



Psikologi **PENDIDIKAN**

Landasan untuk pengembangan strategi pembelajaran

Penulis :
Siti Rosmayati, S.ST., M.M
Ella Dewi Latifah, S.Pd., M.Pd
Arman Maulana, S.Sy., M.M

Psikologi

PENDIDIKAN

Landasan untuk pengembangan strategi pembelajaran

Penulis:

Siti Rosmayati, SST., M.M
Ella Dewi Latifah, S.Pd., M.Pd
Arman Maulana, S.Sy., M.M



PSIKOLOGI PENDIDIKAN
Landasan untuk pengembangan strategi pembelajaran

Penulis:

Siti Rosmayati, Ella Dewi Latifah, Arman Maulana

Desain Cover:

Ridwan, SH

Tata Letat:

Aji Abdullatif R

Proof Reader:

Atep Jejen, S.Pd

ISBN: 978-623-93657-2-1

Cetakan Pertama:

Mei 2020

Hak Cipta 2020

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

Copyright © 2020

by Penerbit Widina Bhakti Persada Bandung

All Right Reserved

Hak cipta dilindungi undang-undang
Dilarang keras menerjemahkan, memfotokopi, atau
memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini
tanpa izin tertulis dari Penerbit.

PENERBIT:

WIDINA BHAKTI PERSADA BANDUNG

Komplek Puri Melia Asri Blok C3 No. 17 Desa Bojong Emas
Kec. Solokan Jeruk Kabupaten Bandung, Provinsi Jawa Barat

Website: www.penerbitwidina.com

Instagram: [@penerbitwidina](https://www.instagram.com/penerbitwidina)

PENGANTAR PENULIS

Puji syukur kami panjatkan kehadirat Alloh SWT, atas segala limpahan rahmat, taufik, hidayah dan inayahNya, sehingga kami dapat menyelesaikan buku yang berjudul “Psikologi Pendidikan” dengan hadirnya buku ini dapat memberikan informasi bagi para pembaca, khususnya mahasiswa program studi pada bidang pendidikan

Sholawat dan salam tetap turunkan dan dilimpahkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW, serta keluarga, sahabat dan pengikutnya. Psikologi diartikan sebagai studi ilmu yang mempelajari tentang kejiwaan dan tingkah laku manusia. Psikologi pendidikan dimaksudkan untuk memberikan pengaruh dalam kegiatan pendidikan pembelajaran dan proses belajar mengajar yang lebih efektif dengan memperhatikan respon kejiwaan dan tingkah laku anak didik. Keadaan sistem pembelajaran, cara mengajar, dan anak didik di setiap daerah tidaklah sama.

Kebiasaan anak didik ketika berada di lingkungan keluarga dan lingkungan pendidikan terkadang juga berbeda. Psikologi pendidikan muncul untuk memberikan perbaikan pada dunia pendidikan dalam menerapkan kurikulum, proses belajar mengajar, layanan konseling dan evaluasi untuk mendapatkan kualitas anak didik yang lebih baik.

Cabang dari ilmu psikologi yang mengkhususkan diri pada cara memahami pengajaran dan pembelajaran dalam lingkungan pendidikan. Studi mengenai proses pembelajaran, baik dari sudut pandang kognitif maupun perilaku, mengijinkan ilmuwan untuk memahami perbedaan individu dalam hal intelegensi, perkembangan kognitif, afek, motivasi, regulasi diri, konsep diri, serta peranannya dalam proses belajar. Bidang psikologi pendidikan banyak mengandalkan pengujian dan pengukuran dengan metode kuantitatif, untuk meningkatkan aktivitas pendidikan seperti desain pemberian instruks, manajemen kelas, dan asesmen, yang bertujuan untuk memfasilitasi proses pembelajaran dalam berbagai setting pendidikan sepanjang hidup. Tim Penulis memberikan kontribusi salah satu nya Penulis 1 (Satu) Siti Rosmayati, SST., M.M. pada Bab 1 Hakikat Dan Konsep-Konsep Dasar Psikologi Pendidikan, Bab 2 Manfaat Mempelajari Psikologi Pendidikan Bagi Guru & Calon Guru dan Bab 3 Peranan Motivasi, Kreativitas, Dan Afektif. Penulis 2 (Dua) Ela Bab 4

Perbedaan Individu Dalam Belajar, Bab 5 Perkembangan Manusia dan Bab 6 Teori Perkembangan Moral. Penulis 3 (Tiga) Arman Maulana, S.Sy., M.M. Bab 7 Siswa Dengan Kebutuhan Pendidikan Khusus, Bab 8 Motivasi Siswa dan Bab 9 Manajemen Kelas dan Lingkungan Belajar. Bidang dalam psikologi pendidikan meliputi studi tentang memori, proses konseptual, dan perbedaan individu dalam mengonseptualisasikan strategi baru mengenai proses belajar pada manusia.

Buku ini merupakan edisi pertama sebagai. Untuk itu, kami mengundang para pembaca memberikan kritik, saran dan masukan untuk perbaikan dan penyempurnaan pada edisi berikutnya Atas kontribusi tersebut, kami ucapkan terima kasih. Mudah-mudahan kita dapat memberikan yang terbaik bagi kemajuan di dunia pendidikan dalam rangka mempersiapkan generasi yang lebih maju.

Bandung, 4 Mei 2020

Penulis

DAFTAR ISI

PENGANTAR PENULIS	iii
DAFTAR ISI	v
BAB 1 HAKIKAT DAN KONSEP-KONSEP DASAR PSIKOLOGI	
PENDIDIKAN	1
A. Psikologi Pendidikan	1
B. Psikologi Belajar	7
C. Pembelajaran	12
D. Kegunaan Psikologi Pendidikan	20
BAB 2 MANFAAT MEMPELAJARI PSIKOLOGI PENDIDIKAN BAGI	
GURU & CALON GURU	24
A. Mempelajari Psikologi Pendidikan.....	24
B. Untuk Mempelajari Situasi Dalam Proses Pembelajaran.....	25
C. Untuk Penerapan Prinsip-prinsip Belajar Mengajar.....	27
D. Manfaat Psikologi Dalam Kehidupan Manusia	28
E. Psikologi Bagi Guru	28
BAB 3 PERANAN MOTIVASI, KREATIVITAS, DAN AFEKTIF	35
A. Setiap Manusia Mempunyai Kebutuhan	35
B. Motivasi Belajar	36
C. Implikasi Motivasi dalam Proses Pembelajaran.....	42
D. Kreativitas.....	43
E. Afektif.....	47
BAB 4 PERBEDAAN INDIVIDU DALAM BELAJAR	55
A. Perbedaan Individu	55
B. Beberapa perbedaan individu dalam kemampuan belajar dan mengingat.....	58
C. Memahami Perbedaan Individual pada Peserta Didik.....	64
D. Sosial Ekonomi Dan Budaya.....	67
E. Pendekatan Pembelajaran Sesuai Dengan Perbedaan Individu	69
BAB 5 PERKEMBANGAN MANUSIA.....	73
A. Secara Umum Perkembangan	73
B. Aspek-Aspek Perkembangan	74

C.	Masalah-masalah Perkembangan.....	86
D.	Pandangan Piaget tentang Perkembangan Kognisi	88
BAB 6	TEORI PERKEMBANGAN MORAL	105
A.	Pendahuan	105
B.	Biografi Lawrence Kohlberg.....	106
C.	Pengertian Perkembangan Moral.....	106
D.	Teori Perkembangan Moral menurut Lawrence Kohlberg.....	107
E.	Faktor-Faktor Yang mempengaruhi perkembangan moral menurut Kohlberg	112
BAB 7	SISWA DENGAN KEBUTUHAN PENDIDIKAN KHUSUS.....	115
A.	Kebutuhan Pendidikan Khusus	115
B.	Perkembangan Pendidikan Anak Berkebutuhan Di Indonesia. 118	
C.	Layanan Pendidikan Anak Usia Dini Berkebutuhan Khusus	121
D.	Anak Berkebutuhan Khusus di Indonesia	125
E.	Pemahaman Konsep Pendidikan Kebutuhan Khusus Dan Anak Berkebutuhan Khusus.....	127
F.	Karakter dan Kebutuhan Pendidikan bagi Anak Berkebutuhan Khusus yang Harus Dipahami Pendidik	132
G.	Implikasi Terhadap Layanan Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus dan Sistem Pendidikan Guru.....	134
BAB 8	MOTIVASI SISWA	145
A.	Motivasi Siswa	145
B.	Bentuk-bentuk Motivasi Belajar Siswa	149
C.	Bentuk-Bentuk Motivasi Belajar Siswa di Sekolah	152
D.	Indikator-indikator Motivasi Belajar	154
E.	Faktor-faktor yang Mempengaruhi Motivasi Belajar	155
F.	Cara Mengukur Motivasi Belajar Siswa dan Indikator Motivasi Belajar Siswa	156
G.	Teori Motivasi Belajar	153
H.	Motivasi Belajar Siswa akan Menentukan Prestasi Belajar Siswa.....	166
I.	Peran Guru dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa	171
BAB 9	MANAJEMEN KELAS DAN LINGKUNGAN BELAJAR.....	175
A.	Pengertian Pengelolaan Lingkungan Belajar.....	175
B.	Tujuan Pengelolaan Lingkungan Belajar	176

C. Macam-Macam Lingkungan Belajar	178
D. Hal-hal yang Perlu Diperhatikan dalam Pengelolaan Lingkungan Belajar	185
DAFTAR PUSTAKA.....	191
PROFIL PENULIS	193
GLOSARIUM	195

BAB 1

HAKIKAT DAN KONSEP-KONSEP DASAR PSIKOLOGI PENDIDIKAN

A. PSIKOLOGI PENDIDIKAN

Pada hakikatnya guru adalah pembimbing atau pemimpin siswa dalam proses pertumbuhan dan perkembangan kepribadiannya dalam dan dengan proses belajar. Pantas sekali jika orang ingin mempelajari psikologi pendidikan, telah mempelajari lebih dahulu ilmu pendidikan dan psikologi secara umum dan bidang studi yang emnjadi spesialisasinya. Sehingga dengan demikian psikologi pendidikan dapat dipandang suatu professional. Tetapi tidak boleh diartikan, bahwa penguasaan psikologi pendidikan lalu menjadi satu-satunya syarat mutlak agar guru pandai mengajar, tidak demikianlah maksudnya.

1. Pengertian Psikologi Pendidikan

Secara etimologis, psikologi berasal dari kata "*psyche*" yang berarti jiwa atau nafas hidup, dan "*logos*" atau ilmu. Dilihat dari arti kata tersebut seolah-olah psikologi merupakan ilmu jiwa atau ilmu yang mempelajari tentang jiwa. Jika kita mengacu pada salah satu syarat ilmu yakni adanya obyek yang dipelajari, maka tidaklah tepat jika kita mengartikan psikologi sebagai ilmu jiwa atau ilmu yang mempelajari tentang jiwa, karena jiwa merupakan sesuatu yang bersifat abstrak dan tidak bisa diamati secara langsung.

Berkenaan dengan obyek psikologi ini, maka yang paling mungkin untuk diamati dan dikaji adalah manifestasi dari jiwa itu sendiri yakni

dalam bentuk perilaku individu dalam berinteraksi dengan lingkungannya. Dengan demikian, psikologi kiranya dapat diartikan sebagai suatu ilmu yang mempelajari tentang perilaku individu dalam berinteraksi dengan lingkungannya. Psikologi terbagi ke dalam dua bagian yaitu psikologi umum (*general psychology*) yang mengkaji perilaku pada umumnya dan psikologi khusus yang mengkaji perilaku individu dalam situasi khusus, diantaranya:

- a. Psikologi Perkembangan; mengkaji perilaku individu yang berada dalam proses perkembangan mulai dari masa konsepsi sampai dengan akhir hayat.
- b. Psikologi Kepribadian; mengkaji perilaku individu khusus dilihat dari aspek – aspek kepribadiannya.
- c. Psikologi Klinis; mengkaji perilaku individu untuk keperluan penyembuhan (klinis)
- d. Psikologi Abnormal; mengkaji perilaku individu yang tergolong abnormal.
- e. Psikologi Industri; mengkaji perilaku individu dalam kaitannya dengan dunia industri.
- f. Psikologi Pendidikan; mengkaji perilaku individu dalam situasi pendidikan

Psikologi pendidikan menurut pakar adalah subdisiplin psikologi, dan bukan psikologi itu sendiri. Artur S. Reber seorang guru besar psikologi pada *Brooklyn College, University of New York City, University of British Columbia Canada*, dan juga pada *University of Insbruck Austria*, dalam pandangannya, psikologi pendidikan adalah sebuah subdisiplin ilmu pendidikan yang berkaitan dengan teori dan masalah kependidikan. Secara sederhana dan praktis, Barlow dalam

Muhibbin Syah mendefinisikan psikologi pendidikan adalah sebuah pengetahuan berdasarkan riset psikologis yang menyediakan serangkaian sumber untuk membantu anda melaksanakan tugas sebagai seorang guru dalam proses pembelajaran secara lebih efektif. Sultan Muhammad dalam Sudarwan Danim mendefinisikan psikologi pendidikan adalah aplikasi dari temuan psikologis di bidang pendidikan.

Dengan demikian psikologi pendidikan adalah studi sistematis tentang perkembangan individu dalam lingkungan pendidikan. Psikologi pendidikan merupakan disiplin ilmu terapan yang menggabungkan dua bidang yang berbeda, yaitu pendidikan dan psikologi. Psikologi pendidikan adalah studi ilmiah untuk memahami, memprediksi, dan mengarahkan perilaku peserta didik bagi usaha pencapaian tujuan pendidikan dan pembelajaran.

John W. Santrock mengatakan bahwa psikologi pendidikan adalah cabang ilmu psikologi yang menghususkan diri pada cara memahami pengajaran dan pembelajaran dalam lingkungan pendidikan. Menurutnya psikologi adalah bidang yang sangat luas, sehingga dibutuhkan satu narasi tersendiri untuk menjelaskannya. Menurut *The American People of Encyclopedia* dalam Abdul Hadis dan Nurhayati bahwa psikologi pendidikan adalah cabang dari psikologi yang berusaha untuk mengaplikasikan prinsip-prinsip psikologis dalam memecahkan persoalan pendidikan. Sedangkan Bimo Walgito dengan jelas menguraikan bahwa psikologi pendidikan adalah psikologi yang khusus menguraikan aktivitas-aktivitas atau kegiatan-kegiatan manusia dalam hubungannya dengan situasi pendidikan, misalnya bagaimana cara menarik minat atau perhatian peserta didik agar pelajaran dapat dengan mudah diterima, bagaimana cara belajar, dan sebagainya. Berdasarkan beberapa definisi di atas, penulis menyimpulkan bahwa psikologi pendidikan adalah ilmu yang mempelajari bagaimana manusia belajar dalam tatanan pendidikan yang teratur atau *Intervensi* untuk pembelajaran yang efektif. Dengan kata lain, psikologi pendidikan adalah sebuah disiplin ilmu yang berupaya menggunakan konsep atau prinsip-prinsip psikologis dalam memecahkan masalah-masalah yang terjadi dalam dunia pendidikan.

