

AKSENTUASI GROWTH MINDSET DALAM PENDAMPINGAN PENERAPAN DISIPLIN POSITIF BAGI USTADZ/USTADZAH DI PESANTREN DI JAWA TENGAH

Robingun Suyud El Syam¹, Adi Suwondo²

¹²Universitas Sains Al-Qur'an, Wonosobo, Indonesia
adisuwondo@unsiq.ac.id

INFO ARTIKEL

Riwayat Artikel :

Diterima : 07 September 2022

Disetujui : 25 Januari 2023

Kata Kunci :

growth mindset, pendampingan,
disiplin positif, pesantren.

ABSTRAK

Penelitian bermaksud menguagai aksentuasi *growth mindset* dalam pendampingan penerapan disiplin positif. Realitasnya, banyak orang berpikir stagnan atau bahkan mundur. Melalui Kegiatan Penerapan Disiplin Positif Bagi Ustadz/Ustadzah di Pesantren Di Jawa Tengah, dengan pendekatan kualitatif, menghasilkan kesimpulan: bahwa *growth mindset* membantu meraih kesuksesan. Menanamkan *growth mindset*, menjadikan cenderung berpikir positif, memperbaiki kualitas diri, mampu menghadapi tantangan hidup serta menghargai proses. Cara menanamkannya dengan fokus dan hargai kekurangan, menghadapi tantangan dengan berani, menerima kritik dengan bijak, perkuat kelebihan perbaiki kekurangan dari terus belajar sepanjang hayat.

ARTICLE INFO

Article History :

Received : 07 September 2022

Accepted : 25 Januari 2023

Keywords:

growth mindset, mentoring,
positive discipline, Islamic
boarding schools

ABSTRACT

The research intends to master growth mindset accentuation in facilitating the application of positive discipline. In reality, many people think stagnant or even backward. Through the Implementation of Positive Discipline Activities for Ustadz/Ustadzah at Islamic Boarding Schools in Central Java, using a qualitative approach, the conclusion is drawn: that a growth mindset helps achieve success. Instill a growth mindset, make people tend to think positively, improve self-quality, be able to face life's challenges and appreciate the process. How to instill it by focusing and appreciating deficiencies, facing challenges bravely, accepting criticism wisely, strengthening strengths and improving deficiencies by continuing to learn throughout life.

1. PENDAHULUAN

Semua orang secara naluri berkeinginan sukses dan mapan hidupnya, maka tidak heran banyak orang tidak kenal lelah mencapai tujuan hidupnya. Dari sini diperlukan pola pikir berkembang (*growth mindset*), sikap jiwa yang siap belajar sepanjang waktu, tidak membatasi usia dalam belajar, siap menerima kritik membangun serta siap segala resiko hidup (Andrian and M. Khusnun Niam, 2020, p. 26).

Orang dengan *growth mindset*, sangat memahami pentingnya berpikir positif seperti diungkap Daniel Nugroho (Nugroho, 2017, p. 47), berpikir positif merupakan langkah terbaik dalam rangka menjalani realitas hidup. Adanya problematika serta penderitaan akan mudah untuk dilalui apabila pikiran selalu positif. Kemudahan akan muncul dalam mencapai tujuan, jika pikiran positif sebab ia mengandung energi luar biasa.

Realitasnya, sering dijumpai banyak orang lebih cenderung untuk berpikir negatif dalam merespon problematikanya. Padahal pikiran negatif tersebut dapat berdampak buruk baginya semisal: jiwa menjadi pesimis, muncul rendah diri, reaktif berlebihan dan lain yang destruktif. Energi yang ditimbulkan berpikir negatif berpengaruh besar terhadap mempersepsikan diri serta cara pandang pada realitas hidup di dunia, sehingga mengganggu produktifitas kerja, proses belajar, serta aktivitas keseharian. Endingnya, pikiran negatif berubah menjadi kecemasan, gangguan mental, goyahnya kepribadian, bahkan tidak sedikit berujung kepada *skizofrenia* (Ananda, 2022)

Penelitian Gisela Herabadi (2007, p. 18), menyimpulkan; bahwa kebiasaan seseorang berpersepsi negatif terkait tubuh dan BMI-nya, dapat memperkirakan *body esteem*. Akan tetapi mesti diindahkan bahwa evaluasi seseorang secara subyektif berkontribusi kepada terstigma harga diri daripada pengukuran proporsi tubuh obyektif semisal BMI. Terbiasa berpikir negatif akan tubuh dapat memberi dampak langsung untuk mengkalkulasi harga diri, lain hanya dengan kepuasan kepada tubuh, hanya berdampak pada harga diri melalui kontribusi kepada *body esteem*.

