

BELAJAR DALAM PERSPEKTIF PSIKOLOGI DAN AGAMA

**Oleh:
Nidawati**

ABSTARK

Belajar adalah kegiatan yang berproses dan merupakan unsur yang sangat fundamental dalam setiap penyelenggaraan jenis dan jenjang pendidikan. Ini berarti bahwa berhasil atau gagalnya pencapaian tujuan pendidikan itu amat tergantung pada proses belajar yang alami oleh peserta didik, baik di lingkungan sekolah maupun di lingkungan rumah atau keluarganya sendiri. Oleh karena itu, pemahaman yang benar dan tepat mengenai pengertian dan konsep belajar baik dalam perspektif psikologi maupun dalam perspektif agama, yakni agama Islam dengan segala aspek, bentuk dan manifestasinya mutlak diperlukan oleh para pendidik, khususnya guru dan dosen. Seorang pendidik atau calon pendidik dituntut untuk memahami berbagai konsep yang berkaitan dengan segala proses belajar, faktor-faktor yang mempengaruhi belajar dan penanggulangannya. Kekeliruan atau ketidaklengkapan persepsi mereka terhadap proses belajar dan hal-hal yang berkaitan dengan proses pembelajaran tersebut akan mengakibatkan kurang bermutunya hasil pembelajaran yang dicapai peserta didik.

Kata Kunci : Belajar, Psikologi, Agama

A. PENDAHULUAN

Belajar merupakan proses internal yang kompleks. Yang terlibat dalam proses internal tersebut adalah seluruh mental yang meliputi ranah-ranah kognitif, afektif dan ranah psikomotorik. Proses belajar yang mengaktualisasikan ketiga ranah tersebut tertuju pada bahan belajar tertentu.

Sebagai landasan penguraian mengenai apa yang dimaksud dengan belajar terlebih dahulu akan dikemukakan definisi belajar baik menurut pandangan psikologi maupun dalam pandangan agama. Dalam perspektif psikologi, belajar adalah merupakan proses dasar dari perkembangan hidup manusia. Dengan belajar, manusia melakukan perubahan-perubahan kualitatif individu sehingga tingkah lakunya berkembang. Semua aktivitas dan prestasi hidup manusia tidak lain adalah hasil dari belajar. Belajar itu bukan sekedar pengalaman, belajar berlangsung secara aktif dan integratif dengan berbagai bentuk perbuatan untuk mencapai suatu tujuan. Sementara pengertian belajar dalam perspektif agama yaitu Islam, belajar merupakan kewajiban bagi setiap muslim dan muslimah dalam rangka memperoleh ilmu pengetahuan sehingga derajat hidupnya meningkat. Pernyataan ini dipertegas

lagi dengan beberapa firman Allah Swt dalam surat al-Mujadalah: 11, surat al-‘Alaq: 1-5 dan surat al-Muddatstsir: 74. Ketiga ayat ini merupakan dasar konsep aktivitas belajar dan merupakan dasar konsep belajar yang ideal.

Belajar juga merupakan suatu perubahan dalam tingkah laku menuju perubahan tingkah laku yang baik, dimana perubahan tersebut terjadi melalui latihan atau pengalaman. Perubahan tingkah laku tersebut harus relatif mantap yang merupakan akhir daripada suatu periode waktu yang cukup panjang. Tingkah laku yang mengalami perubahan karena belajar tersebut menyangkut berbagai aspek kepribadian baik fisik maupun psikis, seperti perubahan dalam pengertian, pemecahan suatu masalah/berfikir, keterampilan, kecakapan ataupun sikap.¹

Berdasarkan pengertian belajar diatas, penulis dapat menyimpulkan bahwa pertama, belajar adalah proses memperoleh pengetahuan. Kedua, belajar adalah suatu perubahan kemampuan bereaksi yang relatif langgeng sebagai hasil latihan yang diperkuat. Terdapat empat istilah yang esensial dan perlu disoroti untuk memahami proses belajar, yakni:

1. *Relatively Permanent* yang artinya yang secara umum menetap
2. *Response Potentiality* yang artinya kemampuan bereaksi
3. *Reinforcel* yang artinya diperkuat
4. *Practice* yang artinya latihan

Belajar merupakan kewajiban bagi setiap individu. Di mana aktivitas belajar bagi setiap individu tidak selamanya dapat berlangsung secara wajar, kadang-kadang lancar, kadang-kadang tidak lancar. Kadang-kadang dapat cepat menangkap apa yang dipelajari namun sebaliknya kadang-kadang terasa sangat sulit. Dalam semangat terkadang semangatnya tinggi, tetapi terkadang juga sulit untuk konsentrasi. Keadaan semacam ini yang sering kita jumpai pada setiap anak didik dalam kehidupan sehari-hari dalam kaitannya dengan aktivitas belajar.

Aktivitas belajar setiap individu memang tidak ada yang sama. Perbedaan individual/*individual differences* inilah yang menyebabkan perbedaan tingkah laku belajar dikalangan anak didik. Secara umum, ada dua faktor yang mempengaruhi belajar yaitu faktor intern yang mencakup segala keadaan yang muncul dalam diri anak didik dan faktor ekstern yang mencakup segala keadaan yang berasal dari luar diri anak didik. Dari kedua faktor ini, yang terkait dengan psikologi belajar adalah faktor intern atau faktor dalam diri anak didik

Berdasarkan uraian-uraian diatas, maka penulis dapat merumuskan masalah-masalah sebagai berikut:

1. Belajar dalam perspektif psikologi
2. Belajar dalam perspektif agama

¹. Sudarwan Darnim dan Khairil, *Psikologi Pendidikan; dalam Perspektif Baru*, (Bandung: CV. Alfabeta, 2011), hal. 43.