2. Psikologi Pendidikan sebagai suatu Ilmu

Psikologi pendidikan dapat dikatakan sebagai suatu ilmu karena didalamnya telah memiliki kriteria persyaratan suatu ilmu, yakni:

- a. Ontologis; obyek dari psikologi pendidikan adalah perilaku-perilaku individu yang terlibat langsung maupun tidak langsung dengan pendidikan, seperti peserta didik, pendidik, administrator, orang tua peserta didik dan masyarakat pendidikan.

- b. Epistemologis; teori-teori, konsep-konsep, prinsip-prinsip dan dalil-dalil psikologi pendidikan dihasilkan berdasarkan upaya sistematis melalui berbagai studi longitudinal maupun *studi cross sectional*, baik secara pendekatan kualitatif maupun pendekatan kuantitatif.
- c. Aksiologis; manfaat dari psikologi pendidikan terutama sekali berkenaan dengan pencapaian efisiensi dan efektivitas proses pendidikan.

Dengan demikian, psikologi pendidikan dapat diartikan sebagai salah satu cabang psikologi yang secara khusus mengkaji perilaku individu dalam konteks situasi pendidikan dengan tujuan untuk menemukan berbagai fakta, generalisasi dan teori-teori psikologi berkaitan dengan pendidikan, yang diperoleh melalui metode ilmiah tertentu, dalam rangka pencapaian efektivitas proses pendidikan. Pendidikan memang tidak bisa dilepaskan dari psikologi. Sumbangsih psikologi terhadap pendidikan sangatlah besar. Kegiatan pendidikan, khususnya pada pendidikan formal, seperti pengembangan kurikulum, Proses Belajar Mengajar, sistem evaluasi, dan layanan Bimbingan dan Konseling merupakan beberapa kegiatan utama dalam pendidikan yang di dalamnya tidak bisa dilepaskan dari psikologi. Pendidikan sebagai suatu kegiatan yang di dalamnya melibatkan banyak orang, diantaranya peserta didik, pendidik, adminisrator, masyarakat dan orang tua peserta didik. Oleh karena itu, agar tujuan pendidikan dapat tercapai secara efektif dan efisien, maka setiap orang yang terlibat dalam pendidikan tersebut seyogyanya dapat memahami tentang perilaku individu sekaligus dapat menunjukkan perilakunya secara efektif.

3. Ruang Lingkup Psikologi Pendidikan

Ruang lingkup psikologi pendidikan mencakup topik-topik psikologi yang erat hubungannya dengan pendidikan. Crow & crow secara eksplisit mengemukakan psikologi pendidikan sebagai ilmu terapan. Selanjutnya Crow & Crow mengemukakan ruang lingkup psikologi pendidikan, antara lain:

- a. Sampai sejauh mana faktor-faktor pembawaan dan lingkungan berpengaruh terhadap proses belajar,
- b. Sifat-sifat dari proses belajar,

- c. Hubungan antara tingkat kematangan dengan kesiapan belajar,
- d. Signifikansi pendidikan terhadap perbedaan-perbedaan individual dalam kecepatan dan keterbatasan belajar,
- e. Perubahan-perubahan jiwa yang terjadi selama belajar,
- f. Hubungan antara prosedur-prosedur mengajar dengan hasil belajar,
- g. Teknik-teknik yang sangat efektif bagi penilaian kemajuan dalam belajar,
- h. Pengaruh atau akibat relatif dari pendidikan formal dibandingkan dengan pengalaman-pengalaman belajar yang insidental dan
- i. informal terhadap suatu individu,
- j. Nilai atau manfaat sikap ilmiah terhadap pendidikan bagi personil sekolah.
- k. Akibat atau pengaruh psikologis yang ditimbulkan oleh kondisi-kondisi sosiologis terhadap sikap para siswa.

4. Pentingnya Psikologi Pendidikan bagi Guru

Guru dalam menjalankan perannya sebagai pembimbing, pendidik dan pelatih bagi para peserta didiknya, tentunya dituntut memahami tentang berbagai aspek perilaku dirinya maupun perilaku orang-orang yang terkait dengan tugasnya,—terutama perilaku peserta didik dengan segala aspeknya-aspeknya, sehingga dapat menjalankan tugas dan perannya secara efektif, yang pada gilirannya dapat memberikan kontribusi nyata bagi pencapaian tujuan pendidikan di sekolah. Disinilah arti penting Psikologi Pendidikan bagi guru. Penguasaan guru tentang psikologi pendidikan merupakan salah satu kompetensi yang harus dikuasai guru, yakni kompetensi pedagogik. Muhibbin Syah (2003) mengatakan bahwa “diantara pengetahuan-pengetahuan yang perlu dikuasai guru dan calon guru adalah pengetahuan psikologi terapan yang erat kaitannya dengan proses belajar mengajar peserta didik”. Dengan memahami psikologi pendidikan, seorang guru melalui pertimbangan—pertimbangan psikologisnya diharapkan dapat:

- a. **Merumuskan tujuan pembelajaran secara tepat.** Dengan memahami psikologi pendidikan yang memadai diharapkan guru akan dapat lebih tepat dalam menentukan bentuk perubahan perilaku yang dikehendaki sebagai tujuan pembelajaran. Misalnya, dengan berusaha

mengaplikasikan pemikiran Bloom tentang taksonomi perilaku individu dan mengaitkannya dengan teori-teori perkembangan individu.

- b. Memilih strategi atau metode pembelajaran yang sesuai.** Dengan memahami psikologi pendidikan yang memadai diharapkan guru dapat menentukan strategi atau metode pembelajaran yang tepat dan sesuai, dan mampu mengaitkannya dengan karakteristik dan keunikan individu, jenis belajar dan gaya belajar dan tingkat perkembangan yang sedang dialami siswanya.
- c. Memberikan bimbingan atau bahkan memberikan konseling.** Tugas dan peran guru, di samping melaksanakan pembelajaran, juga diharapkan dapat membimbing para siswanya. Dengan memahami psikologi pendidikan, tentunya diharapkan guru dapat memberikan bantuan psikologis secara tepat dan benar, melalui proses hubungan interpersonal yang penuh kehangatan dan keakraban.
- d. Memfasilitasi dan memotivasi belajar peserta didik.** Memfasilitasi artinya berusaha untuk mengembangkan segenap potensi yang dimiliki siswa, seperti bakat, kecerdasan dan minat. Sedangkan memotivasi dapat diartikan berupaya memberikan dorongan kepada siswa untuk melakukan perbuatan tertentu, khususnya perbuatan belajar. Tanpa pemahaman psikologi pendidikan yang memadai, tampaknya guru akan mengalami kesulitan untuk mewujudkan dirinya sebagai fasilitator maupun motivator belajar siswanya.
- e. Menciptakan iklim belajar yang kondusif.** Efektivitas pembelajaran membutuhkan adanya iklim belajar yang kondusif. Guru dengan pemahaman psikologi pendidikan yang memadai memungkinkan untuk dapat menciptakan iklim sosio-mosional yang kondusif di dalam kelas, sehingga siswa dapat belajar dengan nyaman dan menyenangkan.
- f. Berinteraksi secara tepat dengan siswanya.** Pemahaman guru tentang psikologi pendidikan memungkinkan untuk terwujudnya interaksi dengan siswa secara lebih bijak, penuh empati dan menjadi sosok yang menyenangkan di hadapan siswanya.
- g. Menilai hasil pembelajaran yang adil.** Pemahaman guru tentang psikologi pendidikan dapat mambantu guru dalam mengembangkan penilaian pembelajaran siswa yang lebih adil, baik dalam teknis

penilaian, pemenuhan prinsip-prinsip penilaian maupun menentukan hasil-hasil penilaian.

B. PSIKOLOGI BELAJAR

1. Pandangan Psikologi tentang Belajar

Di bawah ini ada beberapa pandangan dari para ahli psikologi tentang belajar:

- a. *Gagne*, dalam buku *The conditions of learning* (1977) menyatakan bahwa: “Belajar terjadi apabila situasi stimulus bersama dengan isi ingatan mempengaruhi siswa sedemikian rupa sehingga pebutannya (*performance*) berubah dari waktu sebelum ia mengalami situasi ke waktu sesudah ia mengalami situasi tadi.”
- b. *Morgan*, dalam buku *introduction to psychology* (1978) mengemukakan: “belajar adalah tiapubahan yang relatif menetap dalam tingkah laku terjadi sebagai suatu hasil atau latihan.”
- c. *Witherington*, dalam buku *Educational Psychology* mengemukakan: “Belajar adalah suatu perubahan dalam kepribadian yang menyatakan diri sebagai suatu pola baru dari pada rekasi yang berupa kecakapan, sikap, kebiasaan, kepandaian atau suatu pengertian.

Dari definisi-definisi diatas, dapat dikemukakan bahwa adanya beberapa elemen penting yang mencirikan pengertian tentang belajar yaitu:

- a. Belajar merupakan suatu perubahan dalam tingkah laku, dimana perubahan itu dapat mengarah kepada tingkah laku yang lebih baik, tetapi juga ada kemungkinan mengarah kepada tingkah laku yang lebih buruk.
- b. Belajar merupakan suatu perubahan yang terjadi melalui pelatihan atau pengalaman; dalam arti perubahan-perubahan yang disebabkan oleh pertumbuhan atau kematangan tidak dianggap sebagai hasil belajar seperti perubahan-perubahan yang terjadi pada diri seorang bayi.
- c. Untuk dapat disebut belajar, maka perubahan itu harus realtif mantap; harus merupakan akhir daripada suatu periode waktu yang cukup panjang. Berapa lama periode waktu itu berlangsung sulit ditentukan dengan pasti, tetapi perubahan itu hendaknya merupakan

akhir dari suatu periode yang berlangsung sehari-hari, berbulan-bulan atau bertahun-tahun. Ini kita berarti harus mengenyampingkan perubahan-perubahan tingkah laku yang disebabkan oleh motivasi, kelelahan, adaptasi, ketajaman konsentrasi atau kepekaan seseorang, yang biasanya hanya berlangsung sementara.

- d. Tingkah laku yang mengalami perubahan karena belajar menyangkut berbagai aspek kepribadian, baik fisik maupun psikis seperti: perubahan dalam pengertian, pemecahan suatu masalah/berpikir, keterampilan, kecakapan, kebiasaan, ataupun sikap.
- e. *Good and Brophy* dalam bukunya *educational psychology: A Realistic Approach* mengemukakan arti belajar dengan kata-kata yang singkat, yaitu *Learning is the development of new associations as a result of experience*. Beranjak dari definisi yang dikemukakannya itu selanjutnya ia menjelaskan bahwa belajar itu suatu proses yang benar-benar bersifat internal (*a purely internal event*). Belajar merupakan suatu proses yang tidak dapat dilihat dengan nyata, melainkan proses itu terjadi didalam diri seseorang yang sedang mengalami belajar. Jadi maksudnya adalah belajar bukan tingkah laku yang nampak, tetapi terutama adalah prosesnya yang terjadi secara internal di dalam diri individu dalam usahanya memperoleh hubungan-hubungan baru (*new associations*). Hubungan-hubungan baru itu dapat berupa antara perangsang-perangsang, antara reaksi-reaksi, atau antara perangsang dan reaksi.

2. Ciri-Ciri Belajar

Dari beberapa pengertian belajar tersebut diatas, kata kunci dari belajar adalah perubahan perilaku. Dalam hal ini, Moh Surya (1997) mengemukakan ciri-ciri dari perubahan perilaku, yaitu:

- a. Perubahan yang disadari dan disengaja (intensional).

Perubahan perilaku yang terjadi merupakan usaha sadar dan disengaja dari individu yang bersangkutan. Begitu juga dengan hasil-hasilnya, individu yang bersangkutan menyadari bahwa dalam dirinya terjadi perubahan, misalnya pengetahuannya semakin bertambah atau keterampilannya semakin meningkat, dibandingkan sebelum dia mengikuti suatu proses belajar. Misalnya, seorang mahasiswa sedang belajar tentang

psikologi pendidikan. Dia menyadari bahwa dia sedang berusaha mempelajari tentang Psikologi Pendidikan. Begitu juga, setelah belajar Psikologi Pendidikan dia menyadari bahwa dalam dirinya telah terjadi perubahan perilaku, dengan memperoleh sejumlah pengetahuan, sikap dan keterampilan yang berhubungan dengan Psikologi Pendidikan.

b. Perubahan yang berkesinambungan (kontinyu).

Bertambahnya pengetahuan atau keterampilan yang dimiliki pada dasarnya merupakan kelanjutan dari pengetahuan dan keterampilan yang telah diperoleh sebelumnya. Begitu juga, pengetahuan, sikap dan keterampilan yang telah diperoleh itu, akan menjadi dasar bagi pengembangan pengetahuan, sikap dan keterampilan berikutnya. Misalnya, seorang mahasiswa telah belajar Psikologi Pendidikan tentang “Hakekat Belajar”. Ketika dia mengikuti perkuliahan “Strategi Belajar Mengajar”, maka pengetahuan, sikap dan keterampilannya tentang “Hakikat Belajar” akan dilanjutkan dan dapat dimanfaatkan dalam mengikuti perkuliahan “Strategi Belajar Mengajar”.

c. Perubahan yang fungsional.

Setiap perubahan perilaku yang terjadi dapat dimanfaatkan untuk kepentingan hidup individu yang bersangkutan, baik untuk kepentingan masa sekarang maupun masa mendatang. Contoh: seorang mahasiswa belajar tentang psikologi pendidikan, maka pengetahuan dan keterampilannya dalam psikologi pendidikan dapat dimanfaatkan untuk mempelajari dan mengembangkan perilaku dirinya sendiri maupun mempelajari dan mengembangkan perilaku para peserta didiknya kelak ketika dia menjadi guru.

d. Perubahan yang bersifat positif.

Perubahan perilaku yang terjadi bersifat normatif dan menunjukkan ke arah kemajuan. Misalnya, seorang mahasiswa sebelum belajar tentang Psikologi Pendidikan menganggap bahwa dalam dalam Prose Belajar Mengajar tidak perlu mempertimbangkan perbedaan-perbedaan individual atau perkembangan perilaku dan pribadi peserta didiknya, namun setelah mengikuti pembelajaran Psikologi Pendidikan, dia me-

mahami dan berkeinginan untuk menerapkan prinsip-prinsip perbedaan individual maupun prinsip-prinsip perkembangan individu jika dia kelak menjadi guru.

e. Perubahan yang bersifat aktif.

Untuk memperoleh perilaku baru, individu yang bersangkutan aktif berupaya melakukan perubahan. Misalnya, mahasiswa ingin memperoleh pengetahuan baru tentang psikologi pendidikan, maka mahasiswa tersebut aktif melakukan kegiatan membaca dan mengkaji buku-buku psikologi pendidikan, berdiskusi dengan teman tentang psikologi pendidikan dan sebagainya.

f. Perubahan yang bersifat permanen.

Perubahan perilaku yang diperoleh dari proses belajar cenderung menetap dan menjadi bagian yang melekat dalam dirinya. Misalnya, mahasiswa belajar mengoperasikan komputer, maka penguasaan keterampilan mengoperasikan komputer tersebut akan menetap dan melekat dalam diri mahasiswa tersebut.

g. Perubahan yang bertujuan dan terarah.

