

Peran Lingkungan Rumah Sebagai *Safe Space* dalam Menunjang Keberhasilan Akademik Anak

Sarah Azka Fiddaroin¹, Ellen Prima²

Program Studi Pendidikan Agama Islam, Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan,
Universitas Islam Negeri Prof. K.H.Saifuddin Zuhri Purwokerto, Banyumas, Indonesia^{1,2}

*Email: 254110402192@mhs.uinsaizu.ac.id, ellen.psi06@gmail.com

Sejarah Artikel:

Diterima 04-06-2026
Disetujui 11-06-2026
Diterbitkan 13-06-2026

ABSTRACT

A child's academic success is not only determined by factors at school, but is also greatly influenced by the home environment. In this article, we will examine how the home environment functions as a safe space to help children excel in school. The concept of safe space here goes beyond physical safety to psychological and emotional safety, where children feel accepted, valued, and have the freedom to speak without fear of judgment. It has been proven that a stable and supportive home environment can reduce stress and distractions. This allows children to focus on their studies and participate more actively in school.

Keywords: *Safe Space, Home Environment, Academic Success, Emotional Support, Child Developmental Psychology, Resilience, Parental Involvement.*

ABSTRAK

Keberhasilan akademik anak tidak hanya ditentukan oleh factor-factor di sekolah, melainkan juga sangat dipengaruhi oleh lingkungan rumah. Dalam artikel ini, kita akan melihat bagaimana lingkungan rumah berfungsi sebagai *safe space* atau tempat yang aman untuk membantu anak-anak berprestasi di sekolah. Konsep *safe space* disini tidak hanya sebatas pada keamanan fisik tetapi juga berfokus pada keamanan psikologi dan emosional Dimana anak merasa diterima, dihargai, dan memiliki kebebasan untuk berbicara tanpa takut dihakimi. Terbukti bahwa lingkungan rumah yang stabil dan mendukung kemampuan anak itu bisa mengurangi stress dan distraksi. Ini memungkinkan anak untuk focus pada Pelajaran mereka dan berpartisipasi lebih aktif di sekolah.

Katakunci: *Safe Space, lingkungan rumah, keberhasilan akademik, dukungan emosional, psikologi perkembangan anak, resiliensi, keterlibatan orang tua.*

Bagaimana Cara Sitasi Artikel ini:

Fiddaroin, S. A., & Prima, E. (2026). Peran Lingkungan Rumah Sebagai Safe Space dalam Menunjang Keberhasilan Akademik Anak. Jejak Digital: Jurnal Ilmiah Multidisiplin, 2(4), 5657-5661. <https://doi.org/10.63822/8v5x8e48>

PENDAHULUAN

Dalam dunia Pendidikan modern yang kompetitif dan rumit, focus seringkali tertuju pada kualitas institusi Pendidikan formal, kurikulum yang inovatif, dan kemampuan guru. Namun, lingkungan rumah adalah dasar yang jauh lebih penting yang sering diabaikan di balik setiap prestasi akademik anak. Rumah memainkan peran penting dalam membangun karakter, kepribadian, dan kesiapan mental dan emosional anak untuk menghadapi dunia luar, termasuk tantangan akademik.

Anak-anak membutuhkan lebih dari sekedar tempat tinggal karena tuntutan akademik yang tinggi dan tekanan sosial yang meningkat. Mereka membutuhkan tempat yang aman atau *safe space*, Dimana mereka dapat merasa dilindungi, diterima, dan didukung sepenuhnya. Konsep *safe space* ini tidak hanya berkaitan dengan ruang fisik tetapi juga mencakup aspek psikologis dan emosional yang memungkinkan anak tumbuh dan berkembang tanpa rasa takut ataupun khawatir yang terlalu banyak. Lingkungan rumah yang aman adalah tempat anak-anak dapat berbicara, melakukan kesalahan, dan belajar dari kesalahan mereka, tanpa khawatir tentang penghakiman atau konsekuensi negative yang tidak proporsional.