3. Faktor-faktor yang mempengaruhi belajar dan penanggulangannya.

B. PEMBAHASAN

1. Belajar dalam Perspektif Psikologi

Menurut James O. Wittaker, "*Learning may be defined as the process by which behavior originates or is altered through training or experience*". Di mana pengertian belajar merupakan proses di mana tingkah laku ditimbulkan melalui latihan atau pengalaman. Dengan demikian, perubahan-perubahan tingkah laku akibat pertumbuhan fisik atau kematangan, kelelahan, penyakit atau pengaruh obat-obatan adalah tidak termasuk sebagai belajar.

Cronbach dalam bukunya *Educational Psychology*, mengatakan bahwa "*Learning is shown by change in behavior as a result of experience*". Pengertian belajar di sini merupakan belajar yang efektif adalah melalui pengalaman. Dalam proses belajar, seseorang berinteraksi langsung dengan objek belajar dengan menggunakan semua alat indera. Sedangkan menurut Howard L. Kingsley, "*Learning is the process by which behavior (in the broader sense) is originated or changed through practice or training*", yang artinya bahwa belajar adalah proses di mana tingkah laku (dalam artian luas) ditimbulkan melalui praktek dan latihan.

Ketiga ahli psikologi di atas menerangkan bahwa belajar merupakan proses dasar dari perkembangan hidup anak didik. Dengan belajar anak didik melakukan perubahan-perubahan kualitatif sehingga tingkah lakunya berkembang. Semua aktivitas dan prestasi hidup anak didik lain adalah hasil dari belajar.² Kita pun hidup dan bekerja menurut apa yang telah kita pelajari. Belajar itu sekedar pengalaman. Belajar adalah suatu proses, bukan suatu hasil. Karena itu belajar berlangsung secara aktif dan integrative dengan menggunakan berbagai bentuk perbuatan untuk mencapai suatu tujuan. Proses belajar itu berbeda dengan proses kematangan. Kematangan adalah proses di mana tingkah laku dimodifikasikan sebagai akibat dari pertumbuhan dan perkembangan struktur serta fungsi-fungsi jasmani. Dengan demikian, tidak setiap perubahan tingkah laku pada diri anak didik adalah merupakan hasil belajar.

Meskipun tidak seorangpun yang mengajar, namun itu orang itu dapat belajar. Guru atau orang lain dapat mengarahkan belajar, dapat menunjukkan sumber pengalaman belajar, menyajikan bahan ajar dan dapat mendorong seseorang untuk belajar. Apa yang ia kerjakan akan sangat tergantung kepada kebutuhan dan motivasinya. Kebutuhan dan motivasi seseorang menjelma menjadi tujuan seseorang dalam belajar. Dengan demikian, belajar itu berorientasi kepada tujuan si belajar.

². Wasty Soemanto, *Psikologi Pendidikan; Landasan Kerja Pemimpin Pendidikan*, (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2006), hal. 50

Sependapat dengan pernyataan diatas, Skinner dalam bukunya *Educational Psychology: The Teaching-Learning Process*, berpendapat bahwa "Learning is a process of progressive behavior adaption", yang artinya belajar adalah suatu proses adaptasi atau penyesuaian tingkah laku yang berlangsung secara progresif. Berdasarkan ekperimennya, B.F. Skinner percaya bahwa proses adaptasi tersebut akan mendatangkan hasil optimal apabila ia di beri penguat (*reinforce*).³ Skinner, seperti juga Pavlov dan Guthrie adalah seorang pakar teori belajar berdasarkan proses *conditioning* yang pada prinsip memperkuat dugaan bahwa timbulnya tingkah laku itu lantaran adanya hubungan antara stimulus (rangsangan) dengan respon.

Sementara Chaplin dalam *Dictionary of Psychology*, membatasi belajar dengan dua rumusan, yaitu: pertama, "Learning is acquisition of any relatively permanent change in behavior as a result of practice and experience". Belajar adalah perolehan perubahan tingkah laku yang relative menetap sebagai akibat latihan dan pengalaman. Kedua, "Learning is process of acquiring responses as a result of special practice". Belajar ialah proses memperoleh respons-respons sebagai akibat adanya latihan khusus. Kemudian Hintzman dalam bukunya *The Psychology of Learning and Memory* berpendapat "Learning is a change in organism due to experience which can affect the organism's behavior".⁴ Artinya, belajar adalah suatu perubahan yang terjadi dalam diri organisme (manusia atau hewan) disebabkan oleh pengalaman yang dapat mempengaruhi tingkah laku organisme tersebut. Jadi, dalam pandangan Hintzman, perubahan yang ditimbulkan oleh pengalaman tersebut baru dapat dikatakan belajar apabila mempengaruhi organisme.

Selanjutnya Wittig dalam bukunya *Psychology of Learning* mendefinisikan "Learning is any relatively permanent change in an organism's behavioral repertoire that occurs as a result of experience". Belajar ialah perubahan yang relative menetap yang terjadi dalam segala macam/keseluruhan tingkah laku suatu organisme sebagai pengalaman. Perlu digaris bawahi, bahwa definisi Wittig tidak menekankan perubahan yang disebut *behavior change* tetapi *behavioral repertoire change*, yakni perubahan yang menyakut seluruh aspek psiko-fisik organisme. Penekanan yang berbeda ini didasarkan kepada pada kepercayaan bahwa tingkah laku lahiriah organisme itu sendiri bukan indikator adanya peristiwa belajar, karena proses belajar itu tidak dapat diobservasi secara langsung.⁵

³. Ngalm Purwanto, *Psikologi Pendidikan*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2004), hal. 84.

