

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Tinjauan Tentang Sosiophobia dan Katagelophobia

Istilah “phobia” berasal dari kata “phobi” yang artinya ketakutan atau kecemasan yang sifatnya tidak rasional yang dirasakan dan dialami oleh seseorang. Phobia merupakan suatu gangguan yang ditandai oleh ketakutan yang menetap dan tidak rasional terhadap suatu obyek atau situasi tertentu.

Fobia adalah bagian dari masalah kejiwaan Psychasthenia, yaitu istilah yang digunakan oleh Yanet terhadap beberapa kegoncangan yang bersifat paksaan, yang berarti bahwa kurangnya kemampuan jiwa untuk tetap dalam integritas yang wajar (biasa).⁹

Menurut aliran behaviorisme adalah semacam belajar bersyarat, di mana kemampuan untuk mengadakan respons dari perangsang asli yang wajar, berpindah kepada beberapa keadaan yang berhubungan dengan perangsang asli dalam peristiwa lama yang telah dilalui oleh fobik pada masa kanak-kanaknya dulu, akibat dari hubungan itu maka perangsang yang tidak asli (bersyarat) memperoleh sifat-sifat dari perangsang asli, maka ia melakukan apa yang dilakukan oleh perangsang asli. Oleh karena belajar bersyarat mempunyai keistimewaan, di mana hubungan antara perangsang asli dan perangsang kodrati

⁹ Musthafa Fahmi, *Kesehatan Jiwa Dalam Keluarga, Sekolah dan Masyarakat*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1997), h. 87.

tidak perlu jelas dalam pikiran orang yang belajar itu, maka ada kemungkinan fobik akan mengadakan respon terhadap perangsang-perangsang yang menyerupai perangsang bersyarat, tanpa mengetahui hubungan antara perangsang-perangsang tersebut dengan perangsang asli¹⁰.

Para psikopatolog mendefinisikan fobia sebagai penolakan yang mengganggu yang diperantarai oleh rasa takut yang tidak proporsional dengan bahaya yang dikandung oleh obyek atau situasi tertentu yang diakui oleh si penderita sebagai sesuatu yang tidak berdasar.¹¹

Dalam istilah yang berbeda fobia biasa disebut dengan kecemasan. Menurut Sigmund Freud kecemasan adalah suatu keadaan perasaan afektif yang tidak menyenangkan yang disertai dengan sensasi fisik yang memperingatkan orang terhadap bahaya yang akan datang. Keadaan yang tidak menyenangkan itu sering kabur dan sulit menunjuk dengan tepat, tetapi kecemasan itu sendiri selalu dirasakan.

Kecemasan berfungsi sebagai mekanisme yang melindungi ego karena kecemasan memberi sinyal pada kita bahwa ada bahaya dan kalau tidak dilakukan tindakan yang tepat maka bahaya itu akan meningkat sampai ego dikalahkan.

Kecemasan adalah suatu keadaan yang tegangan dan merupakan suatu dorongan seperti lapar dan seks. Perbedaannya adalah kecemasan tidak muncul dari kondisi jaringan di dalam tubuh, seperti halnya lapar dan seks, melainkan

¹⁰ Ibid, h.88.

¹¹ Gerald Davison dkk, *Psikologi Abnormal* (Jakarta: Raja grafindo Persada, 2006), h. 183.

aslanya ditimbulkan dari oleh sebab-sebab dari luar. Apabila timbul kecemasan, ia akan memotivasikan individu untuk melakukan sesuatu. Individu bisa lari dari daerah yang mengancam, menghalangi impuls yang membahayakan atau menuruti suara hati.

Cemas adalah inti dari semua kesukaran kejiwaan yang diderita oleh manusia, yang mendorongnya kepada situasi yang menyulitkan dan yang menyebabkannya bertindak laku dengan cara yang mengejutkannya dan mengejutkan orang lain.

Perasaan dan sikap tersebut merusak kehidupannya dan menyebabkannya merasa seolah-olah beban berat tertimpa di atas kepalanya.¹²

Menurut kodrat jiwa manusia, ia berusaha menguasai kecemasan tersebut dan melepaskan diri dari padanya, sehingga dapat mempertahankan dirinya dengan penyesuaian dan keserasian terutama untuk ketenangan jiwanya.

Kecemasan yang tidak dapat ditanggulangi dengan tindakan yang efektif disebut traumatik. Ia akan menjadikan individu dalam keadaan tidak berdaya, serba kekanak-kanakan¹³.

Fobia bisa digolongkan menjadi 2 macam yaitu :

1. Fobia Spesifik.

¹² Musthafa Fahmi, *Kesehatan Jiwa Dalam Keluarga, Sekolah dan Masyarakat jilid II* (Jakarta: Bulan Bintang), h. 40.

¹³ Yustinus Semiun, *Teori Kepribadian dan Terapi Psikoanalitik Freud*, (Yogyakarta, Kanisius, 2006), h. 89.

Fobia jenis ini merupakan jenis fobia yang sering terjadi. Contoh dari fobia ini misalnya takut pada binatang, takut pada ketinggian dan sebagainya. Penderita fobia spesifik biasanya mengatasi ketakutannya dengan cara menghindari benda atau keadaan yang membuatnya takut.

2. Fobia Sosial

Fobia jenis ini biasanya si penderita akan mengalami kecemasan yang berlebihan jika berhadapan dengan situasi sosial atau menghadapinya dengan penuh tekanan¹⁴.

Ketakutan yang ditunjukkan dengan keringat berlebihan atau memerahnya wajah merupakan hal jamak. Berbicara atau melakukan sesuatu di depan publik, makan di tempat umum, menggunakan toilet umum, atau hampir semua aktivitas lain yang dilakukan di tempat yang terdapat orang lain dapat menimbulkan kecemasan. Orang yang menderita fobia sosial sering kali bekerja dalam pekerjaan atau profesi yang jauh di bawah kemampuan atau kecerdasan mereka karena sensitivitas sosial yang mereka alami sangat merugikan secara emosional. Lebih baik mengerjakan pekerjaan bergaji rendah daripada setiap hari berhadapan dengan orang lain dalam pekerjaan yang lebih berharga.

Meskipun tidak ada bukti ilmiah penyebab sesungguhnya dari fobia sosial, kita tahu bahwa ada orang-orang dengan karakteristik tertentu dan kepribadian

¹⁴ <http://shofamarwa.multiply.com/journal/item/31/FOBIA>, diunduh Selasa, 19 Januari 2011, jam 12.40 WIB

yang lebih rentan. Ada juga beberapa keadaan khusus yang dapat memicu fobia sosial dalam diri seseorang.

Ada beberapa penyebab yang berbeda dan banyak faktor risiko khususnya di masa kanak-kanak dan remaja, tapi ada pohon penyebab utama fobia sosial yang telah teridentifikasi dalam banyak kasus:

1. Faktor Keturunan

Dalam banyak kasus individu dan anak di mana mereka orang tua memiliki kecemasan sosial cenderung memiliki fobia sosial juga karena kode genetik mereka, tetapi tidak berarti bahwa penyebab fobia sosial yang terjadi pada setiap orang harus sama persis. hal ini dapat diatasi dengan perawatan yang tepat terutama pada usia dini.

2. Fator lingkungan

Masa anak-anak adalah masa dimana seseorang sangat rentan terhadap lingkungan di mana ia tinggal, banyak nilai-nilai yang diperoleh juga perilaku dan keyakinan yang dalam beberapa hal yang salah. Jika seorang anak tinggal di sebuah keluarga di mana mereka menghindari kegiatan sosial, dengan otoritas orang tua yang tidak membiarkan anak memberikan pendapatnya atau orang tua terlalu protektif dan memiliki perasaan malu, maka hal itu dapat menyebabkan fobia sosial pada anak.

3. Faktor Neruological

Ada juga banyak kasus di mana suatu ketidakseimbangan kimia di otak menyebabkan fobia sosial, hal ini disebabkan distribusi

ketidakseimbangan serotonin dalam sel otak. Ketika ini terjadi situasi sosial yang normal dapat dilihat sebagai menakutkan oleh individu.

Ada juga gagasan amygdale, penyebab terjadinya fobia menurut beberapa ilmuwan, dikarenakan amygdale yang mengatur respon terhadap rasa takut, jadi jika itu adalah lebih reaktif Anda akan mengembangkan fobia sosial.

1. Pengertian Sosiophobia

Sosiophobia atau fobia sosial adalah ketakutan menetap yang tidak rasional yang umumnya berkaitan dengan keberadaan orang lain.¹⁵ Fobia sosial ini umumnya bermula pada masa remaja dan menghambat pembentukan hubungan persahabatan dengan teman-teman sebaya.

Fobia sosial ketakutan intens melibatkan situasi sosial tertentu - terutama situasi yang asing atau di mana seseorang merasa akan dipantau atau dievaluasi oleh orang lain. Situasi sosial begitu membuat seseorang ketakutan dan berpikir untuk pergi atau berusaha keras menghindari mereka. Yang mendasari gangguan kecemasan sosial adalah takut dikritisi, dihakimi, atau malu di depan umum. Takut bahwa orang akan berpikir buruk tentangnya atau sampai dibandingkan dengan orang lain. Gangguan kecemasan sosial sebenarnya cukup umum. Banyak orang yang mengalami ketakutan ini.¹⁶

¹⁵ Gerald Davison, psikologi abnormal, h. 185.

