

TEORI BELAJAR DAN PEMBELAJARAN

Daniatul Maghfiroh¹, Wafiq Azizah Hasibuan², Sakilah³

UIN SUSKA Riau

Daniatulmaghfiroh554@gmail.com, wafiqazizahhasibuan@gmail.com, sakilah@uin-suska.ac.id

Abstrak

Belajar merupakan proses kompleks, dinamis, dan berkesinambungan yang melibatkan perubahan perilaku, pengetahuan, sikap, dan keterampilan individu. Pemahaman terhadap proses belajar menjadi penting bagi pendidik untuk merancang strategi, metode, dan pendekatan pembelajaran yang efektif. Teori proses belajar menekankan bahwa belajar bukan sekadar hasil akhir, tetapi melalui tahapan penerimaan, pengolahan, penyimpanan, dan penerapan informasi. Dalam perspektif Islam, aktivitas menuntut ilmu memiliki kedudukan mulia, sebagaimana dijelaskan dalam QS. Al-‘Alaq ayat 1–5 dan berbagai hadis, termasuk konsep *iqra’* yang melibatkan keseluruhan aktivitas mental dalam memperoleh pengetahuan. Metode penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan kajian literatur dari buku, jurnal, dan dokumen akademik relevan. Hasil kajian menunjukkan bahwa berbagai teori belajar—behavioristik, kognitif, konstruktivisme, dan humanistik—memberikan pemahaman berbeda tentang proses belajar, masing-masing dengan kelebihan dan keterbatasan. Pemahaman terhadap teori-teori ini membantu pendidik merancang pembelajaran yang bermakna, efektif, dan relevan dengan perkembangan zaman, sekaligus memperkuat pemahaman bahwa belajar merupakan proses aktif yang melibatkan seluruh aspek kognitif, emosional, dan fisik peserta didik.

Kata Kunci : Teori Belajar, Proses Belajar, Iqra’, Pendekatan Pendidikan

Abstract

Learning is a complex, dynamic, and continuous process that involves changes in an individual's behavior, knowledge, attitudes, and skills. Understanding the learning process is important for educators to design effective learning strategies, methods, and approaches. The theory of the learning process emphasizes that learning is not just an end result, but goes through stages of receiving, processing, storing, and applying information. In the Islamic perspective, the pursuit of knowledge has a noble position, as explained in QS. Al-‘Alaq verses 1-5 and various hadiths, including the concept of *iqra’*, which involves all mental activities in acquiring knowledge. The research method used a qualitative approach with a literature review of relevant books, journals, and academic documents. The results of the study show that various learning theories—behavioristic, cognitive, constructivist, and humanistic—provide different understandings of the learning process, each with its own advantages and limitations. Understanding these theories helps educators design meaningful, effective, and relevant

learning that keeps pace with the times, while reinforcing the understanding that learning is an active process that involves all cognitive, emotional, and physical aspects of learners.

Keywords : Learning Theory, Learning Process, Iqra', Educational Approach

PENDAHULUAN

Belajar merupakan suatu proses yang kompleks, dinamis, dan berkesinambungan yang melibatkan perubahan perilaku, pengetahuan, sikap, serta keterampilan seseorang. Dalam dunia pendidikan, pemahaman mengenai bagaimana proses belajar berlangsung sangatlah penting, karena dari situlah pendidik dapat menentukan strategi, metode, dan pendekatan yang tepat agar pembelajaran berjalan efektif dan bermakna. Belajar tidak hanya dipandang sebagai hasil akhir, tetapi sebagai rangkaian tahapan yang melibatkan penerimaan, pengolahan, penyimpanan, hingga penerapan informasi. Berbagai ahli psikologi pendidikan seperti Pavlov, Skinner, Piaget, Bruner, dan Gagné turut memberikan kontribusi dalam menjelaskan mekanisme terjadinya proses belajar, sehingga membentuk dasar bagi lahirnya teori-teori belajar modern.