⁴. Hintzman, Dauglas L, *The Psychology of Learning and Memory*, (San Fransisco: W.H. Freeman & Company, 1978) hal. 78.

⁵. Wittig, Arno, *Psychology of Learning; Schaum's Out-Line Series*, (New York: Mc. Grow Hill Book Company, 1981), hal. 123

Dalam penjelasan lanjutannya, pakar psikologi belajar itu menambahkan bahwa pengalaman hidup sehari-hari dalam bentuk apapun sangat memungkinkan untuk diartikan sebagai belajar. sebab, sampai batas tertentu pengalaman hidup juga berpengaruh besar terhadap pembentukan kepribadian organisme yang bersangkutan. Pernyataan inilah dasar pemikiran yang mengilhami gagasan *everyday learning* (belajar sehari-hari) yang dipopulerkan oleh Profesor John B. Biggs. Biggs dalam pendahuluan *Teaching of Learning* mendefinisikan belajar ke dalam tiga macam rumusan, yakni:

1. Rumusan Kuantitatif

Secara kuantitatif (ditinjau dari sudut jumlah), belajar berarti kegiatan pengisian atau pengembangan kemampuan kognitif dengan fakta sebanyak-banyaknya. Jadi, belajar dalam hal ini dipandang dari sudut berapa banyak materi yang dikuasai siswa.

2. Rumusan Institusional

Secara institusional (tinjauan kelembagaan), belajar dipandang sebagai proses "validasi" atau pengabsahan terhadap penguasaan siswa atas materi-materi yang telah ia pelajari. Bukti institusional yang menunjukkan siswa telah belajar dapat diketahui sesuai dengan proses mengajar. Ukurannya, semakin baik mutu guru mengajar akan semakin baik pula mutu perolehan siswa yang kemudian dinyatakan dalam bentuk skor.

3. Rumusan Kualitatif

Pengertian belajar secara kualitatif (tinjauan mutu) ialah proses memperoleh arti-arti dan pemahaman-pemahaman serta cara-cara menafsirkan dunia di sekeliling siswa. Belajar dalam pengertian ini difokuskan pada tercapainya daya pikir dan tindakan yang berkualitas untuk memecahkan masalah-masalah yang kini dan nanti dihadapi siswa.⁶

Timbulnya keanekaragaman pendapat para ahli psikologi dalam memberi pengertian belajar di atas adalah fenomena perselisihan yang wajar karena adanya perbedaan titik pandang. Selain itu, perbedaan antara satu situasi belajar dengan situasi belajar lainnya yang diamati oleh para ahli psikologi juga dapat menimbulkan perbedaan pandangan. Namun demikian, dalam beberapa hal tertentu yang mendasar, mereka sepakat seperti dalam penggunaan istilah "berubah" dan "tingkah laku". Berdasarkan berbagai definisi di atas tentang pengertian belajar dalam perspektif psikologi, penulis dapat merumuskan bahwa belajar dapat dipahami sebagai tahapan perubahan seluruh tingkah laku individu yang relatif menetap sebagai hasil pengalaman dan interaksi dengan lingkungan yang melibatkan proses kognitif. Sehubungan dengan pengertian itu perlu diutarakan

⁶. Muhibbin Syah, *Psikologi Pendidikan dengan Pendekatan Baru*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2008), hal. 91-92.

sekali lagi bahwa perubahan tingkah laku yang timbul akibat proses kematangan, keadaan gila, mabuk, lelah dan jenuh tidak dapat dipandang sebagai proses belajar.

2. Belajar dalam Perspektif Agama

Dalam perspektif agama yakni Islam, belajar bukan hanya sekedar upaya perubahan perilaku. Konsep belajar dalam Islam merupakan konsep belajar yang ideal, karena sesuai dengan nilai-nilai ajaran Islam. Tujuan belajar bukanlah mencari rezeki di dunia semata, tetapi untuk sampai kepada hakikat, memperkuat akhlak, artinya mencari atau mencapai ilmu/belajar yang sebenarnya dan akhlak yang sempurna.⁷

Menurut Oemar Muhammad al-Toumy al-Syaebani, belajar adalah usaha mengubah tingkah laku individu dilandasi nilai-nilai islami dalam kehidupan pribadinya atau kehidupan kemasyarakatannya dan kehidupan dalam alam sekitar melalui proses. Sementara Mohammad al-Djamaly, menyatakan bahwa belajar adalah proses yang mengarahkan manusia kepada kehidupan yang baik dan mengangkat derajat kemanusiaannya, sesuai dengan kemampuan dasar (fitrah) dan kemampuan ajarnya (pengaruh dari luar). Sedangkan Imam Bawani, menyatakan belajar adalah bimbingan jasmani-rohani hukum-hukum Islam menuju kepada terbentuknya kepribadian utama menurut ukuran-ukuran Islam.⁸

Dalam konteks belajar secara umum, Qardhawi mengutip hadits riwayat Ibnu 'Ashim dan Thabrani, yang artinya: "Wahai sekalian manusia, belajarlah! Karena ilmu pengetahuan hanya diperoleh melalui belajar". (HR. Ibnu 'Ashim dan Thabrani). Di sisi lain, Allah Swt, melalui rasul-Nya menganjurkan orang Islam belajar ke negeri Cina dan memerintahkan supaya menuntut ilmu dari buaian hingga ke liang lahat. Dalam hadits yang lain Rasulullah saw juga menunjukkan pentingnya belajar, sebagaimana sabdanya yang artinya: "Barang siapa menghendaki keberhasilan untuk dunia maka haruslah memiliki ilmunya; dan barang siapa menghendaki keberhasilan untuk akhirat maka ia harus memiliki ilmunya juga, dan barang siapa menghendaki keduanya maka haruslah ia menguasai ilmu itu pula".