Individu melakukan kegiatan belajar pasti ada tujuan yang ingin dicapai, baik tujuan jangka pendek, jangka menengah maupun jangka panjang. Misalnya, seorang mahasiswa belajar psikologi pendidikan, tujuan yang ingin dicapai dalam panjang pendek mungkin dia ingin memperoleh pengetahuan, sikap dan keterampilan tentang psikologi pendidikan yang diwujudkan dalam bentuk kelulusan dengan memperoleh nilai A. Sedangkan tujuan jangka panjangnya dia ingin menjadi guru yang efektif dengan memiliki kompetensi yang memadai tentang Psikologi Pendidikan. Berbagai aktivitas dilakukan dan diarahkan untuk mencapai tujuan-tujuan tersebut.

h. Perubahan perilaku secara keseluruhan.

Perubahan perilaku belajar bukan hanya sekedar memperoleh pengetahuan semata, tetapi termasuk memperoleh pula perubahan dalam sikap dan keterampilannya. Misalnya, mahasiswa belajar tentang

“Teori-Teori Belajar”, disamping memperoleh informasi atau pengetahuan tentang “Teori-Teori Belajar”, dia juga memperoleh sikap tentang pentingnya seorang guru menguasai “Teori-Teori Belajar”. Begitu juga, dia memperoleh keterampilan dalam menerapkan “Teori-Teori Belajar”.

Menurut Gagne (Abin Syamsuddin Makmun, 2003), perubahan perilaku yang merupakan hasil belajar dapat berbentuk:

- a. Informasi verbal; yaitu penguasaan informasi dalam bentuk verbal, baik secara tertulis maupun tulisan, misalnya pemberian nama-nama terhadap suatu benda, definisi, dan sebagainya.
- b. Kecakapan intelektual; yaitu keterampilan individu dalam melakukan interaksi dengan lingkungannya dengan menggunakan simbol-simbol, misalnya: penggunaan simbol matematika. Termasuk dalam keterampilan intelektual adalah kecakapan dalam membedakan (*discrimination*), memahami konsep konkrit, konsep abstrak, aturan dan hukum. Keterampilan ini sangat dibutuhkan dalam menghadapi pemecahan masalah.
- c. Strategi kognitif; kecakapan individu untuk melakukan pengendalian dan pengelolaan keseluruhan aktivitasnya. Dalam konteks proses pembelajaran, strategi kognitif yaitu kemampuan mengendalikan ingatan dan cara – cara berfikir agar terjadi aktivitas yang efektif. Kecakapan intelektual menitikberatkan pada hasil pembelajaran, sedangkan strategi kognitif lebih menekankan pada pada proses pemikiran.
- d. Sikap; yaitu hasil pembelajaran yang berupa kecakapan individu untuk memilih macam tindakan yang akan dilakukan. Dengan kata lain. Sikap adalah keadaan dalam diri individu yang akan memberikan kecenderungan bertindak dalam menghadapi suatu obyek atau peristiwa, didalamnya terdapat unsur pemikiran, perasaan yang menyertai pemikiran dan kesiapan untuk bertindak.
- e. Kecakapan motorik; ialah hasil belajar yang berupa kecakapan pergerakan yang dikontrol oleh otot dan fisik.

C. PEMBELAJARAN

1. Pengertian pembelajaran

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), Pembelajaran merupakan suatu proses yang dilakukan oleh seseorang secara bertahap dari tidak bisa menjadi bisa untuk melakukan suatu hal. Dalam sistem pendidikan nasional sering dijumpai istilah pendidikan, pengajaran, dan pembelajaran yang kadang-kadang penggunaannya sering rancu karena kurang konsisten dalam mengartikan ketiga istilah tersebut.

Ketiga pengertian istilah itu yang benar adalah sebagai berikut:

- a. Menurut Theodore Brameld (1999), istilah pendidikan mengandung fungsi yang luas dari pemeliharaan dan perbaikan kehidupan suatu masyarakat, terutama warga masyarakat yang baru mengenal tanggung jawab bersama di dalam masyarakat. Jadi pendidikan adalah suatu proses yang lebih luas daripada proses yang berlangsung di dalam sekolah saja. Pendidikan adalah suatu aktivitas sosial yang memungkinkan masyarakat tetap ada dan berkembang. Di dalam masyarakat yang kompleks, fungsi pendidikan ini mengalami spesialisasi dan melembaga dengan pendidikan formal yang senantiasa tetap berhubungan dengan proses pendidikan informal di luar sekolah.
- b. Sedangkan dijelaskan dalam UU Sisdiknas (2003:1), pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan oleh dirinya, masyarakat, bangsa, dan negara.

Dari berbagai pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa pendidikan merupakan gejala insani yang *fundamental* di atas kehidupan manusia untuk mengantarkan anak manusia ke dunia peradaban. Pendidikan juga merupakan bimbingan ekstensial manusiawi dan bimbingan otentik agar anak belajar mengenali jati dirinya yang unik, bisa bertahan hidup, dan mampu memiliki, melanjutkan, serta mengembangkan warisan-warisan sosial generasi yang terdahulu. Sehingga dengan pendidikan ini manusia

akan dapat mem-pertahankan sistem budaya yang telah terbangun sebelumnya. Pengajaran diartikan sebagai bantuan kepada anak didik dibatasi pada aspek intelektual dan keterampilan. Mengajar adalah segala upaya yang di-sengaja dalam rangkamemberikemungkinan bagi siswa untuk terjadinya proses belajar mengajar sesuai dengan tujuan yang telah dirumuskan. Rumusan pengertian diatas sejalan dengan pandangan Gagne (1977), belajar merupakan sejenis perubahan yang diperlihatkan dalam pe-rubahan tingkah laku, yang keadaannya berbeda dari sebelum individu berada dalam situasi belajar dan sesudah melakukan tindakan yang serupa itu. Perubahan terjadi akibat adanya suatu pengalaman atau latihan. Sedangkan menurut paham empiris, pengajaran merupakan kata benda dari kata mengajar yang artinya menimbulkan belajar dan itu terjemahan dari *teaching* atau diartikan juga *Instruction*. *Instruction* adalah seperangkat peristiwa (*event*) yang mempengaruhi pembelajar sedemikian rupa sehingga pembelajar itu memperoleh kemudahan.

Pembelajaran adalah setiap perubahan perilaku yang relatif permanen, terjadi sebagai hasil dari pengalaman. Definisi ini menyatakan bahwa seorang manusia dapat melihat perubahan terjadi tetapi tidak pembelajaran itu sendiri. Konsep tersebut adalah teoretis, dan dengan demikian tidak secara langsung dapat diamati. Unsur utama dalam pembelajaran itu adalah pengalaman anak sebagai seperangkat peristiwa sehingga terjadi proses belajar. Di sisi lain pembelajaran mempunyai pengertian yang mirip dengan pengajaran, tetapi sebenarnya mempunyai konotasi yang berbeda. Dalam konteks pendidikan, guru mengajar agar peserta didik dapat belajar dan menguasai isi pelajaran hingga mencapai sesuatu objektif yang ditentukan (aspek kognitif), juga dapat me-mengaruhi perubahan sikap (aspek afektif), serta keterampilan (aspek psikomotor) seorang peserta didik, namun proses pengajaran ini memberi kesan hanya sebagai pekerjaan satu pihak, yaitu pekerjaan pengajar saja. Sedangkan pembelajaran menyiratkan adanya interaksi antara pengajar dengan peserta didik.

2. Sistem Pembelajaran

Secara tradisional, proses pembelajaran melibatkan pendidik, peserta didik, dan buku ajar (*textbooks*). Isi pelajaran yang dipelajari berasal dari buku ajar dan pembelajaran menjadi tanggung jawab pendidik dalam

menyampaikan isi pelajaran kepada peserta didik. Pembelajaran dapat ditafsirkan sebagai penyampaian isi pelajaran ke dalam otak peserta didik dengan cara tertentu dan mereka akan melacak kembali informasi yang telah diterima pada waktu menghadapi ujian. Dengan model ini, cara memperbaiki pembelajaran adalah dengan memperbaiki kemampuan pendidik dengan cara pendidik mempelajari banyak pengetahuan dan metode penyampaian isi pelajaran kepada peserta didik. Pandangan proses pembelajaran kontempore menyatakan bahwa pembelajaran merupakan proses sistematis di mana setiap komponen pembelajaran adalah penting untuk meningkatkan keberhasilan belajar. Perspektif ini disebut sebagai pandangan sistem. Secara teknis, sistem merupakan serangkaian bagian yang berinteraksi dan semua komponen itu bekerja sama untuk mencapai tujuan yang telah ditentukan. Proses pembelajaran merupakan suatu sistem. Tujuan sistem adalah menghasilkan belajar atau memberikan sarana penting untuk mencapai tujuan pembelajaran. Komponen-komponen itu adalah pendidik, peserta didik, materi pembelajaran, dan lingkungan belajar. Semua komponen itu saling berinteraksi untuk mencapai tujuan pembelajaran. Pendekatan berfungsi mendeskripsikan hakikat apa yang akan dilakukan dalam memecahkan suatu masalah. Pendekatan dapat berwujud cara pandang, filsafat atau kepercayaan yang diyakini kebenarannya. Salah satu pendekatan yang bisa digunakan oleh masyarakat ilmiah dalam memecahkan berbagai masalah adalah pendekatan sistem. Sistem merupakan sekelompok bagian-bagian yang bekerja sama secara keseluruhan berdasarkan suatu tujuan bersama.

Johnson, Kast dan Rozenzweig (1973) mengemukakan bahwa pendekatan sistem adalah cara berpikir untuk mengatur tugas, melalui suatu kerangka yang melukiskan faktor-faktor lingkungan internal dan eksternal sehingga merupakan suatu keseluruhan secara terpadu. Atau, pendekatan sistem juga merupakan cara berpikir, sebuah metode atau teknik analisis dan suatu jenis manajerial. Semua sistem mempunyai misi untuk mencapai suatu maksud atau tujuan tertentu. Untuk itu diperlukan suatu proses yang mengubah masukan (*input*) menjadi hasil (*output*). Pada kerangka pendekatan sistem ini terlihat bahwa apa yang ingin dicapai (*restriction*) merupakan dasar analisis suatu sistem. *Restriction* terumuskan dalam tujuan (*objectives*), standar perilaku yang diharapkan

(*performance standard*) juga kemungkinan hambatan dalam mencapai tujuan (*constraint*). Berdasarkan kepada tujuan sistem, selanjutnya dapat dirumuskan masukan (*input*), yakni apa yang ingin dicapai sesuai tujuan. Masukan tersebut diproses sehingga menghasilkan keluaran (*output*) tertentu. Hasil evaluasi terhadap *output* dijadikan dasar umpan balik (*feed back*) untuk melakukan perbaikan atau revisi, baik terhadap proses maupun terhadap input. Atas dasar inilah seluruh komponen sistem berhubungan dan berinteraksi.

3. Komponen-komponen Pembelajaran

Dalam proses belajar pasti terdapat komponen-komponen yang mendukung proses pembelajaran, antara lain adalah:

a. Tujuan

Tujuan merupakan aspek pertama dan terpenting dalam memulai sebuah aktivitas pembelajaran. Karena tujuan merupakan sebuah landasan di mana suatu pembelajaran akan ditempuh dan dijalani. Tujuan di sini dapat pula diartikan sebagai kurikulum. Yang mana kurikulum merupakan suatu rancangan pendidikan dengan kedudukan yang sangat strategis dalam seluruh aspek kegiatan pendidikan. Mengingat pentingnya peranan kurikulum di dalam pendidikan dan dalam perkembangan kehidupan manusia, maka dalam penyusunan kurikulum tidak bisa dilakukan tanpa menggunakan landasan yang kokoh dan kuat.

b. Guru

Kata Guru berasal dari bahasa Sanskerta “guru” yang juga berarti guru, tetapi arti harfiahnya adalah “berat” yaitu seorang pengajar suatu ilmu. Dalam bahasa Indonesia, guru umumnya merujuk pendidik profesional dengan tugas utama mendidik, mengajar, membimbing, mengarahkan, melatih, menilai, dan mengevaluasi peserta didik. Didalam masyarakat, dari yang paling terbelakang sampai yang paling maju, guru memegang peranan penting. Guru merupakan satu diantara pembentuk-pembentuk utama calon warga masyarakat. Peranan guru tidak hanya terbatas sebagai pengajar (penyampai ilmu pengetahuan), tetapi juga sebagai pembimbing, pengembang, dan pengelola kegiatan pembelajaran yang dapat memfasilitasi kegiatan belajar siswa dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan.

c. Siswa

Siswa atau Murid biasanya digunakan untuk seseorang yang mengikuti suatu program pendidikan di sekolah atau lembaga pendidikan lainnya, di bawah bimbingan seorang atau beberapa guru. Dalam konteks agamaan murid digunakan sebagai sebutan bagi seseorang yang mengikuti bimbingan seorang tokoh bijaksana. Meskipun demikian, siswa jangan selalu dianggap sebagai objek belajar yang tidak tahu apa-apa. Ia memiliki latar belakang, minat, dan kebutuhan serta kemampuan yang berbeda. Bagi siswa, sebagai dampak pengiring (*nurturant effect*) berupa terapan pengetahuan dan atau kemampuan di bidang lain sebagai suatu *transfer* belajar yang akan membantu perkembangan mereka mencapai keutuhan dan kemandirian.

d. Metode

Metode pembelajaran adalah cara yang dapat dilakukan untuk membantu proses belajar-mengajar agar berjalan dengan baik, metode-metode tersebut antara lain:

- Metode Ceramah

Metode ceramah yaitu sebuah metode mengajar dengan menyampaikan informasi dan pengetahuan secara lisan kepada sejumlah siswa yang pada umumnya mengikuti secara pasif.

- Metode Tanya Jawab

Metode Tanya jawab adalah suatu metode dimana guru menggunakan atau memberi pertanyaan kepada murid dan murid menjawab, atau sebaliknya murid bertanya pada guru dan guru menjawab pertanyaan murid itu .

- Metode Diskusi

Metode diskusi dapat diartikan sebagai siasat “penyampaian” bahan ajar yang melibatkan peserta didik untuk membicarakan dan menemukan alternatif pemecahan suatu topik bahasan yang bersifat problematis.

- Metode Demonstrasi

Metode demonstrasi adalah metode mengajar dengan cara memperagakan barang, kejadian, aturan, dan urutan melakukan suatu kegiatan, baik secara langsung maupun melalui penggunaan media

pembelajaran yang relevan dengan pokokbahasan atau materi yang sedang disajikan.

