BELAJAR BUKAN SEKEDAR DUDUK DI BANGKU: MENELISIK HAKIKAT, FAKTOR, DAN TEORI BEHAVIORISTIK DALAM PEMBELAJARAN EFEKTIF

Hafiz Hidayat[1], Dinni Widya Putri[2], Tri Wahyuni[3], Maryulis[4], Apriyanti Safitri[5]
[1,2,3,4.5]Program Studi Pendidikan Dasar S2, Universitas Adzkia
e-mail: hafizhidayat@adzkia.ac.id[1], dinniwidyaputri@gmail.com[2], triwahyuni90@guru.sd.belajar.id[3], maryulisuncu90@gmail.com[4], apriyantisafitri1996@gmail.com[5]

ABSTRACT

Learning is a complex process that involves changes in behavior as a result of experience. This article examines the nature of learning and education, the factors that influence them, and discusses behaviorist learning theories from key figures such as Thorndike, Pavlov, and Skinner. The focus is on the practical application of these theories in education, such as the use of rewards, punishment, and reinforcement. Using a literature review approach, this article aims to enrich educators' insights into applying behaviorist principles to create effective and meaningful learning. Furthermore, this writing highlights how positive and negative reinforcement, punishment, and shaping techniques can affect students' learning behaviors in the classroom. With a systematic theoretical approach, this article also discusses various ethical and pedagogical considerations in the application of behaviorist methods. This finding is expected to inspire teachers and education practitioners to create a learning environment that is adaptive and focused on positive behavior change. With a deep understanding of behaviorism principles, educators can more effectively design learning strategies that stimulate motivation, engagement, and optimal student learning outcomes.

Keywords: Learning, education, behaviorist theory, reinforcement, punishment

ABSTRAK

Belajar merupakan proses kompleks yang melibatkan perubahan perilaku akibat pengalaman. Artikel ini mengkaji hakikat belajar dan pembelajaran, faktor-faktor yang memengaruhinya, serta mengulas teori belajar behavioristik dari tokoh-tokoh utama seperti Thorndike, Pavlov, dan Skinner. Fokus diberikan pada aplikasi praktis teori ini dalam pendidikan, seperti pemberian hadiah, hukuman, dan reinforcement. Dengan menggunakan pendekatan kajian pustaka, artikel ini bertujuan memperkaya wawasan pendidik dalam menerapkan prinsip behavioristik untuk menciptakan pembelajaran yang efektif dan bermakna. Lebih lanjut, tulisan ini menyoroti bagaimana penguatan positif dan negatif, hukuman, serta teknik shaping dapat memengaruhi perilaku belajar peserta didik di kelas. Dengan pendekatan teoritik yang sistematis, artikel ini juga membahas berbagai pertimbangan etis dan pedagogis dalam penerapan metode behavioristik. Temuan ini diharapkan dapat memberikan inspirasi bagi guru dan praktisi pendidikan untuk membangun suasana belajar yang adaptif dan berorientasi pada perubahan perilaku positif. Dengan

pemahaman mendalam terhadap prinsip-prinsip behaviorisme, pendidik dapat lebih efektif merancang strategi pembelajaran yang menstimulasi motivasi, keterlibatan, dan hasil belajar siswa secara optimal.

Kata Kunci: *Belajar, pembelajaran, teori behavioristik, penguatan, hukuman*

A. Pendahuluan

Belajar bukan sekadar aktivitas menghafal fakta, tetapi merupakan proses aktif yang mencakup perubahan perilaku akibat pengalaman. Dalam dunia pendidikan, memahami esensi belajar dan pembelajaran menjadi kunci dalam menyusun strategi instruksional yang relevan dan adaptif terhadap kebutuhan peserta didik.

Belajar dan pembelajaran adalah dua konsep yang saling terkait, tetapi berbeda. Belajar merupakan proses internal yang dialami individu, sedangkan pembelajaran adalah proses eksternal yang disengaja dan dirancang untuk memfasilitasi kegiatan belajar. Keduanya dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik internal maupun eksternal.