Kementerian Kesehatan melalui Pusat Intelektual Kesehatan mengadakan survey dengan kesimpulan: bahwa setidaknya 80 % dari

anak Indonesia ditengarai berpikiran negatif (*mental block*). Hal tersebut terkategori sebagai pola pikir yang tidak sehat. Gejala ini merupakan gagalnya pertumbuhan otak sedari kecil. Survai tersebut dilakukan kepada anak usia sekolah dasar sampai sekolah menengah atas. Pikiran negative tersebut diperkirakan dampak keracunan otak (Cahyonoputri, 2011).

Penelitian Verplanken (2005, p. 429) mengkonfirmasi bahwa kebiasaan orang menilai dirinya dengan pikiran negatif (*negative self-thinking habit*), yang terus menerus dan menjadi kebiasaan maka akan muncul reflek dal hal it uterus dalam otaknya. Hal ini menjadikan ia tidak sehat, hilangnya harga diri dan rentan depresi serta cemas.

Kementerian Kesehatan RI (2018) merilis, bahwa berpikir negatif bisa berdampak terhadap kesehatan: gangguan pencernaan, hipertensi, bertambahnya berat badan serta beresiko obesitas dan impotensi. Tulisan Dwiwyaty (2012, p. 80) mengungkap bahwa berpikir negatif berimbas terdapat individu menjadi lemah dan pekerjaan menjadi tidak maksimal karena muncul dalam dirinya sifat pesimis.

Penelitian Harrison (2022, p. 252) bahwa pemikiran negatif dan kesepian yang berulang memediasi hubungan antara dukungan sosial yang dirasakan dengan depresi dan kecemasan. Selain itu, dukungan sosial dan kesepian yang dirasakan dikaitkan dengan jenis perilaku online tertentu. Kesimpulan: Secara bersama-sama, temuan menjelaskan proses melalui mana dukungan sosial dapat memberikan efeknya pada depresi dan kecemasan dan menyoroti target terapi potensial untuk intervensi yang bertujuan untuk mencegah dan mengobati gangguan mood pada kohort perinatal

Dari penelitian sebelumnya berbeda dengan penelitian ini dari variabel bebasnya, dimana penelitian ini mengaji lebih jauh tentang penerapan disiplin positif dengan pendekatan pola berpikir berkembang (*growth mindset*). Dengan demikian, secara prinsip penelitian ini mengukuhkan penelitian sebelumnya melalui pendekatan yang berbeda.

2. METODE

Penelitian berusaha memotret kegiatan PKM Pendampingan Penerapan Disiplin Positif Bagi Ustadz/Ustadzah Di Pesantren Di Jawa Tengah

dengan pendekatan kualitatif untuk memahami persoalan pada gambar holistik berbentuk kata-kata, dan mengungkap makna teks latar ilmiah (Usman and Akbar, 2017, p. 48). Subyek penelitian berupa sampel *purposive* dari kelompok subyek dan antara sebuah kelompok dengan lainnya berdasar tingkat (Arikunto, 2019, p. 15) yakni panitia kegiatan dari Lembaga Perlindungan Anak (LPA) Klaten hasil kerja sama dengan pihak Dinas Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak, ustadz/ustadza dan guru PPTQ Al-Asy'ariyyah 6, pada kegiatan tersebut hari jum'at-minggu, 28-30 Januari 2022, melalui (Sugiyono, 2020, p. 226): 1) observasi; dengan pencatatan serta pengamatan sistematis pada fenomena fokus masalah, (2) wawancara langsung dengan mendengar atau mencatat perkataan informan, (3) dokumentasi dari kegiatan dan pasca kegiatan. Setelah diperoleh data kemudian dianalisis menggunakan teknik deskriptif analitik, dengan memaparkan data lapangan dalam uraian naratif dan menampilkan data supaya informasi dapat jelas ditangkap orang lain.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1. Profil Kegiatan