¹⁶ http://helpguide.org/mental/social_anxiety_support_symptom_causes_treatment, diunduh Kamis, 5 Mei 2011, jam 05.27 WIB

Individu yang menderita fobia sosial biasanya mencoba menghindari situasi situasi di mana ia mungkin dinilai dan menunjukkan tanda-tanda kecemasan atau berperilaku secara memalukan.

Studi menunjukkan bahwa sebagian kecemasan kasus cenderung mulai sekitar usia enam dan sebelum usia dua puluh¹⁷.

Keadaan yang sering memicu terjadinya kecemasan pada penderita Fobia sosial adalah :

- a. Berbicara di depan umum
- b. Tampil di depan umum
- c. Takut makan di tempat umum
- d. Takut menulis di depan umum
- e. Takut berbicara dengan orang asing atau orang yang baru dikenal
- f. Takut bergabung dengan kelompok sosial
- g. Takut berhadapan dengan orang yang memiliki otoritas (kekuasaan, jabatan, pengaruh, dan lain-lain)
- h. Takut menjadi pusat perhatian
- i. Takut diawasi sambil melakukan sesuatu
- j. Takut dipanggil di dalam kelas
- k. Takut menggunakan kamar mandi umum
- l. Takut berbicara dalam rapat

¹⁷ <http://www.anxietyinamerica.com/social-anxiety-disorder.html>. diunduh Kamis, 5 Mei 2011, jam 05.58 WIB

m. Takut menghadiri pihak atau pertemuan sosial lainnya.¹⁸

Fobia sosial biasanya disertai dengan:

- a. Gejala jasmaniyah (fisiologis) yaitu : ujung-ujung anggota dingin (kaki dan tangan), keringat bercucuran, gangguan pencernaan, cepatnya pukulan jantung, tidur terganggu, kepala pusing, hilang nafsu makan dan pernapasan terganggu.
- b. Gejala kejiwaan antara lain, sangat takut, serasa akan terjadi bahaya atau penyakit, tidak mampu memusatkan perhatian, selalu merasa akan terjadi kesuraman, kelemahan dan kemurungan, hilang kepercayaan dan ketenangan, dan ingin lari dari menghadapi suasana kehidupan.¹⁹

Menurut Karen Horney, pobia disebabkan oleh tiga unsur, yaitu : rasa tidak berdaya, rasa permusuhan, dan rasa menyendiri. Adapun faktor-faktor tersebut timbul sebagai akibat dari :

- a. Tidak adanya rasa hangat dalam keluarga dan perasaan anak bahwa ia adalah anak yang ditolak, tidak disayangi, tidak dikasihi dan ia adalah makhluk lemah di tengah-tengah alam permusuhan, hal tersebut adalah faktor terpenting dalam kecemasan.
- b. Sebagaimana halnya dengan beberapa macam perlakuan yang diterima anak, telah menimbulkan kecemasan padanya, maka kekuasaan yang

¹⁸ <http://hubpages.com/hub/What-Causes-Social-Phobia>. diunduh, diunduh Kamis, 5 Mei 2011, jam 05.27. WIB

¹⁹ Musthafa Fahmi, *Kesehatan Jiwa Dalam Keluarga, sekolah dan Masyarakat*, h. 29.

langsung atau tidak langsung, tidak adanya keadilan, tidak menghargai anak, suasana keluarga yang bermusuhan, dan sebagainya, semua itu menimbulkan rasa cemas pada jiwa anak.

- c. Sebab ketiga dari terjadinya fobia sosial adalah lingkungan yang penuh dengan berbagai komplikasi dan pertentangan yang mengandung-macam-macam tekanan dan halangan. Semuanya itu menyebabkan si anak merasa bahwa ia hidup dalam alam yang kontradiksi penuh dengan penipuan, dusta, dengki, penghianatan, anak adalah makhluk yang tidak berdaya terhadap lingkungan yang kejam dan tak kenal ampun.

Dalam psikologi Moslow mengemukakan lima teori kebutuhan diantaranya:

1. Kebutuhan fisiologis
2. Kebutuhan akan rasa aman
3. Kebutuhan akan rasa kasih sayang
4. Kebutuhan akan penghargaan
5. Kebutuhan aktualisasi diri

Sebagai individu dan makhluk sosial, lima macam kebutuhan tersebut tidak bisa terlepas. Harga diri dan aktualisasi diri adalah sesuatu yang merupakan kebutuhan setiap orang dan terasa mulai dari tingkat yang rendah hingga tinggi. Terutama bagi peserta didik di usia remaja,

Kebutuhan untuk dihargai ini di dalam kehidupan bermasyarakat mempunyai pengaruh yang sangat besar terhadap perilaku seseorang dan

mendorong untuk melakukan bermacam-macam hal demi mendapatkan penghargaan dari orang lain.

Individu yang mempunyai harga diri rendah diliputi kekhawatiran tentang interaksi sosial dan tidak yakin akan keberhasilannya. Individu digambarkan mempunyai sifat-sifat depresif, terlalu lemah untuk melawan kekurangan diri, disibukkan oleh persoalan-persoalan pribadi, cenderung terisolir, tidak mampu mengekspresikan diri, dan peka terhadap kritik. Individu lebih pasif, pesimis, kurang percaya diri dalam interaksi sosial, cenderung menarik diri dari pergaulan sosial dan lingkungannya.

Coopersmith (1967) mengemukakan bahwa tidak terpenuhi kebutuhan akan harga diri menyebabkan munculnya perasaan tidak bahagia, kurang ekspresif, dan relatif mengalami kecemasan. Hal tersebut didukung oleh Fuhrman (1990) yang mengatakan bahwa seseorang yang tidak terpenuhinya kebutuhan harga dirinya akan merasa tidak aman dan cemas.

Menurut Hyatt (1993) perasaan cemas akan menyebabkan hambatan bagi proses belajar seseorang dalam banyak hal (dalam Humanitas, 2004.61). Kecemasan sosial (misalnya sekolah, perpisahan, perwujudan diri atau pengenalan diri sebagai pria atau wanita, interaksi sosial, prosedur medis) akan muncul ketika kita berfikir tentang sesuatu yang tidak menyenangkan akan terjadi, biasanya reaksi individu terhadap ancaman ketidaksenangan dan pengrusakan yang belum dihadapinya ialah menjadi cemas atau takut. Jika individu menghadapi ketidaksenangan terhadap lingkungan dapat dipastikan

individu tersebut akan mengalami kesedihan dan selanjutnya akan muncul reaksi kecemasan sosial.

Perubahan tersebut merupakan pemicu timbulnya kecemasan dalam kehidupan sosialisasi remaja. Karena aktualisasi diri adalah sesuatu yang merupakan kebutuhan setiap orang dan terasa mulai dari tingkat yang rendah hingga tinggi. Terutama bagi peserta didik di usia remaja.

Pertentangan-pertentangan tersebut terjadi pula karena perbedaan pendapat antara sekolah dan rumah apabila keduanya memberikan pengertian yang berlainan tentang penjelasan tujuan dan nilai-nilai penting dalam hidup. Horney mengatakan, 'betapapun wajah dan bentuk kecemasan, namun ia timbul dari sumber yang satu, yaitu perasaan individu bahwa ia lemah, tidak berdaya, ia tidak mengerti dirinya dan tidak mengerti orang lain dan ia hidup di tengah-tengah alam permusuhan yang kontradiksi'²⁰.

Dalam sebagian besar kelas terdapat minimal satu atau dua anak yang sangat pendiam dan pemalu. Sering kali anak-anak ini hanya akan bermain dengan anggota keluarga atau teman sebaya yang akrab, menghindari orang asing baik muda maupun tua.

2. Pengertian Katagelophobia

Katagelophobia adalah ketakutan intens sesuatu yang tidak menimbulkan bahaya yang sebenarnya.

²⁰ Ibid, h. 35.

Katagelophobia adalah ketakutan diejek/dicemooh, hal ini wajar terjadi manakala seseorang tersebut memiliki personaliti yang perfeksionis. Padahal, tidak ada sesuatu yang sempurna di dunia ini. Yang terpenting adalah kesungguhan.

Katagelophobia adalah sebuah kata panjang yang berarti takut diejek. Awalnya, ketika kita bertemu dengan seseorang yang memiliki fobia ini, kita mungkin percaya bahwa mereka pemalu. Namun, hal ini lebih jauh dari itu.

Katagelophobia adalah fobia sosial yang berakar pada pengalaman masa lalu lebih dari mungkin dari masa kanak-kanak, tetapi biasanya dapat berubah relatif sehat secara emosional. Namun, orang yang menderita Katagelophobia akan mengalami reaksi yang sangat intens untuk menghindari sebuah kritikan. Mereka belum cukup mampu untuk belajar mengendalikan harga diri yang diperlukan untuk menuju masa remaja dan dewasa.

Jika anak merasa terus-menerus dipermalukan semua jenis interaksi negatif tersebut dapat menyebabkan berkembangnya katagelophobia yang dapat mempengaruhi interaksi sosial yang merugikan.

Gejala Katagelophobia dapat berkisar dari ringan sampai kecemasan berat seperti mual, menggigil, berkeringat, pusing, sesak napas, jantung berdebar-debar dan serangan panik yang dapat menyebabkan masuk rumah sakit. Bahkan berpikir tentang berinteraksi dengan orang lain dapat mengakibatkan gejala-gejala kecemasan. Penderitaan fobia ini dapat mengganggu hubungan keluarga, hubungan sosial, dan keberhasilan karir.

Selain itu, Katagelophobia dapat menyebabkan masalah kesehatan. Jika ada juga yang terlibat dalam permasalahan narkoba yang intensif.

