

**IMPLEMENTASI TEORI KOGNITIF SOSIAL ALBERT BANDURA DALAM
MENANGANI SISWA DENGAN INNER CHILD NEGATIF**

Naufal Abdullah Zuhdi¹, Totok Agus Suryanto²

^{1,2}Universitas Al-Amien Prenduan

Email: novalzuhdi24@gmail.com¹, totokagussuryanto@gmail.com²

Abstrak: Penelitian ini dilatarbelakangi oleh fenomena *Inner child* negatif yang dialami siswa akibat pengalaman traumatis di masa kecil, yang dapat mempengaruhi perkembangan emosional dan akademis mereka. Metode yang digunakan dalam penelitian ini pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus, yang melibatkan observasi, wawancara terstruktur, dan dokumentasi untuk mengumpulkan data. Fokus penelitian ini mengidentifikasi faktor-faktor pendukung dan penghambat dalam penerapan teori kognitif sosial, yang menunjukkan bahwa peran guru dan wali kelas sebagai teladan (*uswah*) sangat penting dalam menciptakan lingkungan belajar yang positif. Strategi yang diterapkan oleh bagian akademik dalam mengimplementasikan teori kognitif sosial Albert Bandura mencakup pendekatan pendampingan dan komunikasi efektif antara guru, wali kelas, dan orang tua, sehingga siswa dapat lebih baik dalam mengatasi masalah emosional dan meningkatkan kinerja akademis mereka.

Kata Kunci: Implementasi, Teori Kognitif Sosial, *Inner Child* Negatif, Siswa.

Abstract: This research is motivated by the phenomenon of negative inner child experienced by students due to traumatic experiences in childhood, which can affect their emotional and academic development. The method used in this research is a qualitative approach with a case study design, which involves observation, structured interviews, and documentation to collect data. The focus of this research identifies the supporting and inhibiting factors in the application of social cognitive theory, which shows that the role of teachers and homeroom teachers as role models (*uswah*) is crucial in creating a positive learning environment. The strategies applied by the academic department in implementing Albert Bandura's social cognitive theory include mentoring approaches and effective communication between teachers, homeroom teachers and parents, so that students can better cope with emotional problems and improve their academic performance.

Keywords: Implementation, Social Cognitive Theory, *Inner Child* negative.

PENDAHULUAN

Inner child adalah sisi kepribadian yang terbentuk dari pengalaman masa kecil, yang dapat mempengaruhi kehidupan seseorang di masa dewasa. Pengalaman menyakitkan, seperti

kekerasan atau pengabaian, dapat melukai *inner child* menyebabkan dan trauma yang berlanjut hingga dewasa. Penelitian di Indonesia menunjukkan bahwa *inner child* memiliki dampak signifikan pada kesehatan mental, dengan banyak individu yang mengalami kecemasan dan depresi akibat trauma masa kecil. Teori kognitif Jean Piaget menjelaskan perkembangan kognitif anak melalui tahap empat, sementara Albert Bandura menekankan pentingnya efikasi diri dan pembelajaran sosial dalam membentuk perilaku. Di pondok pesantren Al-Amien Prenduan, guru berperan sebagai panutan bagi santri, yang sejalan dengan teori Bandura tentang model perilaku. Lingkungan sosial juga mempengaruhi perilaku santri, sehingga lingkungan yang positif dapat membantu mengatasi masalah batin anak. Penanganan *inner child* negatif penting untuk rekonstruksi diri, dan dengan memahami serta mengatasi *inner child*, individu dapat mengubah perilaku maladaptif. Penelitian ini fokus pada siswa kelas 2 MA Tahfidh Al-Amien Putra dan menggunakan pendekatan kualitatif untuk mengeksplorasi penanganan *inner child* negatif melalui penerapan teori kognitif sosial yang dikembangkan oleh Albert Bandura. Dengan menarik interaksi antara kognisi, perilaku, dan lingkungan, penelitian ini bertujuan untuk memberikan wawasan yang mendalam tentang bagaimana siswa dapat mengatasi pengalaman masa lalu yang berdampak negatif terhadap perkembangan mereka.

Melalui pemodelan perilaku positif dan penguatan efikasi diri, guru dan lingkungan sekolah dapat berperan penting dalam membantu siswa memahami dan mengelola emosi serta perilaku mereka. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi yang signifikan dalam strategi pengembangan yang efektif untuk mendukung kesejahteraan psikologis siswa, serta meningkatkan kemampuan mereka dalam menghadapi tantangan di masa depan.

