



MASALAH LUPA, KEJENUHAN DAN KESULITAN SISWA SERTA MENGATASINYA DALAM PEMBELAJARAN DI MI/SD

Istiqamah^{1*}, Ichsan²

^{1,2}Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, Indonesia

Email: istiqamah72@yahoo.com, ichsandjalal@gmail.com

ABSTRAK

Belajar adalah jalan untuk sukses yang berkaitan erat dengan proses perubahan. Namun, tidak semua proses perubahan digambarkan sebagai pembelajaran. Belajar adalah suatu tahapan perubahan tingkah laku individu yang dinamis sebagai hasil pengalaman dan interaksi dengan lingkungan yang melibatkan unsur kognitif, afektif dan psikomotorik. Pembelajaran adalah aspek yang rumit dan melibatkan banyak hal yang saling terkait. Belajar juga suatu proses dimana kemampuan sikap, pengetahuan dan konsep dapat dipahami, diterapkan dan digunakan untuk dikembangkan dan diperluas. Dalam mengatasi hal tersebut, seseorang pendidik harus memahami dan mengatasi permasalahan yang ada. Namun ada kendala atau hambatan yang perlu dan sangat diperhatikan sebagai seorang siswa dalam belajarnya yaitu lupa, kejenuhan, sehingga akan terjadinya kesulitan dalam belajar yang dapat memicu penghambatan proses pembelajaran yang seharusnya berjalan dengan baik. Untuk itu seorang pendidik harus paham dan mengerti bagaimana cara mengatasinya dalam pembelajaran.

Kata Kunci: Lupa, Kejenuhan, Kesulitan, Proses Pembelajaran

ABSTRACT

Learning is a path to success that is closely related to the change process. However, not all change processes are described as learning. Learning is a stage of dynamic individual behavior change as a result of experience and interaction with the environment that involves cognitive, affective and psychomotor elements. Learning is a complex aspect and involves many interrelated things. Learning is also a process where the ability of attitudes, knowledge and concepts can be understood, applied and used to be developed and expanded. In overcoming this, an educator must understand and solve the existing problems. However, there are obstacles or obstacles that need to be paid attention to as a student in learning, namely forgetting, boredom, so that there will be difficulties in learning which can lead to obstruction of the learning process that should go well. For that an educator must understand and understand how to overcome it in learning

Keywords: Forgetting, Saturation, Difficulty, Learning Process

PENDAHULUAN

Belajar merupakan suatu proses yang mana dalam kegiatan yang terjadi pada semua orang yang berlangsung seumur hidup. Dari proses belajar akan ada hasil yang ditimbulkan yaitu berupa perubahan tingkah laku pada diri individu, perubahan tingkah laku tersebut menyangkut perubahan dalam aspek pengetahuan (kognitif), keterampilan (psikomotor) dan sikap (afektif). Belajar merupakan komponen paling vital dalam setiap usaha

penyelenggaraan jenis dan jenjang pendidikan, sehingga tanpa proses belajar sesungguhnya tidak akan pernah ada pendidikan. Berhasil atau gagalnya tujuan pendidikan amat tergantung pada proses belajar dan mengajar yang dialami siswa dan pendidik baik ketika para siswa itu di sekolah maupun di lingkungan keluarganya sendiri.

Di sekolah, keberhasilan suatu pendidikan lebih banyak dipengaruhi oleh tenaga kependidikan terutama guru, bahkan ketenagaan lainnya termasuk kepala sekolah, orang tua dan lingkungan serta semua pihak yang ikut berperan memperlancar proses geraknya guru dalam mencapai tujuan pendidikan. Maka dari itu komponen tersebut merupakan hal yang penting dan berpengaruh terhadap pendidikan anak terutama pada anak yang memiliki masalah dalam belajar.

Pada proses belajar mengajar yang baik sangat bergantung pada pola kegiatan pendidik dan peserta didik tersebut. Seperti dalam penyampaian materi oleh si pendidik, masih banyak ketika guru sudah memberikan materi setelah itu peserta didik tersebut lupa dan jenuh hal ini yang dirasakan sebagian besar peserta didik dalam proses belajar yang tidak berlangsung dengan baik.