- Metode Eksperimen

Metode eksperimen adalah metode atau cara di mana guru dan murid bersama-sama mengerjakan sesuatu latihan atau percobaan untuk mengetahui pengaruh atau akibat dari sesuatu aksi.

e. Materi

Materi juga merupakan salah satu faktor penentu keterlibatan siswa. Adapun karakteristik dari materi yang bagus menurut Hutchinson dan Waters adalah:

- Adanya teks yang menarik.
- Adanya kegiatan atau aktivitas yang menyenangkan serta meliputi kemampuan berpikir siswa.
- Memberi kesempatan siswa untuk menggunakan pengetahuan dan ketrampilan yang sudah mereka miliki.
- Materi yang dikuasai baik oleh siswa maupun guru.

f. Alat Pembelajaran (Media)

Kata media berasal dari bahasa latin dan merupakan bentuk jamak dari “medium” yang secara harfiah berarti perantara atau pengantar. Jadi media adalah perantara atau pengantar pesan dari pengirim kepada penerima pesan. Media pembelajaran adalah perangkat lunak (software) atau perangkat keras (*hardware*) yang berfungsi sebagai alat belajar atau alat bantu belajar.

g. Evaluasi

Istilah evaluasi berasal dari bahasa *Inggris* yaitu “Evaluation”. Menurut *Wand* dan *Brown*, evaluasi adalah suatu tindakan atau suatu proses untuk menentukan nilai dari suatu hal. Ada pendapat lain yang mengatakan bahwa evaluasi adalah kegiatan mengumpulkan data seluas-luasnya, sedalam-dalamnya yang bersangkutan dengan kapabilitas siswa, guna mengetahui sebab akibat dan hasil belajar siswa yang dapat mendorong dan mengembangkan kemampuan belajar. Apakah pengajaran yang baik dapat diajarkan? Jawabannya tentu saja ialah yaa. Pengajaran yang baik

harus diamati dan dipraktikkan, tetapi ada prinsip pengajaran yang baik yang perlu diketahui guru, yang kemudian dapat diterapkan di ruang kelas.

4. Guru yang Memiliki Visi

Tidak ada rumus mengajar yang baik, tidak ada tujuh langkah menuju Guru Terbaik. Pengajaran melibatkan perencanaan dan persiapan, dan kemudian puluhan keputusan setiap jam. Namun, satu sifat tampak jelas sebagai karakteristik guru yang luar biasa: intensionalitas. Intensionalitas berarti melakukan sesuatu karena alasan tertentu, dengan sengaja. Guru yang intensional atau guru yang memiliki tujuan adalah orang yang terus-menerus memikirkan hasil yang mereka inginkan bagi siswanya dan bagaimana tiap-tiap keputusan yang mereka ambil membawa siswa ke arah hasil tersebut. Guru yang intensional tahu bahwa pembelajaran maksimal tidak terjadi secara kebetulan. Ya, siswa memang senantiasa belajar dengan tidak terencana, dan bahkan akan banyak belajar dari pelajaran yang paling kacau. Tetapi untuk benar-benar menantang siswa, untuk memperoleh upaya terbaik mereka, untuk membantu mereka melakukan lompatan konseptual dan mengorganisasikan dan mengingat pengetahuan guru, guru perlu mempunyai maksud, berpikir secara mendalam, dan fleksibel, tanpa pernah melupakan sasaran mereka bagi setiap siswa. Dalam satu kata, mereka perlu intensional atau perlu menetapkan tujuan.

Gagasan bahwa guru hendaknya selalu melakukan segala sesuatu karena alasan tertentu tampaknya jelas, dan pada prinsipnya hal itu memang jelas. Namun, dalam praktik, sulit terus-menerus memastikan semua siswa dilibatkan ke dalam kegiatan yang membuahkan hasil pembelajaran penting. Guru sangat sering jatuh ke dalam strategi yang akan mereka akui sendiri, setelah merenungkannya, sebagai pengisi waktu bukannya sebagai kegiatan yang sangat penting dari segi pengajaran. Misalnya, guru yang seharusnya luar biasa pernah memberikan tugas kepada salah satu kelompok bacanya. Siswa tersebut diberi dua lembar kertas dengan kata-kata dalam persegi empat. Tugas mereka ialah mengguting persegi empat tersebut pada satu lembar kertas dan kemudian menempelkannya ke kata sinonimnya pada lembar lain. Setelah semua kata ditempelkan dengan benar, garis-garis persegi empat yang

ditempel tadi akan membentuk gambar kucing, yang kemudian akan diwarnai siswa tersebut. Begitu siswa sudah menempelkan beberapa persegi empat, teka-teki itu akhirnya menjadi jelas, sehingga mereka dapat menempelkan sisanya tanpa memberi perhatian lagi pada kata-kata itu sendiri. Selama hampir satu jam waktu pelajaran yang berharga tersebut, siswa ini dengan senang menggantung, menempel dan mewarnai- bukan kemampuan yang mempunyai prioritas tinggi bagi siswa kelas tiga. Guru tersebut tentu saja akan mengatakan bahwa tujuannya ialah agar siswa mempelajari atau melatih sinonim; tetapi dalam kenyataan kegiatan itu mungkin tidak dapat memajukan siswa dalam kemampuan tersebut. Sama halnya, banyak guru meminta seorang siswa dengan susah payah mengerjakan soal di papan tulis, sementara siswa lain di kelas tersebut tidak mengerjakan sesuatu yang penting. Banyak guru sekolah menengah pertama menghabiskan kebanyakan waktu pelajaran membahas pekerjaan rumah dan pekerjaan kelas dan akhirnya menyisakan sangat sedikit waktu untuk mengajarkan isi pelajaran yang baru. Sekali lagi, semua ini mungkin adalah guru yang sangat baik dalam hal-hal lain, tetapi kadang kadang mereka melupakan apa yang mereka coba capai dan cara mereka mencapainya.

Guru yang intensional terus-menerus bertanya kepada diri sendiri apa sasaran yang diupayakan untuk dicapai oleh dirinya dan siswanya. Apakah tiap tiap bagian pelajaran mereka sesuai dengan latar belakang pengetahuan, kemampuan, dan kebutuhan siswa? Apakah masing-masing kegiatan atau penugasan terkait jelas dengan hasil yang mempunyai nilai? Apakah setiap menit pengajaran digunakan dengan bijaksana dan baik? Guru yang intensional berupaya membangun kemampuan sinonim siswa pada pertemuan selanjutnya mungkin akan meminta mereka bekerja berpasangan untuk menguasai beberapa sinonim sebagai upaya persiapan ujian sendiri-sendiri.

Guru yang intensional mungkin akan meminta semua siswa mengerjakan soal tertentu sementara seseorang bekerja di papan tulis, sehingga semua dapat membandingkan jawaban dan strategi secara bersama-sama. Guru yang intensional mungkin dengan cepat memberikan jawaban pekerjaan rumah kepada siswa untuk diperiksa sendiri, meminta tunjuk tangan bagi jawaban yang benar, dan kemudian hanya membahas

dan mengajarkan kembali latihan yang dijawab dengan salah oleh banyak siswa. Guru yang intensional menggunakan berbagai metode pengajaran, pengalaman, penugasan, dan bahan ajar untuk memastikan bahwa siswa mencapai semua jenis tujuan kognitif, mulai dari pengetahuan, penerapan hingga kreativitas, dan bahwa pada saat yang sama siswa mempelajari tujuan afektif yang penting, seperti kecintaan belajar, rasa hormat terhadap orang lain dan tanggung jawab pribadi.

D. KEGUNAAN PSIKOLOGI PENDIDIKAN

Sebagai sebuah ilmu, tujuan psikologi pendidikan adalah memberi kita pengetahuan riset yang dapat secara efektif diaplikasikan untuk situasi mengajar. Tetapi pengajaran kita tetap merupakan sebuah seni mengajar. Selain hal-hal yang bisa kita pelajari dari riset, kita juga akan terus menerus membuat penilaian penting di kelas berdasarkan keahlian dan pengalaman pribadi kita, dan juga berdasarkan saran bijak guru-guru lain yang lebih berpengalaman.

Upaya menciptakan proses pembelajaran yang bermutu dan berhasil, dapat dilakukan dengan mewujudkan perilaku psikologis proses pengajaran dan pembelajaran antara (pendidik dan peserta didik) dapat berjalan secara efektif dan efisien dalam mencapai tujuan pembelajaran. Pernyataan ini, menunjukkan bahwa pengetahuan psikologi pendidikan mempunyai peranan yang sangat penting bagi guru (pendidik) dalam melaksanakan pengajaran dan bagi peserta didik dalam melaksanakan proses pembelajaran. Di dalam proses pengajaran dan pembelajaran terjadi proses (interaksi) antara pendidik dengan peserta didik, dalam interaksi ini terdapat peristiwa psikologis yang dijadikan rambu-rambu oleh para pendidik dalam memperlakukan peserta didik secara efektif dan efisien. Para tenaga pendidik dituntut untuk memahami dan menguasai teori dan aplikasi psikologi pendidikan agar mereka melaksanakan pengajaran dalam proses pendidikan secara berdayaguna dan berhasilguna. Pengetahuan tentang psikologi yang berhubungan dengan pendidikan merupakan suatu keharusan yang mutlak yang perlu dikuasai oleh pendidik, peserta didik, akademisi pendidikan, peneliti pendidikan maupun (*Stakeholders*) pendidikan dalam melaksanakan tujuan pendidikan. Kegunaan psikologi pendidikan adalah sebagai berikut:

- 1. Mencapai pendidikan yang efektif** Apabila siswa anda tidak memahami materi pelajaran anda, proses pendidikan yang anda lakukan tidak efektif. Bila pola penyampaian pengajaran anda menjengkelkan dan membosankan siswa, pendidikan yang anda lakukan tidak efektif. Bila tidak mampu mempengaruhi siswa anda untuk bergerak, anda tidak berhasil melakukan proses pendidikan yang efektif. Apabila semakin sering anda masuk kelas, semakin menjadikan siswa anda jauh dari anda, yakinkan oleh anda bahwa proses pendidikan anda tidak efektif. Untuk menghindari kegagalan dalam membangun pendidikan yang efektif, anda harus memahami psikologi pendidikan.
- 2. Menumbuhkan pengertian yang tepat** Anda seorang pendidik? Tidak diragukan lagi anda sangat berharap agar informasi yang disampaikan dapat dicerna dengan baik oleh siswa. Anda sangat mengahrap siswa memahami rumus dan konsep-konsep yang anda sampaikan. Untuk menumbuhkan pengertian yang tepat pada siswa, anda harus mempelajari dan memahami psikologi pendidikan.
- 3. Menimbulkan rasa senang dalam belajar** Tidak semua pola pendidikan dapat diterapkan untuk semua umur peserta didik. Apakah anda seorang guru taman kanak-kanak? Kalau ya, anda tidak mungkin mengajarkan cara berhitung kepada siswa TK seperti anda mengajarkannya kepada siswa sekolah menengah atas. Pola pendidikan yang disesuaikan dengan perkembangan siswa merupakan upaya yang sangat tepat dalam membangun pendidikan yang menyenangkan . untuk menimbulkan rasa senang pada para siswa, anda harus memahami psikologi pendidikan. Penggunaan piranti-piranti belajar di taman kanak-kanak, seperti tempat bermain, merupakan bentuk nyata penerapan konsep psikologi pendidikan.
- 4. Mempengaruhi sikap siswa**
Tujuan anda sebagai pendidik yang ikhlas dna jujur dalam melakukan proses pendidikan adalah memenagruhi siswa. Sebagai guru pelajaran agama, anda ingin membangkitkan sikap beragaman para siswa agar lebih baik, berakhlak baik, dna beribadah lebih rajin. Sebagai guru PPKN, anda pasti ingin menumbuhkan sikap bernegara yang baik pada para siswa, setia pada pancasila, dan berbakti pada Negara. Untuk hal ini, anda perlu memahami psikologi pendidikan.

Secara praktis, psikologi pendidikan berguna bagi para guru untuk beberapa hal berikut:

1. Merumuskan tujuan pembelajaran secara tepat. Dengan memahami psikologi pendidikan, guru dapat memahami perubahan perilaku siswa secara lebih tepat
2. Memilih strategi atau metode pembelajaran yang sesuai. Dengan memahami psikologi pendidikan yang memadai, guru dapat menentukan strategi atau metode pembelajaran yang tepat dan sesuai. Ia akan mampu mengkaitkannya dengan karakteristik dan keunikan individu, jenis belajar, dan gaya belajar dan tingkat perkembangan yang sedang dialami peserta didiknya.
3. Memberikan bimbingan atau konseling. Tugas dan peran guru, disamping melaksanakan pembelajaran, adalah membimbing para siswanya. Dengan memahami psikologi pendidikan, guru dapat memberikan bantuan psikologis secara tepat dan benar dalam memecahkan problem para siswanya.
4. Memfasilitasi dan memotivasi belajar siswa. Psikologi pendidikan dapat memfasilitasi guru dalam mengembangkan potensi yang dimiliki siswa, seperti bakat, kecerdasan, dan minat. Selain itu guru dapat memotivasi siswa atau memberikan dorongan untuk melakukan perbuatan tertentu, khususnya perbuatan belajar.
5. Menciptakan iklim belajar yang kondusif. Efektifitas pembelajaran membutuhkan adanya iklim belajar yang kondusif. Psikologi pendidikan dapat mendorong guru untuk mampu menciptakan iklim sosio-emosional yang kondusif di dalam kelas sehingga siswa dapat belajar dengan nyaman dan menyenangkan.
6. Berinteraksi secara tepat dengan siswa. Psikologi pendidikan dapat mendorong guru untuk melakukan interaksi dengan siswa secara lebih bijak, penuh empati, dan menyenangkan.
7. Menilai hasil pembelajaran yang adil. Psikologi pendidikan dapat membantu guru mengembangkan penilaian pembelajaran siswa yang lebih adil, baik dalam teknis penilaian, pemenuhan prinsip-prinsip penilaian, maupun menentukan hasil-hasil penilaian.

Dengan memahami psikologi pendidikan, seorang guru melalui pertimbangan-pertimbangan psikologisnya diharapkan dapat:

1. Merumuskan tujuan pembelajaran secara tepat,
2. Memilih strategi atau metode pembelajaran yang sesuai yang sesuai dengan kondisi dan kemampuan peserta didik,
3. Memilih alat bantu dan media pembelajaran yang tepat,
4. Memberikan bimbingan atau bahkan memberikan konseling kepada peserta didik,
5. Memotivasi belajar peserta didik,
6. Menciptakan iklim belajar yang kondusif,
7. Berinteraksi dengan peserta didik secara baik dan disenangi, dan
8. Menilai hasil belajar peserta didik.

Pandangan psikologis memposisikan pendidik (guru dan dosen) sebagai pakar bidang psikologi pendidikan, seorang guru dan dosen (pendidik) harus memahami dan menguasai secara teoritis dan praktis psikologi pendidikan dalam melaksanakan tugasnya sebagai pendidik. Pendidik harus mempunyai kemampuan untuk menciptakan suasana hubungan antar manusia (*human relations*), khususnya dengan para peserta didik sehingga dapat mencapai tujuan pendidikan. Di antara tugas-tugas pendidikan dan psikologi terdapat titik temu, yaitu pada perubahan perilaku manusia dari satu taraf perkembangan ke taraf perkembangan berikutnya, sedang psikologi menyediakan jalan bagi upaya perubahan perilaku tersebut. Dengan demikian psikologi pendidikan perlu dipelajari oleh semua pendidik, terutama para calon guru, dalam upaya mempersiapkan diri guna memberikan perlakuan pendidikan dan pembelajaran secara efektif dan efisien.