Dalam Islam, proses belajar pertama sekali bisa kita lihat pada kisah nabi Adam as, di mana Allah Swt berfirman dalam surat al-Baqarah: 33

قَالَ يَتَّعَدُمُ أَنْبِيَهُمْ بِأَسْمَائِهِمْ^ط فَلَمَّا أَنْبَأَهُمْ بِأَسْمَائِهِمْ قَالَ أَلَمْ أَقُلْ لَكُمْ إِنِّي
أَعْلَمُ الْغَيْبَ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَأَعْلَمُ مَا تُبْدُونَ وَمَا كُنْتُمْ تَكْتُمُونَ ﴿٣٣﴾

⁷ Zuhairini, *Filsafat Pendidikan Islam*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2009), hal. 56.

⁸ An-Nahlawi, Abdurrahman, *Ushulut Tarbiyatil Ilmiah wa Asalibuha*, Ter. Hery Noer Aly (Bandung: CV. Diponegoro, 1989), hal. 9

Artinya: ”Wahai Adam, beritahukanlah kepada mereka nama benda-benda ini”. Maka setelah diberitahukan kepada mereka nama-nama benda itu, Allah berfirman: ”Bukankah sudah Kukatakan kepadamu, bahwa sesungguhnya Aku mengetahui rahasia langit dan bumi dan mengetahui apa yang kamu lahirkan dan apa yang kamu sembunyikan?”. (Q.S. al-Baqarah: 33).

Pengertian ayat ini menjelaskan bahwa Allah Swt telah mengajarkan kepada nabi Adam as tentang nama-nama benda, tabiat dan sifat-sifatnya dan nabi Adam as disuruh mengulangi pelajaran tersebut di hadapan malaikat.

Selanjutnya peristiwa belajar juga bisa lihat pada kisah putra nabi Adam as ketika salah seorang putranya Qabil membunuh saudaranya Habil. Qabil merasa khawatir tidak dapat menemukan bagaimana cara menguburkan jenazah saudaranya, dalam kondisi kebingungan itu, tiba-tiba Qabil melihat burung gagak mencakar-cakar tanah untuk menguburkan bangkai burung gagak yang lainnya. Dengan meniru tingkah laku gagak, Qabil dapat mengubur jenazah saudaranya Habil. Peristiwa belajar ini difirmankan Allah Swt dalam surat al-Maidah: 30-31

فَطَوَّعَتْ لَهُ نَفْسُهُ قَتْلَ أَخِيهِ فَقَتَلَهُ فَأَصْبَحَ مِنَ الْخَاسِرِينَ ﴿٣٠﴾ فَبَعَثَ
اللَّهُ غُرَابًا يَبْحَثُ فِي الْأَرْضِ لِيُرِيَهُ كَيْفَ يُورِي سَوْءَةَ أَخِيهِ ۗ قَالَ يَوَيْلَ لِي
أَعْجَزْتُ أَنْ أَكُونَ مِثْلَ هَذَا الْغُرَابِ فَأُورِيَ سَوْءَةَ أَخِي ۗ فَأَصْبَحَ مِنَ
الْخَسِرِينَ ﴿٣١﴾

Artinya: ”Maka hawa nafsu Qabil menjadikannya menganggap mudah membunuh saudaranya, sebab itu dibunuhnyalah, maka jadilah ia diantara orang-orang yang merugi. Kemudian Allah Swt menyuruh seekor burung gagak menggali-gali di bumi untuk memperhatikan kepadanya (Qabil) bagaimana dia seharusnya mengubur mayat saudaranya. Berkata Qabil: ”Aduhai celaka aku, mengapa aku tidak mampu berbuat seperti burung gagak ini, lalu aku dapat menguburkan mayat saudaraku ini?”. Karena itu jadilah dia seorang di antara orang-orang yang menyesal”. (Q.S. al-Maidah: 30-31).

Belajar merupakan jendela dunia. Dengan belajar orang bisa mengetahui banyak hal, oleh sebab itu Islam amat menekankan masalah belajar. Hal ini sesuai dengan pertanyaan Allah Swt kepada rasul-Nya dalam surat az-Zumar: 9

أَمَّنْ هُوَ قَبِيْنَتْ ءَأَنَاءَ أَلْيَلِ سَاجِدًا وَقَآئِمًا تَحْذُرُ أَلْآخِرَةَ وَيَرْجُوا رَحْمَةَ رَبِّهِ ۗ
قُلْ هَلْ يَسْتَوِي أَلَّذِيْنَ يَعْمَلُوْنَ وَأَلَّذِيْنَ لَا يَعْلَمُوْنَ ۗ إِنَّمَا يَتَذَكَّرُ أُوْلُو أَلْأَلْبَابِ ۗ

Artinya: "Katakanlah hai Muhammad, adakah sama antara orang-orang yang mengetahui dengan orang-orang tidak mengetahui. Sesungguhnya orang yang berakalah yang dapat menerima pelajaran. (Q.S. az-Zumar: 9).