Seseorang dengan fobia ini harus mengakui bahwa masalah Katagelophobia serius menyakiti mereka, berkomitmen untuk mengubah dan mengakhiri penderitaannya.

B. Tinjauan Tentang Hasil Belajar Siswa

Belajar diartikan sebagai suatu proses yang terjadi karena adanya usaha untuk mengadakan perubahan terhadap diri manusia yang melakukan, dengan maksud memperoleh perubahan dalam dirinya, baik berupa pengetahuan, keterampilan atau sikap.

Belajar dapat terjadi karena manusia itu sendiri secara mandiri melakukan latihan-latihan dengan sengaja agar dirinya memiliki pengetahuan, keterampilan, ataupun sikap tertentu yang dapat dilakukan berdasarkan teori-teori yang telah dikuasai terlebih dahulu maupun secara trial and error²¹.

Kegiatan yang terjadi di dalam sekolah merupakan upaya yang sudah dirancang berdasarkan teori-teori belajar sehingga diharapkan tidak merupakan kegiatan coba-coba lagi yang dapat dievaluasi dan diukur tingkat keberhasilannya.

1. Pengertian Hasil Belajar

²¹ Suharsimi Arikunto, *Manajemen Pengajaran*, (Rineka Cipta), h. 20.

Secara etimologi hasil belajar terdiri dari dua kata yaitu hasil dan belajar. Menurut kamus bahasa Indonesia, hasil adalah suatu yang ada (terjadi) oleh suatu kerja, berhasil sukses.²² Sementara menurut R. Gagne berakhirmnya perbuatan belajar baik perubahan pengetahuan, sikap, maupun keterampilan, karena didorong dengan adanya suatu usaha dari rasa ingin terus maju untuk menjadikan diri menjadi lebih baik.

Penilaian pada dasarnya bertujuan untuk perkembangan hasil belajar siswa dan hasil mengajar guru. Informasi hasil belajar berupa kompetensi dasar yang sudah dipahami dan yang belum dipahami oleh sebagian besar siswa. Hasil belajar siswa digunakan untuk memotivasi siswa dan guru agar melakukan perbaikan dan peningkatan kualitas proses pembelajaran.

Perbaikan dan peningkatan kualitas pembelajaran dilakukan dalam bentuk program remedial dan pengayaan berdasarkan hasil evaluasi dan penilaian. Apabila dalam satu satuan waktu sebagian besar siswa belum mencapai tujuan pembelajaran atau kompetensi dasar, maka guru melaksanakan program remedial, sedang bagi siswa yang telah menguasai diberi program pengayaan. Jadi prinsip dasar kegiatan mengelola hasil penilaian adalah pemanfaatan hasil penilaian untuk meningkatkan kualitas pembelajaran. Hasil belajar siswa pada hakikatnya adalah perubahan tingkah laku sebagai hasil belajar dalam pengertian yang luas mencakup bidang kognitif, afektif, dan psikomotorik.

²² Hartono, *Kamus Praktis Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Rienika Cipta, 1996), h. 53.

Laporan belajar siswa mencakup aspek kognitif, aspek afektif dan aspek psikomotorik. Informasi aspek afektif dan psikomotor diperoleh dari sistem tagihan yang digunakan untuk mata pelajaran sesuai dengan tuntutan kompetensi dasar. Tidak semua mata pelajaran memiliki aspek psikomotor, hanya mata pelajaran tertentu yang dinilai aspek psikomotornya, yaitu melakukan kegiatan praktek di laboratorium atau bengkel. Informasi aspek afektif diperoleh melalui kuesioner atau pengamatan yang sistematis.

Hasil belajar aspek kognitif, psikomotor dan afektif tidak dijumlahkan karena dimensi yang diukur berbeda. Masing-masing dilaporkan sendiri-sendiri dan memiliki makna yang penting.

Ada orang yang memiliki kemampuan kognitif yang tinggi, kemampuan psikomotor cukup dan memiliki minat belajar yang cukup. Namun ada orang lain yang memiliki kemampuan kognitif cukup, kemampuan psikomotor tinggi. Bila skor kemampuan kedua peserta didik itu dijumlahkan, bisa jadi skornya sama, sehingga kemampuan kedua orang itu tampak sama walau sebenarnya karakteristik kemampuan mereka berbeda. Apabila skor kemampuan kognitif dan psikomotor dijumlahkan maka akan berakibat ada informasi yang hilang, yaitu karakteristik spesifik kemampuan masing-masing individu.

Di dunia ini ada orang yang kemampuan berpikirnya tinggi, tetapi kemampuan psikomotornya rendah. Agar sukses, orang ini harus bekerja pada bidang pekerjaan yang membutuhkan kemampuan berpikir tinggi dan tidak

dituntut harus melakukan kegiatan yang membutuhkan kemampuan psikomotor yang tinggi.

Oleh karena itu, laporan hasil belajar, selain muncul skor juga muncul keterangan tentang penguasaan siswa terhadap materi yang telah dipelajari. Dengan demikian pada laporan itu selain ada ketentuan lulus atau tidak lulusnya seorang siswa juga ada keterangan materi apa saja yang sudah dikuasai dan materi apa saja yang belum dikuasai siswa.

Indikator yang dijadikan tolok ukur dalam menyatakan bahwa suatu proses belajar mengajarkan dikatakan berhasil, berdasarkan ketentuan kurikulum yang disempurnakan, dan saat ini yang digunakan adalah:

Daya serap terhadap bahan pelajaran yang telah diajarkan mencapai prestasi tinggi, baik secara individu maupun kelompok.

Prilaku yang digariskan dalam tujuan pengajaran atau intruksional khusus (TIK) telah dicapai siswa secara individu maupun secara kelompok.²³

2. Tipe-Tipe Hasil Belajar

Dalam sistem pendidikan nasional rumusan tujuan pendidikan, baik tujuan kurikuler maupun tujuan instruksional, menggunakan klasifikasi hasil belajar dari Beyamin Bloom yang secara garis besar membagi tiga ranah antara lain:

a. Ranah Kognitif

²³ Muhammad Uzer Ustman, *Upaya Optimalisasi Kegiatan Belajar Mengajar*, (Bandung: Remaja Rosydakarya, 1993), h. 3.

Pada ranah kognitif terdapat beberapa tipe hasil belajar di antaranya adalah:

1) Tipe hasil belajar pengetahuan

Tipe hasil belajar pengetahuan termasuk kognitif tingkat yang paling rendah. Namun, tipe hasil belajar ini menjadi prasarat bagi tipe hasil belajar selanjutnya. Hafal menjadi prasarat bagi pemahaman. Hal ini berlaku bagi semua bidang studi.²⁴

2) Tipe hasil belajar pemahaman

Tipe hasil belajar yang lebih tinggi dari pada pengetahuan adalah pemahaman. Pemahaman dapat dibedakan menjadi tiga kategori yaitu:

- a) Pemahaman penterjemahan, yakni kemampuan menterjemahkan materi verbal dan memahami pernyataan-pernyataan non-verbal
- b) Pemahaman penafsiran, yakni kemampuan untuk mengungkapkan pikiran suatu karya dan menafsirkan berbagai tipe data sosial.
- c) Pemahaman ekstrapolasi, yakni kemampuan untuk mengungkapkan di balik pesan tertulis dalam suatu keterangan atau lisan.²⁵

3) Tipe hasil belajar aplikasi

²⁴ Nana Sudjana, *Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 1995), h. 24.

²⁵ Syafruddin Nurdin, *Guru Profesional dan Implementasi Kurikulum*, (Jakarta: Ciputra Press, 2005), h. 104.

Aplikasi adalah penggunaan abstrak pada situasi konkret atau situasi khusus. Abstraksi tersebut mungkin berupa ide, teori atau petunjuk teknis. Menerapkan abstraksi ke dalam situasi baru di sebut aplikasi.²⁶

b. Ranah Afektif

Bidang afektif yang berkenaan dengan sikap dan nilai. Tipe hasil belajar afektif tampak pada siswa dalam pelbagai tingkah laku seperti atensi/perhatian terhadap pelajaran, disiplin, motivasi belajar, menghargai guru dan teman sekelas, kebiasaan belajar dan lain-lain. Sekalipun bahan pelajaran berisikan bidang kognitif, namun bidang afektif harus nampak dalam proses belajar dan hasil belajar yang dicapai siswa.

c. Ranah Psikomotorik

Tipe hasil belajar bidang psikomotorik tampak dalam bentuk keterampilan, kemampuan bertindak individu.

Ada enam tingkatan keterampilan yakni:

- 1) Gerakan refleks (keterampilan pada gerakan yang tidak sadar)
- 2) Keterampilan pada gerakan-gerakan dasar
- 3) Kemampuan perseptual termasuk di dalamnya membedakan visual, membedakan auditif motorik dan lain-lain.
- 4) Kemampuan di bidang fisik, misalnya kekuatan, keharmonisan, ketepatan

²⁶ Nana sudjana, op.cit., h. 25.

- 5) Gerakan-gerakan skill, mulai dari keterampilan sederhana sampai pada keterampilan yang kompleks
- 6) Kemampuan yang berkenaan dengan *non decursive* komunikasi seperti gerakan ekspresif, interpretative.

