

Anak (1-3 tahun)
Article

Apa itu Growth Mindset pada anak dan Gimana Cara Menerapkannya?

OKT 28, 2026

4 MINS

Mams, growth mindset adalah pola pikir bahwa kemampuan dasar dan kecerdasan Si Kecil dapat berkembang melalui latihan, strategi yang tepat, serta kemauan belajar dari kesalahan.

Orang tua dapat membentuk pola pikir ini dengan mengapresiasi proses, memberi tantangan sesuai usia, dan membantu Si Kecil melihat kegagalan sebagai bagian dari belajar.

Memahami growth mindset akan membantu Mam membimbing Si Kecil tumbuh dengan ketahanan emosional yang baik.

Artikel ini akan mengulas mengenai pengertian growth mindset, manfaatnya untuk anak, cara menerapkannya, serta contohnya. Yuk, Mams...

Growth Mindset dan Perbedaannya dengan Fixed Mindset

Growth mindset memandang kemampuan dapat berkembang, sedangkan Fixed mindset memandang kemampuan sebagai sesuatu yang tetap.

Si Kecil dengan growth mindset percaya kemampuan dan kecerdasan mereka bersifat malleable, yakni dapat ditingkatkan lewat latihan, strategi baru, dan ketekunan.

Sebaliknya, fixed mindset membuat si Kecil menganggap kecerdasan sebagai bakat bawaan yang tidak bisa diubah.

Dengan begitu, si Kecil yang memiliki fixed mindset cenderung menghindari tantangan karena merasa usaha keras tidak akan mengubah keadaan ketika mereka mengalami kegagalan.

Perbedaan kedua pola pikir ini sangat memengaruhi cara Si Kecil menyikapi kegagalan dan

tantangan.

Berikut ini beberapa contoh growth mindset anak yang bisa kita lihat di kehidupan sehari-hari:

- Belum bisa mengancingkan seragam TK, lalu mencoba lagi.
- Kalah bermain congklak, lalu bertanya strategi kepada teman.
- Belum hafal gerakan senam sekolah, lalu berlatih lagi di rumah.
- Salah menulis huruf, lalu menghapus dan memperbaikinya.

Pada kondisi mengalami kegagalan di atas, anak dengan fixed mindset mudah merasa putus asa dan menyerah.

Manfaat Growth Mindset bagi Anak

Manfaat utama penerapan growth mindset untuk anak adalah memberikan dampak positif bagi perkembangan mental, ketahanan emosional, dan akademik. Mari kita bahas.

Membantu Anak Berani Mencoba dan Tekun Menghadapi Kesulitan

Si Kecil tumbuh berani mengeksplorasi aktivitas baru secara mandiri serta menetapkan tujuan tanpa takut gagal. Saat menemui kendala, mereka menunjukkan ketekunan (*persistence*) dan konsistensi usaha yang jauh lebih tinggi.

Membantu Belajar dari Kesalahan dan Membangun Kepercayaan Diri yang Realistis

Growth mindset melatih si Kecil memandang kesalahan sebagai umpan balik yang membangun, alih-alih hanya sebagai kelemahan diri.

Karena hasil tidak dianggap sebagai batas kemampuan, sehingga si Kecil dapat belajar dari kesalahan sekaligus membangun kepercayaan diri yang bertumpu pada kemajuan.

Rasa percaya diri mereka pun tumbuh secara realistis karena mereka tahu bahwa kecakapan dibentuk dari kerja keras.

Baca juga: [Ciri Anak Cerdas Umur 1 Tahun dan Jenis Kecerdasan Anak](#)

Cara Menerapkan Growth Mindset pada Anak

Cara menerapkan growth mindset pada anak dimulai dari respons Mams terhadap usaha, kesalahan, dan tantangan sehari-hari.

Apresiasi proses, strategi, dan usaha si kecil

Mam sebaiknya memuji proses, strategi, dan usaha keras si Kecil (*process praise*). Memberi Si Kecil pujian saat berproses terbukti memupuk ketahanan emosional Si Kecil di masa depan.

Sebagai contoh, beri apresiasi pada tindakan yang spesifik seperti ketekunan mencoba mengancingkan baju seragam berkali-kali.

Gunakan kesalahan sebagai bahan belajar dan berikan tantangan sesuai usia

Saat Si Kecil salah, ajak ia menganalisisnya tanpa takut. Tanyakan apa yang dipelajari dari kesalahan dan strategi apa yang ingin dicoba selanjutnya.

Berikan pula tantangan permainan yang sesuai usianya agar ia terbiasa memecahkan masalah secara bertahap.

Jangan lupa untuk membagi tantangannya menjadi langkah kecil apabila si Kecil kewalahan.

Bantu anak menyusun langkah mandiri saat belum berhasil

Bimbing Si Kecil menyusun strategi secara mandiri saat menemui jalan buntu alih-alih Mams langsung mengambil alih atau langsung membereskan tugasnya.

Tawarkan juga petunjuk, yang secukupnya, agar anak tetap berkesempatan menemukan solusi sendiri.

Baca juga: [Apa Kaitan Susu Anak 1 Tahun dan Mendidik Anak di Era Digital?](#)

Contoh Kalimat yang Mendukung Growth Mindset

Berikut ini adalah beberapa contoh kalimat growth mindset agar Mams bisa mengarahkan perhatian si Kecil pada proses dan kemungkinan berkembang:

- “Aku tidak bisa” menjadi “Aku belum bisa.”
- “Strategi apa yang sudah kamu coba?”
- “Sekarang kamu sudah lebih rapi daripada kemarin.”
- “Kamu teliti lho karena sudah memeriksa ulang.”