Lembaga Perlindungan Anak (LPA) Klaten adalah lembaga Swadaya masyarakat yang fokus pada pencegahan dan penanganan kasus kekerasan serta perkawinan anak. Salah satu pilar penting dalam pemenuhan hak anak dan Perlindungan anak adalah pendidikan baik di sekolah formal dan non formal, madrasah maupun di pesantren. Lembaga Perlindungan Anak (LPA) Klaten sebagai mitra UNICEF Indonesia mendukung upaya Kementerian PPPA serta Kementerian Agama untuk pemenuhan serta perlindungan anak di pesantren melalui Program Pesantren Ramah Anak yang di dalamnya memuat indikator pesantren bebas dari kekerasan.

Saat ini Lembaga Perlindungan Anak (LPA) Klaten berrealasi dengan Dinas PPPA Prov. Jawa Tengah serta UNICEF Indonesia melaksanakan "*Program Pencegahan & Penanggulangan Kekerasan Berbasis Gender*" (GBV) serta Perkawinan Anak dengan sarana Penguatan Norma Sosial Perlindungan Anak berbasis Masyarakat berlokasi pada 4

Kabupaten/Kota di Jawa Tengah tahun 2021 – 2022. Pesantren dan Madrasah tersebut adalah Pondok Pesantren Al Asror Kota Semarang, Khozinatul Ulum Blora, Pondok Pesantren Al-Asyar'ariyyah 6, Madrasah Aliyah Takhassus Wonosobo dan Hidayatul Muftadi'in Cilacap.

Pada Hari, tanggal : Jum'at – Minggu , 28 – 30 Januari 2022 di Pondok Pesantren Al-Asy'ariyyah 6, Dusun Banaran, Kalierang, Kec. Selomerto, Kab. Wonosobo; 56361, di agendakan: Pelatihan Penerapan Disiplin Positif bagi ustadz/ustadzah di Pesantren di Jawa Tengah, dengan bekerjasama dengan dosen Prodi PAI UNSIQ di Wonosobo.

Peserta meliputi 16 Ustadz Pondok Pesantren dan Madrasah, 16 Ustadzah Pondok Pesantren dan Madrasah, dan 5 Ustadz/ustadzah Pesantren dan Madrasah terlatih yang telah mengikuti Pelatihan Fasilitator DISPO di Solo. Adapun fasilitator kegiatan Lembaga Perlindungan Anak (LPA) Klaten merger Dinas PPPA Prov. Jawa Tengah serta UNICEF Indonesia dan dosen Univeritas Sains Al-Qur'an Wonosobo.

Target kegiatan pelatihan diharapkan mampu: (1) ustadz dan ustadzah mengedukasi Disiplin Positif bagi para santri di Pesantren, (2) ustadz dan ustadzah memahami Disiplin Positif bagi para santri di Pesantren, (3) ustadz dan ustadzah melihat sisi baik Disiplin Positif bagi para santri di Pesantren, (4) ustadz dan ustadzah mempraktekkan Disiplin Positif bagi para santri di Pesantren.

Tabel . Materi Pelatihan Penerapan Disiplin Positif bagi ustadz/ustadzah Pesantren di Jawa Tengah 28 – 30 Januari 2022

Agenda	Waktu	PIC
Hari 1. Jum'at 28 Januari 2022		
Registrasi Peserta	08:00-08:30	Admin
Pembukaan	08:30-09:00	
Sesi 1 : Pradaya	09:00-09:45	Ayu +
Coffee Break	09:45-10:00	
Sesi 2 : Persepsi & Respon dalam mendisiplinkan & menumbuhkan karakter santri	10:00-12:00	Syakur + Erry P.
Istirahat	12:00-13:00	
Sesi 3 : Sudut	13:00-14:00	Hadi Utomo