Tandai pesan Salin pesan Ekspor

Observasi di MA Tahfidh Al-Amien Putra menunjukkan adanya siswa yang cenderung menyendiri dan berperilaku agresif, yang disebabkan oleh kurangnya perhatian dari orang tua dan latar belakang keluarga *Broken Home*. Peneliti berencana melakukan asesmen menyeluruh untuk memahami dinamika psikologis siswa dan mengidentifikasi pengalaman masa kecil yang mempengaruhi perilaku mereka. Kurangnya perhatian dan dukungan emosional pada masa kecil dapat menyebabkan batin anak terluka, berdampak negatif pada perkembangan emosional dan mental siswa. Oleh karena itu, penanganan yang tepat, seperti konseling dan terapi, sangat

penting untuk membantu siswa mengatasi masalah ini. Intervensi yang fokus pada pemulihan batin anak diharapkan dapat meningkatkan kesadaran diri, kepercayaan diri, dan hubungan yang lebih sehat. Dengan pendekatan holistik, siswa dapat mengatasi luka masa lalu dan tumbuh menjadi individu yang lebih kuat dan tangguh, menciptakan fondasi yang kokoh untuk perkembangan psikologis yang positif di masa depan.

Teori kognitif sosial yang dikembangkan oleh Albert Bandura menekankan interaksi antara kognisi, perilaku, dan lingkungan dalam membentuk perilaku individu. Konsep kunci dalam teori ini adalah efikasi diri, yaitu keyakinan individu terhadap kemampuannya mencapai tujuan. Individu dengan efikasi diri yang tinggi cenderung lebih berani menghadapi tantangan dan mengelola stres. Teori ini juga menyoroti pentingnya pemodelan, di mana individu belajar melalui pengamatan perilaku orang lain. Dalam konteks pendidikan, teori ini memberikan wawasan bagi guru untuk merancang strategi pembelajaran yang efektif. Siswa tidak hanya belajar dari instruksi langsung, tetapi juga melalui interaksi sosial. Guru dapat berperan sebagai model perilaku positif dan memberikan umpan balik yang mendukung untuk meningkatkan efikasi diri siswa. Dengan demikian, penerapan teori kognitif sosial dapat membantu pengembangan karakter dan kemampuan siswa secara holistik.

METODE PENELITIAN

Sebelum melakukan penelitian, peneliti merumuskan metode yang digunakan dalam penelitian. Penelitian harus sesuai dengan prosedur penelitian, jenis, dan urutan atau langkah-langkah yang akan diambil. Dengan demikian peneliti dapat secara sederhana dan sistematis melaksanakan penelitiannya sesuai kaidah karya ilmiah. Berdasarkan jenisnya, penelitian ini tergolong sebagai studi kasus. Studi kasus yang dimaksud dalam penelitian ini yakni sebuah pendekatan yang digunakan untuk mengeksplorasi penerapan teori kognitif sosial Albert Bandura dalam membantu siswa dengan *Inner child* negatif. Melalui wawancara mendalam dan observasi kelas, penelitian ini mengungkap pengalaman siswa yang terjebak dalam pola pikir negatif dan bagaimana guru menggunakan teknik modeling serta reinforcement untuk menciptakan lingkungan belajar yang mendukung, yang pada akhirnya berkontribusi pada peningkatan kepercayaan diri dan interaksi sosial siswa. Studi kasus deskriptif fenomenologis ini mengeksplorasi penerapan teori kognitif sosial Albert Bandura dalam membantu siswa dengan *Inner child* negatif, mengungkap pengalaman siswa yang terjebak dalam pola pikir negatif dan bagaimana guru menggunakan teknik modeling serta *reinforcement* untuk

menciptakan lingkungan belajar yang mendukung, yang pada akhirnya berkontribusi pada peningkatan kepercayaan diri dan interaksi sosial siswa. Penelitian ini menekankan pentingnya dukungan emosional dan pendekatan responsif dalam pendidikan untuk membantu siswa mengatasi tantangan pribadi mereka.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Implementasi teori kognitif sosial dalam penanganan siswa dengan *inner child* negatif di kelas 2 MA Tahfidh Al-Amien Putra menunjukkan pendekatan komprehensif yang berfokus pada modeling dan *observational learning*. Temuan penelitian mengindikasikan bahwa sivitas akademika sekolah secara sistematis menciptakan lingkungan pendidikan yang responsif terhadap kebutuhan psikologis siswa. Strategi utama yang diterapkan mencakup pemberian *uswah* (keteladanan) langsung, membangun koneksi komunikatif, dan menciptakan ruang aman bagi perkembangan emosional siswa. Pendekatan ini sejalan dengan konsep Bandura yang menekankan bahwa proses belajar terjadi melalui pengamatan dan peniruan perilaku model, di mana guru berperan sebagai figur sentral dalam mentransformasi pengalaman belajar.