Selain memahami hakikat belajar, pendidik perlu memperhatikan teori-teori yang mendasari proses tersebut. Salah satu pendekatan yang masih relevan hingga kini adalah teori belajar behavioristik. Teori ini menekankan pentingnya stimulus dan respons dalam membentuk perilaku belajar, dengan tokoh-tokoh utama seperti Thorndike, Pavlov, dan Skinner memberikan kontribusi besar terhadap kerangka teori ini.

Artikel ini membahas secara sistematis: (a) hakikat belajar dan pembelajaran, (b) faktor-faktor yang memengaruhi proses belajar, (c) teori behavioristik dari tiga tokoh sentral, serta (d) aplikasinya dalam kegiatan pembelajaran melalui hadiah, hukuman, dan penguatan (reinforcement).

B. Metode Penelitian

Artikel ini disusun menggunakan metode kajian pustaka (library research) sebagaimana dijelaskan oleh Sugiyono (2020), yang merupakan metode pengumpulan data melalui literatur-literatur yang relevan dengan topik yang dibahas. Pendekatan ini dipilih karena memungkinkan penulis untuk menelaah dan mengompilasi teori-teori serta hasil-hasil penelitian sebelumnya yang berkaitan dengan konsep belajar, pembelajaran, serta teori behavioristik.

Langkah awal dalam metode ini dilakukan dengan mengidentifikasi sumber-sumber ilmiah seperti buku psikologi pendidikan, artikel jurnal nasional dan internasional, serta karya ilmiah lain yang mengulas tentang teori belajar behaviorisme dan aplikasinya dalam konteks pembelajaran. Literatur-literatur tersebut kemudian dipilah berdasarkan relevansi dan kualitas keilmiahannya.

Proses analisis dilakukan secara deskriptif-kualitatif, yakni dengan menginterpretasi isi literatur yang telah dikumpulkan, mengklasifikasi informasi berdasarkan topik pembahasan (hakikat belajar, faktor belajar, teori behavioristik, dan aplikasi dalam pembelajaran), serta menyintesis informasi untuk menghasilkan kesimpulan yang utuh dan relevan.

Akhirnya, seluruh data dan gagasan yang diperoleh dari literatur

disusun secara sistematis dalam artikel ini, guna membentuk kerangka pemikiran yang logis dan mudah dipahami. Validitas isi dijaga melalui triangulasi sumber, serta pemanfaatan literatur terkini dan klasik dari tokoh-tokoh terkemuka dalam bidang psikologi pendidikan.

C.Hasil Penelitian dan Pembahasan

Hakikat Belajar dan Pembelajaran

Belajar merupakan proses dinamis yang melibatkan berbagai aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik. Dalam pandangan psikologi pendidikan, belajar tidak hanya sekadar mengingat informasi, tetapi juga mencakup perubahan perilaku yang bersifat permanen sebagai hasil dari pengalaman. Perubahan ini dapat diamati dalam bentuk peningkatan pemahaman, keterampilan, sikap, hingga nilai-nilai.

Menurut Gagné, belajar adalah proses di mana seseorang dapat mengubah potensinya untuk bertindak berdasarkan pengalaman yang dimiliki. Ini berarti bahwa belajar memiliki keterkaitan erat dengan pembentukan kemampuan baru yang sebelumnya belum dimiliki oleh individu. Belajar juga bersifat individual, di mana tiap peserta didik memiliki gaya, tempo, dan cara belajar yang berbeda-beda.

Pembelajaran, di sisi lain, adalah upaya sistematis yang dirancang oleh guru untuk memfasilitasi proses belajar peserta didik. Pembelajaran mencakup perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi kegiatan yang bertujuan untuk membantu peserta didik mencapai tujuan instruksional. Oleh karena itu, pembelajaran selalu bersifat terstruktur dan dipandu.

Perbedaan utama antara belajar dan pembelajaran terletak pada pelakunya: belajar terjadi dalam diri peserta didik secara internal, sedangkan pembelajaran merupakan kegiatan eksternal yang dirancang oleh guru. Keduanya saling melengkapi dan tidak dapat dipisahkan dalam proses pendidikan.