Pandang Baru Melihat Perilaku tidak tepat santri. Memahami santri dalam tugas perkembangan		
Sesi 4: Pengasuhan Positif Berbasis KHA	14.00-15:00	Hadi Utomo
Hari 2 Sabtu 29 Januari 2022		Hadi Utomo
Review & Penegasan	08:00-09:00	Hadi Utomo
Sesi 5 : Mengenal Penerapan Pendekatan Disiplin Positif	09:00-10:00	Erry +
Coffee Break	10:00-10:15	
Lanjutan Sesi 5 : Mengenal Penerapan Pendekatan Disiplin Positif	10:15-11:00	Erry +
Sesi 6 : Mengelola konflik santri – Bullying	11:00-12:00	Erry +
Istirahat	12.00-13:00	Ayu + Wancik
Sesi 7 Menerapkan konsekuensi logis berfokus santri	13:00-14:00	IAdmin
Penegasan	14:00-15:00	Syakur +
Hari 3 Minggu 30 Januari 2022		Hendry Souisa
Sesi 8 Memberikan penguatan dan dorongan positif para santri	08.00-09:00	
Sesi 9 : Mengintegrasikan penerapan disiplin positif dalam proses pembelajaran di pontren dan madrasah	09:00-10:00	Ida
Pembulatan Materi dan Penegasan	10:00-11:00	Syakur
RTL (Aplikasi <i>growth mindset</i>)	11:00-11:30	
Penutupan	11:30-12:00	

Sumber (Panita Kegiatan, 2022)



Sumber (Panita Kegiatan, 2022)



Sumber (Panita Kegiatan, 2022)



Sumber (Panita Kegiatan, 2022)

3.2. Disiplin Positif dan *Growth Mindset* Disiplin Positif

Intelegensi adalah kemampuan tertinggi pada jiwa makhluk hidup dan hal tersebut hanya dianugerahkan pada manusia. Karena manusia mempunyai intelegensi, ia bisa mengendalikan kuliatas pertumbuhan pribadi (Agustina and Hendriani, 2018, p. 80). Setelah melalui serangkaian penelitian, Howard Gardner menyimpulkan konsep dari kecerdasan manusia pada masa sekarang dirasa masih kurang luas, terkesan sempit. Baginya kecerdasan manusia dalam derivasi umum lebih luas yang lazim diistilahkan *Intelligence Quotient* (Sumardiono, 2007, p. 28).

Disiplin anak merupakan metode yang digunakan dalam rangka menghindari problematika sikap di masa depan terhadap anak. Kata disiplin dapat dimaknai pemberian pemahaman dan keterampilan, atau digunakan dalam rangka mendidik (Sege and Siegel, 2021, p. 2). Esensi secara umum, disiplin mengacu pada instruksi sistematis untuk disajikan terhadap peserta didik. Mendisiplinkan dalam artian mengajak kepada orang agar mematuhi segala aturan yang diberlakukan (Glazer and Clark-Foster, 2019, p. 41).

Disiplin digunakan orang tua dalam rangkan mendidik anak-anaknya terkait etika, tuntunan serta prinsip. Mereka butuh diberikan disiplin secara kontinu, diajari tentang yang baik dan buruk serta memperhatikan aspek keselamatan. Disiplin bagi anak bisa berupa pemberian *reward* dan *punishment* untuk mendidik kontrol diri, menumbuhkan etika yang diharapkan serta meninggalkan perilaku buruk (Patel *et al.*, 2021). Meski kebutuhan disiplin anak agar menumbuhkan dan membangun jiwa sosial yang diharapkan pada anak, tujuan utamanya ialah u memupuk moral dan keadilan agar mereka tumbuh dan membiasakan disiplin diri dalam kehidupan sehari-hari.

Dalam realitas hidup di masyarakat, banyak dijumpai pembahasan era sekaarang atas pemberian *punishment* terhadap anak baik di lingkungan belajar maupun lingkungan keluarga. Akan tetapi sangat disayangkan mereka meninggalkan pengasuhan positif, perilaku baik mesti didorong dan dihargai sehingga efeknya akan tumbuh kesadaran pada diri mereka secara alami (Forsyth and Rizert, 2018, p. 17).