Secara konseptual, teori merupakan seperangkat proposisi yang berisi ide, konsep, prosedur, serta prinsip yang saling berkaitan dan dapat dipelajari, dianalisis, diuji, serta dibuktikan kebenarannya. Sementara itu, belajar merupakan usaha yang dilakukan individu untuk mengalami perubahan positif, baik dari tidak tahu menjadi tahu, dari tidak terampil menjadi terampil, maupun dari sikap yang kurang tepat menuju sikap yang benar. Dengan demikian, teori belajar berfungsi menjelaskan bagaimana proses belajar mengajar terjadi, bagaimana guru merancang pembelajaran, serta bagaimana siswa memperoleh dan mengembangkan pengetahuan serta keterampilan, baik di dalam kelas maupun di luar kelas.

Teori belajar memberikan wawasan tentang cara manusia memperoleh pengetahuan, mengembangkan kompetensi, dan melakukan perubahan perilaku. Pemahaman ini sangat penting bagi pendidik maupun calon pendidik, karena masih banyak proses pembelajaran yang dilakukan tanpa landasan teori yang kuat. Kurangnya pemahaman terhadap teori belajar seringkali membuat proses pendidikan hanya berfokus pada metode atau teknik tertentu tanpa memahami alasan ilmiah di balik pendekatan tersebut. Padahal, setiap teori belajar dirancang untuk membantu guru memahami proses kompleks yang terjadi dalam diri peserta didik, sehingga pembelajaran dapat lebih efektif, bermakna, dan menyesuaikan diri dengan perkembangan zaman.

Dalam perspektif Islam, proses belajar memiliki kedudukan yang sangat mulia. Aktivitas mencari ilmu merupakan kewajiban, sebagaimana disebutkan dalam hadis bahwa menuntut ilmu adalah wajib bagi setiap muslim. Rasulullah SAW juga memberikan apresiasi besar terhadap penuntut ilmu, sebagaimana sabdanya: *“Barang siapa yang berjalan untuk menuntut ilmu, maka Allah akan menunjukkan kepadanya jalan menuju surga.”* Selain itu, wahyu pertama yang turun kepada Nabi Muhammad SAW, yaitu QS. Al-‘Alaq ayat 1–5, juga menegaskan pentingnya proses membaca dan memperoleh pengetahuan. Kata *iqra’* yang berarti menghimpun, menelaah, meneliti, dan memahami, menunjukkan bahwa belajar merupakan aktivitas mental yang melibatkan seluruh struktur kognitif manusia.

Berdasarkan pemahaman tersebut, belajar bukan hanya menerima informasi secara pasif, tetapi merupakan proses aktif yang melibatkan pengamatan, penalaran, ingatan, kreativitas, serta keterlibatan fisik dan mental secara utuh. Inilah yang menjadi dasar teori proses belajar, yaitu bahwa perubahan perilaku dan pengetahuan terjadi melalui tahapan sistematis yang saling terhubung. Oleh karena itu, memahami teori-teori proses belajar menjadi hal yang sangat penting agar pendidik mampu merancang pembelajaran yang relevan, efektif, dan mampu mempersiapkan peserta didik menghadapi tantangan masa kini maupun masa depan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif yang mengambil referensi dari Buku dan jurnal-jurnal untuk kebutuhan materi pembahasan. Teknik pengumpulan data menggunakan teknik kajian literatur dan analisis jurnal dan buku, yaitu mencari, membaca, dan menyeleksi jurnal, mengunduh dan membaca jurnal terkait materi pembahasan mengenai bahasa melayu, serta meringkas dan mengklasifikasikan hasil penelitian tentang penggunaan bahasa melayu dan orality dalam lingkup masyarakat. Pengumpulan data dilakukan melalui metode analisis deskriptif dengan pendekatan kualitatif, langkah untuk memastikan validitas dan reliabilitas temuan penelitian. Sumber-sumber kajian dalam penulisan ini diperoleh dari Jurnal, Publish Or Perish, dokumen-dokumen terkait, laporan, dan skripsi dari tahun 2020 hingga 2024 dan media cetak yaitu buku. Berikut adalah beberapa tahapan:

1. Sumber Data: Penelitian ini memanfaatkan berbagai basis data akademik, seperti Google Scholar, PubMed, Scopus, dan Web of Science, untuk mencari dan mengidentifikasi artikel ilmiah yang relevan.
2. Penyaringan Judul dan Abstrak: Judul dan abstrak dari setiap artikel ilmiah akan diperiksa untuk memastikan bahwa mereka memenuhi kriteria inklusi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengertian Teori Proses