Kesulitan yang dirasakan siswa mempunyai faktor dan aspek yang terpengaruhi. Faktor-faktor yang mempengaruhi kesusahan belajar siswa sangat bermacam-macam, mulai dari aspek internal sampai aspek eksternal. Perlu terdapatnya upaya untuk membongkar permasalahan kesulitan belajar pada siswa. Untuk itu para pendidik butuh mengenali serta menguasai upaya-upaya yang bisa dijalani untuk membongkar permasalahan kesulitan belajar.

Lupa dan jenuh yang dirasakan pada peserta didik menjadi tidak asing lagi dalam belajar. Meski kurang ingat/ lupa telah menjadi tabiat manusia, butuh terdapatnya upaya untuk menguranginya. Semacam kurang ingat, kejenuhan siswa dalam belajar juga menjadi permasalahan yang tidak terlepas dari pendidik dalam mendidik. Kejenuhan siswa dalam belajar jadi penghalang dalam proses transfer ilmu pada siswa. Sebagai calon pendidik kita wajib mengenali serta menguasai kendala-kendala/masalah yang bisa membatasi proses transfer belajar siswa serta cara memecahkannya. Untuk itu dalam penelitian ini hendak mengulas serta mengarahkan dan membagikan arahan dalam membongkar masalah-masalah yang terjadi, supaya proses belajar serta mengajar berjalan dengan semestinya.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah penelitian kepustakaan (*library research*) dan dengan menggunakan metode analisis deskriptif. Penulis menggunakan penelitian deskriptif dengan

lebih menekankan pada analisis sumber dan data yang ada untuk diinterpretasikan berdasarkan tulisan yang mengarah ke pembahasan. Sedangkan penelitian kepustakaan (*library research*) yaitu serangkaian kegiatan yang berkenaan dengan metode pengumpulan data pustaka, membaca dan mencatat dari berbagai buku dan jurnal.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Belajar adalah syarat mutlak untuk menjadi pandai dalam semua hal, baik dalam ilmu pengetahuan maupun dalam hal bidang keterampilan atau kecakapan. Belajar adalah suatu tahapan perubahan tingkah laku individu yang dinamis sebagai hasil pengalaman dan interaksi dengan lingkungan yang melibatkan unsur kognitif, afektif dan psikomotorik. Dengan kata lain, belajar adalah suatu proses dimana kemampuan sikap, pengetahuan dan konsep dapat dipahami, diterapkan dan digunakan untuk dikembangkan dan diperluas. Keberhasilan belajar akan menimbulkan rasa percaya diri yang tinggi, senang, serta termotivasi untuk belajar lagi, karena belajar tidak hanya meliputi mata pelajaran, penguasaan, kebiasaan, persepsi, kesenangan, minat, peyesuaian sosial, bermacam-macam dan cita-cita.

Belajar adalah proses dimana seorang peserta didik mengalami perubahan dari satu kondisi kepada kondisi lain, kondisi yang lain tersebut tentu direncanakan, dikontrol dan dikendalikan. Usaha pencapaian agar peserta didik sampai pada kondisi yang diinginkan tentu menempuh berbagai cara, melewati berbagai kondisi dan mengikuti beberapa prinsip yang menjadi aturan dalam belajar. Namun harus disadari bahwa ditengah-tengah antara kondisi awal sampai kondisi tujuan terdapat beberapa hal yang menjadi rintangan baik datang dari siswa maupun dari luar diri siswa. Rintangan atau hambatan yang dialami siswa tersebut dalam psikologi pendidikan yaitu hambatan pada lupa, kejenuhan serta kesulitan dalam belajar.

Pengertian Lupa, Proses Terjadinya Lupa Dan Cara Mengatasinya Dalam Pembelajaran

Satu fenomena yang selalu menjadi masalah dalam pembelajaran adalah ketika peserta didik tidak dapat menceritakan kembali apa yang telah dipelajari. Hal tidak dapat menceritakan kembali secara sederhana disebut sebagai lupa. Lupa dalam konteks pembelajaran merupakan bagian integral dari proses itu sendiri artinya terjadinya lupa sangat tergantung dengan kegiatan yang dilakukan pada saat proses pembelajaran berlangsung.