Hakikat belajar juga tidak dapat dilepaskan dari konsep keterlibatan aktif peserta didik. Dalam pembelajaran modern, peserta didik bukan lagi objek pasif, melainkan subjek aktif yang terlibat dalam membangun pengetahuannya sendiri. Oleh karena itu, pembelajaran harus mendorong partisipasi, eksplorasi, dan refleksi diri.

Selain itu, pembelajaran yang efektif harus memperhatikan kebermaknaan materi. Materi pelajaran yang relevan dengan kehidupan peserta didik akan lebih mudah dipahami dan diingat. Dengan kata lain, belajar yang bermakna akan memfasilitasi transfer pengetahuan ke konteks kehidupan nyata.

Dengan memahami hakikat belajar dan pembelajaran secara mendalam, guru dapat menyusun strategi pembelajaran yang lebih adaptif, efektif, dan berpusat pada peserta didik. Hal ini menjadi fondasi penting dalam membentuk pembelajaran abad ke-21 yang menekankan pada kompetensi, kolaborasi, kreativitas, dan berpikir kritis.

Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Belajar

Belajar sebagai proses yang kompleks dipengaruhi oleh berbagai faktor internal dan eksternal. Faktor internal berasal dari dalam diri peserta didik, seperti minat, motivasi, bakat, intelegensi, kesiapan fisik dan psikologis, serta emosi. Faktor-faktor ini membentuk kesiapan dasar seseorang dalam menyerap,

mengolah, dan mengaplikasikan pengetahuan.

Minat dan motivasi belajar menjadi dua faktor dominan yang sangat menentukan intensitas dan keberhasilan belajar. Peserta didik yang memiliki minat tinggi terhadap suatu mata pelajaran akan lebih antusias dan fokus dalam mengikuti pembelajaran. Motivasi, baik intrinsik maupun ekstrinsik, akan mendorong peserta didik untuk terus belajar dan tidak mudah menyerah.

Selain itu, kondisi kesehatan, rasa lelah, dan stres emosional juga memengaruhi kualitas belajar. Misalnya, peserta didik yang sedang mengalami kecemasan atau konflik di rumah mungkin sulit berkonsentrasi di kelas. Oleh karena itu, guru perlu memperhatikan kondisi psikologis siswa secara menyeluruh.

Faktor eksternal yang memengaruhi belajar mencakup lingkungan keluarga, sosial, sekolah, dan media. Lingkungan keluarga yang mendukung akan mendorong peserta didik untuk lebih semangat belajar. Peran orang tua sebagai pembimbing di rumah sangat penting dalam membentuk kebiasaan belajar.

Di lingkungan sekolah, guru, teman sebaya, sarana-prasarana, dan budaya sekolah juga memengaruhi proses belajar. Guru yang ramah dan komunikatif dapat menciptakan suasana kelas yang kondusif dan menyenangkan, sehingga peserta didik merasa nyaman dan termotivasi.

Penggunaan media pembelajaran yang menarik, seperti video, alat peraga, dan aplikasi interaktif, juga mampu meningkatkan efektivitas belajar. Media yang tepat dapat menjembatani konsep-konsep abstrak menjadi lebih konkret dan mudah dipahami.

Interaksi sosial juga menjadi bagian penting dalam pembelajaran. Diskusi kelompok, kerja sama proyek, dan kolaborasi dalam menyelesaikan tugas membantu mengembangkan keterampilan sosial dan memperdalam pemahaman materi.

Dengan memahami faktor-faktor tersebut, guru dapat mendesain kegiatan belajar yang tidak hanya fokus pada materi, tetapi juga memperhatikan kebutuhan dan kondisi peserta didik secara holistik.

Teori Belajar Behavioristik: Thorndike, Pavlov, dan Skinner

Teori behavioristik memandang belajar sebagai hasil dari hubungan antara stimulus dan respons. Teori ini berfokus pada perilaku yang dapat diamati dan diukur, serta mengabaikan proses mental internal. Tiga tokoh besar yang dikenal dalam aliran ini adalah Edward L. Thorndike, Ivan Pavlov, dan B.F. Skinner.