Tipe hasil belajar yang dikemukakan di atas sebenarnya tidak berdiri sendiri, tetapi selalu berhubungan satu sama lain bahkan ada dalam kebersamaan.²⁷

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Hasil Belajar

Belajar sebagai proses atau aktivitas oleh banyak sekali hal-hal atau faktor-faktor. Faktor-faktor yang mempengaruhi belajar banyak jenisnya, akan tetapi secara global dapat dibedakan menjadi 3 macam, yakni:²⁸

a. Faktor internal

Adalah faktor yang timbul dari dalam diri siswa sendiri baik fisik maupun mental. Faktor tersebut dapat dibagi menjadi dua, yaitu aspek fisiologis dan aspek psikologis:

1) Aspek fisiologis

Kondisi umum jasmani dan *tonus* (tegangan otot) yang menandai tingkat kebugaran organ-organ tubuh dan sendi-sendinya, dapat mempengaruhi semangat dan intensitas siswa dalam mengikuti pelajaran. Kondisi organ tubuh yang lemah, apalagi jika disertai

²⁷ Nana sudjana, *Dasar-dasar Proses Belajar Mengajar* (Sinar Baru Algesindo, 1995), h. 54.

²⁸ Muhibbin Syah, *Psikologi Belajar*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2006), h. 144.

pusing kepala berat misalnya, dapat menurunkan kualitas ranah cipta (kognitif) sehingga materi yang dipelajarinya pun kurang atau tidak berbekas. Untuk mempertahankan tonus jasmani agar tetap bugar, siswa sangat dianjurkan mengkonsumsi makanan dan minuman yang bergizi. Selain itu, siswa juga dianjurkan memilih pola istirahat dan olahraga ringan yang sedapat mungkin terjadwal secara tetap dan berkesinambungan. Hal ini penting sebab kesalahan pola makan-minum dan istirahat akan menimbulkan reaksi *tonus* yang negatif dan merugikan semangat mental siswa itu sendiri.

2) Aspek psikologis

Sekurang-kurangnya ada 5 faktor yang tergolong dalam faktor psikologis yang mempengaruhi belajar. Faktor-faktor tersebut antara lain:

a) Inteligensi

Inteligensi besar pengaruhnya terhadap kemajuan belajar. Dalam situasi yang sama, siswa yang mempunyai tingkat inteligensi yang rendah, walaupun begitu siswa yang mempunyai tingkat inteligensi yang tinggi belum pasti berhasil dalam belajarnya. Hal ini disebabkan karena belajar adalah suatu proses yang kompleks dengan banyak faktor yang mempengaruhinya, sedangkan inteligensi adalah salah satu faktor diantara faktor lain.

b) Perhatian

Perhatian menurut Gazali adalah keaktifan jiwa yang dipertinggi, jiwa itupun semata-mata tertuju pada suatu obyek (benda atau hal) atau sekumpulan obyek. Untuk dapat menjamin hasil belajar yang baik, maka siswa harus mempunyai perhatian terhadap paham yang dipelajarinya, jika belum paham tidak menjadi perhatian siswa, maka timbullah kebosanan sehingga ia tidak lagi suka belajar. Agar siswa dapat belajar dengan baik, usahakanlah bahan belajar selalu menarik perhatian dengan cara mengusahakan pelajaran itu sesuai dengan hobi atau bakatnya.

c) Minat

Adalah kecenderungan yang tetap untuk memperhatikan dan mengenang beberapa kegiatan. Kegiatan yang diminati seseorang diperhatikan terus-menerus yang disertai dengan rasa senang. Jadi berbeda dengan perhatian, karena perhatian sifatnya sementara (tidak dalam waktu yang lama) dan belum tentu diikuti dengan perasaan senang dan dari situ diperoleh kepuasan.

d) Bakat

Bakat adalah kemampuan potensial yang dimiliki seseorang untuk mencapai keberhasilan pada masa yang akan datang. Dengan demikian, sebetulnya setiap orang pasti memiliki bakat dalam arti berpotensi untuk mencapai prestasi sampai ketinggian tertentu sesuai dengan kapasitas masing-masing.



e) Motivasi

Motivasi adalah keadaan internal organisme baik manusia maupun hewan yang mendorongnya untuk berbuat sesuatu. Dalam pengertian ini, motivasi berarti pemasok daya (energizer) untuk bertindak laku secara terarah.²⁹

Dalam perkembangan selanjutnya, motivasi dapat dibedakan menjadi dua macam, 1) motivasi instrinsik, 2) motivasi ekstrinsik.³⁰

Motivasi instrinsik adalah hal dan keadaan yang berasal dari dalam diri siswa sendiri yang dapat mendorongnya melakukan tindakan belajar. Termasuk dalam motivasi instrinsik siswa adalah perasaan menyenangkan materi dan kebutuhannya terhadap materi tersebut.

Adapun motivasi ekstrinsik adalah hal dan keadaan yang datang dari luar individu siswa yang juga mendorongnya untuk melakukan kegiatan belajar.

f) Kematangan

Kematangan adalah suatu tingkat atau fase dalam pertumbuhan seseorang, dimana alat-alat tubuhnya sudah siap untuk melaksanakan kecakapan baru.

g) Kesiapan

²⁹ Slameto, *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya*, (Jakarta: Rineka Cipta, 1995), h. 57.

³⁰ Muhibbin Syah, *Psikologi Belajar*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2006), h. 151.

Kesiapan adalah kesediaan untuk memberi respon atau beraksi. Kesediaan itu timbul dari dalam diri seseorang dan juga berhubungan dengan kematangan, karena kematangan berarti kesiapan untuk melaksanakan kecakapan. Kesiapan ini perlu diperhatikan dalam proses belajar mengajar, karena jika siswa belajar dan padanya berhubungan dengan kematangan, karena kematangan berarti kesiapan untuk melaksanakan kecakapan. Kesiapan ini perlu diperhatikan dalam proses belajar, karena jika siswa belajar dan padanya sudah ada kesiapan, maka hasil belajarnya akan lebih baik.³¹

b. Faktor eksternal

Faktor eksternal adalah faktor yang berasal dari luar diri siswa. Faktor tersebut dapat dibagi menjadi dua yaitu faktor lingkungan sosial dan faktor lingkungan non sosial.

1) Lingkungan sosial

Lingkungan sosial sekolah seperti para guru, para staf administrasi dan teman-teman sekelas dapat mempengaruhi semangat belajar seorang siswa. Para guru yang selalu menunjukkan sikap dan perilaku yang simpatik dan memperlihatkan suritaauladan yang baik dan rajin

³¹ Slameto, *Belajar dan Faktor-faktor*, h. 60-61.

khususnya dalam hal belajar, misalnya rajin membaca dan berdiskusi, dapat menjadi daya dorong yang positif bagi kegiatan belajar siswa.³²

2) Lingkungan non sosial

Faktor-faktor yang termasuk lingkungan non sosial ialah gedung sekolah dan letaknya, rumah dan letaknya, alat-alat belajar, keadaan cuaca dan waktu belajar yang digunakan siswa. Faktor-faktor ini dipandang turut menentukan tingkat keberhasilan belajar siswa.

- c. Faktor pendekatan belajar, dapat dipahami segala cara atau strategi yang digunakan siswa dalam menunjang keefektifan dan efisiensi proses mempelajari materi tertentu. Strategi dalam hal ini berarti seperangkat alat operasional yang direkayasa sedemikian rupa untuk memecahkan masalah atau mencapai tujuan belajar tertentu. Disamping faktor-faktor internal dan eksternal siswa sebagaimana yang telah dipaparkan di muka, faktor pendekatan belajar juga berpengaruh terhadap taraf keberhasilan proses belajar siswa tersebut.³³

Pendekatan-pendekatan belajar yang dipandang representatif (mewakili) antara lain:

1) Pendekatan hukum Jost

Menurut Reber (1988), salah satu asumsi penting yang mendasari hukum Jost (Jost's Law) adalah siswa yang lebih sering

³² Muhibbin Syah, *psikologi Belajar*, h. 153.

³³ Ibid, h. 155.

mempraktekkan materi pelajaran akan lebih mudah memanggil kembali memori lama yang berhubungan dengan materi yang sedang ia tekuni. Selanjutnya, berdasarkan asumsi hukum Jost itu maka belajar misalnya dengan kiat 4×2 adalah lebih baik dari pada 2×4 walaupun hasil perkalian kedua kiat tersebut sama.

Maksudnya, mempelajari sebuah materi khususnya yang panjang dan kompleks dengan alokasi waktu 2 jam per hari selama 4 hari akan lebih efektif daripada mempelajari materi tersebut dengan alokasi waktu 4 jam sehari tetapi hanya selama 2 hari. Perumpamaan pendekatan belajar dengan cara mencicil seperti contoh di atas hingga kini masih dipandang cukup berhasil guna terutama untuk materi-materi yang bersifat hafalan.

2) Pendekatan Ballard dan Clanchy

Menurut Ballard dan Clanchy (1990), pendekatan belajar siswa pada umumnya dipengaruhi oleh sikap terhadap ilmu pengetahuan (*attitude to knowledge*). Ada dua macam siswa dalam menyikapi ilmu pengetahuan yaitu, 1) sikap melestarikan apa yang sudah ada (*conserving*), dan 2) sikap memperluas (*extending*).

Siswa yang bersikap *conserving* pada umumnya menggunakan pendekatan belajar “reproduktif” (bersifat mengsiikan kembali fakta dan informasi). Sementara itu, siswa yang bersikap *extending*, biasanya menggunakan pendekatan belajar “analitis” (berdasarkan

pemilihan dan interpretasi fakta dan informasi). Bahkan di antara mereka yang bersikap *extending* cukup banyak yang menggunakan pendekatan belajar yang lebih ideal yaitu pendekatan spekulatif (berdasarkan pemikiran mendalam), yang bukan saja bertujuan menyerap pengetahuan melainkan juga mengembangkannya.