Berdasarkan pertanyaan Allah Swt tersebut, maka belajar merupakan kewajiban bagi setiap individu muslim-muslimat dalam rangka memperoleh ilmu pengetahuan sehingga derajat kehidupannya meningkat. Sebagaimana Allah berfirman dalam surat al-Mujadalah: 11

يَتَأْتِيهَا أَلَّذِيْنَ ءَأَمَنُوا إِذَا قِيلَ لَكُمْ تَفَسَّحُوا فِي الْمَجَالِسِ فَافْسَحُوا يَفْسَحِ
أَللَّهُ لَكُمْ ۗ وَإِذَا قِيلَ أَنْشُرُوا فَأَنْشُرُوا يَرْفَعُ أَللَّهُ أَلَّذِيْنَ ءَأَمَنُوا مِنْكُمْ وَأَلَّذِيْنَ أَوْتُوا
أَلْعِلْمَ دَرَجَاتٍ ۗ وَأَللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ ۝

Artinya: "Niscaya Allah akan meninggikan beberapa derajat kepada orang-orang yang beriman dan berilmu pengetahuan di antara kamu". (Q.S. al-Mujadalah: 11).

Senada dengan berbagai pernyataan di atas, Allah Swt juga memerintahkan belajar, sebagaimana dalam firman-Nya dalam surat al-'Alaq: 1-5

أَقْرَأْ بِأَسْمِ رَبِّكَ أَلَّذِي خَلَقَ أَلْإِنْسَانَ مِنْ عَلَقٍ ۝
أَلْأَكْرَمُ ۝ أَلَّذِي عَلَّمَ بِالْقَلَمِ ۝ عَلَّمَ أَلْإِنْسَانَ مَا لَمْ يَعْلَمْ ۝

Artinya: "Bacalah dengan menyebut nama Tuhanmu Yang Menciptakan. Dia telah menciptakan manusia dari segumpal darah. Bacalah, dan Tuhanmulah Yang Maha Pemurah, yang mengajarkan (manusia) dengan perantaraan kalam. Dia mengajarkan kepada manusia apa yang tidak diketahuinya". (Q.S. al-'Alaq: 1-5).

Terjemahan ayat ini, tercakup sekaligus dua konsep yaitu belajar (aktivitas manusia yakni Muhammad) dan mengajar (aktivitas Allah Swt melalui wasilah malaikat). Implikasi paedagogis dalam konteks mengajar sesama manusia yang disebut proses pembelajaran, jadi mengajar merupakan aktivitas dan tanggung jawab manusia itu sendiri.

Dalam surat yang lain yaitu al-Muddatstsir:

يَا أَيُّهَا الْمُدَّثِّرُ ﴿١﴾ قُمْ فَأَنْذِرْ ﴿٢﴾

Artinya: "Hai orang yang berselimut. Bangunlah, lalu berilah peringatan. Dan tuhanmu agungkanlah....."

Perintah "bacalah dengan menyebut nama Tuhanmu"(al-'Alaq:1) dan "Tuhanmu agungkanlah" (al-Muddatstsir: 57), dalam terjemahan ayat tersebut juga mengandung makna belajarliah atas nama Allah Swt, yang Maha Agung. Artinya hendaknya dalam melakukan aktivitas belajar-mengajar, tidak semata-mata melakukan aktivitas duniawi yaitu untuk memperoleh sejumlah pengetahuan dan keterampilan hidup, tetapi juga hendaknya berorientasi ukhrawi karena Allah Swt sehingga aktivitas belajar mengajar bernilai ibadah di sisi Allah Swt.

Pada beberapa ayat lain, Allah Swt memperingatkan akan pentingnya belajar, antara lain dalam surat at-Taubah : 122

وَمَا كَانَ الْمُؤْمِنُونَ لِيَنْفِرُوا كَافَّةً ﴿١﴾ فَلَوْلَا نَفَرَ مِن كُلِّ فِرْقَةٍ مِّنْهُمْ طَائِفَةٌ لِّيَتَفَقَّهُوا فِي الدِّينِ وَلِيُنذِرُوا قَوْمَهُمْ إِذَا رَجَعُوا إِلَيْهِمْ لَعَلَّهُمْ يَحْذَرُونَ ﴿٢﴾

Artinya: "Mengapa tidak pergi dari tiap-tiap golongan di antara mereka beberapa orang untuk memperdalam pengetahuan mereka tentang agama dan untuk memberi peringatan kepada kaumnya apabila mereka telah kembali kepadanya, supaya mereka itu dapat menjaga dirinya". (Q.S. at-Taubah : 122).

Dalam surat an-Nahl: 43

وَمَا أَرْسَلْنَا مِن قَبْلِكَ إِلَّا رِجَالًا نُّوحِي إِلَيْهِمْ فَسْأَلُوا أَهْلَ الذِّكْرِ إِن كُنتُمْ لَا تَعْلَمُونَ ﴿٤٣﴾

Artinya: "Dan bertanyalah kepada orang yang mempunyai pengetahuan jika kamu tidak mengetahui". (Q.S. an-Nahl: 43).

Lalu dalam surat Taha: 114

فَتَعَلَى اللَّهِ الْمَلِكُ الْحَقُّ وَلَا تَعْجَلْ بِالْقُرْآنِ مِنْ قَبْلِ أَنْ يُقْضَىٰ إِلَيْكَ
وَحْيُهُ ۗ وَقُلْ رَبِّ زِدْنِي عِلْمًا ﴿١١٤﴾

Artinya: "Katakanlah hai Muhammad, ya Tuhanku tambahkanlah kepadaku ilmu pengetahuan". (Q.S. Taha: 114).