Lupa merupakan istilah yang sangat populer di masyarakat. Dari hari ke hari dan bahkan setiap waktu pasti ada orang-orang tertentu yang lupa akan sesuatu, lupa dapat terjadi pada siapapun. Ingatan memberikan kemampuan manusia untuk dapat mengingat suatu hal. Hal tersebut juga menunjukkan bahwa manusia mampu untuk menyimpan dan menimbulkan kembali apa yang telah dialaminya. Hal yang pernah dialaminya tersebut tidak sepenuhnya hilang, tetapi tetap tersimpan dalam jiwanya dan pada suatu waktu tertentu jika dibutuhkan dapat ditimbulkan kembali.

Muhibbin Syah dalam bukunya yang berjudul psikologi pendidikan mengartikan lupa sebagai hilangnya kemampuan untuk menyebut kembali atau memproduksi kembali apa-apa yang sebelumnya telah kita pelajari secara sederhana. Gulo (1982) dan Reber (1998) mendefinisikan lupa sebagai ketidakmampuan mengenal atau mengingat sesuatu yang pernah dipelajari atau di alami. Sedangkan hilang ingatan adalah hilangnya kemampuan untuk mengingat atau menimbulkan kembali yang disebabkan oleh hilangnya item informasi dan pengetahuan dari akal kita. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa lupa merupakan ketidakmampuan untuk mengingat atau menimbulkan kembali hal-hal tertentu yang pernah di alaminya.

Pengertian-pengertian diatas menggambarkan bahwa lupa lebih bermakna psikologis dimana terjadinya pada saat sederhana lupa dapat diartikan sebagai keadaan dimana terjadinya proses penghapusan informasi yang mengakibatkan jejak-jejak ingatan hilang atau menjadi kabur (info jarang digunakan lagi).

Bila kita lihat lebih jauh bagaimana peserta didik yang mengikuti kegiatan belajar, pada saat tertentu yakni ujian atau belajar, pada tempo berikutnya ia diminta untuk menyebutkan materi pelajaran sebelumnya atau mempergunakan materi pelajaran yang lalu untuk pelajaran yang sedang dilalui. Tidak selamanya peserta didik dapat mengingat dengan baik. Dan kata-kata yang paling tepat untuk memberikan solusinya adalah “saya bener-bener lupa”.

Lupa tentu tidak selamanya menjadi alasan untuk tidak dapat mengingat, masih banyak sisi lain yang dapat dibenarkan menjadi referensi bahwa keadaan tidak dapat mengingat disebabkan faktor lain. Gejala lupa sebagai fenomena psikologis mengundang para psikolog mencari apa yang menjadi latar belakang penyebab terjadinya lupa. Sementara itu pada paedagog juga tidak ketinggalan, satu hal yang sangat dirasakan ketika pendidik menyampaikan materi pembelajaran dengan usaha maksimal, namun peserta didiknya paham saat ketika belajar dan lupa saat keluar dari ruangan belajar.

Banyak hal yang terkait ketika lupa menjadi sebuah gejala dalam proses pembelajaran. intinya bahwa proses pembelajaran adalah mengaitkan satu item dengan item lainnya disaat mana lupa menjadi bagian item tersebut. Dalam hal ini dijelaskan bahwa penyebab lupa sedikitnya ada enam yakni sebagai berikut:

- a. Lupa terjadi karena gangguan konflik antara item-item informasi dan materi yang ada dalam sistem memori siswa.
- b. Lupa bisa terjadi pada seorang siswa karena adanya tekanan terhadap item yang telah ada baik sengaja maupun tidak.
- c. Lupa dapat terjadi karena sebab perubahan sikap dan minat siswa terhadap proses dan situasi belajar tertentu. Jadi, meskipun seorang siswa telah mengikuti proses belajar-mengajar dengan tekun dan serius, tetapi karena sesuatu hal sikap dan minat siswa tersebut menjadi sebaliknya (seperti karena ketidak senangan terhadap guru) maka materi pembelajaran itu akan mudah terlupakan.
- d. Lupa tentu saja dapat terjadi karena sebab perubahan urat syaraf otak. Seorang siswa yang terserang penyakit tertentu seperti keracunan, kecanduan alkohol, dan gagar otak akan kehilangan ingatan item-item informasi yang ada dalam memori permanenya.

Saat terjadinya lupa merupakan gejala yang sangat intensif dalam proses pembelajaran. Kadang waktu ujian pengalaman peserta didik sangat penting untuk mengulang apa yang telah dipelajari, namun usaha untuk mengingat sulit dilakukan dan lupa pun terjadi pada saat itu. Dalam proses pembelajaran sedikitnya ada tujuh fase yang dialami oleh peserta didik yakni: fase motivasi, fase konsentrasi, fase mengolah, fase penyimpanan, fase menggali 1 dan 2, fase prestasi, fase umpan balik.