3) Pendekatan Biggs

Menurut hasil penelitian Biggs (1991), pendekatan belajar siswa dapat dikelompokkan ke dalam tiga prototype (bentuk dasar), yaitu:

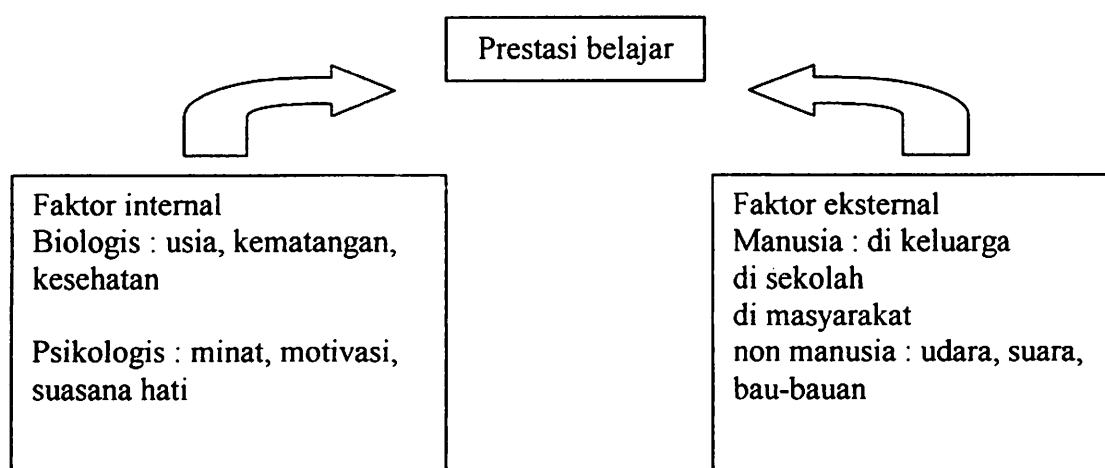
- a) Pendekatan *surface* (permukaan atau bersifat lahiriah)
- b) Pendekatan *deep* (mendalam)
- c) Pendekatan *achieving* (pencapaian prestasi tinggi)

Siswa yang menggunakan pendekatan *surface* misalnya, mau belajar karena dorongan dari luar (ekstrik) antara lain takut tidak lulus yang mengakibatkan dia malu. Oleh karena itu, gaya belajarnya santai, asal hafal, dan tidak mementingkan pemahaman yang mendalam.

Sebaliknya, siswa yang menggunakan *deep* biasanya mempelajari materi karena memang dia tertarik dan merasa membutuhkan (intrinsik). Bagi siswa ini, lulus dengan nilai baik adalah penting, tetapi yang lebih penting adalah memiliki pengetahuan yang cukup banyak dan bermanfaat bagi kehidupannya.

Sementara itu, siswa yang menggunakan pendekatan *achieving* pada umumnya dilandasi oleh motif ekstrinsik yang berciri khusus yang disebut *ego-enhancement* yaitu ambisi pribadi yang besar dalam meningkatkan prestasi keakuan dirinya dengan cara meraih indeks prestasi setinggi-tingginya. Gaya belajar siswa ini lebih serius daripada siswa-siswa yang memakai pendekatan-pendekatan lainnya. Dia memiliki keterampilan belajar (*study skills*) dalam arti sangat cerdas dan efisien dalam mengatur waktu, ruang kerja, dan penelaah isi silabus. Baginya, berkompetensi dengan teman-teman dalam meraih nilai tertinggi adalah penting, sehingga ia sangat disiplin, rapid an sistematis serta berencana untuk terus maju ke depan (*plans ahead*).³⁴

Secara ringkas faktor-faktor yang berpengaruh terhadap hasil belajar tersebut dapat digambarkan dalam bagan seperti di bawah ini.



³⁴ Ibid, h. 136-140.

4. Faktor-Faktor yang Menyebabkan Kesulitan Belajar

Banyak sudah para ahli yang mengemukakan faktor-faktor penyebab kesulitan hasil belajar dengan sudut pandang mereka masing-masing. Ada yang meninjaunya dari sudut intern anak didik dan ekstern anak didik. Muhibbin Syah, misalnya, melihatnya dari kedua faktor aspek di atas. Menurutnya faktor-faktor anak didik meliputi gangguan atau kekurangan kemampuan psiko-fisik anak didik, yakni berikut ini.

- a. Yang bersifat kognitif (ranah cipta), antara lain seperti rendahnya kapasitas intelektual/intelegensi anak didik.
- b. Yang bersifat afektif (ranah rasa), antara lain seperti labilnya emosi dan sikap.
- c. Yang bersifat psikomotor (ranah karsa), antara lain seperti terganggunya alat-alat indra penglihatan dan pendengaran (mata dan telinga)

Sedangkan faktor ekstern anak didik meliputi semua situasi dan kondisi lingkungan sekitar yang mendukung aktivitas belajar anak didik. Faktor lingkungan ini meliputi:

- a. Lingkungan keluarga, contohnya; ketidakharmonisan hubungan antara ayah dengan ibu, dan rendahnya kehidupan ekonomi keluarga.
- b. Lingkungan perkampungan/masyarakat, contohnya, wilayah perkampungan kumuh (*slum area*) dan teman sepermainan (*peer group*) yang nakal.

- c. Lingkungan sekolah, contohnya; kondisi dan letak gedung sekolah yang buruk seperti dekat pasar, kondisi guru serta alat-alat belajar yang berkualitas rendah.

Selain faktor-faktor yang bersifat umum di atas, ada pula faktor-faktor lain yang juga menimbulkan kesulitan belajar. Faktor-faktor ini di pandang sebagai faktor khusus, misalnya sindrom psikologis berupa *learning disability* (ketidakmampuan belajar). Sindrom berarti satuan gejala yang muncul sebagai indikator adanya keabnormalan psikis yang menimbulkan kesulitan belajar anak didik. Sindrom itu misalnya disleksia (*dyslexia*), yaitu ketidakmampuan belajar membaca, disgrafia (*dysgraphia*), yaitu ketidakmampuan belajar menulis, diskalkulia (*dyscalculia*), yaitu ketidakmampuan belajar menghitung.

Anak didik yang memiliki sindrom-sindrom di atas secara umum sebenarnya memiliki IQ yang normal dan bahkan di antaranya ada yang memiliki kecerdasan di atas rata-rata. Oleh karenanya kesulitan belajar anak didik yang menderita sindrom-sindrom di atas mungkin hanya disebabkan oleh adanya gangguan ringan pada otak (minimal) *brain dysfunction*.

Jika sudut pandang diarahkan pada aspek lainnya, maka faktor-faktor penyebab kesulitan belajar anak didik dapat dibagi menjadi faktor anak didik, sekolah, keluarga, dan masyarakat sekitar.

a. Faktor Anak Didik

Faktor-faktor yang dapat menjadi penyebab kesulitan belajar anak didik adalah sebagai berikut:

- 1) Intelegensi (IQ) yang kurang baik.
- 2) Bakat yang kurang atau tidak sesuai dengan bahan pelajaran yang dipelajari atau yang diberikan guru.
- 3) Faktor emosional yang kurang stabil. Misalnya, mudah tersinggung, pemurung, pemarah, selalu bingung dalam menghadapi masalah, selalu sedih tanpa alasan yang jelas, dan sebagainya.
- 4) Aktivitas belajar yang kurang. Lebih banyak malas daripada melakukan kegiatan belajar. Menjelang ulangan baru belajar.
- 5) Kebiasaan belajar yang kurang baik. Belajar dengan penguasaan ilmu pengetahuan pada tingkat hafalan, tidak dengan pengertian (insight), sehingga sukar ditransfer ke situasi lain.
- 6) Penyesuaian sosial yang sulit. Cepatnya penyerapan bahan pelajaran oleh anak didik tertentu menyebabkan anak didik susah menyesuaikan diri untuk mengimbangnya dalam belajar.
- 7) Latar belakang pengalaman yang pahit. Misalnya, anak didik sekolah sambil bekerja. Kemiskinan ekonomi orang tua memaksa anak didik harus bekerja demi membiayai sendiri uang sekolah. Waktu yang seharusnya dipakai untuk belajar dengan sangat terpaksa digunakan untuk bekerja.
- 8) Cita-cita yang tidak relevan (tidak sesuai dengan bahan pelajaran yang dipelajari).