Dalam surat al-Baqarah: 2

ذَٰلِكَ الْكِتَابُ لَا رَيْبَ فِيهِ هُدًى لِّلْمُتَّقِينَ ﴿٢﴾

Artinya: "Kitab al-Qur'an ini tidak ada keraguan pada isinya, merupakan petunjuk bagi orang-orang yang bertaqwa". (Q.S. al-Baqarah: 2)

Kemudian dalam surat al-Gasyah: 17-19

أَفَلَا يَنْظُرُونَ إِلَى الْإِبِلِ كَيْفَ خُلِقَتْ ﴿١٧﴾ وَإِلَى السَّمَاءِ كَيْفَ رُفِعَتْ
وَإِلَى الْجِبَالِ كَيْفَ نُصِبَتْ ﴿١٨﴾

Artinya; "Apakah mereka tidak memperhatikan unta bagaimana ia diciptakan; dan langit bagaimana ia ditinggikan, dan gunung-gunung bagaimana mereka ditegakkan dan bumi bagaimana ia dibentangkan, maka berikanlah peringatan, karena sesungguhnya engkau pemberi peringatan". (Q.S. al-Gasyah: 17-19).

3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Belajar dan Penanggulangannya

Sebagaimana yang telah disebutkan dalam bab pendahuluan bahwa faktor intern yang berasal dari dalam diri anak didik merupakan faktor yang terkait dengan psikologi belajar. Dalam faktor intern ini terdapat empat faktor yang diperlu diperhatikan dan ditanggulangi, yaitu faktor fisiologis, faktor psikologis, faktor kelelahan dan faktor lupa.

a. Faktor fisiologis

Faktor fisiologis yang mempengaruhi belajar berkenaan dengan kondisi umum jasmani seseorang, misalnya menyakut kesehatan atau kondisi tubuh, seperti sakit atau terjadinya gangguan pada fungsi-fungsi tubuh. Faktor ini juga menyakut kebugaran tubuh. Tubuh yang kurang prima akan mengalami kesulitan belajar. Untuk menjaga kondisi tubuh dianjurkan untuk memelihara atau mengatur pola

istirahat yang baik dan mengatur menu makanan atau mengkonsumsi makanan yang sehat dan bergizi. Dalam perspektif Islam, makanan yang harus dikonsumsi adalah makanan yang halal dan baik (*halalan toyyiban*).⁹ Apabila anak didik terbiasa mengkonsumsi makanan yang haram atau tidak baik akan mengalir darah yang tidak baik. Kondisi ini sedikit banyak akan berpengaruh kepada belajar, karena di dalam tubuh yang mengalir darah haram akan menyebabkan cara berfikir yang kurang baik, sulit berkonsentrasi (selalu merasa gelisah) sehingga bias terefleksi pada perilaku yang tidak baik (*mal adaptif*) dalam belajar.

b. Faktor psikologis

Faktor-faktor psikologis antara lain; intelegensi, perhatian, minat, bakat dan motivasi.

Pertama; Intelegensi. Intelegensi merupakan kecakapan yang terdiri dari tiga jenis, yakni; (1). Kecakapan untuk menghadapi dan menyesuaikan diri ke dalam situasi yang baru dengan tepat dan efektif, (2). Mengetahui atau menggunakan konsep-konsep yang abstrak secara efektif dan (3). Mengetahui relasi dan mempelajarinya dengan cepat. Intelegensi juga merupakan kemampuan psiko-fisik untuk mereaksi rangsangan atau menyesuaikan diri dengan lingkungan dengan cara yang tepat.¹⁰ Intelegensi besar pengaruhnya terhadap kemajuan dan hasil belajar. dalam situasi yang sama, anak didik yang mempunyai tingkat intelegensi tinggi akan lebih berhasil dari anak didik yang mempunyai tingkat intelegensi yang rendah. Meskipun demikian, anak didik yang mempunyai intelegensi tinggi belum tentu pasti berhasil dalam belajar, apabila anak didik tersebut tidak belajar secara baik. Sebaliknya anak didik yang memiliki tingkat intelegensi sedang dapat berhasil dengan baik dalam belajar, apabila anak didik tersebut belajar secara baik. Hal ini disebabkan karena belajar merupakan suatu proses yang kompleks dengan faktor yang mempengaruhinya, sedangkan intelegensi merupakan faktor yang lain.

Kedua; Perhatian. Perhatian merupakan aktifan jiwa yang dipertinggi, jiwa itupun semata-mata tertuju pada suatu objek. Untuk memperoleh hasil belajar yang baik, anak didik memberi perhatian yang penuh pada bahan yang dipelajarinya, karena apabila bahan pelajaran tidak menjadi perhatian bagi anak didik akan menimbulkan kebosanan sehingga anak didik tersebut tidak suka lagi belajar. Supaya timbul perhatian anak didik terhadap bahan pelajaran, usahakanlah bahan pelajaran selalu menarik perhatian dengan cara mengusahakan pelajaran itu sesuai dengan hobi dan bakatnya. Dalam perspektif Islam, perhatian dipandang sebagai

⁹. Tohirin, *Psikologi Pembelajaran Pendidikan Agama Islam; Berbasis Integrated dan Kompetensi*, (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2008), hal. 127.

¹⁰. Ahmad Mudzakkir, *Psikologi Pendidikan*, (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2004), hal. 31

tindakan penting. Sikap acuh (tidak mau memperhatikan) merupakan aktivitas yang tidak terpuji dan merupakan tanda tidak bersyukur kepada Allah Swt.¹¹ Pernyataan ini sesuai dengan firman Allah Swt dalam surat al-A'raf: 204

وَإِذَا قُرِئَ الْقُرْآنُ فَاسْتَمِعُوا لَهُ وَأَنْصِتُوا لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ ﴿٢٠٤﴾

Artinya: "Dan apabila dibacakan al-Qur'an, maka dengarkanlah baik-baik, dan perhatikanlah dengan tenang agar kamu mendapat rahmat". (Q.S. al-A'raf: 204).