Pada fase-fase diatas, artinya lupa tidak berdiri sendiri sebagai satu gejala tunggal dalam pembelajaran, akan tetapi sebuah proses yang terkait antara satu fase dengan fase lain. Apabila kegiatan pembelajaran dapat dikontrol dengan baik oleh pendidik, sejak fase konsentrasi, peserta didik dengan fokus mengikuti kegiatan pembelajaran, kemudian dilibatkan dalam mengelola informasi, maka penyimpanan informasi akan dapat dilaksanakan dengan baik. Dengan demikian ketika fase menggali apakah itu saat *post test* atau ujian, peserta didik akan dapat menghindari lupa.

Cara terbaik untuk mengatasi lupa adalah dengan cara meningkatkan daya ingat akal siswa. Banyak ragam cara yang dapat dicoba siswa dalam meningkatkan daya ingatnya, antara lain menurut Barlow (1985), Raber (1988), dan Andreson (1990) dalam Halim Purnomo (2019), adalah sebagai berikut:

- a. *Over Learning* (belajar lebih) artinya upaya belajar yang melebihi batas penguasaan dasar atas materi pelajaran tertentu. *Over learning* terjadi apabila respons atau reaksi tertentu muncul setelah siswa melakukan pembelajaran atas respons tersebut dengan cara di luar kebiasaan, seperti pembacaan teks pancasila pada setiap hari senin memungkinkan ingatan siswa terhadap teks pancasila.
- b. *Extra study time* (tambahan waktu belajar) merupakan upaya penambahan alokasi waktu belajar atau penambahan frekuensi aktivitas belajar. Penambahan alokasi waktu belajar materi tertentu berarti siswa menambah jam belajar, misalnya dari satu jam menjadi dua jam waktu belajar.
- c. *Mnemonic device* (muslihat memori) yang sering juga hanya di sebut mnemonic itu berarti cara khusus yang di jadikan “alat pengait” mental untuk memasukan item-item informasi kedalam system akal siswa.
- d. *Clustering* (pengelompokan), yakni menata ulang item-item materi menjadi kelompok-kelompok kecil yang dianggap lebih logis dalam arti bahwa item-item tersebut memiliki signifikasi dan lafal yang sama atau sangat mirip. Penataan ini direkayasa sedemikian rupa dalam bentuk daftar-daftar item materi sehingga mudah untuk dihafalkan.

Kejenuhan Dalam Belajar Serta Mengatasinya Dalam Pembelajaran

Secara etimologis kejenuhan berarti padat atau penuh, bisa juga berarti jemu atau bosan. Dalam belajar, disamping siswa mengalami kelupaan ia juga terkadang mengalami peristiwa negatif lainnya yang disebut jenuh belajar yang dalam bahasa psikologi disebut *learning plateau*. Peristiwa jenuh ini dialami seorang siswa yang sedang dalam proses belajar membuat siswa tersebut merasa lelah memubazirkan usahanya.

Kejenuhan belajar merupakan rentan waktu tertentu yang digunakan untuk belajar, tetapi tidak mendatangkan hasil. Seorang siswa yang mengalami kejenuhan belajar merasa seakan-akan pengetahuan dan kecakapann yang diperoleh dari belajar tidak ada kemajuan. Tidak adanya kemajuan hasil belajar ini pada umumnya tidak berlangsung selamanya, tetapi dalam rentang waktu yang membawa kejenuhan itu berkali-kali dalam satu periode belajar tertentu.

Adapun faktor-faktor yang menyebabkan kejenuhan belajar menurut Muhibbin Syah, yaitu: (1) stagnasi pada variasi metode pembelajaran, (2) tidak didukung oleh lingkungan dan iklim belajar, (3) adanya konflik dalam lingkungan belajar yang tidak cepat diselesaikan, (4) tidak adanya feedback positif dari aktivitas belajar sehingga menghadirkan kejenuhan, (5) keterpaksaan dalam aktivitas belajar. Selanjutnya Hakim (2004:63) menguatkan factor-faktor terjadinya kejenuhan dalam belajar: (1) Stagnasi cara atau metode belajar. (2) Tempat belajar

yang tidak mendukung. (3) Suasana belajar yang menjenuhkan. (4) Kurangnya “*entertainment*” sebagai selingan dalam aktivitas belajar. (5) Adanya ketegangan mental yang berlarut-larut.