- 9) Latar belakang pendidikan yang dimasuki dengan sistem sosial dan kegiatan belajar mengajar di kelas yang kurang baik.
- 10) Ketahanan belajar (lama belajar) tidak sesuai dengan tuntutan waktu belajarnya. Ketidakmampuan guru mengakomodasikan jadwal kegiatan pembelajaran dengan ketahanan belajar anak didik, sehingga kesulitan belajar dirasakan oleh anak didik.
- 11) Keadaan fisik yang kurang menunjang. Misalnya, cacat tubuh yang ringan seperti kurang pendengaran, kurang penglihatan dan gangguan psikomotor. Cacat tubuh yang tetap (serius) seperti buta, tuli, bisu, hilang tangan dan kaki, dan sebagainya.
- 12) Kesehatan yang kurang baik. Misalnya, sakit kepala, sakit perut, sakit mata, sakit gigi, sakit flu, atau mudah capek dan mengantuk karena kekurangan gizi.
- 13) Seks atau pernikahan yang tak terkendali. Misalnya, terlalu intim dengan lawan jenis, berpacaran dan sebagainya.
- 14) Pengetahuan dan keterampilan dasar yang kurang memadai atas bahan yang dipelajari. Kemiskinan penguasaan atas bahan dasar dari pengetahuan dan keterampilan yang pernah dipelajari akan menjadi kendala menerima dan mengerti sekaligus menyerap materi pelajaran yang baru.
- 15) Tidak ada motivasi dalam belajar. Materi pelajaran sukar diterima dan diserap bila anak didik tidak memiliki motivasi untuk belajar.

b. Faktor Sekolah

Faktor-faktor yang menyebabkan lingkungan sekolah dianggap dapat menimbulkan kesulitan belajar bagi anak didik adalah:

- 1) Pribadi guru yang kurang baik.
- 2) Guru tidak berkualitas, baik dalam pengambilan metode yang digunakan ataupun dalam penguasaan materi pelajaran yang dipegangnya. Hal ini bisa terjadi karena keahlian yang dipegangnya kurang sesuai, sehingga kurang menguasai atau kurang persiapan, sehingga cara menerangkan kurang jelas, sukar dimengerti oleh setiap anak didik.
- 3) Hubungan guru dengan anak didik kurang harmonis. Hal ini bermula pada sifat dan sikap guru yang tidak disenangi oleh anak didik. Misalnya, guru bersikap kasar, suka marah, suka mengejek, tidak suka tersenyum, tidak suka membantu anak, suka membentak, dan sebagainya.
- 4) Guru-guru menuntut standar pelajaran di atas kemampuan anak. Hal ini biasanya terjadi pada guru yang masih muda yang belum berpengalaman, sehingga belum dapat mengukur kemampuan anak. Karenanya hanya sebagian kecil peserta didik yang dapat berhasil dengan baik dalam belajar.
- 5) Guru tidak memiliki kecakapan dalam usaha mendiagnosis kesulitan belajar anak.

- 6) Cara mengajar guru yang kurang baik.
- 7) Alat/media yang kurang memadai. Alat pelajaran yang kurang lengkap membuat penyajian pelajaran yang tidak baik. Terutama pelajaran yang bersikap praktikum. Kurangnya alat laboratorium.
- 8) Perpustakaan sekolah yang kurang memadai dan kurang merangsang penggunaannya oleh peserta didik. Misalnya, buku-buku yang kurang lengkap untuk keperluan anak didik, ruangnya panas, tidak ada ruang baca, dan lain sebagainya.
- 9) Fasilitas fisik sekolah yang tidak memenuhi syarat kesehatan dan tidak terpelihara dengan baik. Misalnya, dinding sekolah kotor, halaman sekolah becek dan penuh rumput, ruang kelas tidak berjendela, dan lain-lain
- 10) Suasana sekolah yang tidak menyenangkan. Misalnya bising karena sekolah berdekatan dengan jalan raya, tempat lalu lintas hilir mudik, pasar, pabrik, bengkel dan sebagainya.
- 11) Bimbingan dan penyuluhan yang tidak berfungsi.
- 12) Kepemimpinan dan administrasi. Dalam hal ini berhubungan dengan sikap guru yang egois, kepala sekolah yang otoriter, pembuatan jadwal pelajaran yang tidak mempertimbangkan kompetensi anak didik, sehingga menyebabkan kurang menunjang proses belajar anak didik.

13) Waktu sekolah dan disiplin yang kurang. Apabila sekolah masuk sore atau siang hari, maka kondisi anak tidak lagi dalam keadaan yang optimal untuk menerima pelajaran sebab energi sudah berkurang.

c. Faktor Keluarga

Keluarga adalah lembaga pendidikan informal (luar sekolah) yang diakui keberadaannya dalam dunia pendidikan. Walaupun anak sudah masuk sekolah, tetapi harapan masih digantungkan kepada keluarga untuk memberikan pendidikan dan memberikan suasana sejuk dan menyenangkan bagi belajar anak di rumah.

Ketika orang tua tidak memperhatikan pendidikan anak. Ketika orang tua tidak memberikan suasana sejuk dan menyenangkan bagi belajar anak. Ketika tidak ada keharmonisan dalam keluarga, ketika sistem kekerabatan semakin renggang, dan ketika kebutuhan belajar anak tidak terpenuhi, terutama kebutuhan yang krusial, maka ketika itulah lingkungan keluarga yang demikian ikut terlibat menyebabkan kesulitan belajar anak. Oleh karena itu, ada beberapa faktor dalam keluarga yang menjadi penyebab kesulitan belajar anak didik yakni sebagai berikut:

- 1) Kurangnya kelengkapan alat-alat belajar bagi anak di rumah, sehingga kebutuhan belajar yang diperlukan itu tidak ada, maka kegiatan belajar anak pun terhenti untuk beberapa waktu.
- 2) Kurangnya biaya pendidikan yang disediakan orang tua sehingga anak harus ikut memikirkan bagaimana mencari uang untuk biaya sekolah

hingga tamat. Anak yang belajar sambil mencari uang biaya sekolah terpaksa belajar apa adanya dengan kadar kesulitan belajar yang bervariasi.

- 3) Anak tidak mempunyai ruang dan tempat belajar yang khusus di rumah.
- 4) Ekonomi keluarga yang terlalu lemah atau tinggi yang membuat anak berlebih-lebihan.
- 5) Kesehatan yang kurang baik. Orang tua yang sakit-sakitan, misalnya, membuat anak harus ikut memikirkannya dan merasa prihatin.
- 6) Perhatian orang tua yang tidak memadai. Anak merasa kecewa dan mungkin frustrasi melihat orang tuanya yang tidak pernah memperhatikannya. Kerawanan hubungan orang tua dan anak ini menyebabkan masalah psikologi dalam belajar anak di sekolah.
- 7) Kebiasaan dalam keluarga yang tidak menunjang. Karena kebiasaan dalam keluarga, di mana kebiasaan belajar yang dicontohkan tidak terjadwal dan sesuka hati atau dekat waktu ulangan baru belajar habis-habisan, maka kebiasaan itulah yang ditiru oleh anak meskipun kebiasaan belajar yang salah.
- 8) Kedudukan anak dalam keluarga yang menyedihkan. Orang tua pilih kasih dalam mengayomi anak kandung dan anak tiri. Anak yang berprestasi disanjung dan anak yang tidak berprestasi dimaki-maki.
- 9) Anak terlalu banyak membantu keluarga.

d. Faktor Masyarakat Sekitar

Jika keluarga adalah komunitas masyarakat terkecil, maka masyarakat adalah komunitas adalah komunitas masyarakat dalam kehidupan sosial yang merupakan penjelmaan dari suku, ras, agama, antar golongan, pendidikan, jabatan, status, dan sebagainya. Pergaulan yang terkadang kurang bersahabat sering memicu konflik sosial. Gosip bukanlah ucapan haram dalam pandang masyarakat tertentu. Keributan, pertengkaran, perkelahian, perampokan, pembunuhan, perjudian, perilaku jahiliyah lainnya sudah menjadi santapan sehari-hari dalam masyarakat.

Anak didik hidup dalam komunitas masyarakat heterogen adalah suatu kenyataan yang harus diakui. Kegaduhan, kebisingan, keributan pertengkaran, kemalingan, perkelahian, dan sebagainya sudah merupakan bagian tak terpisahkan dari kehidupan masyarakat yang heterogen.

C. Pengaruh Sosiophobia Terhadap Hasil Belajar Siswa

Balajar merupakan suatu perubahan tingkah laku melalui latihan atau pengalaman yang menyangkut berbagai aspek kepribadian, baik fisik maupun psikis.³⁵ Sebagaimana diketahui bahwa pendidikan mencakup tiga ranah yaitu kognitif, afektif, dan psikomotorik. Untuk dapat mencapai hasil belajar yang baik tiga ranah tersebut harus dapat dikuasai oleh peserta didik.

³⁵ Muhibbin Syah, *Psikologi Belajar*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2006), h. 136.

Dalam proses belajar peserta didik tidak harus selalu berinteraksi dengan guru dalam proses interaksi edukatif. Dia juga bisa belajar mandiri tanpa harus menerima pelajaran dari guru di sekolah. Karena bagi peserta didik belajar di rumah adalah suatu hal yang dominan yang lebih banyak ia jalani daripada di sekolah.

Tokoh-tokoh aliran behaviorisme beranggapan peserta didik yang melakukan aktivitas belajar seperti membaca buku, mendengarkan penjelasan guru, mengarahkan pada pandangan kepada seorang guru yang menjelaskan di depan kelas, termasuk ke dalam kategori belajar. Mereka tidak melihat ke dalam fenomena psikologis mereka. Apakah peserta didik tersebut menguasai buku yang telah dibaca, apakah sudah betul-betul menguasai dan mengerti penjelasan guru, bukanlah masalah bagi para penganut aliran behaviorisme. Yang penting bagi mereka, bila seorang telah melakukan aktivitas belajar, itulah belajar. Aliran ini berpegang pada realitas yang terlihat dengan mata telanjang dengan mengabaikan proses mental dengan segala perubahannya sebagai akibat dari aktivitas belajar.