Edward L. Thorndike dikenal dengan hukum-hukum belajarnya, terutama law of effect yang menyatakan bahwa respons yang diikuti oleh konsekuensi menyenangkan akan cenderung diulang, sementara respons yang diikuti oleh konsekuensi tidak menyenangkan akan cenderung ditinggalkan. Ia juga mengembangkan teori koneksionisme yang menjelaskan bahwa belajar terjadi melalui pembentukan asosiasi antara stimulus dan respons.

Ivan Pavlov dikenal melalui eksperimennya dengan anjing dan bel yang melahirkan konsep pengkondisian klasik. Dalam eksperimen tersebut, stimulus netral (bunyi bel) yang dipasangkan berulang-ulang dengan stimulus tak bersyarat (makanan) akhirnya mampu menimbulkan respons yang sama (mengeluarkan air liur), meskipun stimulus tak bersyarat tidak lagi

diberikan. Ini menunjukkan bahwa asosiasi dapat dipelajari.

B.F. Skinner mengembangkan teori pengkondisian operan yang berbeda dari Pavlov. Ia menyatakan bahwa perilaku dikendalikan oleh konsekuensi. Dalam eksperimen dengan kotak Skinner (Skinner box), ia menunjukkan bahwa perilaku seekor tikus dapat diperkuat dengan pemberian makanan setiap kali menekan tuas. Skinner membedakan antara reinforcement positif, reinforcement negatif, dan punishment.

Reinforcement positif adalah pemberian stimulus menyenangkan untuk memperkuat perilaku, seperti pujian. Reinforcement negatif adalah penghilangan stimulus tidak menyenangkan, seperti mengurangi tugas setelah perilaku baik. Sedangkan punishment adalah pemberian atau penghilangan stimulus untuk mengurangi perilaku yang tidak diinginkan.

Ketiga tokoh ini memberi landasan penting dalam pendidikan, terutama dalam penataan lingkungan belajar yang sistematis dan terstruktur. Mereka menekankan pentingnya penguatan dan konsekuensi untuk membentuk perilaku belajar yang diharapkan.

Meski teori behavioristik tidak memperhitungkan aspek kognitif, tetapi ia tetap relevan dalam konteks tertentu, seperti pembelajaran keterampilan dasar, hafalan, dan penguatan disiplin.

Aplikasi Teori Behavioristik dalam Pembelajaran

Dalam praktik pembelajaran, pendekatan behavioristik masih sering digunakan, terutama untuk membentuk perilaku yang diinginkan melalui penguatan (reinforcement) dan hukuman (punishment). Salah satu aplikasi utamanya adalah pemberian hadiah atau reward kepada peserta didik yang menunjukkan perilaku belajar positif.

Reward dapat berupa pujian verbal, nilai tambahan, bintang, maupun hadiah simbolik lain. Bentuk penguatan ini terbukti dapat meningkatkan motivasi dan membangun kebiasaan positif, khususnya di jenjang pendidikan dasar. Pemberian reward harus konsisten, relevan, dan diberikan segera setelah perilaku positif muncul agar asosiasi terbentuk dengan kuat.

Punishment atau hukuman digunakan untuk mengurangi atau menghilangkan perilaku yang tidak diinginkan, seperti mengganggu teman atau tidak mengerjakan tugas. Hukuman harus bersifat mendidik, tidak merendahkan martabat peserta didik, dan diberikan secara proporsional serta konsisten.

Selain reward dan punishment, teknik shaping juga diterapkan, yaitu membentuk perilaku yang diinginkan secara bertahap melalui penguatan setiap kemajuan kecil. Contohnya, guru memberikan penguatan saat siswa mulai mencoba berbicara di depan kelas meskipun belum sempurna.

Metode token economy juga populer, di mana siswa mengumpulkan token yang dapat ditukar dengan hadiah tertentu setelah mengumpulkan sejumlah poin dari perilaku baik. Strategi ini efektif dalam membangun kedisiplinan dan keterlibatan siswa.

Namun, dalam penerapannya, pendekatan behavioristik memerlukan pertimbangan etis dan pedagogis. Tidak semua siswa merespons penguatan atau hukuman dengan cara yang sama. Oleh karena itu, guru perlu mengenali karakteristik individu

dan latar belakang sosial-emosional siswa.