Ada beberapa panduan penerapan disiplin di rumah dari Jane Nelson (2015) anatra lain:

- 1) perlu dipahami anak pada kasus seringkali mendapatkan label “nakal” adalah anak yang memiliki pemikiran yang kurang sesuai terhadap bagaimana mencapai tujuan mereka. perlu mendiskusikan dan meluruskan pemikiran yang keliru tersebut untuk dapat menerapkan disiplin positif.
- 2) Hendaknya meluangkan waktu bagi supaya tidak muncul rasa tidak
- 3) Sebelum tidur, ceritakan pada anak tentang kesenangan atau kesedihan mereka, serta diskusi dengan mereka tanpa harus *men-judgement*.
- 4) Biasakan bahasa santun semisal “silahkan duduk dulu di sofa ya, tolong jangan duduk dulu lantainya licin nunggu kering ya” hindari, “Awas kalau lewat! Basah lantainya, nanti kepeleset.”
- 5) Biasakan “*time out*” positif. Ketika anak sedih atau kecewa, jangan langsung ditanya, biarkan reda. Setelah nyaman baru diskusikan masalah dan perasaanya.
- 6) Didik anak: kesalahan meupakan peluang baik sebagai pembelajaran
- 7) Jangan fokus pada konsekuensi, tetapi pada solusi. Guna menemukan solusi terbaik, diperhatikan aspek *respectful*, *related*, *helpful* serta *reasonable*.
- 8) Hal yang perlu dipahami, memastikan kasing sayang tersampaikan pada anak. Mulai dengan peduli pada mereka, serta menawarkan solusi bagi mereka, dengan kata bolahkah ?

Aplikasi disiplin positif bukanlah tindakan gampang dilakukan oleh setiap pendidik atau intruktur, namun demikian, bukan berarti mustahil.untuk bisa terwujud, hanya memang butuh pengelolaan emosi yang baik serta tingkat konsistensi tinggi dalam melakukannya serta menjadi figur baik bagi seorang anak atau peserta didik. Dengan penuh harap, anak maupun peserta didik di masa depan menjadi lebih bersikap mandiri dalam kehidupan dan punya integritas tinggi atas tindakannya. Untuk lebih memahami tentang disiplin positif bisa dilihat pada gambaran pada tabel berikut:

Tabel 3. Disiplin Positif

No	Bukan Disiplin Positif	Termasuk Disiplin Positif
1	<i>Permisifisme</i>	Jalan keluar jangka panjang menumbuhkan anak disiplin diri
2	Membiarkan anak melakukan apa saja	Komunikasi harmonis terkait aturan, harapan, maupun batasan
3	Tidak ada aturan	Relasi mutualisme antara anak dan pengasuh, hargai situasi
4	Tidak ada harapan	Mendidik ketrampilan sepanjang hidup
5	Tidak adanya batasan	Tingkatkan percaya diri serta kompetensi menghadapi tantangan
6	Reaksi spontan	Empati, sopan, ramah, hak asasi manusia
7	Mengganti hukuman	Beri dorongan dan pujian atas kebaikan

Growth Mindset

Growth-mindset merupakan gambaran bahwa kemampuan manusia sifatnya tetap, namun mampu untuk dikembangkan. Argumentasi tersebut atas kajian mendasar dalam beberapa dekade, dan ternyata dapat mengalami pengembangan. Hal ini bukan sekedar konsep, tetapi menjadikan peserta didik tertarik mengadopsi pendekatan ini dan mampu menerapkannya dalam kehidupan mereka serta tugas sekolah (Dweck and Yeager, 2021, p. 9).

Menurut Dweck (2020), membagi pola pikir menjadi dua, pola pikir mandeg (*fixed mindset*) dan pola pikir berkembang (*growth mindset*). *Fixed mindset* merupakan yang sulih diubah, sedangkan *growth mindset* menjadikan keinginan mengembangkan diri serta mempunyai berbagai inovasi atau skill baru. Apapun yang diusahakannya, baik positif atau negatif dapat membantu kemajuannya.

Mindset berkembang terbukti mampu menghasilkan ketahanan dan prestasi akademik yang lebih besar di antara siswa yang menghadapi kesulitan. studi berkualitas tinggi, dan analisis independen, telah mendukung kesimpulan bahwa efek *mindset* berkembang dapat ditiru, bermakna, dan beralasan secara teoritis (Yeager and Dweck, 2020).