Dari penjelasan di atas, lingkungan belajar yang kurang nyaman dapat menyebabkan kejenuhan belajar begitu pula sebaliknya, lingkungan belajar yang nyaman dapat membuat suasana belajar menjadi menyenangkan. Suasana ini tidak bisa hadir dengan sendirinya, melainkan harus diciptakan baik oleh lembaga penyelenggara pendidikan jika di sekolah maupun oleh orang tua jika di rumah.

Selanjutnya, ada juga kiat-kiat yang mengatasi kejenuhan dalam belajar yaitu: (1) pengubahan atau penjadwalan kembali jam-jam dalam sehari belajar yang dianggap lebih memungkinkan siswa belajar lebih giat (2) memberikan motivasi dan stimulus baru agar siswa merasa terdorong untuk belajar lebih giat dari sebelumnya dan (3) pengubahan atau penataan kembali lingkungan belajar siswa.

Kesulitan Dalam Belajar Serta Mengatasinya Dalam Pembelajaran

Kesulitan belajar adalah suatu kondisi dimana kompetensi atau prestasi yang dicapai tidak sesuai dengan kriteria standar yang telah ditetapkan. Kondisi yang demikian ini umumnya disebabkan oleh faktor biologis dan fisiologis, serta faktor psikologis yaitu kesulitan belajar yang berkenaan dengan rendahnya motivasi dan minat belajar. Beberapa hal yang dapat mempengaruhi kesulitan belajar pada siswa, diantaranya:

Perkembangan fisik

Perkembangan fisik mempunyai pengaruh langsung terhadap anak karena menentukan hal-hal yang dapat dilakukan oleh anak dan secara tidak langsung baik terhadap dirinya sendiri maupun terhadap orang lain. Perkembangan fisik yang normal memungkinkan anak menyesuaikan diri pada situasi yang ada dengan tuntutan sosial untuk usianya, sedangkan perkembangan fisik yang menyimpang akan menghambat penyesuaian diri anak tersebut. Kondisi kesehatan anak berpengaruh terhadap pertumbuhan fisik, kualitas energi, perkembangan diri, keadaan emosi, tingkah laku sosial dan prestasi anak sekolah. Pengaruh psikologis kecelakaan yang dialami sering lebih merusak dan bertahan pada gangguan fisiknya karena akan mempengaruhi kepercayaan anak pada dirinya sendiri dan sering menimbulkan rasa malu yang generalisasi.

Emosi yang tidak stabil

Emosi mempengaruhi aktivitas mental secara umum. Emosi yang tidak menyenangkan akan menyebabkan penurunan prestasi dari aktivitas mental. Emosi

mempengaruhi interaksi seseorang. Emosi yang tidak menyenangkan akan menyebabkan penurunan prestasi dari aktivitas mental. Emosi mempengaruhi interaksi seseorang. Emosi yang tidak menyenangkan mendorong anak untuk mempertahankan tingkah laku sosialnya. Emosi diartikan sebagai keadaan dimana seorang akan kurang memperoleh kesempatan untuk mendapatkan pengalaman yang emosional yang menyenangkan, khususnya kasih sayang, kegembiraan, kesenangan dan rasa ingin tahu. Hal ini biasanya dijumpai pada anak-anak yang diterlantarkan atau ditolak oleh orang tuanya, atau anak-anak yang dirawat di lembaga-lembaga seperti rumah sakit atau panti asuhan dalam jangka waktu yang lama.

Kemampuan intelektual dibawah rata-rata/ *mental retardation*

Anak *mental retardation* biasanya mengalami keterlambatan yang sangat luas mencakup perkembangan fungsi kognitif dan sosial. Berdasarkan *Diagnostic and Statistical Manual of Mental disorders*, kriteria diagnose untuk anak *mental retardation*, adalah:

- a. Fungsi intelektual dibawah rata-rata (IQ kira-kira 70 atau kurang pada tes IQ secara individual)
- b. Adanya defisit atau gangguan yang menyertai dalam fungsi adaptif yakni efektifitas seseorang untuk memenuhi standar yang dituntut menurut usianya dalam kelompok minimal dua bidang keterampilan, seperti : komunikasi, merawat diri sendiri dirumah, keterampilan sosial atau interpersonal, menggunakan sarana masyarakat, mengarahkan diri sendiri, keterampilan akademik fungsional, pekerjaan, liburan, kesehatan dan keamanan.