Dan dalam surat al-Dzariyat: 20-21

وَفِي الْأَرْضِ آيَاتٌ لِلْمُوقِنِينَ ﴿٢٠﴾ وَفِي أَنْفُسِكُمْ أَفَلَا تُبْصِرُونَ ﴿٢١﴾

Artinya: "Dan di bumi ini terdapat tanda-tanda (kekuasaan Allah) bagi orang-orang yang yakin. Dan (juga) pada dirimu sendiri maka apakah kamu tidak memperhatikan?". (Q.S. al-Dzariyat: 20-21).

Ketiga; Minat. Minat adalah kecenderungan yang tetap untuk memperhatikan dan mengenang beberapa kegiatan. Kegiatan termasuk belajar yang diminati anak didik, akan diperhatikan terus menerus yang disertai rasa senang. Oleh sebab itu, ada juga yang mengartikan minat adalah perasaan senang atau tidak senang terhadap suatu objek. Minat besar pengaruhnya terhadap belajar, karena apabila bahan pelajaran yang dipelajari tidak sesuai dengan minat anak didik maka anak didik tersebut tidak akan belajar dengan sebaik-baiknya, karena tidak ada daya tarik bagi si anak didik. Sebaliknya bahan pelajaran yang diminati anak didik, akan lebih mudah dipahami dan disimpan dalam memori kognitif anak didik karena minat dapat menambah kegiatan belajar.

Keempat; Bakat. Bakat merupakan kemampuan untuk belajar. secara umum bakat merupakan kemampuan potensial yang dimiliki seseorang untuk mencapai keberhasilan pada masa yang akan datang. Kemampuan potensial itu baru akan terealisasi menjadi kecakapan nyata sesudah belajar atau berlatih.

Kelima; Motivasi. Motivasi merupakan keadaan internal organisme yang mendorongnya untuk berbuat sesuatu. Motivasi dapat dibedakan ke dalam motivasi intrinsik dan ekstrinsik. Motivasi intrinsik merupakan keadaan yang berasal dari dalam diri anak didik sendiri yang dapat mendorongnya untuk belajar. sedangkan motivasi ekstrinsik merupakan keadaan yang datang dari luar anak didik yang juga mendorongnya untuk melakukan kegiatan belajar. Pujian dan hadiah, peraturan

¹¹. B. uno Hamzah, *Orientasi Baru dalam Psikologi Pembelajaran*, (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2008), hal. 89.

atau tata tertib sekolah, keteladanan orang tua, guru merupakan contoh-contoh konkret motivasi ekstrinsik yang dapat mendorong anak didik untuk belajar. Dalam perspektif Islam, berkenaan dengan motif belajar, hendaklah motifnya semata-mata mencari ilmu, bukan mencari pangkat dan pekerjaan. Sebab, apabila motifnya mencari ilmu, pangkat dan pekerjaan akan mengiringnya, tetapi apabila motifnya mencari pangkat atau pekerjaan, ilmu belum tentu diperoleh dan pekerjaan pun tentu di dapat. Itulah tujuan belajar secara ideal dalam perspektif Islam.¹²

Perhatian, minat, bakat dan motif/motivasi anak didik terhadap bahan pelajaran akan membentuk sikapnya dalam belajar. Oleh karena itu, sikap juga dapat mempengaruhi belajar atau hasil belajar anak didik.

c. Faktor kelelahan

Terdapat dua macam faktor kelelahan, yaitu kelelahan jasmani (fisik) dan kelelahan rohani (psikis). Kelelahan jasmani terlihat dengan lemah lunglainya tubuh dan muncul dilihat dengan adanya kelesuan dan kebosanan, sehingga minat dan dorongan untuk berbuat sesuatu termasuk belajar menjadi hilang.¹³ Oleh karena kelelahan sangat mempengaruhi belajar dan pada gilirannya juga mempengaruhi hasil belajar, maka diperlukan berbagai upaya untuk mengatasinya. Upaya mengatasi kelelahan, baik secara individu maupun proses belajar-mengajar dapat dilakukan, antara lain; tidur dan istirahat cukup, mengusahakan variasi dalam belajar, rekreasi dan olah raga secara teratur dan mengimbangi makanan yang bergizi.

d. Faktor lupa

Lupa adalah ketidakmampuan mengenal atau mengingat sesuatu yang pernah dipelajari atau dialami. Lupa juga berarti ketidakmampuan untuk mengingat kembali sesuatu yang telah dialami atau dipelajari untuk sementara waktu maupun jangka waktu lama. Dengan demikian, lupa bukan peristiwa hilangnya item informasi dan pengetahuan dari akal kita.¹⁴ Berkenaan dengan lupa, Allah Swt berfirman dalam surat Taha: 115

وَلَقَدْ عَهِدْنَا إِلَىٰ آدَمَ مِن قَبْلُ فَنَسِيَ وَلَمْ نَجِدْ لَهُ عَزْمًا ﴿١١٥﴾

Artinya: ”Dan sesungguhnya telah Kami perintahkan kepada Adam dahulu, maka dia lupa (akan perintah itu), dan tidak Kami dapati padanya kemampuan yang kuat”. (Q.S. Taha: 115)

¹². Nana Syaodih Sukmadinata, *Landasan Psikologi Proses Pendidikan*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2004), hal. 171—172.