Pembelajaran yang terlalu berorientasi pada hukuman dapat menimbulkan ketakutan dan kecemasan, sehingga menghambat motivasi intrinsik. Maka dari itu, reinforcement positif sebaiknya lebih diutamakan dibandingkan hukuman.

Penerapan teori behavioristik yang bijak akan memperkuat budaya belajar positif, meningkatkan keterlibatan siswa, serta membantu pembentukan perilaku dan keterampilan yang diinginkan secara sistematis dan berkelanjutan.

Kelebihan dan Keterbatasan Teori Behavioristik dalam Pembelajaran

Teori behavioristik menawarkan kelebihan yang signifikan dalam dunia pendidikan, terutama dalam pembelajaran yang bersifat terstruktur dan repetitif. Kejelasan prosedur penguatan serta fokus pada hasil yang terukur membuat teori ini sangat cocok untuk melatih keterampilan dasar, seperti membaca, menulis, berhitung, dan disiplin kelas. Pendidik dapat mengamati perubahan perilaku secara langsung, sehingga evaluasi menjadi lebih objektif.

Kelebihan lain adalah kemampuannya untuk membentuk kebiasaan positif melalui prosedur reinforcement yang sistematis. Pemberian reward yang tepat dan konsisten terbukti meningkatkan motivasi siswa, terutama di jenjang pendidikan dasar. Teori ini juga efektif untuk mengatasi perilaku menyimpang dengan pendekatan korektif melalui punishment yang bersifat mendidik.

Namun demikian, teori behavioristik juga memiliki sejumlah keterbatasan. Teori ini dianggap terlalu mekanistik karena hanya menekankan pada aspek stimulus-respons, tanpa memperhatikan proses mental internal yang kompleks seperti persepsi, pemahaman, penalaran, dan motivasi intrinsik. Hal ini membuat pendekatan behavioristik kurang sesuai untuk pembelajaran yang menuntut pemahaman mendalam atau kreativitas tinggi.

Keterbatasan lain adalah potensi munculnya ketergantungan siswa terhadap reward eksternal. Jika penguatan tidak diberikan, perilaku belajar yang positif dapat menurun. Hal ini menunjukkan pentingnya kombinasi dengan pendekatan lain, seperti kognitivisme atau konstruktivisme, agar pembelajaran menjadi lebih menyeluruh dan humanistik.

Dengan demikian, teori behavioristik idealnya digunakan dalam situasi pembelajaran tertentu dan dikombinasikan dengan strategi lain untuk menjawab kompleksitas kebutuhan belajar peserta didik di era modern.

Relevansi Teori Behavioristik dalam Pembelajaran Abad 21

Meskipun teori behavioristik telah berkembang sejak awal abad ke-20, prinsip-prinsipnya tetap relevan dalam konteks pembelajaran abad ke-21, terutama dalam pengelolaan kelas dan pembentukan perilaku positif.

Dalam dunia pendidikan yang kini semakin kompleks dan digital, behaviorisme masih memainkan peran penting dalam strukturisasi pembelajaran berbasis aturan, penguatan motivasi eksternal, serta peningkatan disiplin belajar.

Salah satu contohnya adalah penggunaan sistem manajemen kelas berbasis poin atau token digital dalam aplikasi pembelajaran daring.

Guru dapat memberikan poin kepada siswa setiap kali mereka menyelesaikan tugas, hadir tepat

waktu, atau menunjukkan sikap yang baik. Poin tersebut dapat ditukar dengan reward tertentu, mencerminkan prinsip token economy ala Skinner yang dikemas dalam versi modern.

Selain itu, strategi penguatan positif dapat digunakan untuk membangun budaya kelas yang kolaboratif dan suportif. Pemberian pujian secara publik di platform digital atau papan pengumuman daring terbukti meningkatkan kepercayaan diri siswa dan memperkuat perilaku yang diharapkan. Guru juga dapat menetapkan target harian atau mingguan dengan reinforcement bertahap sebagai motivasi.