Dalam artikel ini, kita akan melihat bagaimana lingkungan rumah yang aman dan mendukung dapat memainkan peran penting dalam meningkatkan prestasi akademik anak. Kita akan membahas berbagai aspek dukungan dari lingkungan aman di rumah, mekanisme psikologi yang mendukung prestasi akademik, peran penting orang tua dalam menciptakan lingkungan yang aman, dan masalah, Solusi praktis yang dapat diterapkan oleh keluarga. Orang tua, dengan memahami dan menerapkan prinsip-prinsip tempat aman di rumah, dapat membekali anak-anak mereka dengan kekuatan emosional dan mental yang kuat untuk mencapai potensi penuh mereka dalam perjalanan akademik dan kehidupan secara keseluruhan.

METODE PENELITIAN

Metode literatur yang menyeluruh adalah dasar dari artikel ini. Data dan informasi dikumpulkan dari berbagai sumber ilmiah yang dapat dipercaya, seperti jurnal akademik, publikasi penelitian, dan artikel dari Lembaga Pendidikan dan organisasi termuka yang berfokus pada psikologi perkembangan anak, Pendidikan, dan lingkungan keluarga. Dalam proses pengumpulan data, kata kunci seperti “Lingkungan rumah yang aman”, “Keberhasilan akademik anak”, “Dukungan emosional keluarga”, dan juga “pengaruh lingkungan”.

Analisis data dilakukan secara kualitatif dengan menggabungkan hasil dari literatur yang relevan untuk menemukan pola, tema, dan korelasi antara lingkungan rumah yang aman dan keberhasilan akademik anak. Penekanan diberikan pada pemahaman konsep lingkungan aman dari sudut pandang psikologi dan emosional, serta bagaimana berbagai dimensi dukungan (emosi, kognitif, fisik, dan struktural) mempengaruhi pertumbuhan anak. Selain itu artikel ini memberikan penjelasan tentang mekanisme neurobiologis dan psikologi yang menyebabkan lingkungan aman berdampak positif terhadap fungsi kognitif dan resiliensi anak. Selain itu, masalah yang mungkin dihadapi keluarga saat menciptakan tempat yang aman diidentifikasi. Selanjutnya, literatur yang ditinjau memberikan saran praktis yang didasarkan pada bukti.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Memahami Konsep Rumah Sebagai *safe space*

Dalam konteks keluarga, “ruang aman” merujuk pada keamanan fisik dari bahaya eksternal serta keamanan psikologi dan emosional. Rumah yang aman adalah tempat Dimana anak merasa diterima tanpa

syarat, pendapatnya di hargai dan mereka dapat mengungkapkan emosi mereka tanpa takut dihakimi atau dihukum secara tidak proporsional.

Anak belajar dalam lingkungan seperti ini bahwa kegagalan adalah bagian dari proses belajar dan bukanlah akhir dari segalanya. Stabilitas di rumah terbukti mampu mengurangi stress dan distraksi, yang pada gilirannya memungkinkan anak untuk lebih fokus pada studi mereka dan berpartisipasi lebih aktif di lingkungan sekolah. Ketika kebutuhan dasar akan rasa aman ini terpenuhi, otak anak dapat berfungsi dengan baik untuk melakukan tugas tingkat tinggi seperti berpikir kritis, memecahkan masalah, dan belajar.

Dimensi Lingkungan Terhadap Perkembangan Akademik

Pengaruh lingkungan rumah terhadap keberhasilan akademik anak dapat dilihat dari beberapa dimensi utama yang saling berkaitan :

1. Dukungan Emosional dan Psikologi

Dukungan emosional dari orang tua, yang ditunjukkan dengan perhatian, empati, dan penghargaan terhadap Upaya belajar anak, terbukti secara signifikan mampu meningkatkan kepercayaan diri anak . Anak-anak yang mendapatkan dukungan emosional cenderung lebih kuat Ketika menghadapi kesulitan akademik. Saat mereka menerima nilai yang tidak sesuai dengan apa yang mereka mau, mereka tidak mudah menyerah karena mereka tahu bahwa nilai tersebut tidak mendefinisikan kasih sayang orang tua terhadap mereka.