Peran Orang Tua dalam Menjaga Growth Mindset

Keteladanan dan konsistensi sikap Mams sangat menentukan ketahanan pola pikir berkembang Si Kecil seiring waktu.

Cara paling mudah adalah memberikan contoh saat Mams menghadapi kegagalan.

Tunjukkan sikap tenang saat Mams melakukan kesalahan. Penelitian longitudinal membuktikan pola pikir ibu yang positif kuat memprediksi stabilitas growth mindset anak dalam jangka panjang.

Selain itu, selalu bantu si Kecil menjaga ekspektasi dan bersikap realistis. Pastikan juga menghargai kecepatan belajar Si Kecil yang unik.

Dan untuk melindungi dan mempertahankan pola growth mindset, usahakan untuk tidak sekalipun membandingkan hasil dan proses si Kecil dengan anak lain agar ia tidak berkecil hati.

Rekomendasi Susu dengan Nutrisi untuk Mendukung Perkembangan Otak dan Kesiapan Belajar Anak Usia 3+ Tahun

Selain stimulasi pola pikir, pemenuhan nutrisi harian lengkap sangat krusial mendukung kesiapan belajar Si Kecil usia 3+ tahun.

Apalagi, stimulasi growth mindset membutuhkan kesiapan belajar dan perkembangan otak yang optimal.

Otak yang ternutrisi baik mempercepat proses informasi agar Si Kecil lebih siap menghadapi tantangan belajar.

Untuk mendukung tumbuh kembang cerdas Si Kecil, S-26 Procal Gold hadir dengan Most Advanced Formulation yang dilengkapi Multilearn Connect, kombinasi nutrisi penting untuk mendukung perkembangan otak dan sistem saraf si Kecil secara optimal.

Diperkaya Sphingomyelin & Fosfolipid untuk membantu mempercepat arus informasi di otak, AA & DHA untuk perkembangan otak, serta Alfa-laktalbumin yang mendukung komunikasi saraf.

Didukung nutrisi tepat dengan jumlah dan waktu yang tepat, S-26 Procal Gold membantu si Kecil tumbuh cerdas, siap belajar, dan berkembang optimal hari ini hingga masa depannya.

Dengan menyelaraskan stimulasi harian dan dukungan nutrisi optimal dari S-26 Procal GOLD,

Si Kecil akan memiliki kesiapan kognitif serta mental yang matang untuk menghadapi setiap tantangan belajarnya.

Sebab pada dasarnya, growth mindset adalah keyakinan bahwa setiap kemampuan dasar Si Kecil dapat terus berkembang.

Baca Label Sebelum Membeli dan Baca Peringatan pada Label.

Pertanyaan Umum Seputar Growth mindset

1. Apakah growth mindset bisa dibentuk sejak usia balita?

Ya, growth mindset bisa dibentuk sejak balita dengan membiasakan memuji proses, usaha, serta eksplorasi si Kecil sejak masa toddler. Penelitian menemukan hubungan antara pujian terhadap proses pada masa balita dan growth mindset serta ketertarikan pada tantangan beberapa tahun kemudian.

2. Bagaimana peran orang tua dalam membangun growth mindset anak?

Orang tua berperan melalui bahasa, teladan, tantangan yang realistis, dan bantuan yang tidak mengambil alih proses belajar. Mams memegang peran jangka panjang yang sangat besar. Pola pikir Ibu yang positif secara konsisten mendukung Si Kecil mengembangkan growth mindset yang kuat hingga usia sekolah.

3. Apa contoh kalimat yang mendukung growth mindset pada anak?

Mam bisa mengganti kata "Aku tidak bisa" menjadi "Aku belum bisa, mari kita coba lagi bersama" demi mendukung proses belajarnya.

Referensi

1. Rosenberg L. (2024). Mindset and participation: Correlations among healthy children. *The British journal of occupational therapy*, 87(12), 753-759. <https://doi.org/10.1177/03080226241276384>
2. Muradoglu, M., Porter, T., Trzesniewski, K., & Cimpian, A. (2024). A Growth Mindset Scale for Young Children (GM-C): Development and validation among children from the United States and South Africa. *PloS one*, 19(10), e0311205. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0311205>
3. Help for early years providers : Sense of self - Department of Education UK Government. Retrieved September 2, 2026, from <https://help-for-early-years-providers.education.gov.uk/areas-of-learning/personal-social-and-emotional-development/sense-of-self>
4. Chen, J., & Liu, C. (2023). The longitudinal association between children's growth mindset in senior primary school and their parents' growth mindset. *Frontiers in psychology*, 14, 1110944. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1110944>
5. Gunderson, E. A., Gripshover, S. J., Romero, C., Dweck, C. S., Goldin-Meadow, S., & Levine, S. C. (2013). Parent praise to 1- to 3-year-olds predicts children's motivational frameworks 5 years later. *Child development*, 84(5), 1526-1541. <https://doi.org/10.1111/cdev.12064>

Bagikan sekarang

Optimalkan Potensi Hebat si Kecil

Wyeth Nutrition
BERSAMA **S26** **ParenTeam.**

JOIN SEKARANG >

Ashton
Science Olympiad Medalist

Aleesya
Ice Skating Medalist

Dazelin
Tech Science Medalist

Optimalkan Potensi Hebat si Kecil

Wyeth Nutrition
BERSAMA **S26** **ParenTeam.**

JOIN SEKARANG >