Dampak signifikan dari pendekatan ini terlihat dalam beberapa aspek. Pertama, pembangunan kepercayaan diri siswa meningkat melalui perhatian tulus, pendengaran terhadap keluhan kesah, dan dukungan saat menghadapi kesulitan. Siswa merasa dihargai dan lebih percaya diri, terhindar dari perasaan terintimidasi atau perlakuan tidak adil, yang pada gilirannya mendorong perkembangan mental yang sehat. Kedua, pembentukan karakter yang kuat terjadi melalui penghargaan terhadap keragaman dan keunikan setiap individu, menciptakan lingkungan inklusif. Siswa diajarkan untuk menghargai perbedaan dan tidak takut gagal, dengan menjadikan kegagalan sebagai kesempatan untuk belajar dan berkembang.

Selain itu, kelebihan dari pendekatan ini juga sangat mencolok. Pertama, terciptanya lingkungan belajar yang positif, di mana suasana kelas dipenuhi empati, komunikasi yang baik antara guru dan siswa, serta ruang aman untuk berekspresi. Hal ini membuat siswa merasa lebih nyaman dan aman, yang berdampak positif pada kualitas interaksi sosial dan emosional mereka serta prestasi akademik. Kedua, perhatian dan dukungan terhadap perkembangan mental dan emosional siswa berkontribusi pada peningkatan kesehatan mental mereka. Siswa merasa diterima di lingkungan sekolah dan belajar untuk mengelola emosi serta menghadapi tantangan

hidup dengan cara yang sehat. Terakhir, penanganan inner child yang efektif tercapai melalui pendekatan berbasis kasih sayang, perhatian, dan penghargaan terhadap individualitas, yang membantu mencegah trauma atau luka emosional yang mungkin dialami siswa di masa lalu. Dengan demikian, siswa dapat tumbuh dalam lingkungan yang lebih sehat dan penuh pengertian, mengurangi kemungkinan terjadinya masalah inner child di kemudian hari.

Faktor pendukung dan penghambat dalam pengimplementasian teori kognitif sosial albert bandura untuk menangani siswa dengan inner child negatif. Pertama, sebelum menganalisa berkaitan dengan temuan penelitian terkait faktor pendukung dan penghambat, peneliti menemukan beberapa implementasi penanganan yang dilakukan oleh Tahfidh Al-Amien Prenduan didalam mengatasi inner child negative pada santri Tahfidh Al-Amien Prenduan, yakni bahwa segenap sivitas akademik di lingkungan MA Tahfidh Al-Amien putra selalu memberikan contoh atau *uswah* yang baik sebelum meminta para siswa seperti :

- a. Menunjukkan kasih sayang dan perhatian dengan tulus.

Contoh : Guru selalu menunjukkan perhatian lebih pada siswa melalui sapaan yang ramah, mendengarkan keluhan kesah mereka, memberi dukungan saat mereka merasa kesulitan.

- b. Menghargai keragaman dan keunikan setiap individu.

Contoh: Guru yang menghargai keunikan setiap siswa, baik itu dalam hal budaya, minat, atau kemampuan, dan menciptakan suasana kelas yang tidak diskriminatif bagi siswa, hal itu bertujuan supaya siswa merasa dihargai sebagai individu yang unik, tanpa perlu menyesuaikan diri dengan standar yang tidak realistis, dan lebih cenderung memiliki rasa harga diri yang sehat dan menghindari perasaan rendah diri atau tidak diterima.

- c. Bersifat bijaksana dalam menghadapi kegagalan

Contoh: Guru yang menunjukkan bahwa kegagalan adalah bagian dari proses belajar dan memberikan dukungan kepada siswa untuk belajar dari kesalahan mereka, tanpa merasa malu atau takut dihukum, hal tersebut bertujuan mengajarkan siswa bahwa kegagalan bukanlah akhir dari segalanya, melainkan kesempatan untuk belajar dan berkembang, membantu mereka membangun ketahanan mental dan emosional yang kuat.

Guru dapat memainkan peran yang sangat penting dalam penanganan siswa dengan *Inner child* negatif dengan menjadi teladan yang baik dalam berbagai aspek emosional dan sosial.

