mengontrol dapat mengancam otonomi dan motivasi intrinsik anak — dua hal yang justru paling menentukan kesuksesan belajar jangka panjang.

## **Cara Membangun Komunikasi Sehat: Dari “Berapa Nilaimu?” ke “Apa yang Kamu Pelajari Hari Ini?”**

Salah satu perubahan paling sederhana yang bisa dilakukan orang tua — tapi dampaknya luar biasa — adalah mengubah pertanyaan yang diajukan kepada anak setelah pulang sekolah.

“Berapa nilaimu?” menempatkan fokus pada hasil dan memunculkan kecemasan performa. Sementara “Apa yang menarik dari pelajaran hari ini?” atau “Ada hal baru yang kamu pelajari?” membuka ruang untuk rasa ingin tahu dan keterlibatan emosional yang jauh lebih sehat.

Komunikasi yang sehat antara orang tua dan anak dalam konteks pendidikan berdiri di atas

beberapa pilar.

Pertama adalah mendengarkan aktif — bukan hanya menunggu giliran bicara, tapi benar-benar memahami apa yang dirasakan anak tentang pengalaman belajarnya.

Kedua adalah validasi emosi — mengakui bahwa nilai yang tidak memuaskan memang mengecewakan, tanpa langsung mengkritik atau memberikan ceramah panjang.

Ketiga adalah kolaborasi, bukan instruksi — membantu anak menemukan solusi daripada langsung memberikannya.

Penelitian dari *British Journal of Educational Psychology* menunjukkan bahwa dukungan orang tua dalam memfasilitasi pembelajaran mandiri anak — bukan sekadar membantu mengerjakan PR — adalah faktor terpenting yang mendorong prestasi akademik. Dengan kata lain, anak yang dibimbing untuk belajar sendiri jauh lebih sukses daripada anak yang selalu dibantu atau dikontrol.

Studi lainnya membuktikan bahwa komunikasi orang tua dengan guru secara aktif juga memiliki dampak signifikan: orang tua yang rutin berinteraksi dengan guru dapat lebih dekat memantau perkembangan akademis anak dan mengembangkan strategi yang efektif untuk meningkatkan prestasi belajarnya.

## **Pengaruh Pola Asuh terhadap Prestasi: Bukan Soal Keras atau Lembek**

Di dunia psikologi, pola asuh secara umum dibagi menjadi empat tipe: otoritatif, otoriter, permisif, dan penelantar. Dan dari keempatnya, penelitian secara konsisten menunjukkan satu pemenang yang jelas.

Meta-analisis besar yang dipublikasikan di *American Educational Research Journal* (2025) — yang menganalisis 22 meta-analisis sebelumnya dengan ribuan partisipan — menemukan bahwa hanya pola asuh otoritatif yang secara positif berkorelasi dengan prestasi akademik anak. Pola asuh otoriter, permisif, maupun penelantar semuanya tidak menunjukkan

hubungan positif yang signifikan.

Apa yang membuat otoritatif berbeda? Pola asuh ini menggabungkan kehangatan (warmth) dan struktur (structure) secara seimbang. Orang tua otoritatif menetapkan ekspektasi yang jelas, tapi menyampaikannya dengan kehangatan dan penjelasan yang masuk akal. Mereka mendukung otonomi anak sambil tetap memberikan bimbingan yang konsisten.

Sementara itu, pola asuh yang terlalu mengontrol secara psikologis — termasuk penggunaan rasa bersalah atau malu sebagai alat motivasi — justru terbukti berkorelasi negatif dengan prestasi akademik. Kontrol psikologis seperti ini merusak kepercayaan diri anak dan membangun kecemasan yang menghambat pembelajaran.

Studi literatur dari jurnal GEMATI (2025) juga menegaskan bahwa pola asuh demokratis yang memberi kebebasan anak untuk memilih dan berpendapat terbukti paling efektif dalam membangun prestasi belajar anak usia dini — jauh lebih baik dibandingkan pola asuh otoriter yang sering kali justru menghambat kreativitas dan motivasi intrinsik.

**Jadilah “Rumah yang Aman” Bagi Anak untuk Tumbuh**



Pada akhirnya, peran terbesar orang tua dalam pendidikan anak bukan terletak pada berapa banyak les yang didaftarkan atau seberapa ketat pengawasan PR-nya. Peran terbesar itu adalah menjadi rumah yang aman — tempat di mana anak boleh gagal tanpa takut dihakimi, boleh bertanya tanpa takut dianggap bodoh, dan boleh bermimpi besar tanpa takut ditertawakan.

Anak yang tumbuh dengan dukungan emosional yang stabil, komunikasi yang terbuka, dan pola asuh yang hangat namun tegas — mereka inilah yang statistiknya paling konsisten menunjukkan prestasi akademik yang baik, kesehatan mental yang lebih sehat, dan kemampuan menghadapi tantangan hidup yang lebih kuat.

Jadi, mulai hari ini, coba ganti satu pertanyaan lamamu dengan yang lebih hangat. Dengarkan lebih banyak, bicara lebih sedikit. Rayakan prosesnya, bukan hanya hasilnya. Karena investasi terbaik dalam pendidikan anak bukan di rekening tabungan les — tapi di

kualitas hubunganmu dengan mereka, setiap harinya. □



Baca Selanjutnya  
Teror Badut Gendong Sambangi Braga Kota Bandung usai Perdana Tayang pada 6 Mei  
2026