¹³. Dimiyati dan Mudjiono, *Belajar dan Pembelajaran*, (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2002), hal. 239.

¹⁴. Tohirin, *Psikologi Pembelajaran ...*, hal. 137.

Terjadinya lupa dapat disebabkan beberapa faktor antara lain;

1. Gangguan konflik antara item-item informasi atau materi yang ada dalam sistem memori.
2. Adany tekanan terhadap item yang telah ada, baik sengaja ataupun tidak.
3. Perubahan situasi lingkungan antara waktu belajar dengan waktu mengingat kembali.
4. Perubahan sikap dan minat anak didik terhadap proses dan situasi belajar tertentu.
5. Materi pelajaran yang telah dikuasai tidak pernah digunakan atau dihafalkan anak didik.
6. Perubahan saraf otak akan kehilangan ingatan atas item-item informasi yang ada dalam memori permanen.

Upaya-upaya yang dilakukan untuk mengurangi kelupakan adalah:

1. Cobalah timbulkan atau tingkatkan motivasi belajar para anak didik dengan menyadarkan mereka akan tujuan instruksional yang harus anak didik pakai.
2. Cobalah selalu menunjukkan unsur-unsur pokok sebelum menunjukkan unsure-unsur penunjang yang relevan dalam materi pelajaran yang disajikan.
3. Cobalah selalu menyajikan pokok bahasan materi yang akan disajikan pada sesi berikutnya.

Selain upaya-upaya yang telah disebutkan di atas, terdapat beberapa tips penanggulangan terhadap faktor-faktor yang mempengaruhi belajar, diantaranya:

1. Sarankan kepada anak didik untuk memastikan kondisi badan sedang fit, tidak sedang kelaparan dan tidak sedang sakit sebelum mulai belajar.
2. Cari tempat yang tenang jika lingkungan tempat belajar berisik dan bising atau bias diganti dengan sambil mendengarkan musik menggunakan earphone.
3. Focus dalam belajar paling tidak selama 30 menit pertama, setelah itu bisa istirahat sebentar untuk minum atau menghirup udara segar sebelum melanjutkan belajar kembali.
4. Bicarakan dengan orang tua atau keluarga agar jangan terlalu menuntut, agar anak didik bisa belajar dengan tenang dan bisa berprestasi
5. Kalau lingkungan sekolah tidak mendukung karena sering tawuran dan gurunya kurang mendukung, maka pihak sekolah harus bisa mengintropeksi diri terhadap kebutuhan anak didiknya.

PENUTUP

Belajar adalah perubahan serta peningkatan kualitas dan kuantitas tingkah laku seseorang diberbagai bidang yang terjadi akibat melakukan interaksi terus menerus dengan lingkungannya, di mana belajar ditandai dengan adanya perubahan

tingkah laku yang tidak bisa secara langsung dapat diamati karena perubahan tersebut bersifat potensial, disamping itu perubahan tingkah laku itu bisa berupa dari hasil latihan atau pengalaman, dan pengalaman itulah yang akan memberikan dorongan untuk mengubah tingkah laku.

Dalam perspektif Islam, surat al-‘Alaq, surat al- Muddatstsir dan surat al-Mujadalah merupakan dasar-dasar konsep psikologi belajar bagi kehidupan manusia. Ketiga ayat tersebut merupakan konsep belajar yang ideal. Oleh sebab itu, berbagai konsep psikologi belajar yang bernuansa Islam, haruslah dibangun berdasarkan al-Qur’an dan Sunnah Rasulullah saw. Pengembangan konsep belajar yang bernuansa Islam hendaknya juga tidak bertentangan dengan nilai-nilai al-Qur’an dan as-Sunnah rasul saw.

Berhasil atau tidaknya seseorang anak didik dalam belajar disebabkan dua faktor yang mempengaruhi pencapaian hasil belajar yaitu; faktor intern yang berasal dari dalam diri anak didik, seperti intelegensi. Perhatian, minat, bakat dan motivasi. Sedangkan faktor ekstern yang berasal dari luar diri anak didik seperti keluarga, sekolah, masyarakat dan lingkungan sekitar.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad Mudzakkir, *Psikologi Pendidikan*, (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2004).
- An-Nahlawi, Abdurrahman, *Ushulut Tarbiyatil Ilmiah wa Asalibuha*, Ter. Hery Noer Aly (Bandung: CV. Diponegoro, 1989).
- B. uno Hamzah, *Orientasi Baru dalam Psikologi Pembelajaran*, (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2008).
- Dimiyati dan Mudjiono, *Belajar dan Pembelajaran*, (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2002).
- Hintzman, Douglas L, *The Psychology of Learning and Memory*, (San Fransisco: W.H. Freeman & Company, 1978).
- Muhibbin Syah, *Psikologi Pendidikan dengan Pendekatan Baru*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2008).
- Nana Syaodih Sukmadinata, *Landasan Psikologi Proses Pendidikan*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2004).
- Ngalim Purwanto, *Psikologi Pendidikan*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2004).
- Sudarwan Darnim dan Khairil, *Psikologi Pendidikan; dalam Perspektif Baru*, (Bandung: CV. Alfabeta, 2011).
- Tohirin, *Psikologi Pembelajaran Pendidikan Agama Islam; Berbasis Integrated dan Kompetensi*, (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2008).
- Wasty Soemanto, *Psikologi Pendidikan; Landasan Kerja Pemimpin Pendidikan*, (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2006).
- Wittig, Arno, *Psychology of Learning; Schaum's Out-Line Series*, (New York: Mc. Grow Hill Book Company, 1981).
- Zuhairini, *Filsafat Pendidikan Islam*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2009).