Melalui kasih sayang, empati, penguatan positif, serta keterampilan dalam mengelola emosi dan menyelesaikan konflik, guru dapat membantu anak-anak merasa dihargai dan aman, sehingga mereka tumbuh dengan rasa percaya diri yang sehat dan kemampuan untuk menghadapi tantangan hidup dengan cara yang positif., para guru membangun koneksi yang baik terhadap siswa dengan cara berdialog secara komunikatif bersama siswa, serta menciptakan ruang aman pada siswa di lingkungan MA Tahfidh Al-Amien putra, selain itu motivasi, dan rasa saling menghargai sesama individu untuk membangun koneksi emosional. hal ini selaras dengan konsep teori kognitif Albert Bandura yang berbunyi “bahwa manusia belajar dari pengamatan terhadap perilaku orang lain, serta melalui pengalaman langsung. Bandura mengemukakan bahwa pembelajaran tidak hanya terjadi melalui peneguhan (*reinforcement*) tetapi juga melalui proses imitasi atau modeling. Kedua, Dalam temuan ini peneliti ada beberapa faktor penghambat dan pendukung dalam proses implmentasi teori kognitif sosial di kelas 2 MA Tahfidh Al-Amien putra.

Beberapa catatan dan temuan penting diperoleh melalui diskusi antar fenomena yang terpapar di atas, serta dengan teori yang ada.

a. Implementasi penanganan

Implementasi teori kognitif sosial dalam penanganan siswa dengan *Inner child negative* pada siswa kelas 2 MA Tahfidh Al-Amien Putra menunjukkan pendekatan komprehensif yang berbasis pada *modeling* dan *observational learning*. Temuan penelitian mengungkapkan bahwa sivitas akademika sekolah secara sistematis menciptakan lingkungan pendidikan yang responsif terhadap kebutuhan psikologis siswa.

Strategi utama yang diterapkan meliputi pemberian *uswah* (keteladanan) langsung, membangun koneksi komunikatif, dan menciptakan ruang aman bagi perkembangan emosional siswa. Hal ini selaras dengan konsep Bandura yang menekankan bahwa proses belajar terjadi melalui pengamatan dan peniruan perilaku model, di mana guru berperan sebagai figur sentral dalam mentransformasi pengalaman belajar. Berikut dampak signifikan dan kelebihan dari pendekatan melalui cara *uswah* :

1) Dampak signifikan

- a) Pembangunan Kepercayaan Diri Siswa : Dengan menunjukkan perhatian tulus, mendengarkan keluh kesah, dan memberikan dukungan ketika siswa menghadapi kesulitan, siswa merasa dihargai dan lebih percaya diri. Mereka tidak merasa

terintimidasi atau diperlakukan tidak adil, yang membantu mereka menghindari rasa rendah diri dan mendorong perkembangan mental yang sehat.

- b) Pembentukan Karakter yang Kuat : Penghargaan terhadap keragaman dan keunikan setiap individu menciptakan lingkungan yang inklusif. Hal ini memungkinkan siswa untuk tetap menjadi diri mereka sendiri, menghargai perbedaan, dan merasa diterima. Selain itu, mengajarkan siswa bahwa kegagalan adalah bagian dari proses pembelajaran membantu mereka untuk tidak takut gagal, tetapi malah menganggapnya sebagai kesempatan untuk belajar dan berkembang.

2) Kelebihan

- a) Membangun lingkungan belajar yang positif : Suasana kelas yang penuh empati, komunikasi yang baik antara guru dan siswa, serta penciptaan ruang aman untuk berekspresi memungkinkan siswa merasa lebih nyaman dan aman. Ini akan meningkatkan kualitas interaksi sosial dan emosional mereka, yang berdampak positif pada prestasi akademik.
- b) Peningkatan kesehatan mental siswa: Dengan memberikan perhatian dan dukungan pada perkembangan mental dan emosional siswa, siswa tidak hanya merasa diterima di lingkungan sekolah, tetapi juga belajar untuk mengelola emosi dan menghadapi tantangan hidup secara sehat

Penanganan *Inner child* yang efektif : Pendekatan yang berbasis kasih sayang, perhatian, dan penghargaan terhadap individualitas membantu mencegah trauma atau luka emosional yang mungkin dialami siswa di masa lalu. Hal ini membantu mereka tumbuh dalam lingkungan yang lebih sehat dan penuh pengertian, yang mengurangi kemungkinan terjadinya masalah *inner child*.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Implementasi teori kognitif sosial Albert Bandura melalui pendampingan siswa dan peran wali kelas sebagai teladan terbukti efektif dalam menangani batin anak yang negatif. Pendekatan ini menciptakan lingkungan belajar yang aman dan responsif, dimana siswa merasa dihargai dan didukung. Hal ini dapat meningkatkan kepercayaan diri, membentuk karakter

yang kuat, dan mengurangi dampak negatif dari pengalaman masa lalu. Dengan memberikan contoh perilaku positif, guru dan wali kelas berkontribusi pada perkembangan emosional dan sosial siswa, yang sangat penting bagi kesejahteraan mereka.