Oleh karena itu, aliran behaviorisme mendapat kritikan dari aliran kognitivisme. Menurut aliran ini, belajar adalah proses perubahan mental dan mempengaruhi perilaku seseorang. Membaca buku, mendengar penjelasan guru, mengarahkan pandangan mata pada guru yang sedang menjelaskan bahan pelajaran, dan sebagainya adalah sejumlah aktivitas belajar, tetapi belum tentu belajar. Seorang peserta didik yang terlihat sedang membaca buku, misalnya. Dia

mengarahkan pandangan mata ke buku yang telah dibukanya pada halaman tertentu. Dia sedang asyik memamang halaman buku itu. Kita pasti beranggapan bahwa ia belajar. Padahal belum tentu. Siapa tahu pandangan matanya saja yang diarahkan ke halaman buku itu, tetapi alam pikirannya jauh menerawang ke dunia lain yang lebih menarik dari kata dan kalimat yang tertera di halaman buku itu. Alhasil, dia hanya membuka buku itu, tetapi tidak membaca. Atau boleh jadi ia telah membaca buku itu tetapi tidak ada sedikitpun kesan-kesan baru yang masuk kea lam pikirannya juga bukanlah belajar.³⁶

Jadi, menurut aliran kognitivisme keberhasilan belajar itu ditentukan oleh perubahan mental dengan masuknya sejumlah kesan yang baru dan pada akhirnya mempengaruhi perilaku. Berbeda dengan aliran behaviorisme yang hanya melihat fenomena perilaku saja, aliran kognitivisme jauh melihat ke dalam fenomena psikologis.

Di sekolah, peserta didik belajar menurut gaya mereka masing-masing. Perilaku anak didik bermacam-macam dalam menerima pelajaran dari guru. Seorang siswa dengan tekun dan penuh konsentrasi menerima pelajaran dari guru dengan cara mendengarkan penjelasan guru atau mendengarkan dengan baik tugas yang diberikan. Anak didik yang lain di sela-sela penjelasan guru, mengambil kesempatan membicarakan hal-hal lain yang terlepas dari masalah pelajaran. Di waktu yang lain ada anak yang duduk melamun di sudut bangku

³⁶ Syaiful Bahri Djamarah, *Psikologi Belajar*, h. 81.

menghindari interaksi belajar dari teman-temannya tanpa diketahui oleh seorang guru.

Segala problematika keadaan individu setiap siswa ini tentu mempengaruhi pada siswa. Seperti yang telah diungkapkan sebelumnya bahwa keadaan psikologis siswa berpengaruh terhadap pencapaian hasil belajar, termasuk juga permasalahan Katagelophobia yang menyerang jiwa mereka.

Keberhasilan seorang guru dalam mengajar ditentukan oleh beberapa faktor, baik faktor internal maupun faktor eksternal. Faktor internal terdiri atas motivasi, kepercayaan diri, minat dan kreatifitas. Sedangkan faktor eksternal lebih ditekankan kepada sarana serta iklim sekolah yang bersangkutan. Kreativitas pada dasarnya merupakan anugerah oleh Tuhan kepada setiap orang, yakni berupa kemampuan untuk menciptakan (daya cipta) dan berkreasi. Implementasi dari kreativitas seseorangpun tidaklah sama, bergantung kepada sejauh mana orang tersebut mau dan mampu mewujudkan daya ciptanya menjadi sebuah kreasi ataupun karya.

Mengenai pemasalahan siswa tentang Katagelophobia yakni perasaan malu untuk tampil di muka umum dan takut menuai kritikan ini bukan berarti juga seorang siswa tidak melakukan aktivitas belajar di waktu senggang dan kesendirian peserta didik. Tidak juga berarti ia tidak menanamkan nilai-nilai pendidikan yang diajarkan disekolahnya dalam kehidupan sehari-hari. Hanya saja ia akan merasa kurang nyaman jika perilakunya diamati orang lain karena perasaan kekurangan yang melilit jiwanya.

Dalam Pendidikan Agama Islam malu dan takut juga dianjurkan dalam keadaan tertentu. karena ingar-bingar kehidupan remaja saatini yg tercermin dari tata pergaulan sudah sampai pada taraf yg sangat memprihatinkan. Rasa malu seakan memusnah sementara rasa keberanian merambati perilaku mereka. Banyak ditemukan muda-mudi bergandengan tangan saat pulang sekolah, berpelukan di atas kendaraan, nongkrong di pusat-pusat hiburan, bergaul tanpa batasan, mengeluarkan kata-kata kotor dari mulutnya, saling mencaci antar teman, dan lain sebagainya. Karena tidak adanya rasa malu dan takut inilah yang justru membuat mereka melalaikan nilai-nilai agama. Dan justru merupakan pemandangan aneh jika ada seorang siswa yang malu melakukan semua itu. Siswa tersebut harus bersiap menerima julukan 'kuper', 'katrok', 'sok alim' dan lain sebagainya, namun bukankah rasa malu itu sesungguhnya menjadikan benteng bagi mereka untuk menghindari akhlak tercela.

Malu yg ada pada diri manusia ada dua macam: Pertama malu yg berasal dari tabiat dasar seseorang. Ada sebagian orang yg Allah Subhanahu wa Ta'ala anugerahi sifat malu sehingga kita dapati orang itu pemalu sejak kecil. Tidak berbicara kecuali pada sesuatu yg penting dan tdk melakukan suatu perbuatan kecuali ketika ada kepentingan karena dia pemalu. Kedua malu yg diupayakan dari latihan bukan pembawaan. Dia cakap dlm berbicara dan tangkas berbuat apa pun. Lalu dia bergaul dgn orang-orang yg memiliki sifat malu dan baik sehingga dia memperoleh sifat itu dari mereka.

Malu yg bersifat pembawaan itu lebih utama. Dan ini merupakan kekhususan yg dimiliki manusia agar dia dapat berhenti dari berbuat apa saja yg dia inginkan sehingga dia tidak akan seperti hewan. Sifat malu ini mendapatkan pujian dlm syariat Islam. Rasulullah Shallallahu ‘alaihi wa sallam menyatakan demikian dlm sabda yg disampaikan oleh ‘Imran bin Hushain radhiyallahu ‘anhu: الْحَيَاءُ لَا يَأْتِي إِلَّا بِخَيْرٍ “Malu itu tidaklah datang kecuali dgn membawa kebaikan”. Bahkan beliau Shallallahu ‘alaihi wa sallam melarang seorang sahabat yg mencela teman karena rasa malu yg dimilikinya.

Para ulama menjelaskan sesungguhnya malu termasuk keimanan walaupun malu itu berupa sifat pembawaan. Karena malu itu terkadang merupakan akhlak yg disandang atau hasil usaha seseorang seperti hal amalan kebaikan lain dan terkadang pula merupakan sifat pembawaan. Juga karena malu dapat mendorong seseorang untuk melakukan kebaikan dan mencegah dari kemaksiatan.³⁷

Malu merupakan sifat yg terpuji kecuali bila justru mencegah pemilik dari melaksanakan kewajiban atau menjatuhkan pada keharaman. Jika rasa malu pada diri seseorang menghalangi melakukan kebaikan atau mendorong berbuat kemaksiatan atau menghalangi utk menyampaikan kebenaran kepada seseorang yg dia hormati atau dia cintai maka pada hakikat ini bukanlah malu melainkan sikap lemah.

³⁷ <http://blog.re.or.id/berhiaslah-dengan-rasa-malu.htm> diunduh Senin, 16 Mei 2011, jam 13.

D. Cara Mengatasi Masalah Sosiopobia Peserta Didik

Sebagian besar orang yang mengalami fobia sosial mengalami penderitaan namun tidak mencari pertolongan atas fobia yang mereka alami dan terkadang keadaan fobia mereka tidak diketahui oleh orang lain. Keputusan menjalani terapi sering kali muncul ketika terjadi perubahan dalam kehidupan seseorang yang membuatnya terpapar dengan sesuatu yang telah dihindari atau diminimalkan selama bertahun-tahun.³⁸

Freud memandang bahwa masa anak akhir dan remaja awal merupakan periode yang lebih tenang. Masa ini dinamakan periode *Latency*, ego terbebas dari konflik antara insting seksual dengan seksual dengan norma-norma sosial. Periode ini merupakan saat anak berkonsolidasi untuk mencapai pengembangan ego dengan super egonya.

Pada periode ini pula, anak banyak melibatkan diri dalam kegiatan sosial. Masa remaja awal dipandang mampu mensublimasi insting melalui saluran-saluran yang secara sosial dapat diterima contohnya insting agresif dapat disalurkan ke dalam kegiatan kreatif: seni musik atau drama.

Sedangkan Anna Freud, merujuk periode remaja ini sebagai masa *internal disharmony* (ketidakharmonisan internal), kondisi ini menyebabkan masa remaja dipandang sebagai periode *storm dan stress*. pada masa ini konsolidasi egonya

³⁸ Gerald Davison *Psikologi Abnormal*, h. 193

terancam oleh orientasi genital baru yang dapat menghidupkan kembali dorongan pregenital yang dikontrol oleh pertahanan ego yang disebut represi.³⁹

Pada umumnya, kecemasan akan berangsur-angsur berkurang seiring bertambahnya usia.

Kegagalan dari kedua faktor pembentukan harga diri diatas dapat menyebabkan remaja mengalami kecemasan sosial serta inferiority complex pada remaja yang ditandai dengan penarikan diri (Withdrawl) seorang remaja dengan teman sebayanya. Apabila harga diri tersentuh dan merasa diposisikan tak sesuai dengan standar yang remaja tetapkan, remaja akan merasa cemas, merasa dilecehkan, direndahkan dan sebagainya. Sebaliknya, bila diposisikan sesuai dengan yang dia inginkan maka remaja tersebut akan merasa tersanjung. Meremehkan kemampuan remaja akhir dengan membandingkan kemampuan temannya, perlakuan ini dapat membuat remaja tersebut merasa dirinya tidak mempunyai kemampuan, tidak berarti, tidak berharga sehingga dapat menimbulkan kecemasan sosial yang cukup parah. Banyak problem-problem pada remaja akhir yang ditemui pada mahasiswa yang baru memasuki Perguruan Tinggi. Dimana mahasiswa baru harus memulai lagi interaksi sosialnya dengan bertemu teman-teman baru yang belum mereka kenal sebelumnya. Mereka harus menemukan teman baru atau sahabat baru setelah keluar dari SMU. Hal inilah yang bisa menimbulkan kecemasan dalam

³⁹ Syamsu yusuf, *Psikologi Perkembangan anak dan remaja*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2006), h 191.

diri mereka. Karena dalam diri remaja tersebut tentu berbeda kualitas harga diri maupun kecemasan yang dialami antara mahasiswa baru satu dengan yang lainnya.