Cara menanamkan *growth mindset*, dalam pendidikan diantaranya sebagai berikut

(Rissanen *et al.*, 2019):

Tabel 3. Aplikasi *Growth Mindset*

No	Aspek	Tindakan
1	Proses	Fokus dan hargai proses yang dijalani
2	Tantangan	Hadapilah tantangan dengan berani
3	Kritik bijak	Menerima kritik dengan bijak
4	Potensi	Perkuat kelebihan perbaiki kekurangan
5	Belajar	Terus belajar sepanjang hayat

Jorif & Burleig (2022) menawarkan sejumlah strategi menumbuhkan *growth mindset*, yaitu: 1). Akui ketidaksempurnaan yang dimiliki, 2). Hadapi tantangan dengan berani, 3). Perhatikan pikiran dan ucapan, 4). Percaya diri, berhenti mencari persetujuan orang lain, 5). Perkuat kelebihan, perbaiki kelemahan, 6). Terima kritikan dengan terbuka, 7). Hargai proses, 8). Belajar dari kesalahan orang lain.

Ciri-ciri Orang yang *memiliki growth mindset* setidaknya ada apa kriteria (Ghalwash, Ismail and El Sebaie, 2021): 1). Kegagalan sebagai peluang meraih kesuksesan, 2. Menerima diri sendiri, 3). Fokus pada proses, dan 4). Selalu berupaya untuk mengembangkan kualitas diri.

3.3. Aksentuasi Growth Mindset Dalam Pendampingan Penerapan Disiplin Positif Bagi Ustadz/Ustadzah Di Pesantren Di Jawa Tengah

Dalam perihal aksentuasi *Growth Mindset* Pada Pendampingan Penerapan Disiplin Positif Bagi Ustadz/Ustadzah Di Pesantren Di Jawa Tengah, peneliti menggunakan pendekatan Carol Dweck, dimana melalui 5 tindakan praktis. Sesuai dengan pengamatan, wawancara dan dokumentasi yang dilakukan peneliti, maka proses aksentuasi *Growth Mindset* terhadap para santri lebih difokuskan pada saat kegiatan Rencana Tindak Lanjut dengan langkah kongkret sebagai berikut :

- 1) **Fokus dan hargai proses yang dijalani**
 Para santri diarahkan agar menghargai

dan fokus pada proses dalam mencapai tujuan yang diinginkan. Meski kemungkinan ada aral menghadang atau gagal, tetapi mesti terus dijalani. Sebab kegagalan merupakan bagian dari proses untuk menuju kesuksesan. Jadi, para santri jangan hanya terpaku pada hasil akhir tanpa memikirkan prosesnya. Para santri membenarkan dan menyadari konsep ini karena sudah terbiasa didoktrin dengan ayat al-qur'an bahwa Allah tidak akan merubah suatu kaum kecuali kaum itu berusaha merubahnya. Atau dijelaskan dalam hadis tidak ada keberhasilan tanpa melwati kesulitan. Penyadaran terhadap santri memfokuskan pada hidup yang sedang dijalani (Rivai, 2022).

2) **Hadapilah tantangan dengan berani**

Menanamkan pola pikir bahwa tantangan merupakan sebuah peluang dalam rangka meraih kesuksesan dan adanya peluang merupakan alat asah supaya menjadi lebih baik. Perlu diingat, bahwa tantangan adalah pengantar untuk membawa kepada pengalaman baru. Maka dari itu, tak ada yang perlu dikhawatirkan. Menurut Fuad (2022), hidup ibarat sekolah yang dalam prosesnya ada ujian harian, minggun, bulanan, juga tahunan. Tanpa adanya ujian seorang siswa mustahil mendapat nilai. Jadi, ujian adalah cara Allah SWT memberi karunia terhadap hambanya.

3) **Bijak dalam Menerima Kritik**

Mencoba secara aktif menerima kritik orang lain dan minta umpan balik. Hal ini dilakukan sebagai media introspeksi diri demi perbaikan tassa kekurangan. Dengan sikap terbuka dalam menerima masukan menjadikan peluang berkembang lebih besar. Individu dengan *growth mindset* akan antusias untuk menerima dan menghargai umpan balik, masukkan, dan kritikan dari orang lain. Hal ini bisa dilakukan terhadap santri seperti pernyataan Muzaki (2022), menyatakan terkadang kritik itu menyakitkan tapi efek baiknya pastilah ada kalau kita berpikir positif.