DAFTAR PUSTAKA

- A. Tabrani R ,1994. Pendekatan dalam Proses Belajar Mengajar, Bandung: Remaja Rosda Karya
- Abin Syamsudin Makmun, 2001, Psikologi Kependidikan, Jakarta: Remaja Rosda Karya
- Abin Syamsuddin Makmun. 2003. Psikologi Pendidikan. Bandung: PT Rosda
- Ahmadi, Abu. 2003. Psikologi Umum. Jakarta: Rineka Cipta.
- Dalyono, M. 2009. Psikologi Pendidikan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Suwarno, Wiji. 2009. Psikologi Perpustakaan. Jakarta: Sagung Seto.
- Depdikbud. 1996. Kamus Besar Bahasa Indonesia. Edisi II, Jakarta: Balai Pustaka
- Depdiknas. (2008). Panduan Pengembangan Materi Pembelajaran. Jakarta: Direktorat Jendral Manajemen Pendidikan Dasar dan Menengah.
- Isma'il, Andang. 2006. Education Games; Menjadi Cerdas dan Ceria dengan Permainan Edukatif. Yogyakarta: Pilar Media.
- Hawi, Akmal. 2013. Kompetensi Guru Pendidikan Agama Islam. Jakarta: Rajawali Pers.
- Ihsan, Hamdani dan Fuad Ihsan. 2007. Filsafat Pendidikan Islam. Bandung: Pustaka Setia.
- Irham, Muhammad dan Novan Ardy Wiyani. 2013. Psikologi Pendidikan: Teori dan Aplikasi dalam Proses Pembelajaran. Yogyakarta: Ar-Ruz Media.
- Mudlofir, Ali. 2013. Pendidik Profesional: Konsep, Strategi, dan Aplikasinya dalam Peningkatan Mutu Pendidikan di Indonesia. Jakarta: Rajawali Pers.
- Munandar, Utami. 2004. Pengembangan Kreativitas Anak Berbakat. Jakarta: Rineka Cipta.
- Mudjiono. 1994. Belajar dan Pembelajaran. Jakarta: Depdikbud.
- Nana Sudjana dan Daeng Arifin. (1988). Cara Belajar Siswa Aktif dalam Proses Belajar Mengajar. Bandung: Sinar Baru.
- Oemar Hamalik. 2002. Psikologi Belajar dan Mengajar, Bandung: Sinar Baru Algensindo

- Purwanto, Ngalm. 2006. Psikologi Pendidikan. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Rydell.A.M., dkk. (1997). *“Measurement of Two Social Competence Aspect In Middle Childhood”*. *Journal of Development Psychology*. 33, (05), 824-833.
- Santrock, J. W. 2008. Psikologi Pendidikan. Alih Bahasa Tri Wibowo B. S, Jakarta: Kencana.
- Sardiman. 2011. Interaksi dan Motivasi Belajar-Mengajar. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada
- Saripah, I. (2006). Progam Bimbingan untuk Mengembangkan Perilaku Prososial Anak. Tesis Magister Pendidikan pada SPS Bimbingan dan Konseling UPI. Bandung: tidak diterbitkan.
- Sears, dkk. (1985). Psikologi Sosial. Edisi Kelima (Alih Bahasa: Michael Adryanto). Jakarta: Erlangga
- Semiawan, Conny, A.S. Munandar, S.C. Utami Munandar. 1990. Memupuk Bakat dan Kreativitas Siswa Sekolah Menengah. Jakarta: Gramedia.
- Slameto. 2003. Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sondang P. Siagian. (2004). Teori Motivasi dan Aplikasinya. Jakarta: PT. Rineka Cipta,
- Sukmadinata, Nana Syaodih, 2005. Landasan Psikologi Proses Pendidikan. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- WS. Winkel. 1983. Psikologi Pendidikan dan Evaluasi Belajar. Jakarta: Gramedia.
- WS. Winkel. 1996. Psikologi Pengajaran, Jakarta: Grasindo.
- Winkel, W. S. 2005. Psikologi Pengajaran. Jakarta: PT. Gramedia.
- Wyloff, Joyce. 2002. Menjadi Super Kreatif Melalui Metode Penelitian Pikiran. Bandung: KAIFA.

PROFIL PENULIS

Siti Rosmayati, SST., M.M.

STEI Bina Muda Kabupaten Bandung.



Nama Siti Rosmayati, S.ST., M.M. Penulis dilahirkan di Cimahi pada tanggal 01 Mei 1991. Masa kecil penuh kebahagiaan dihabiskannya, begitu pula pendidikannya, ditempuhnya di Kota kelahirannya, Cicalengka. Diawali sekolah di SDN VII, kemudian SMPN 1 Cicalengka, dan dilanjutkan ke SMAN 1 Cicalengka. Pendidikan Tinggi ditempuh pada Program Sarjana, di Sekolah Tinggi Kesejahteraan Sosial Bandung, dengan jurusan Pekerja Sosial. Pendidikan S2 dilanjutkan di Pasca Sarjana STIE Pasundang Bandung, pada Program Studi Manajemen dan sedang melanjutkan studi Doktor Ilmu Pendidikan di Universitas Islam Nusantara Bandung serta Sekarang mengabdikan sebagai dosen tetap di STEI Bina Muda Kabupaten Bandung.

Ella Dewi Latifah, S.Pd., M.Pd.

STAI Al-Falah Cicalengka Kabupaten Bandung



Nama Penulis Ella Dewi Latifah, S.Pd., M.Pd. Lahir di Cicalengka pada tanggal 24 Nopember 1982. Penulis juga menempuh pendidikan di kota tersebut. Yaitu dimulai dengan pendidikan sekolah dasar di SDN Tenjolaya III, kemudian dilanjutkan dengan pendidikan sekolah menengah di SLTP "FK" Bina Muda Cicalengka dan SMUN 1 Cicalengka. Sedangkan Pendidikan Tinggi ditempuh pada program sarjana program studi PPKn di UPI Bandung, dilanjutkan pada

Program Magister program studi PKn di UPI Bandung. Dan sekarang mengajar sebagai Dosen Tetap di STAI Al-Falah Cicalengka Kabupaten Bandung.

Arman Maulana, S.Sy., M.M.

Pusat Pendidikan Artileri Medan Cimahi



Nama Penulis Arman Maulana, S.Sy., M.M. dilahirkan di Bandung, pada tahun 1991. Pendidikan dasar yang ditempuhnya lulus pada tahun 2009. Gelar sarjana (S,Sy) bidang Hukum Ekonomi Syariah diperolehnya di STAI Sabili Bandung lulus pada Tahun tahun 2016. Gelar Magister Manajemen (M.M.) Bidang ilmu Manajemen diperolehnya di STIE Ekuitas Bandung pada tahun 2019. Di sela sela kesibukan dalam pekerjaan Struktural nya sebagai Prajurit TNI berpangkat Prajurit 1

(Pratu) di Pusat Pendidikan Artileri Medan Cimahi, Penulis juga aktif mengajar di STEI Bina Muda Bandung, adapun Matakuliah yang dibinanya adalah Bidang Ekonomi dan Manajemen. Berikut perjalanan pendidikan penulis, diantaranya; Lulus S1 Jurusan Hukum Ekonomi Syariah di Sekolah Tinggi Agama Islam Sabili Bandung (2016), gelar Magister Manajemen (M.M.) Konsentrasi Manajemen Sumber Daya Manusia (2019), dan sedang melanjutkan Program Pascasarjana Doktor di Universitas Islam Nusantara Bandung.

GLOSARIUM

A

Abasement – Perbandingan secara tidak menyenangkan, entah dibandingkan dengan orang lain atau dengan norma di sekitar.

Aborsi – Upaya penggagalan kehamilan dan menggugurkan janin yang dikandung.

Abnormal – (perilaku) Menyimpang dengan norma di masyarakat, tidak biasa, luar biasa.

Abstraksi – Adalah proses memahami kesimpulan atau makna yang tidak terlihat dari suatu benda atau fenomena. Dilakukan untuk membentuk konsep pemikiran.

Ackerman, Nathan Ward – Seorang psikolog dan terapis, penggagas bidang ilmu psikologi keluarga.

Adaptasi – Perilaku menyesuaikan diri seseorang/suatu organisme dengan lingkungan. **ADHD** – Lihat di sini.

Adler, Alfred – Dokter, psikolog, dan terapis, penggagas ilmu psikologi individualistik, teori urutan kelahiran, inferioritas, dan terapi berbasis konseling. Lebih lanjut

Adlerian – Pengikut aliran psikologi milik Alfred Adler.

Adopsi – Praktik yang dilakukan orang dewasa terhadap anak, yang mengambil hak asuh dan peran sebagai orang tua.

Afeksi – Istilah psikologi untuk ekspresi dan emosi yang dapat diamati. Afeksi termasuk gerak tubuh, nada bicara, ekspresi wajah, tertawa, dan menangis.

Afiliasi – Kebutuhan untuk menciptakan hubungan lekat dengan orang lain. Hal ini dimaksudkan agar mendapat dukungan sosial, bantuan, dan perlindungan. Afiliasi termasuk dalam tiga bentuk motivasi.

Agresi – Tindakan yang dimaksudkan untuk melukai, menyakiti, atau mengakibatkan kepedihan pada diri orang lain.

Agresivitas – Tindakan sengaja yang dimaksudkan menyakiti orang lain, hewan, atau merusak benda-benda. Bisa berupa verbal dan nonverbal.

Ainsworth, Mary – Tokoh psikologi yang berfokus pada perilaku kelekatan bayi dan balita.

Akomodasi – Mengubah perilaku sesuai informasi yang baru didapat. Termasuk dalam perkembangan kognitif versi Piaget. Lihat juga adaptasi dan asimilasi.

Akrofofia – Fobia berada di tempat tinggi.

Aktualisasi Diri – Adalah kebutuhan individu untuk melakukan atau mencapai sesuatu yang sesuai dengan potensi, prinsip, dan jati diri yang ia yakini. Merupakan kebutuhan puncak dalam hirarki kebutuhan Maslow.

Akulturasi – Proses beradaptasi ke dalam suatu budaya.

Alienasi – Sensasi terpisah secara emosional. Memunculkan perasaan terisolir dan sendirian. Dapat berlaku dalam kelompok (e.g. dikucilkan oleh masyarakat), dan pada diri sendiri (e.g.: memusuhi diri sendiri)

Aloanamnesa – Keterangan tentang seseorang yang didapat melalui orang lain.

Allport, Gordon – Seorang psikolog aliran humanistik. Allport termasuk psikolog pertama yang mempelajari kepribadian, dan pelopor ilmu psikologi kepribadian.

Alzheimer – Suatu penyakit yang menyebabkan gugurnya sel-sel syaraf di otak, menyebabkan ukuran otak mengecil. Rawan terjadi pada manusia berusia 60 tahun ke atas.

Ambivalen – Adalah perasaan tak sadar yang bertentangan dalam diri seseorang. Contoh: benci tapi sayang.

Ambivert – Antara introvert dan ekstrovert. Lihat di sini.

Amnesia – Hilangnya sebagian atau keseluruhan memori di otak.

Amnesia Disosiatif – Menghilangnya sebagian atau keseluruhan memori di otak secara mendadak. Dapat disebabkan karena trauma.

Anak, Psikologi – Disiplin ilmu psikologi yang khusus membahas aspek psikologis, fisiologis, tumbuh kembang, dan kemampuan interaksi pada anak.

Anonim – Identitas yang tersamarkan.

Anoreksia – Kelainan perilaku makan yang ditunjukkan dengan diet berlebih. Penderita biasanya mengalami gangguan tidur, ketakutan irrasional terhadap kegemukan, dan benci makanan.

Antagonisme sosial – Perilaku tidak kooperatif yang ditunjukkan seseorang pada masa remaja, dilakukan tanpa alasan yang jelas.

Antipati – Penolakan yang kuat.

Antisipasi – adalah penyesuaian mental terhadap peristiwa yang diduga akan terjadi.

Antisosial – Sekumpulan pola perilaku yang membahayakan lingkungan sosial. Perilaku ini dapat berupa verbal dan nonverbal. Termasuk di antaranya adalah merusak fasilitas umum dan menyakiti hewan.

APA – American Psychological Association – Asosiasi psikologi terbesar yang bertempat di Amerika Serikat. Memiliki 159000+ anggota, yang berasal dari seluruh dunia.

Aphasia – Kondisi menghilangnya kecakapan berbicara dan memahami kata-kata. Kelainan ini terjadi secara mendadak. Aphasia dapat mempengaruhi kemampuan bicara, mendengar, atau membaca, tergantung jenis aphasia yang dialami. Lebih lanjut

Arketipe – Sekumpulan imajinasi dan simbol yang terdapat di alam bawah sadar. Arketipe dimiliki secara otomatis oleh tiap manusia, diturunkan ke generasi selanjutnya melalui genetik. Dasar dari teori kepribadian Carl Jung.

Art therapy – Suatu terapi untuk mengekspresikan emosi, persepsi, dan pikiran melalui gambar, lalu mendalami makna dari gambar tersebut bersama-sama terapis.

Asesmen Psikologis – Pengumpulan data menggunakan alat ukur, dalam hal ini berkaitan dengan psikologi. Terbagi menjadi tiga jenis: Observasi dengan kriteria baku, inventori, dan tes proyeksi.

Asimilasi – Proses memahami informasi baru menggunakan pengalaman yang telah ada. Terdapat dalam perkembangan kognitif versi Piaget.

Asosiasi Bebas – Teknik dalam psikoanalisa. Klien diminta mengatakan apapun yang terlintas di pikiran.

Asosiasinisme – Pandangan bahwa proses mental seseorang berasal dari sekumpulan pengalaman dan ide yang pernah dialami. Dipopulerkan oleh filsuf John Locke.

Atensi – Konsentrasi yang diberikan pada stimulus tertentu, mengabaikan stimulus lain.

Attention Deficit Hyperactivity Disorder – Gangguan berupa kurangnya perhatian dan perilaku hiperaktif, lebih besar dari yang sewajarnya pada masa tumbuh kembang.

Atribusi – Teori tentang bagaimana manusia menilai perilaku dan sebab perilaku itu muncul. Terkait dengan lokus kendali.

Autisme – Sebuah gangguan psikologis yang terjadi pada masa anak-anak. Dicitrakan dengan sulitnya membangun interaksi sosial dan kesulitan mengembangkan kemampuan berbicara.

Autoerotisme – Sebutan ilmiah untuk perilaku masturbasi.

Aversi, pengkondisian – Teknik menghilangkan perilaku tertentu, dengan memberi rasa tidak nyaman setiap perilaku tersebut muncul.

Avoidance, gaya belajar – Mempelajari perilaku dan respons untuk menghindari situasi tidak menyenangkan.

Avoidant, kelekatan – Perilaku menghindari kelekatan dengan orang lain.
Lihat juga

Avoidant, kepribadian – Gangguan kepribadian yang dicirikan dengan menghindari situasi sosial dan kedekatan interpersonal. Disebabkan oleh takut ditolak orang lain.