Namun, guru abad 21 perlu mengombinasikan prinsip behavioristik dengan pendekatan humanistik dan kognitif agar pembelajaran menjadi lebih adaptif. Behaviorisme sebaiknya tidak hanya digunakan untuk mengontrol perilaku, tetapi juga sebagai sarana untuk membentuk rutinitas belajar yang mendukung pengembangan berpikir kritis dan kreatif.

Dalam pembelajaran berbasis proyek (Project-Based Learning) atau pembelajaran berbasis masalah (Problem-Based Learning), reinforcement tetap dapat diterapkan untuk memperkuat proses kerja tim dan penyelesaian tugas.

Meskipun metode ini berakar pada pemikiran kognitivisme dan konstruktivisme, prinsip reward dan punishment masih memiliki tempat dalam menjaga keterlibatan dan tanggung jawab siswa.

Oleh karena itu, pemanfaatan teori behavioristik di era digital perlu dilakukan secara bijak, kreatif, dan kontekstual. Guru sebagai desainer pembelajaran harus mampu menyeimbangkan antara kontrol perilaku dan pemberdayaan siswa sebagai individu yang aktif, berpikir mandiri, dan mampu menghadapi tantangan global.

E. Kesimpulan

Belajar dan pembelajaran merupakan inti dari proses pendidikan yang melibatkan interaksi antara individu dan lingkungannya. Pemahaman yang mendalam tentang hakikat belajar, faktor-faktor yang memengaruhi, serta pendekatan teoritik yang relevan seperti behaviorisme, menjadi fondasi penting bagi guru dalam mendesain pengalaman belajar yang bermakna.

Teori behavioristik, dengan tokoh-tokohnya seperti Thorndike, Pavlov, dan Skinner, menekankan pentingnya stimulus, respons, dan konsekuensi dalam membentuk perilaku. Aplikasi prinsip-prinsip seperti reinforcement, punishment, shaping, dan token economy dapat membantu membentuk perilaku belajar yang diharapkan, khususnya dalam konteks pembelajaran yang menekankan pengulangan, disiplin, dan ketertiban kelas.

Namun, mengingat keterbatasan behaviorisme dalam memahami aspek kognitif dan emosional peserta didik, pendekatan ini perlu diterapkan secara bijaksana dan kontekstual. Guru perlu mengombinasikan strategi behavioristik dengan pendekatan lain yang lebih holistik, agar pembelajaran tidak hanya menghasilkan perubahan perilaku, tetapi juga mengembangkan potensi intelektual, sosial, dan moral siswa secara menyeluruh.

DAFTAR PUSTAKA

Chauhan, S.S. (1978). Advanced Educational Psychology. New Delhi: Vikas Publishing House.

Dakir. (1993). Dasar-Dasar Psikologi. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Elliot, S.N., Kratochwill, T.R., Cook, J.L., & Travers, J.F. (1999). Educational Psychology: Effective Teaching and Learning. Singapore: McGraw-Hill.

Gardner, H. (1993). Multiple Intelligences: The Theory in Practice. New York: Basic Books.

Muhibbin Syah. (2001). Psikologi Pendidikan dengan Pendekatan Baru. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

Parnawi, A. (2019). Psikologi Belajar. Sleman: CV. Budi Utama.

Pavlov, I.P. (1927). Conditioned Reflexes. London: Oxford University Press.

Santrock, J.W. (2007). Psikologi Pendidikan. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.

Skinner, B.F. (1953). Science and Human Behavior. New York: Macmillan.

Slamet, S. (2010). Psikologi Pendidikan. Jakarta: Rineka Cipta.

Slameto. (2003). Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya. Jakarta: Rineka Cipta.

Sugiyono. (2020). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta.

Suryabrata, S. (1984). Psikologi Pendidikan. Jakarta: Rajawali.

Thorndike, E.L. (1911). Animal Intelligence. New York: Macmillan.

Uyun, M. (2021). Psikologi Pendidikan. Sleman: CV. Budi Utama.

Walgito, B. (2004). Pengantar Psikologi Umum. Yogyakarta: Andi Offset.

Winkel, W.S. (2009). Psikologi Pengajaran. Yogyakarta: Media Abadi.

Witherington, H.C. (1978). Educational Psychology. Jakarta: Aksara Baru.