Keberhasilan penerapan teori kognitif dalam penanganan negatif batin anak dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk kondisi lingkungan yang kondusif, komunikasi efektif antara pihak sekolah, serta kesadaran guru untuk menjadi teladan yang baik. Namun, tantangan seperti kurangnya keterbukaan siswa dan perbedaan latar belakang sosial-budaya masih menjadi tantangan yang perlu diatasi. Oleh karena itu, diperlukan strategi yang holistik dan kolaboratif dari seluruh komponen pendidikan untuk menciptakan ekosistem belajar yang transformatif dan mendukung perkembangan siswa secara optimal.

Saran

Berdasarkan kesimpulan yang diperoleh, disarankan agar sekolah mengembangkan program pendampingan yang menerapkan teori kognitif sosial Albert Bandura, dengan melibatkan wali kelas dan guru sebagai teladan positif bagi siswa. Sekolah perlu menciptakan lingkungan belajar yang aman dan inklusif, di mana siswa merasa dihargai dan didukung dalam mengatasi hal negatif dalam diri anak mereka. Untuk mengatasi tantangan seperti kurangnya keterbukaan siswa dan perbedaan latar belakang sosial-budaya, diperlukan pendekatan holistik dan kolaboratif dari seluruh komponen pendidikan, termasuk pelatihan bagi guru untuk meningkatkan kesadaran mereka sebagai teladan. Dengan demikian, diharapkan tercipta ekosistem belajar yang transformatif dan mendukung perkembangan emosional serta sosial siswa secara optimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Mun'im, Muhtadi. *Metodologi Penelitian Untuk Pemula*. Prenduan: Pusdilam, 2014.
- Aulia Muttaqin, Nawari Ismail, Dan Azam Syukur Rahmatullah. "Inner Child Pada Remaja Panti Asuhan: Peranan Pola Asuh Dan Kematangan Beragama." *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, Vol.7, No. 03 (25 Agustus 2023).
- Bekhet, Abir K, dan Jaclene A Zauszniewski. "Methodological Triangulation: An Approach to Understanding Data." *Nurse Researcher*, vol.20, no. 2 (22 November 2012)
- Hotifah, Yuliati. "Empowering Santri Dalam Mengatasi Permasalahan Pembelajaran Di Pesantren Melalui Model Peer Helping Berbasis Kearifan Lokal Pesantren."

- Personifikasi, Vol.Vol. 5 (1 Mei 2014).
- Ibda, Fatimah. "Perkembangan Kognitif: Teori Jean Piaget." Vol.3 (2015).
- Jin, Yuxi. "Development and Application of Social Learning Theory." *Learning & Education*, vol.10, no. 7 (7 Juni 2022).
- Lianto, Lianto. "Self-Efficacy: A Brief Literature Review." *Jurnal Manajemen Motivasi*, Vol.15, No. 2 (24 November 2019).
- Lies Imma Junaidah. "Recovery From Inner Child." *Corona: Jurnal Ilmu Kesehatan Umum, Psikolog, Keperawatan Dan Kebidanan*, Vol.2, No. 3 (7 Agustus 2024).
- Mingyue, Li, Josephine Kezia Krisyani, Danton Nabilla Putri Herianto, dan Niswatun Solihatul Azkiyah. "Psychoanalytic Study of Carl Gustav Jung: Persona in the Character Tang Xin in the Drama 'Nǐ Hǎo, Shénqiāngshǒu' Episodes 1-15 by Lian Mu Chu Guang." vol.1, no. 1 (2023).
- Selman, Robert Louis. "The relation of role taking to the development of moral judgment in children." *Child development*, vol.42 1 (1971).
- Suryana, Dadan, dan Baiti Latifa. "Inner child Influence on Early Childhood Emotions." *Educational Administration: Theory and Practice* (2023).
- Yanuardianto, Elga. "Teori Kognitif Sosial Albert Bandura (Studi Kritis Dalam Menjawab Problem Pembelajaran di Mi)." *Auladuna : Jurnal Prodi Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah*, vol.1, no. 2 (5 Desember 2019)