B

Bandura, Albert – Psikolog yang berkonsentrasi pada teori belajar sosial.
Lihat juga

Battered Child Syndrome – Gangguan psikologis yang terjadi karena anak mengalami kekerasan fisik jangka panjang. Dapat berujung pada kenakalan, trauma, dan kepribadian ganda.

Bayley, Nancy – Psikolog perkembangan. Pencipta “Skala Perkembangan Motorik dan Mental”.

Beck, Aaron T. – Neurolog sekaligus pelopor terapi kognitif.

Behavioral Therapy – Lihat di sini

Behavioristik – Aliran psikologi yang meyakini bahwa manusia adalah kertas putih yang bisa dikondisikan menjadi siapapun/apapun dengan cara-cara tertentu. Aliran ini meyakini bahwa respon, perilaku, dan kepribadian bisa dimodifikasi asalkan caranya tepat.

Bender-Gestalt Test – Tes yang digunakan untuk mengidentifikasi keterlambatan perkembangan, gangguan neurologis, dan gangguan belajar.

Berpikir logis – Kemampuan untuk mengerti dan menerapkan pola logis dalam aktivitas sehari-hari.

Bestiality – Populer dengan istilah zoophilia. Kecenderungan untuk berhubungan seks dengan binatang.

Bettelheim, Bruno – Psikolog yang fokus pada terapi untuk anak yang terganggu secara emosi, khususnya anak dengan autistik.

Binet, Alfred – Psikolog asal Prancis. Merupakan pencipta *Stanford-Binet Intelligence Test* sekaligus pelopor tes kecerdasan.

Bipolar, gangguan – Gangguan emosional, dicirikan dengan perubahan mood yang cepat, drastis, dan tanpa sebab.

Birth trauma – Menurut psikoanalisa, *birth trauma* merupakan trauma pertama yang dialami manusia. Saat lahir, bayi menangis karena terpisah dari rahim yang hangat dan aman.

Biseksual – Ketertarikan secara seksual pada lawan jenis dan sesama jenis. Seseorang baru dikatakan biseks apabila telah melakukan hubungan seks pada lawan jenis dan sesama jenis dalam kurun waktu satu tahun.

Body Image – Pandangan seseorang terhadap tubuhnya sendiri, biasanya dipengaruhi oleh standar yang ada di masyarakat.

Borderline, gangguan kepribadian – Adalah gangguan berupa perilaku yang impulsif dan mood yang tidak stabil. Karakter khasnya adalah sering menyakiti diri sendiri, mood tidak stabil, menilai orang lain antara sempurna atau sangat jahat, takut diabaikan oleh orang lain.

Brainwashing – Upaya tersistem untuk mengubah/mengganti secara total pemikiran dan perilaku seseorang, dilakukan secara fisik maupun psikologis.

Breuer, Joseph – Psikolog sekaligus salah satu pendiri psikoanalisa. Terkenal dengan kasus Anna O.

Broca, Pierre Paul – Dokter sekaligus antropolog, penemu fungsi-fungsi khusus pada bagian-bagian otak.

Bulimia – Gangguan perilaku berupa makan berlebih, lalu memuntahkan makanannya dan/atau meminum obat pencahar agar berat badannya tidak naik.

Bullying – Perilaku seorang anak yang menyakiti anak lain yang lebih lemah, dilakukan secara fisik maupun emosional.

Bystander effect – Fenomena ketika sekelompok orang mengabaikan sebuah kejadian darurat di depan mata, karena menganggap ada orang lain yang akan menolong. Lihat juga

C

Centration Kecenderungan anak kecil untuk fokus pada perspektifnya sendiri dan kegagalan untuk memahami bahwa orang lain mungkin melihat sesuatu dengan cara berbeda.

Chunking – Pengelompokan Metode mengingat dengan cara unit yang kecil dikelompokkan menjadi lebih besar. (misalnya, nomor telepon tujuh potong seperti 0-8-8-7-9-6-9-6-2-0-2-2 menjadi nomor tiga potong seperti 0887-9696-2022)

Classical Conditioning – Proses memodifikasi respon terhadap suatu rangsangan, dengan menggunakan kejadian/benda sebagai pemicu agar refleks tersebut muncul.

Client-centered therapy – Terapi yang memusatkan tanggung jawab pada klien. Terapis hanya bertanya dan memberi masukan, namun tidak mengarahkan klien dalam mengambil tindakan.

Cognitive Behavior Therapy – Terapi yang menggunakan prinsip bahwa gangguan mood dan perilaku bisa diubah dengan mengubah cara berpikir.

Conditioning – Teknik-teknik mempelajari proses belajar manusia. Dapat pula digunakan untuk memodifikasi perilaku.

Counterconditioning – Teknik melemahkan suatu perilaku, dengan menciptakan perilaku lain yang berlawanan.

Covert sensitization – Lihat sensitisasi tertutup.

Crowding – Respon psikologis dan psikologis individu terhadap situasi atau tempat yang dipenuhi banyak orang.

Crystallized Intelligence – Kemampuan seseorang dalam memanfaatkan informasi dan pengetahuan yang ia miliki. Misalnya kemampuan berbahasa, belajar di kelas, matematika, dan lain-lain.

Culture-free test – Lihat tes bebas budaya

D

Death anxiety – Kecemasan terhadap kematian; tidak hanya takut mengalami tapi juga menyaksikan dan mendengar berita mengenai kematian.

Decay, Theory – adalah teori bahwa memori akan memudar jika memori itu jarang digunakan atau diakses.

Decathexis – Proses melepaskan perasaan yang dimiliki seseorang terhadap suatu objek.

Deklaratif, Memori – Bagian dari ingatan jangka panjang khususnya tempat informasi faktual tersimpan; contohnya rumus matematika, kosakata, dan peristiwa yang dilihat sendiri.

Deduktif – Cara berpikir yang menggunakan dua premis atau lebih untuk menemukan kesimpulan

Defense Mechanism – Seperangkat strategi alam bawah sadar untuk menghindari ancaman atau sesuatu yang membuat tidak senang. Termasuk di dalamnya: represi, denial, fiksasi, identifikasi, proyeksi, rasionalisasi, isolasi, sublimasi, kompensasi, dan humor.

Delirium – Kondisi mental yang dicirikan dengan kebingungan, imajinasi yang tak terkontrol, halusinasi, dan tidak mampu berkonsentrasi.

Delusi, Gangguan – Kepercayaan yang berbanding terbalik dengan realita, berhubungan dengan kejayaan dan figur penting. Termasuk perilaku dalam *schizophrenia* dan efek samping psikotropika e.g.: merasa dirinya utusan tuhan, reinkarnasi dewa, merasa bahwa akan disiksa orang lain, dsb dsb.

Demensia – Adalah gangguan penurunan fungsi kognitif pada otak. Termasuk di antara: berpikir logis, mengolah bahasa, dan mengingat. Dapat terjadi bersama alzheimer.

Denial – Mengabaikan kenyataan yang kurang menyenangkan, lalu menggantinya dengan pemahaman keliru.

Dependen, Gangguan Kepribadian – Kurangnya kepercayaan diri dan ketergantungan akut terhadap orang lain.

Depersonalisasi – Keadaan pikiran di mana seseorang merasa dirinya, pengalamannya, dan perasaannya terasa asing, seolah-olah dia tidak merasakannya sendiri; namun dia menyaksikannya dari sudut pandang orang lain.

Depersonalisasi, Gangguan – Depersonalisasi yang terjadi secara berkepanjangan.

Depresi – Kondisi mental berupa *mood rendah*, energi yang rendah, sulit konsentrasi, hilang selera makan, tidak bisa tidur, berpikir untuk bunuh diri, merasa tidak berharga. Depresi bisa kamu baca lebih lanjut di sini.

Depresif, Episode – Suatu periode di mana seseorang mengalami perasaan negatif yang terus-menerus, energi rendah, pesimisme, pikiran negatif yang tidak realistis tentang diri dan masa depan, dan penarikan sosial. Terjadi pada orang dengan bipolar.

Depresif Mayor, Episode – Episode depresif yang terjadi selama sekurang-kurangnya dua minggu.

Deskriptif, Statistik – Cabang statistik yang berfokus pada penggambaran numerik mengenai apa yang terjadi dalam suatu populasi. Statistik deskriptif mengharuskan semua subjek dalam populasi diuji.

Descartes, Rene – Filsuf dan ahli matematika, berkontribusi terhadap ilmu psikologi. Terkenal dengan "*cogito ergo sum*" (aku berpikir maka aku ada).

Desensitisasi – Metode menghilangkan fobia dan takut. Dilakukan dengan cara memisahkan rasa takut dan cemas dari penyebabnya.

Determinisme – Cara berpikir yang menetapkan bahwa suatu peristiwa terjadi dengan cara yang berpola dan dapat diprediksi.

Digital Vigilantism – atau vigilantisme digital, adalah proses di mana seseorang secara bersama-sama dan terkoordinir menyerang individu lain, melalui media digital dan sosial.

Disabilitas – Kurang sempurna secara psikologis, fisik, atau sensori yang berdampak pada terganggunya kemampuan untuk menjalani kegiatan sehari-hari.

Diskriminasi – Dalam teori perilaku, kemampuan membedakan dua objek atau situasi yang mirip.

Disleksia – Ketidakmampuan mengenali tulisan dan kata-kata. Disleksia mampu membaca huruf per huruf, namun kebingungan bila huruf tersebut dirangkai menjadi kata.

Disonansi kognitif Kesadaran seseorang bahwa sikap dan perilakunya kontradiktif.

Disorientasi adalah ketidakmampuan mengenali siapa kita, di mana kita, dan kaitan kita dengan situasi sekarang. Untuk dianggap sebagai masalah, disorientasi harus terjadi terus menerus.

Disosiasi – Perasaan terpisah dari identitas diri, ruang, dan waktu. Sebagian besar dari kita mengalami ini dalam bentuk yang sangat ringan seperti ketika kita benar-benar fokus terhadap sesuatu atau saat sedang melamun.

Disosiatif, Gangguan – Gangguan psikologis berupa perasaan terpisah atau terasing dari diri sendiri. i.e.: mengingat kejadian di masa lalu, namun tidak menganggap dia yang melakukan, namun orang lain dalam dirinya.

Disosiatif, Gangguan Kepribadian – Disebut juga gangguan kepribadian ganda. Adalah kondisi ketika kepribadian seseorang terpecah, menciptakan sejumlah identitas baru dan sama sekali berbeda dengan kepribadian utama.

Displacement – Melampiaskan perasaan negatif ke benda-benda. Contoh: membanting pintu karena marah. Termasuk dalam *defense mechanism*.

Divergen – Kemampuan menemukan banyak solusi untuk satu masalah.

Dorongan Motivasi – internal dalam memenuhi kebutuhan atau mengurangi aspek negatif dari situasi yang tidak menyenangkan.

Down syndrome – Keterbelakangan mental dan motorik sejak lahir yang mayoritas terjadi karena kecacatan kromosom.

Draw a Person Test – Tes proyeksi berupa menggambar pohon. Digunakan untuk mengungkap kecerdasan nonverbal, serta gangguan emosional dan perilaku.

DSM – Singkatan dari *Diagnostical and Statistical Manual for Mental Disorders*. Buku referensi mengenai gangguan jiwa, ciri-cirinya, dan penanganannya. Dibuat oleh APA.

Dyslexia – baca disleksia.

Dysphoria – Suasana hati yang ditandai oleh kesedihan, ketidakpuasan, dan terkadang agitasi motorik.

Dyshtymia – atau distimia, adalah bentuk depresi ringan namun terjadi dalam waktu lama.

E

Echolalia – Perilaku mengulangi kata atau ucapan orang lain. Terdapat pada autisme, skizofrenia, dan Tourette's syndrome.

Efek Kohorsi – Efek dari dilahirkan dan dibesarkan dalam periode yang khas, di mana secara umum orang-orang yang lahir di periode sama punya pengalaman serupa yang membuat grup ini unik dari kelompok lain. Contoh, anak-anak penyintas perang di daerah tertentu memiliki kohorsi yang berbeda dengan anak-anak yang hidup di daerah damai.

Ego – Bagian dalam kepribadian. Menciptakan batasan boleh/tidaknya suatu perilaku.

Egosentris – Berpikir dan bertindak dengan diri sendiri sebagai fokus. Tidak mempertimbangkan orang lain.

Eksistensial, psikologi – Sebuah sistem dalam psikologi yang meyakini bahwa esensi manusia adalah keberadannya.

Ekuilibrasi – Proses menyeimbangkan informasi yang baru didapat dengan pengalaman yang sudah dimiliki.

Eksibisionis – Gangguan seksual berupa kesenangan memamerkan organ intim di tempat umum.

Eksperimen, psikologi – Investigasi mendalam mengenai perilaku dasar, seperti perasaan, emosi, sensasi, dan motivasi.

Eksplusif Intermiten, Gangguan – Suka banting-banting barang saat marah.

Eksternalisasi – Dalam psikoanalisis, mekanisme pertahanan di mana aspek-aspek ketidaksadaran dikaitkan dengan dunia luar.

Extinction – Menghilangkan respon yang dimodifikasi dengan cara berhenti memberikan ganjaran.

Ekstraversi – Salah satu *trait* dalam teori kepribadian *Big Five*. Terkait dengan ekstrovert. baca juga

Ekstrovert – Kepribadian yang ramah, mudah bergaul, dan terbuka terhadap orang lain.

Electra complex – Kompetisi psikoseksual anak perempuan dengan ibunya, untuk mendapatkan perhatian dari sang ayah.

Electrocompulsive Therapy – Terapi untuk penanganan depresi dan gangguan psikologis lain, menggunakan aliran listrik lembut.

Emosi – Reaksi secara psikologis maupun fisiologis yang dicirikan dengan perasaan yang kuat, mempersiapkan individu untuk bertindak.

Emosi, Kecerdasan – Kemampuan memahami dan bersikap terhadap emosi orang lain dengan tepat.

Empati – Kemampuan memahami perasaan orang lain, dengan membayangkan diri sendiri menjadi orang tersebut.

Empiris, Penelitian – Penelitian yang dilakukan dengan observasi langsung.

Erikson, Erik – Psikoanalisis Amerika Serikat, fokus pada perkembangan anak dan remaja.

Etika – Peraturan dalam berperilaku.

Etnis – Suku, ras.

Etnis, Identitas – Persepsi individu bahwa ia berada dalam satu etnis tertentu.

Etnosentris – Pemikiran seseorang bahwa suku/rasnya lebih superior dibandingkan ras lain.

Etiologis – Menangani gangguan psikologis pada seseorang dengan memelajari akar masalah.

F

False uniqueness effect – Sebuah pemahaman bahwa seseorang secara keliru meyakini dirinya memiliki kemampuan, karakteristik, atau bakat yang unik yang tak dimiliki orang lain.

Fantasi – Khayalan.

Feral, Manusia – Sebutan untuk manusia yang bertingkah mirip hewan. Disebabkan karena tidak pernah diasuh manusia. Ia memenuhi kebutuhan sendiri atau dibesarkan oleh binatang.

Fetal Alcohol Effect – Efek kronis yang terjadi pada anak, bila ibu mengkonsumsi alkohol saat hamil. Efek yang muncul termasuk retardasi mental dan tidak mampu berkonsentrasi.