4) **Perkuat kelebihan perbaiki kekurangan**

Kegiatan perlu diperkuat untuk bisa memahami potensi diri. Hal ini dengan cara

mengeksplorasi potensi baik dengan kesempatan yang sama berusaha mengurai kesalahan. Mencoba kepada para santri dipraktikkan agar terjadi perbaikan bagi hidup. Di pondok pesantren kesadaran tentang ini sudah menjadi bahan yang rutin disampaikan. Dengan pelatihan ini menjadi pemahaman berubah mengarah kepada kemandirian (Tugino, 2022).

5) **Terus belajar sepanjang hayat**

Menanamkan pola pikir positif kepada santri dengan penguatan *growth mindset* sangat diperlukan, karena menjadikan mereka untuk belajar sepanjang waktu. Para santri harus dilatih untuk berpikir terbuka sehingga satu sama lain bisa saling belajar dan saling mengisi. Bagi santri sudah biasa disampaikan tentang "belajar dari kandungan hingga liang lahat". Selama manusia masih hidup tentulah butuh tambahan ilmu atau petunjuk dari Allah SWT sehingga tidak sesat jalan (Indriyana, 2022).

4. PENUTUP

4.1. Kesimpulan

Dari deskripsi data dan analisis penelitian di atas ditarik kesimpulan bahwa *growth mindset* membantu meraih kesuksesan. Menanamkan *growth mindset*, menjadikan cenderung berpikir positif, memperbaiki kualitas diri, mampu menghadapi tantangan hidup serta menghargai proses. Cara menanamkannya dengan fokus dan hargai kekurangan, menghadapi tantangan dengan berani, menerima kritik dengan bijak, perkuat kelebihan perbaiki kekurangan dari terus belajar sepanjang hayat.