2. Stimulasi Kognitif

Lingkungan rumah yang kaya akan stimulasi kognitif memprediksi pencapaian akademik yang lebih baik di kemudian hari. Hal ini mencakup ketersediaan bahan bacaan, diskusi terbuka tentang berbagai topik, dan partisipasi orang tua dalam kegiatan yang mendorong anak untuk menjadi lebih cerdas. Rumah yang aman akan mendorong anak untuk banyak bertanya dan meneliti konsep baru tanpa khawatir dianggap bodoh.

3. Kebiasaan dan rutinitas positif

Lingkungan rumah yang kondusif dapat mendukung prestasi belajar melalui pembentukan kebiasaan positif dan penciptaan suasana belajar yang nyaman. Anak-anak membangun disiplin diri melalui rutinitas yang terorganisir dan yang mencakup jadwal belajar yang konsisten, waktu tidur yang cukup, dan Batasan penggunaan gawai.

Dimensi Dukungan	Contoh Implementasi di Rumah	Dampak pada Anak
Emosional	Mendengarkan keluhan anak tentang sekolah tanpa langsung menasihati.	Meningkatkan resiliensi dan kepercayaan diri.
Kognitif	Menyediakan perpustakaan mini atau mengajak anak berdiskusi tentang berita terkini.	Memperluas wawasan dan kemampuan berpikir kritis.
Fisik/Lingkungan	Menyediakan meja belajar yang tenang dengan pencahayaan yang cukup.	Meningkatkan fokus dan konsentrasi belajar.
Struktural	Menetapkan rutinitas harian yang seimbang antara belajar, bermain, dan istirahat.	Membangun disiplin diri dan manajemen waktu.

Mekanisme Psikologi: Mengapa Safe Space Meningkatkan Akademik Anak ?

Hubungan antara rumah yang aman dan prestasi akademik dapat dijelaskan melalui lensa neurobiology dan psikologi perkembangan. Ketika seorang anak berada dalam lingkungan yang penuh tekanan, konflik, atau ketidakpastian, tubuh mereka akan menghasilkan lebih banyak hormon stress, seperti kortisol. Fungsi prefrontal cortex, bagian otak yang bertanggung jawab atas fungsi eksekutif seperti memori kerja, pengendalian impuls, dan fleksibilitas kognitif, dapat terganggu oleh kondisi tersebut jangka Panjang. Semua keterampilan ini sangat penting untuk belajar.

Sebaliknya, lingkungan rumah yang sehat tidak hanya meningkatkan Kesehatan seseorang secara keseluruhan, tetapi juga membantu anak untuk bisa mengembangkan dirinya untuk menjadi “ diri yang sebenarnya”. Dalam kondisi yang sehat otak melepaskan neurotransmitter positif seperti dopamin dan oksitosin yang memberikan fasilitas proses pembelajaran dan konsolidasi memori. Anak yang merasa dirinya aman di rumah memiliki kapasitas mental yang lebih besar untuk menyerap informasi baru, karena energi kognitif mereka tidak terkuras untuk mengantisipasi ancaman ataupun mengelola kecemasan.

Keterlibatan Orang Tua: Kunci Utama Safe Space

Peran aktif orang tua sangat penting untuk membentuk rumah menjadi tempat yang aman atau *safe space*. Ini tidak selalu berarti orang tua harus mengajarkan semua anak, tetapi lebih pada pendampingan dan menciptakan atmosfer lingkungan yang mendukung.

Orang tua yang terlibat aktif dalam proses belajar anak mereka, baik melalui pendampingan akademik, pemberian intensif, atau menciptakan suasana rumah yang tenang, memiliki dampak yang signifikan terhadap prestasi belajar anak mereka. Motivasi internal keluarga juga berperan penting, keluarga yang memberikan dorongan positif akan mendorong semangat intrinsik anak untuk berprestasi.