Fetish – Keterangsangan seksual terhadap suatu objek yang pada orang lain tidak menimbulkan keterangsangan.

Fiksasi – Perilaku yang terjadi akibat pemenuhan kebutuhan saat 5 tahun pertama mendapat terlalu banyak. e.g.: merokok saat dewasa karena saat kecil terlalu sering disusui.

Flight-or-fight response – Respon dalam menanggapi ancaman atau tantangan, pertimbangannya antara kabur atau mempertahankan diri.

Fluid intelligence – Atau kecerdasan cair, adalah kemampuan menangani masalah yang sama sekali baru. Dikatakan menurun dengan bertambahnya usia.

Forensik, Psikologi – Psikologi yang diterapkan untuk urusan hukum. Termasuk di antaranya memberi penanganan psikologis pada tersangka.

Framing – Proses membangun mental set atau konteks di mana pengalaman dan pemikiran terjadi, yang cenderung membatasi pemikiran dalam mental set dan dengan demikian memengaruhi dan membatasi persepsi dan penilaian.

Freud, Anna – Psikoanalisis dan pelopor psikoanalisa untuk anak, putri dari psikoanalisis Sigmund Freud.

Freud, Sigmund – Neurolog dan pelopor aliran psikoanalisa.

Freudian – Penganut aliran psikoanalisa milik Sigmund Freud.

Freudian slip adalah tanpa sengaja salah bicara atau bertindak, yang merupakan cerminan dari motif atau kecemasan alam bawah sadar.

Frotteurisme – Perilaku seksual di mana gairah seksual dicapai melalui sentuhan atau gosokan terhadap orang yang tidak menyadarinya, kadang disertai dengan fantasi seksual atau romantis.

Frustrasi – Reaksi atas terhambatnya upaya seseorang dalam mendapatkan sesuatu yang diinginkan.

Fugue disosiatif – adalah menghilangnya kesadaran yang membuat penderitanya kabur dari rumah. Kesadaran muncul kembali saat penderita telah berada di kota atau negara lain, namun sudah tidak ingat apa yang baru saja terjadi.

Fungsional, gangguan – Keadaan psikologis yang tidak disebabkan oleh faktor organis. Contoh: depresi termasuk gangguan fungsional, karena stres. Amnesia tidak termasuk gangguan fungsional, karena cedera kepala.

Fungsionalisme – Pendekatan psikologis yang fokus pada fungsi kesadaran dan manfaatnya untuk beradaptasi dengan lingkungan.

G

Gangguan Konversi – Adalah gangguan di mana individu mengalami kehilangan kemampuan atau fungsi organ tubuh karena dampak psikologis (misalnya kelumpuhan, kebutaan, tuli, karena trauma psikologis).

Geng – Sekelompok orang yang mempunyai identitas khas. Terlibat dalam perilaku antisosial, pemberontakan, dan kekerasan.

Gender – Jenis kelamin.

Gender bias – Perlakuan yang berbeda karena berbeda jenis kelamin.

Gender, identitas – Identitas diri seseorang terkait jenis kelamin. Misal cara berpakaian dan berperilaku sesuai gender tertentu.

Gestalt – Aliran psikologi yang meyakini bahwa manusia harus dipelajari secara utuh, bukan dipisah menjadi bagian-bagian.

Gestalt, Terapi – Pendekatan psikoterapi yang menggunakan ide-ide Gestalt.

Gestaltist – Penganut aliran Gestalt.

Giftedness – Orang dengan kecerdasan di atas rata-rata dengan bakat istimewa di bidang tertentu. Seperti musik, seni, atau olahraga.

Grandiose Narsisistik – Termasuk dalam gangguan narsisistik klinis, dicirikan dengan perasaan bahwa dirinya lebih baik dibanding orang lain, dan merasa perlu diistimewakan dalam segala hal.

Graphology – Ilmu mempelajari tulisan tangan. Dapat digunakan untuk memastikan keaslian tulisan tangan seseorang. Bisa juga digunakan untuk mempelajari kepribadian, meski belum akurat.

Gratifikasi – Rasa senang karena keinginan yang terpenuhi

Group Therapy – Penanganan beberapa klien sekaligus yang bertemu secara teratur, di bawah bimbingan seorang terapis, bertujuan mendapatkan bantuan atas suatu masalah atau untuk mengejar perubahan pribadi.

Groupthink – Sikap kelompok yang menganggap kelompoknya paling baik, menolak ide yang tidak cocok dengan kelompok, dan menjelek-jelekkan orang di luar kelompoknya.

H

Halo effect – Salah paham yang muncul ketika seseorang memiliki satu karakteristik kuat, sehingga mempengaruhi penilaian terhadap tindakannya. Contoh: pria tampan menggendong anak disebut suami idaman, pria berwajah mirip kertas amplas bila menggendong anak dituduh pedofil.

Halusinasi – Merasakan/mendengar/melihat sesuatu yang tidak dialami orang lain di tempat yang sama, tanpa ada stimulus yang jelas. Dapat disebabkan oleh gangguan kejiwaan, obat-obatan, atau deprivasi sensorik.

Halusinogen – Sebutan untuk zat-zat kimia yang, bila disuntikkan dalam tubuh, dapat menyebabkan halusinasi.

Hardiness – Dalam psikologi, hardiness adalah kemampuan beradaptasi dengan perubahan dan stres yang tiba-tiba atau tidak terduga. Dalam kehidupan sehari-hari, orang dengan hardiness tinggi mampu mempertahankan kontrol diri, emosi, dan tingkat aktivitas yang tinggi.

Hawthorne Effect – Perubahan perilaku seseorang saat mengetahui mereka sedang diamati atau diawasi.

Hedonisme – Keyakinan bahwa kesenangan adalah baik dan merupakan tujuan dari semua aktivitas manusia.

Hereditas – Warisan biologis orang tua. Contoh: warna kulit, warna mata, kontur wajah, dsb.

Hermeneutika – Dalam psikologi adalah interpretasi perilaku, ucapan, dan penulisan dan kaitannya dengan makna dan intensi.

Heteroseksual – Ketertarikan seksual terhadap lawan jenis.

Heuristika – Mengambil keputusan dengan cara paling cepat dan praktis. Hasilnya kurang sempurna, namun cocok untuk keputusan jangka pendek atau darurat. Contoh: trial and error, atau menebak secara terukur.

Hierarki Kebutuhan – Piramida urutan kebutuhan manusia menurut derajat kepentingannya. Dipopulerkan oleh Abraham Maslow.

Himpsi (Himpunan Psikologi) – Perhimpunan Psikolog, Ilmuwan Psikologi, dan Sarjana Psikologi di Indonesia.

Hipomanik – Episode dalam gangguan bipolar II. Dicirikan dengan suasana hati yang meningkat, riang tanpa sebab, mudah marah, kurang tidur, bicara cepat, dan mendadak memiliki bermacam-macam ide. Hipomanik dapat pula diikuti dengan pengambilan keputusan yang berbahaya atau tidak logis.

Hipotimia adalah menumpulnya respons emosi. Sering ditemukan pada individu yang mengalami depresi.

Hipotesa – Dugaan/terkaan/tebakan seorang peneliti sebelum penelitian dilakukan. Hipotesa haruslah didasari oleh teori.

Histeria adalah perilaku tak terkontrol yang didasari oleh emosi intens. Termasuk dalam gejala kelainan konversi, disosiatif, dan kelainan kepribadian histrionik.

Histrionik, Gangguan Kepribadian – Perilaku maladaptif yang dicirikan dengan bersikap *overacting*, lebay, drama, emosi tidak stabil.

Homeostasis – Upaya mencapai titik keseimbangan dalam bentuk fisiologis, psikologis, sosial, dan ekologis.

Homoseksual – Ketertarikan seksual dan romansa terhadap sesama jenis.

Holtzman, Teknik inkblot – Tes proyektif yang digunakan untuk penilaian karakteristik kepribadian.

Hostilitas – Perasaan marah atau dendam yang terus-menerus dikombinasikan dengan keinginan kuat untuk meluapkannya.

Horney, Karen – Psikolog Amerika Serikat kelahiran Jerman, merupakan salah satu pelopor psikoanalisa. Ikut mendirikan Institut Psikoanalisa Amerika.

Hukum Efek – Prinsip efek dari Edward Thorndike, yang menyebut bahwa perilaku yang memberi kepuasan cenderung lebih mudah diulangi dibandingkan yang memberi efek tidak menyenangkan.

Humanistik, Pendekatan – Suatu pendekatan keilmuan yang menekankan pentingnya penilaian positif terhadap manusia.

Humanistik, Psikologi – Aliran psikologi yang menekankan bahwa setiap orang itu unik dan mampu mengendalikan takdirnya sendiri.

Humor – Kecakapan mental dalam menemukan, mengekspresikan, atau mengapresiasi hal yang lucu atau tidak masuk akal.

Hiperaktif – adalah aktivitas motorik yang berlebihan dan sulit terkontrol, dicirikan dengan tidak mampu duduk diam, memotong pembicaraan, dan sulit berkonsentrasi.

Hipnosis – Penyempitan kesadaran sementara, membawa subyek berada di alam bawah sadar.

Hipnotis – Pelaku hipnosis.

Hipokondriasis – Gangguan kejiwaan yang dicirikan dengan perilaku sehat yang berlebihan. Menganggap gangguan kesehatan sedikit sebagai gejala sakit parah.

Hyperphagia – Kecenderungan patologis untuk makan berlebihan. Dapat disebabkan oleh gangguan psikologis, tapi bisa juga disebabkan oleh sebab fisik.

Hyperthymia – atau hipertimia, Respons emosional berlebihan; ini sering terjadi selama episode mania atau hipomanik.

I

Id – Dalam teori psikoanalisa, merupakan lapisan kesadaran paling primitif dan tidak sadar.

Identifikasi (defense mechanism) – Menirukan *trait* dari orang lain yang menyakitinya, dan melampiaskannya ke orang lain. e.g.: anak disiksa orang tua, di sekolah melampiaskannya dengan cara mem-*bully*.

Identitas – gambaran seseorang terhadap siapa dirinya.

Identitas etnis – Merasa menjadi bagian dari suatu kelompok etnis.

Identitas ego – bagian dari superego yang berupa kombinasi narsisme masa kanak-kanak dan idealisme yang didapat dari orang tua.

Identitas Gender – karakteristik yang harus dimiliki bila seseorang mempunyai jenis kelamin tertentu. Misal: gagah, pemberani, dan tegas adalah identitas laki-laki. Lembut, gemulai, dan santun adalah identitas perempuan.

Identitas Gender, Gangguan – Kondisi ketika identitas gender berbeda dengan jenis kelamin yang ia miliki.

Imitasi – Tindakan meniru orang lain. Dikenal juga dengan modeling atau social learning.

Impulsif – Bertindak spontan tanpa berpikir.

Imprint – Jenis karakteristik belajar yang terjadi ketika masa awal belajar. Erat kaitannya dengan *attachment*.

Incest – Hubungan seksual dengan orang yang masih memiliki pertalian darah, seperti seks antara orang tua dan anak, atau seks antar saudara.

Individu – Seseorang.

Industri, Psikologi – Cabang ilmu psikologi yang fokus pada psikologi di tempat kerja, dan menanganinya menggunakan prinsip-prinsip psikologi.

Insanity Defense – Pembelaan diri yang dilakukan dalam pengadilan, dengan alasan saat kejadian pelaku mengalami gangguan kejiwaan.

Insomnia – Sulit tidur atau mudah terbangun. Bisa disebabkan nutrisi yang tidak seimbang atau banyak masalah.

Insting – Sebuah perilaku yang diturunkan secara genetik, muncul ketika menghadapi suatu stimulus atau kejadian.

Intelligence Quotient – Pengukuran inteligensi menggunakan tes yang terstandar.

Inteligensi – Kecakapan dalam nalar, menyelesaikan masalah, kecepatan belajar, dan kemampuan mengingat sesuatu.

Intervensi krisis – Psikoterapi yang dilakukan setelah krisis terjadi, untuk mencegah respon yang tidak diinginkan.

Inventori – Jenis survei atau kuesioner yang digunakan untuk mengukur responden. Yang diukur di antaranya: kepribadian, gejala sindrom, perilaku, persepsi, dan lain sebagainya. Tidak ada jawaban benar/salah di inventori: setiap jawaban memberi makna tersendiri.

Inventori minat – Tes untuk mengukur keinginan seseorang untuk bidang atau aktivitas tertentu.

Irrasional – Tidak masuk akal.

Isolasi – Mengelompokkan pengalaman-pengalaman yang terjadi lalu memisahkan perasaan yang lekat terhadap pengalaman tersebut, sehingga pengalaman itu dapat diingat tanpa mengganggu *mood*.

J

Jenius – Seorang dengan bakat atau kecerdasan tingkat tinggi.

Judi patologis – Keinginan kuat untuk berjudi, terus menerus tanpa peduli masalah yang akan timbul.

Jung, Carl G. – Psikiater sekaligus pelopor psikoanalisa.

K

Karakter – Bagian kepribadian yang personal dan khas, berbeda pada setiap orang.

Katarsis – Proses melepaskan perasaan yang dipendam. Biasanya dalam bentuk agresi dan menangis histeris.

Kebiasaan – Pola perilaku yang biasanya diulang tanpa memerlukan keputusan sadar.

Kecemasan – Ketakutan irrasional yang muncul saat membayangkan kejadian yang belum terjadi, memori di masa lalu, dan keraguan terhadap diri sendiri.

Kecemasan kastrasi – Menurut Tahapan Perkembangan Psikoseksual Freud, kecemasan kastrasi adalah ketakutan yang dialami bocah laki-laki di

tahap falik yang disebabkan oleh ketakutan bahwa ayahnya akan menghukumnya jika ayahnya mengetahui bahwa sang anak ini tertarik terhadap ibunya.

Kecerdasan emosional – Kemampuan memahami dan mengendalikan emosi diri sendiri, bertindak dengan tenang dan penuh pertimbangan.

Kecerdasan Mengkristal – Lihat *Crystallized Intelligence*.

Kegagalan Konsolidasi – Kegagalan menyimpan informasi dalam memori.

Kehendak bebas – Gagasan atau keyakinan bahwa setiap individu memiliki kemampuan untuk memilih tindakan mereka sendiri tanpa sepenuhnya ditentukan oleh kekuatan internal atau eksternal.

Kekuatan Koersif – Pengaruh yang diperoleh seseorang karena ia punya wewenang untuk menghukum.

Kelekatan – Ikatan emosional antara seseorang dengan orang lain. Ini terjadi karena figur lekat memberikan rasa aman, nyaman, dan memenuhi kebutuhan. Selengkapnya

Kelompok Eksperimen – Kelompok penelitian yang diberikan uji coba.

Kelompok Kontrol – Kelompok yang tidak diberikan uji coba. Kelompok ini berfungsi sebagai pembanding dengan kelompok eksperimen, untuk melihat ada perbedaan atau nggak. Kalau ada perbedaan, berarti uji coba telah memberikan suatu dampak.

Kelompok, Terapi – Terapi yang dilakukan secara bersama-sama oleh dua orang atau lebih. Dibimbing oleh terapis, dengan tujuan untuk mengubah diri.