4.2. Saran

Aksentuasi *Growth Mindset* menjadikan kuatnya pikiran positif, maka dari itu penelitian menyarankan konsep tersebut masuk dalam strategi pembelajaran, baik pada pelatihan, diklat, maupun pembelajaran di kelas. Hal ini juga direkomendasikan bagi pendidikan pondok pesantren.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, M.W. and Hendriani, D. (2018) *Sejarah & dasar-dasar Psikologi*. Yogyakarta : Kalimedia.
- Ananda (2022) 'Pikiran Negatif: Penyebab, Efek, dan Cara Mengatasinya', *Gramedia Blog*. Available at: <https://www.gramedia.com/>.
- Andreas, S. and M. Khusnun Niam (2020) 'Peningkatan Spiritualitas Melalui Media Pembelajaran Interaktif Pada Mata Pelajaran Akidah Akhlak', *Irfani*, 16(1), pp. 26–45. Available at: <https://doi.org/10.30603/ir.v16i1.1295>.
- Arikunto, S. (2019) *Prosedur penelitian : suatu pendekatan praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Cahyonoputri, P. (2011) '80% Anak Terserang Pikiran Negatif', *Jawaban.com*, 10 January. Available at: <https://www.jawaban.com/>.
- Dweck, C.S. (2020) *Mindset : Mengubah Pola Berpikir Untuk Perubahan Besar Dalam Hidup Anda*. Edited by M.S. Nugraha. Tangerang: Baca. Available at: <https://doi.org/978-602-6486-35-6>.
- Dweck, C.S. and Yeager, D.S. (2021) 'A growth mindset about intelligence', in G.M. Walton and A.J. Crum (eds) *Handbook of wise interventions: How social psychology can help people change*. The Guilford Press, pp. 9–35.
- Forsyth, J.P. and Rizert, T.R. (2018) *Cultivating psychological acceptance*. Oakland, CA: New Harbinger.
- Fuad, M.Z. (2022) *Interview tentang tantangan dalam hidup*. Ustadz PPTQ Al-Asy'ariyyah 6.
- Ghalwash, S., Ismail, A. and El Sebaie, N. (2021) 'Helm: a social enterprise expanding opportunities for people with disabilities in Egypt', *Emerald Emerging Markets Case Studies*, 11(4), pp. 1–31. Available at: <https://doi.org/10.1108/EEMCS-10-2020-0391>.
- Glazer, H.R. and Clark-Foster, M.D. (2019) *Understanding the Journey: A Lifespan Approach to Working With Grieving People*. Springfield, IL: Charles C. Thomas.
- Harrison, V., Moulds, M.L. and Jones, K. (2022) 'Perceived social support and prenatal wellbeing; The mediating effects of loneliness and repetitive negative thinking on anxiety and depression during the COVID-19 pandemic', *Women and Birth*, 35(3), pp. 232–241. Available at: <https://doi.org/10.1016/j.wombi.2020.12.014>.
- Herabadi, A.G. (2007) 'Hubungan Antara Kebiasaan Berpikir Negatif tentang Tubuh dengan Body Esteem dan Harga Diri', *Makara Human Behavior Studies in Asia*, 2(1), pp. 18–23. Available at: <https://doi.org/10.7454/mssh.v1i1i1.42>.
- Indriyana (2022) 'Wawancara pembina santri putri saling tukar ide', 24 April.
- Jorif, M. and Burleigh, C. (2022) 'Secondary teachers' perspectives on sustaining growth mindset concepts in instruction', *Journal of Research in Innovative Teaching & Learning*, 15(1), pp. 23–40. Available at: <https://doi.org/10.1108/jrit-04-2020-0020>.
- Kementerian Kesehatan RI (2018) 'Lupakan Depresi, Berikut 4 Masalah Kesehatan Akibat Pikiran Negatif', *Direktorat Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan Masyarakat*, 30 January. Available at: <https://promkes.kemkes.go.id/>.
- Muzaki, M. (2022) 'Wawancara tentang kritik dan umpan balik', 24 April.
- Nelson, J. (2015) 'What is Positive Discipline?', *iPositive*. Available at: <https://ipositivelinc.com/>.
- Nugroho, D. (2017) *Melatih Kekuatan Pikiran dan Daya Ingat Setajam Silet*. Yogyakarta: Araska.
- Panita Kegiatan (2022) *Dokumentasi Pelatihan Penerapan Disiplin Positif di PPTQ Al-Asy'ariyyah 6*. 3 Januari 2022, Wonosobo.
- Patel, S.N. et al. (2021) 'Child disciplinary practices, abuse, and neglect: Findings from a formative study in Chitungwiza, Zimbabwe', *Child Abuse and Neglect*, 115(12), pp. 10–18. Available at: <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2021.105016>.
- Rissanen, I. et al. (2019) 'In search of a growth mindset pedagogy: A case study of one teacher's classroom practices in a Finnish elementary school', *Teaching and Teacher Education*, 77, pp. 204–213. Available at: <https://doi.org/10.1016/j.tate.2018.10.002>.

- Rivai, A. (2022) *Interview tentang fokus dan proses dalam hidup*. Ustad PPTQ Al-Asy'ariyyah 6.
- Sege, R.D. and Siegel, B.S. (2021) 'Effective Discipline to Raise Healthy Children', *Injury and Violence Prevention*, 124(6), pp. 1–10. Available at: <https://doi.org/10.1542/9781610024334-part01-effective>.
- Sofian, D.N. (2012) *The Miracle of Berpikir Positif*. Bekasi : Laskar Aksara.
- Sugiyono (2020) *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Sumardiono (2007) *Homeschooling : a leap for better learning = lompatan cara belajar*. Jakarta Elex Media Komputindo.
- Tugino (2022) 'Wawancara terkait kelebihan dan kekurangan pada diri sendiri', 24 April.
- Usman, H. and Akbar, P.S. (2017) *Metodologi Penelitian Sosial*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Verplanken, B. *et al.* (2005) 'Consumer style and health: The role of impulsive buying in unhealthy eating', *Psychology and Health*, 20(4), pp. 429–441. Available at: <https://doi.org/10.1080/08870440412331337084>.
- Yeager, D.S. and Dweck, C.S. (2020) 'What can be learned from growth mindset controversies?', *American Psychologist*, 75(9), pp. 1269–1284. Available at: <https://doi.org/10.1037/amp0000794>.