Selain itu, dukungan orang tua sangat penting untuk mendorong, memungkinkan, dan menciptakan lingkungan belajar yang luas. Ini memerlukan komunikasi yang baik dengan pihak sekolah agar pendidikan di rumah dan di sekolah bisa bekerja sama dengan baik untuk mengembangkan prestasi anak.

Tantangan dan Solusi dalam Menciptakan Safe Space

Banyak Keluarga menghadapi kesulitan untuk membuat ruang aman, meskipun pentingnya telah diakui. Konflik perkawinan, jam kerja orang tua yang panjang atau tekanan ekonomi dapat mengganggu stabilitas rumah.

Untuk mengatasi hal ini ada beberapa Langkah yang dapat diterapkan:

1. Komunikasi Terbuka: Sediakan waktu khusus setiap hari, seperti setelah makan malam, untuk berbicara dengan anak tanpa terganggu oleh alat elektronik.
2. Validasi Emosi: Ketika anak mengalami kegagalan akademik, fokuskan pada usaha yang telah dilakukan daripada hasil akhir.
3. Pisahkan Konflik Dewasa: Sebisa mungkin jangan biarkan anak terlibat dalam konflik atau perdebatan serius dengan orang tua mereka, karena ini dapat menyebabkan kecemasan ataupun stress yang berlebihan.
4. Ciptakan Sudut Belajar: Meskipun rumah berukuran kecil, buatlah suatu area atau sudut khusus yang tenang dan rapi untuk area belajar anak.

KESIMPULAN

Kesuksesan akademik seorang anak berasal dari lingkungan yang membantunya berkembang. Rumah yang aman memberikan fondasi psikologi, emosional, dan kognitif yang penting bagi perkembangan anak. Dengan memberikan dukungan emosional yang baik, konsisten, stimulasi kognitif yang memadai, dan lingkungan fisik yang kondusif, orang tua tidak hanya membantu anak meraih nilai yang baik di sekolah, tetapi juga membekali mereka dengan ketangguhan mental untuk menghadapi tantangan kehidupan di masa depan.

REFERENSI

- Spånberger Weitz, Y. (2023). "The home isn't like a safe space for them": Ideals of home and children's rights. *Children & Society*. <https://www.ovid.com/journals/chso/fulltext/10.1111/chso.12604~the-home-isnt-like-a-safe-space-for-themideals-of-home-and>
- Saint Louise House. (2024). *Five Reasons Why Safe and Secure Spaces Are Crucial for Children*. <https://saintlouiselhouse.org/five-reasons/>
- Glonus. (2025). *Pengaruh Lingkungan Keluarga terhadap Prestasi Akademik Anak*. <https://glonus.org/index.php/formatif/article/download/308/241>
- Johnson, J. (2020). Effect of Home Environment on Academic Achievement. *PMC*. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC9358982/>
- Pendidikan Indonesia. (2025). *Lingkungan Rumah sebagai Pendukung Prestasi Belajar*. <https://pendidikanindonesia.org/lingkungan-rumah-sebagai-pendukung-prestasi-belajar/>
- Umland, A. T. (2020). The Impact That Student's Homelife Have on Their Ability to Succeed. *Bethel University*. <https://spark.bethel.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1631&context=etd>
- Journal Aspirasi. (2025). *Pengaruh Lingkungan Keluarga terhadap Prestasi Belajar*. <https://journal.aspirasi.or.id/index.php/Fonologi/article/download/1962/2058/9458>
- J-Innovative. (2019). *Pengaruh Dukungan Orang Tua dan Motivasi Keluarga Terhadap Prestasi Belajar*. <https://j-innovative.org/index.php/Innovative/article/download/16410/11418/29362>
- ResearchGate. (2025). *Pengaruh Dukungan Orang Tua Terhadap Hasil Belajar Siswa*. [https://www.researchgate.net/publication/393127435 Pengaruh Dukungan Orang Tua Terhadap Hasil Belajar Siswa Setingkat Sekolah Menengah Atas SMA](https://www.researchgate.net/publication/393127435_Pengaruh_Dukungan_Orang_Tua_Terdapat_Hasil_Belajar_Siswa_Setingkat_Sekolah_Menengah_Atas_SMA)