Keluarga – Dua orang atau lebih yang terikat secara genetik, pernikahan, adopsi, atau karena persetujuan bersama.

Keluarga disfungsi – Keluarga yang hubungan antar satu sama lainnya saling mengurangi kesehatan fisik dan mental.

Kenakalan remaja – Perilaku antisosial kronis yang dilakukan oleh usia 18 tahun ke bawah. Perilaku yang dilakukan di luar kendali orang tua dan melanggar hukum.

Kepribadian Ganda – Lihat gangguan identitas disosiatif.

Kepunahan – Penghapusan suatu respon terkondisi dengan berhenti memberi penguat/reinforcement/stimulus.

Kesadaran – Merasakan keberadaan diri sendiri dan dunia di sekitar.

Ketertarikan – Lihat di sini.

Ketidakseimbangan kimiawi – Adalah gagasan bahwa senyawa kimia tertentu di otak terlalu sedikit atau terlalu banyak, mengakibatkan gangguan mental seperti skizofrenia atau bipolar. Teori lain percaya bahwa gangguan ada lebih dulu baru diikuti ketidakseimbangan, sehingga, dalam teori ini, perubahan suasana hati, mengubah bahan kimia kita, alih-alih bahan kimia yang mengubah suasana hati kita.

Ketidaksadaran Kolektif – Menurut Jung, ketidaksadaran kolektif adalah isi pikiran bawah sadar yang diturunkan dari generasi ke generasi pada semua manusia. Termasuk di dalamnya adalah insting bertahan hidup.

Kesadaran kelompok – Kesadaran kolektif atau pengalaman yang disepakati suatu kelompok.

Kleptomania – Gangguan kendali perilaku yang ditunjukkan dengan mencuri.

Klinis, Psikologi – Bidang terapan psikologi yang fokus pada diagnosa dan penanganan gangguan kepribadian, emosi, dan perilaku.

Kognisi – Adalah proses menerima, memproses, menyimpan, dan menggunakan informasi.

Kohesivitas kelompok – Kelekatan suatu kelompok. Kohesivitas tinggi dicirikan dengan kekompakan dan aktivitas yang terkoordinir.

Komparatif, Psikologi – Cabang ilmu psikologi eksperimen, fokus pada perbandingan perilaku hewan dengan perilaku spesies lain, dalam hal ini, manusia.

Kompetisi – Situasi adaptif ketika keinginan satu orang bersinggungan dengan keinginan orang lain.

Kompleks Inferioritas – Gangguan psikologis yang muncul ketika seseorang merasa tidak mampu memenuhi kebutuhannya untuk berkembang. Perasaan ini begitu kuat hingga mengganggu kehidupan sehari-hari. Selengkapnya.

Kompulsi – Tindakan tak tertahankan yang dihasilkan dari obsesi. Biasanya tindakan kompulsif dilakukan untuk meringankan ketidaknyamanan yang diciptakan oleh obsesi.

Konduksi, Gangguan – Perilaku antisosial pada anak yang dicirikan dengan tindakan agresif, suka membahayakan orang lain, benda-benda, atau organisme lain. Termasuk di dalamnya: berbohong, mencuri, dan berkelahi.

Konformitas – Adaptasi pola pikir dan perilaku yang dilakukan seseorang, agar diterima kelompok.

Konservasi – Pemahaman bahwa suatu benda tetap sama bahkan ketika bentuknya diubah (pasir tetaplah pasir walaupun dibentuk seperti istana). Biasanya muncul di periode akhir masa kanak-kanak.

Konstansi Gender – Saat ketika anak sadar bahwa jenis kelaminnya sudah tetap dan tidak bisa diubah.

Konseling, Psikologi – Bidang psikologi yang berfokus pada pengembangan potensi individu dalam keseharian mereka. Digunakan pada individu normal bermasalah.

Konsolidasi – Perubahan fisiologis di otak terkait dengan penyimpanan memori.

Konsumen, Psikologi – Bidang psikologi yang mempelajari perilaku pengguna produk/jasa berdasarkan reaksi mereka terhadap iklan dan pemasaran.

Konteks Memori Dependen – Adalah teori bahwa informasi yang dipelajari dalam situasi atau tempat tertentu akan lebih mudah diingat bila dalam situasi atau tempat yang sama.

Konvergen – Kemampuan memilih satu solusi berdasarkan pengetahuan dan logika.

Korelasi – Sejauh mana dua atau lebih variabel terkait satu sama lain. Korelasi mengacu pada arah bahwa variabel bergerak tapi tidak selalu mewakili sebab dan akibat.

Koefisien Korelasi – Adalah statistik atau angka yang mewakili sejauh mana dua atau lebih variabel terkait. Sering disingkat 'r.'

Korelasi Kanonik – Sebuah metode korelasional yang digunakan ketika meneliti dua variabel X dan dua variabel Y. Bisa lebih.

Korelasional – Metode penelitian yang membandingkan kemiripan dua perilaku dan hubungan keduanya.

Kreativitas – Kemampuan menemukan ide yang unik tak biasa, ditujukan untuk menyelesaikan masalah, menciptakan produk, atau karya seni. Lebih lanjut.

Kultus – Kelompok sosial terorganisir yang perilakunya dikendalikan secara total oleh satu pemimpin.

Kurva Lupa – Pola umum atas menghilangnya informasi pada otak.

L

Learned Helplessness – Atau ketidakberdayaan yang dipelajari, adalah pikiran bahwa apapun yang dilakukan tidak akan mengubah keadaan.

Learning Disability – Atau gangguan belajar, adalah gangguan yang menyebabkan masalah berbicara, mendengarkan, menulis, dan berhitung.

Libido – Istilah yang digunakan Freudian untuk menyebut energi seksual.

Lingkungan – Kondisi fisik, sosial, dan budaya yang memengaruhi perkembangan dan perilaku individu

Lintas budaya, Psikologi – Cabang ilmu psikologi yang mempelajari perilaku masyarakat di suatu budaya.

Locus of control – Atau lokus kendali, adalah keyakinan seseorang tentang siapa yang mengendalikan nasibnya. Bila locus of controlnya eksternal, berarti dia yakin nasibnya dikendalikan oleh kekuatan lain. Bila locus of controlnya internal, berarti dia yakin nasibnya dikendalikan diri sendiri.

M

Makan, Gangguan – Ketidakinginan untuk makan, disebabkan takut gemuk dan salah persepsi tentang makan membuat gemuk. Termasuk di dalamnya adalah bulimia dan anorexia nervosa.

Marah – Satu dari lima emosi primer: takut, benci, senang, dan sedih.

Masa Kanak-kanak – Periode antara kelahiran hingga masa remaja, di mana seseorang berkembang secara fisik, mental, maupun kemampuan sosial.

Masturbasi – Memberi rangsangan pada kelamin demi mendapatkan kepuasan seksual.

Mekanisme Pertahanan – Proses menghindari atau mengurangi perasaan yang negatif, seperti takut, malu, atau cemas. Dilakukan tanpa sadar.

Mimpi – Kilasan gambar, perasaan, atau pikiran yang terjadi saat tidur.

Modifikasi Perilaku – Perlakuan yang mengganti perilaku tidak diinginkan dengan perilaku yang diinginkan, melalui proses penguatan (*reinforcement*) positif dan/atau negatif.

Motorik Halus, Kecakapan – Kemampuan mengontrol jari, tangan, dan lengan.

Motorik Kasar, Kecakapan – Kemampuan mengontrol otot-otot besar, Terlihat mampu berjalan, duduk, atau merangkak.

N

Nilai kritis – Sebuah nilai statistik yang diperlukan sebagai syarat untuk menyebut hasil penelitian signifikan atau tidak.

Norma – Kesepakatan masyarakat mengenai boleh tidaknya suatu perilaku dilakukan.

Normal bermasalah – Istilah psikologi klinis untuk individu yang mengalami gangguan, namun masih tahap normal. Contoh: marah, cemas, takut, tertekan.

O

P

Partisipan – Orang yang mengikuti penelitian. Tindakannya diamati untuk kemudian dianalisa sehingga menjadi hasil penelitian.

Pemikiran Konvergen – Adalah pemikiran berdasarkan logika yang mengarah pada satu jawaban.

Pendidikan, Psikologi – Cabang ilmu psikologi yang mempelajari proses pendidikan dan metode belajar-mengajar.

Pengendalian Impuls, Gangguan – Gangguan psikologia yang dicirikan dengan tidak mampu menahan diri melakukan sesuatu yang membahayakan.

Perilaku – Aksi atau reaksi terhadap stimuli yang muncul dari luar atau dalam (pikiran).

Perkembangan Anak – Ilmu yang mempelajari pola tumbuh kembang anak dari lahir hingga remaja atau dewasa.

Perkembangan Emosi – Fase ketika anak belajar memahami, mengekspresikan, dan mengalami emosi.

Perkembangan, Psikologi – Cabang ilmu psikologi yang membahas mengenai perubahan perilaku manusia dan kaitannya dengan perkembangan tubuh dan usia.

Perilaku Instrumental – Perilaku yang ditunjukkan seseorang ketika menghadapi stimulus tertentu.

Periode kritis – Sebuah rentang waktu optimal, di mana harus ada sebuah kejadian/pengalaman tertentu agar organisme dapat berkembang dengan baik.

Perawatan interdisipliner – Adalah rencana perawatan seorang pasien yang akan dilakukan oleh beberapa bidang kesehatan sekaligus.

Proyeksi – Melampiaskan perasaan negatif yang didapat kepada orang lain. e.g.: karena kesal dapat nilai jelek, lalu marah-marah pada pacar. Termasuk dalam *defense mechanism*.

R

Rasionalisasi – Menyangkal keinginan terpendam dengan menciptakan alasan yang masuk akal. Perlu diperhatikan ada **penyangkalan**. e.g.: sakit hati karena ditolak cintanya, lalu mengatakan ke orang lain bahwa dia sebenarnya tidak terlalu suka pada gebetan tsb.

Reaksi Formasi – Melepaskan perasaan yang direpresi dengan perilaku yang sama sekali berbeda. e.g.: menyukai seseorang namun melampiaskannya dengan menjahili atau mengganggu. Tergolong *defense mechanism*.

Reaksi Konversi – Istilah bila gangguan fisik muncul namun tidak ada sebab fisiologis. Dipopulerkan oleh Sigmund Freud.

Regresi (defense mechanism) – Perilaku yang terjadi ketika kebutuhan pada masa perkembangan awal tidak cukup. e.g.: menghisap jempol akibat kurang diberi ASI eksklusif saat fase oral.

Regresi linear (statistik)

Reinforcement berkelanjutan – Pemberian penguatan setiap kali perilaku tertentu terjadi.

Represi – Memendam dan melupakan perasaan menyakitkan. Perasaan itu tersimpan ke alam bawah sadar, pada akhirnya akan muncul kembali lewat jalur berbeda. Tergolong dalam *defense mechanism*. Lihat juga.

Resolusi Konflik – Proses meredakan perbedaan pendapat dan menemukan jalan tengah bagi kedua pihak. Bidang studi yang mempelajari dan menerapkan cara meredakan konflik interpersonal dan antar kelompok.

Respon Terkondisi – Sebuah respon yang telah dimodifikasi dengan *classical conditioning*.

Respon Tertunda – Sebuah respon yang baru muncul beberapa waktu setelah stimulus terkondisi tidak dilakukan. Termasuk *classical conditioning*.

Retardasi Budaya-Keluarga – Retardasi mental ringan yang disebabkan lingkungan dan keluarga, Termasuk sebab retardasi keluarga: nutrisi ibu saat hamil, sakit di keluarga, dan jarak kelahiran.

S

Sensitisasi Tertutup – Metode menghilangkan suatu perilaku dengan memperlihatkan akibat buruk perilaku tersebut berulang-ulang.

Sibling rivalry – Rasa iri ketika saudara mendapat perhatian dan kasih sayang dari orang tua. Rentan terjadi pada anak-anak.

Sikap – Perasaan, kepercayaan, dan atau opini yang menyatakan setuju/tidak setuju terhadap sesuatu.

Stimulasi – Dorongan, rangsangan.

Stimulus Terkondisi – Rangsangan yang sengaja diciptakan, dengan tujuan “mengeluarkan” respon tertentu pada seseorang/organisme lain. Terkait dengan *classical conditioning*.

Studi kasus – Meneliti dengan cara memperhatikan individu atau kelompok tertentu.

Sublimasi – Menyalurkan emosi negatif yang didapat dengan melakukan kegiatan positif. e.g.: menyalurkan rasa marah dengan cara berolahraga. Termasuk *defense mechanism*

Supresi – Melawan perasaan negatif dengan cara menggantinya menjadi pikiran positif. Termasuk dalam *defense mechanism*.

T

Takut – Perasaan yang kuat, memunculkan niat untuk lari, kabur, atau menghindar.

Teori Belajar – Teori tentang bagaimana manusia belajar dan memodifikasi pikiran serta perilakunya.

Terapan, Psikologi – Adalah cabang ilmu psikologi yang fokus menerapkan teori-teori dan penelitian ke kehidupan nyata.

Terapi Keluarga – Terapi bersama yang dilakukan dua orang atau lebih dalam satu keluarga. Tujuannya memperbaiki pola komunikasi dan interaksi yang tidak sehat.

Terapi Obat – Penggunaan obat untuk mengobati penyakit mental.

Terapi Paparan – Atau *exposure therapy* atau *flooding*, adalah terapi menghilangkan ketakutan dengan cara seseorang dihadapkan dengan hal yang ia takutkan. Dilakukan secara bertahap dan dalam situasi yang aman.

Terapi perilaku – Terapi yang meyakini bahwa gangguan perilaku dan emosi terjadi karena respon yang maladaptif, dan dapat diperbaiki dengan sejumlah latihan.

Tertarik (interpersonal) – Sikap yang menyenangkan terhadap, atau rasa suka kepada, orang lain.

Tes bebas budaya – Tes psikologi yang dapat dimengerti oleh orang dari negara dan budaya apapun.

Trans Disosiatif – Perasaan trans seolah diri terpisah dari raga. Terjadi ketika sangat khusyuk dalam melakukan suatu ritual atau upacara yang bersifat spirit dan keagamaan.

U

Uji hipotesa – Metode yang dilakukan peneliti untuk membuktikan kebenaran hipotesa.

V

Validitas Konstruk – Validitas alat ukur. Validitas konstruk berguna untuk memastikan apakah alat ukur yang sedang dibuat benar-benar mengukur variabel konstruk yang ingin diukur.

Validitas Konten – Kemampuan perangkat pengukuran untuk digeneralisasi ke seluruh konten dari apa yang sedang diukur.

Variabel Konstan – Adalah variabel yang tetap sama sepanjang penelitian berlangsung.

Variabel Konstruk – Adalah setiap variabel yang tidak dapat diamati secara kasat mata, sehingga pengukurannya melalui metode tidak langsung. (Contoh: kecerdasan, motivasi)

Variabel Pengganggu – Variabel apapun yang bukan bagian dari studi penelitian tetapi masih berpengaruh pada hasil penelitian

Verbal – Berhubungan dengan kata-kata dan suara.