Banyak hal yang menyebabkan terjadinya kesulitan belajar. Dari sekian banyak faktor tersebut, ada yang merupakan penyebab utama atau faktor penyebab umum. Ada pula yang merupakan kesulitan belajar yang terbatas sifatnya (bersifat sementara), misalnya buku pegangan kurang baik, lingkungan kurang kondusif, dan sebagainya. Para ahli berpendapat bahwa penyebab utama kesulitan belajar terletak pada diri siswa itu sendiri dan sarana penunjang belajar. Beberapa faktor penyebab kesulitan belajar dilihat dari segi siswa, yaitu: (1) motivasi siswa untuk belajar, (2) keterbatasan kemampuan dasar intelektual, (3) kurang menguasai kemampuan dan keterampilan dasar (4) kebiasaan belajar siswa yang salah atau kurang memadai.

Faktor lain yang juga di anggap sangat menentukan keberhasilan belajar, yaitu faktor sarana penunjang. Bahkan banyak yang beranggapan bahwa faktor ini sangat menentukan dalam proses belajar mengajar. Dikatakan juga bahwa sarana penunjang seperti buku paket

yang kurang sesuai dengan kurikulum, buku penunjang yang tidak tersedia di perpustakaan sekolah, bahan pelajaran yang kurang *up to date*, contoh-contoh yang kurang menarik, dan lain-lain banyak berpengaruh dalam menentukan keberhasilan dalam belajar siswa.

Jumlah rombongan belajar dalam satu kelas yang terlalu banyak berakibat juga pada kesulitan belajar karena guru sulit memberikan bantuan secara individual. Selain itu, Faktor guru seperti penyajian, metode, teknik, strategi pembelajaran yang digunakan guru sebaiknya memotivasi siswa untuk giat belajar dan tidak menimbulkan kejenuhan. Adanya kejenuhan ini juga menyebabkan kesulitan belajar.

Burton (Fakihuddin, 2007: 46) mengelompokkan faktor-faktor kesulitan belajar yang terdapat dalam diri siswa sebagai berikut:

1. Faktor-Faktor dari Diri dalam Siswa
 - a. Kelemahan secara fisik
 - b. Kelemahan-kelemahan secara mental (baik kelemahan yang dibawa sejak lahir maupun tidak) yang sukar diatasi oleh individu yang bersangkutan dan juga oleh pendidikan.
 - c. Kelemahan-kelemahan emosional
 - d. Kelemahan yang disebabkan oleh kebiasaan dan sikap-sikap yang salah
 - e. Tidak memiliki keterampilan-keterampilan dan pengetahuan dasar yang diperlukan, contohnya ketidakmampuan membaca, berhitung, kurang menguasai pengetahuan dasar.
2. Faktor-Faktor dari Luar Diri Siswa
 - a. Kurikulum yang seragam, bahan, dan buku-buku sumber yang tidak sesuai dengan tingkat kematangan perbedaan individu.
 - b. Ketidaksesuaian standar administrasi (sistem pengajaran, penilaian, pengelolaan kegiatan dan pengalaman belajar mengajar, dan sebagainya).
 - c. Terlalu berat beban belajar siswa dan atau mengajar guru, terlampaui besar populasi siswa dalam kelas, terlalu banyak menuntut kegiatan di luar, dan sebagainya.
 - d. Terlalu sering pindah sekolah atau program, tinggal kelas, dan sebagainya.
 - e. Kelemahan dari sistem belajar mengajar pada tingkat-tingkat pendidikan (dasar/asal) sebelumnya.
 - f. Kelemahan yang terdapat dalam kondisi rumah tangga (pendidikan, status sosial, ekonomis, keutuhan keluarga, ketentraman dan keamanan sosial psikologis, dan sebagainya).

- g. Terlalu banyak kegiatan di luar jam pelajaran sekolah atau banyak terlibat dalam kegiatan ekstrakurikuler.
- h. Kurangnya makanan (gizi) dan sebagainya.