Pada umumnya, kecemasan akan berangsur-angsur berkurang seiring bertambahnya usia.

Kegagalan dari pembentukan harga diri dapat menyebabkan remaja mengalami kecemasan sosial serta inferiority complex pada remaja yang ditandai dengan penarikan diri (Withdrawl) seorang remaja dengan teman sebayanya.

Apabila harga diri tersentuh dan merasa diposisikan tak sesuai dengan standar yang remaja tetapkan, remaja akan merasa cemas, merasa dilecehkan, direndahkan dan sebagainya. Sebaliknya, bila diposisikan sesuai dengan yang dia inginkan maka remaja tersebut akan merasa tersanjung.

Meremehkan kemampuan remaja akhir dengan membandingkan kemampuan temannya, perlakuan ini dapat membuat remaja tersebut merasa dirinya tidak mempunyai kemampuan, tidak berarti, tidak berharga sehingga dapat menimbulkan kecemasan sosial yang cukup parah.

Banyak problem-problem pada remaja akhir yang ditemui pada mahasiswa yang baru memasuki Perguruan Tinggi. Dimana mahasiswa baru harus memulai lagi interaksi sosialnya dengan bertemu teman-teman baru yang belum mereka kenal sebelumnya. Mereka harus menemukan teman baru atau sahabat baru setelah keluar dari Sekolah Menengah Atas. Hal inilah yang

bisa menimbulkan kecemasan dalam diri mereka. Karena dalam diri remaja tersebut tentu berbeda kualitas harga diri maupun kecemasan yang dialami antara mahasiswa baru satu dengan yang lainnya.

Masa yang penuh ketidakseimbangan emosi sehingga mengakibatkan adanya kecemasan sosial ini tidak bisa dibiarkan tanpa penanggulangan yang lebih intensif, karena jika problema tersebut terus berlanjut maka dapat memunculkan jiwa individu dewasa yang kerdil tanpa keberanian dan berputus asa dalam menghadapi kehidupan sosial bermasyarakat sebagai insan normal. Oleh karena itu masalah ini harus mendapatkan penanggulangan yang serius untuk mencegah kemungkinan yang lebih buruk.

1. Pendekatann Psikoanalisis

Secara umum teori psikoanalisis terhadap fobia berupaya mengungkap konflik-konflik yang ditekan dan diasumsikan mendasari ketakutan ekstrem dan karakteristik penghindaran dalam gangguan fobia. Karena fobia dianggap sebagai simptom dari konflik-konflik yang ada dibalikny fobia biasanya tidak secara langsung ditangani. Memang upaya langsung untuk mengurangi penghindaran fobik dikontraindikasikan karena fobia diasumsikan melindungi orang yang bersangkutan dari berbagai konflik yang ditekan yang terlalu menyakitkan untuk dihadapi.

Freud menyimpulkan bahwa dalam penanganan beberapa kasus fobia, akan tiba waktunya analisis harus mendorong pasien untuk melakukan berbagai aktivitas yang dihindarinya pada masa lalu. Bahkan lebih tegas

Wachtel merekomendasikan untuk menggunakan teknik-teknik reduksi rasa takut yang menggunakan para terapis perilaku.

2. Pendekatan behavioral

Individu yang menderita fobia membayangkan serangkaian situasi yang semakin menakutkan sementara berada dalam kondisi relaksasi mendalam. Bukti-bukti klinis dan eksperimental mengindikasikan bahwa teknik pendekatan behavioral efektif untuk menghapuskan, atau minimal mengurangi fobia.

Mempelajari keterampilan sosial dapat membantu penderita fobia sosial yang tidak mengetahui apa yang harus diucapkan atau dilakukan dalam berbagai situasi sosial. Beberapa terapis behavioral mendorong pasien untuk berlatih peran atau melatih pertemuan interpersonal di dalam ruang konsultasi atau kelompok terapi kecil. Seperti diungkapkan Herbert, praktik-praktik demikian juga memaparkan orang yang ketakutan, bahkan jika keterampilan sosialnya tidak rendah, pada berbagai kondisi yang memicu kecemasan, seperti diamati oleh orang lain, sehingga ketakutan dapat dihilangkan melalui pemaparan dalam kehidupan nyata.

Modeling merupakan teknik lain yang menggunakan pemaparan terhadap situasi yang ditakuti. Dalam terapi modeling, fobik yang ketakutan melihat orang lain yang berinteraksi dengan objek melalui film atau menunjukkan secara langsung pada para fobik sosial bagaimana mereka dapat berinteraksi dengan orang lain secara lebih baik merupakan bagian yang

tak terpisahkan dalam pelatihan keterampilan sosial. Sekurang-kurangnya sebagian, terjadi karena mereka tidak tahu bagaimana harus berperilaku dalam berbagai situasi sosial.

Dalam tahap awal penanganan, ketika rasa takut dan penghindaran sangat besar, terapis berkonsentrasi mengurangi rasa takut melalui pelatihan relaksasi dan pemaparan bertingkat terhadap situasi fobik. Seiring dengan berjalannya terapi, penghindaran lebih menjadi isu dibanding rasa takut. Seseorang yang menderita fobia sering kali menempatkan dirinya pada posisi di mana orang lain mengakomodasi ketidakmampuannya sehingga malah memperkuat fobia sosial yang diderita orang tersebut. Sejalan dengan berkurangnya kecemasan fobik, ia akan mampu mendekati sesuatu yang sebelumnya sangat menakutkan baginya. Perilaku terbuka ini dapat dikuatkan secara positif oleh keluarga dan teman-teman serta oleh terapis.⁴⁰

3. Pendekatan kognitif

Bagi sebagian besar orang, langkah pertama dalam menghadapi fobia adalah mempelajari alasan yang masuk akal seputar hal itu. Sebab para fobik dengan tingkat ketakutan yang parah sudah sulit untuk berpikir secara rasional, karena memahami alasan menjadi sangat penting dalam penyembuhan fobia.⁴¹

⁴⁰ Gerald Davison, *Psikologi Abnormal*, h. 195.

⁴¹ Nisrina Lubis, *Melawan Rasa Takut*, h. 124.

Terapi kognitif-perilaku untuk fobia sosial biasanya melibatkan:

- a. Belajar bagaimana mengontrol gejala fisik dari kecemasan melalui teknik relaksasi dan latihan pernapasan.
- b. Menentang pikiran-pikiran negative yang membantu memicu kecemasan sosial, menggantinya dengan pandangan yang lebih seimbang.
- c. Menghadapi situasi ketakutan sosial dengan cara yang bertahap sistematis, daripada menghindari mereka.

4. Pendekatan Biologis

Para ahli berpendapat bahwa fobia harus sesegera mungkin diatasi. Semakin lama seseorang mengidap fobia, maka keadaannya akan terus memburuk. Hal pertama yang dilakukan oleh Psikiater adalah memberikan obat. Tapi tidak ada obat yang benar-benar tepat untuk menghilangkan gejala fobia. Obat yang diberikan hanya untuk mengurangi rasa takut sementara waktu saja sampai mereka berhasil menemukan akar permasalahannya.

Menurut Bourne, meskipun tidak memberikan efek dalam jangka panjang, obat-obatan akan membantu pasien keluar dari gejala awal membantu pasien melewati situasi sulit.

Pada dasarnya, obat-obatan sangat jarang dipergunakan dalam menangani para penderita fobia sosial akut dan *agoraphobia*. Sejumlah obat-

obatan yang diberikan pada dokter biasanya berupa anti depresi dan anti kecemasan. Karena depresi dan fobia dianggap hampir sama.⁴²

Dari semua terapi perawatan yang tersedia, kognitif-behavioral (CBT) telah ditunjukkan untuk bekerja yang terbaik untuk mengobati gangguan kecemasan sosial, atau fobia sosial. Terapi kognitif-perilaku ini didasarkan pada premis bahwa apa yang dipikirkan mempengaruhi bagaimana perasaan, dan apa yang dirasakan mempengaruhi perilaku. Jadi jika fobik mengubah cara berpikir tentang situasi sosial yang memberikan kegelisahan, ia akan merasakan dan sesuatu yang lebih baik.

Teknik kognitif-perilaku untuk gangguan kecemasan sosial meliputi peran-bermain dan sosial pelatihan keterampilan, sering sebagai bagian dari kelompok terapi.

Terapi kelompok untuk gangguan kecemasan sosial menggunakan akting, rekaman video dan mengamati, wawancara mengejek, dan latihan lain untuk bekerja pada situasi yang membuat fobik cemas di dunia nyata. Ketika fobik berlatih dan mempersiapkan situasi ketika ia akan merasa takut, ia akan menjadi lebih dan lebih nyaman dan percaya diri dalam kemampuan sosialnya, dan kecemasannya pun akan berkurang.

⁴² Nisrina Lubis, *Melawan Rasa Takut*, h. 119.