Berikut ini upaya yang perlu dilakukan oleh guru untuk mengatasi kesulitan belajar berdasarkan gejala-gejala yang telah diamati:

- a. Tempat duduk siswa
Tempat duduk perlu diatur secara periodik agar mengurangi tingkat kejenuhan sehingga dapat memnhadirkan semangat baru dalam belajar.
- b. Gangguan kesehatan
Waktu belajar sangat perlu diatur dengan baik sehingga tidak menjadi beban bagi siswa. Pengaturan waktu belajar yang baik justru akan menghadirkan nuansa baru yang dirasakan oleh siswa.
- c. Program remedial
program remedial perlu diatur sedemikian rupa agar tidak terkesan bahwa siswa yang mengikuti remedial menganggap dirinya “tidak mampu”.
- d. Bantuan media dan alat peraga
keterpenuhan media dan alat peraga belajar akan mendorong siswa mampu mengkases berbagai sumber informasi dalam kegiatan belajar.
- e. Suasana belajar menyenangkan
Suasana belajar yang menyenangkan sangat perlu diciptakan sesuai dengan kondisi yang baik.
- f. Motivasi orang tua di rumah
Motivasi bagi siswa merupakan kebutuhan. Oleh karena itu model dan bentuk motivasi juga perlu dikemas dengan tepat.

KESIMPULAN

Belajar adalah suatu proses yang membawa perubahan tingkah laku pada diri individu karena adanya usaha. Belajar bukanlah suatu tujuan utama, tetapi merupakan suatu sarana untuk mencapai tujuan. Belajar merupakan suatu keharusan, karena dalam kehidupan bermasyarakat akan adanya persaingan, khususnya dalam dunia usaha. Tanpa adanya belajar kita akan tertinggal, bahkan tersingkirkan dari persaingan, dengan belajar ini akan menumbuhkan inovasi-inovasi yang melahirkan perubahan positif yang diperlukan dalam usaha. Oleh karena itu, mengingat betapa pentingnya proses belajar dalam kehidupan, yang nantinya akan menentukan dan membantu suatu keberhasilan individu di masa depan. Kita

selaku calon pendidik perlu mempersiapkan diri memperluas pengetahuan tentang belajar yang nantinya akan diaplikasikan dalam proses pembelajaran kepada peserta didik.

Di area sekolah keberhasilan proses belajar mengajar amat bergantung pada guru. Sebab guru ialah pemimpin, fasilitator dan sekaligus bagaikan pusat inisiatif pendidikan. Dalam aktivitas belajar mengajar pasti hendak ditemui berbagai hambatan. Semacam para siswa kerap kali menghadapi lupa, kejenuhan dan kesulitan belajar siswa. Hal-hal tersebut tadinya jadi atensi untuk sebagian besar pendidik. Banyak para pendidik yang mengeluhkan perihal tersebut ketika lagi menstransfer ilmu mereka kepada partisipan didik mereka.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, Abu dan M. Umar. 2004. *Psikologi Umum*. Surabaya: Bina Ilmu Offset.
- Djaali. 2007. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta : Bumi Aksara.
- Hamalik, Oemar. 2015. *Proses Belajar Mengajar*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Hamdani. 2011. *Strategi Belajar Mengajar*. Bandung : CV Pustaka Setia.
- Jaya, Farida. 2015. *Perencanaan Pembelajaran*. Medan: Fakultas Ilmu Tarbiyah Dan Keguruan UIN SU.
- Khodijah, Nyanyu. 2010. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Makmun, Abin Syamsudin. 2001. *Psilogi Kependidikan Perangkat Sistem Pengajaran Modul*. Bandung: Rosda Karya.
- Maunah, Binti. 2014. *Psikologi Pendidikan*. Tulungagung: IAIN Tulungagung Press.
- Mustika, Juitaning. 2016. *Modul Psikologi Pendidikan*. Metro.
- Purnomo, Halim. 2019. *Psikologi Pendidikan*. Yogyakarta: LP3M UMY.
- Sarwono, Sarlito W. 2016. *Pengantar Psikologi Umum*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Setiawan, Rosni dan Siti Nurhidayah. 2005. *Psikologi Pendidikan*. Unisma Assesmen Centere.
- Siregar, Evelina dan Hartini Nara. 2010. *Teori Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Slameto. 2002. *Belajar dan Faktor Yang Mempengaruhi*. Jakarta: Rineka Cipta.