Teori adalah seperangkat preposisi yang di dalamnya memuat tentang ide, konsep, prosedur, dan prinsip yang terdiri dari satu atau lebih variabel yang saling berhubungan satu dan lainnya dan dapat dipelajari, dianalisis, diuji, dan dibuktikan kebenarannya. Belajar adalah suatu proses usaha yang dilakukan oleh individu untuk suatu perubahan dari tidak tahu menjadi tahu, tidak memiliki sikap menjadi bersikap benar dari terampil menjadi terampil melakukan sesuatu. Teori belajar adalah suatu teori yang di dalamnya terdapat cara pengaplikasian kegiatan belajar mengajar antara guru dan siswa, perancangan metode pembelajaran yang akan dilaksanakan di kelas maupun luar kelas.

Teori belajar memberikan wawasan tentang bagaimana manusia memperoleh pengetahuan, mengembangkan keterampilan, dan mengubah perilaku mereka. Dengan memahami prinsip-prinsip dasar teori belajar, pendidik dapat merancang pengalaman pembelajaran yang lebih terinformasi, bermakna, dan berhasil. Namun, seringkali kurangnya pemahaman yang mendalam tentang teori belajar menghambat kemampuan pendidik dan pengembang kurikulum untuk merancang pembelajaran yang efektif. Banyak yang hanya mengandalkan metode dan teknik pembelajaran umum tanpa memahami alasan di balik pendekatan tersebut. Teori belajar adalah upaya untuk menggambarkan bagaimana peserta didik belajar, sehingga membantu guru memahami proses kompleks *inheren* pembelajaran. Pada dasarnya, setiap teori belajar memiliki tujuan yang sama, yaitu mewujudkan pendidikan yang mampu mencetak peserta didik untuk dapat bersaing dan terus mengikuti perkembangan zaman.

Aktivitas belajar sangat terkait dengan proses pencarian ilmu. Islam sangat mewajibkan umatnya untuk menuntut ilmu, sebagaimana dijelaskan dalam hadits bahwa menuntut ilmu adalah wajib bagi setiap umat Islam. Terhadap proses pencarian ilmu ini, Nabi Muhammad Saw. Juga memberikan apresiasi yang sangat besar. Sebagaimana disebutkan dalam sabdanya:

“Barang siapa yang berjalan untuk menuntut ilmu, maka Allah akan menunjukkan kepadanya jalan menuju surga”. Sesuai dengan wahyu yang pertama kali turun kepada Nabi Muhammad SAW, dalam Q.S al-Alaq ayat 1-5 yang berbunyi:

اقْرَأْ بِاسْمِ رَبِّكَ الَّذِي خَلَقَ ۝ ١ خَلَقَ الْإِنْسَانَ مِنْ عَلَقٍ ۝ ٢ اقْرَأْ وَرَبُّكَ الْأَكْرَمُ ۝ ٣ الَّذِي عَلَّمَ بِالْقَلَمِ ۝ ٤ عَلَّمَ الْإِنْسَانَ مَا لَمْ يَعْلَمْ ۝

Artinya: “Bacalah dengan (menyebut) nama Tuhanmu yang menciptakan. Dia telah menciptakan manusia dari segumpal darah. Bacalah dan Tuhanmulah yang maha mulia. Yang mengajar (manusia) dengan pena. Dia mengajarkan manusia apa yang tidak di ketahuinya.”

Konsep *iqra'* dalam Surah al-Alaq ini dijadikan dasar dalam memahami teori proses belajar. Kata *iqra'* berasal dari akar kata yang berarti menghimpun, dan dari makna dasar ini lahir berbagai pengertian lain seperti menyampaikan, menelaah, mendalami, meneliti, mengenali ciri-ciri sesuatu, serta membaca baik teks tertulis maupun tidak tertulis. Dengan demikian, *iqra'* tidak sekadar berarti “membaca teks”, tetapi mencakup keseluruhan aktivitas mental untuk memperoleh dan menghimpun pengetahuan.

Dalam perspektif psikologi belajar, membaca merupakan bentuk belajar itu sendiri, karena proses membaca melibatkan kerja mental yang kompleks. Ketika seseorang membaca, ia menggunakan berbagai kemampuan kognitif seperti proses pengenalan (*cognition*), daya ingat (*memory*), pengamatan (*perception*), pengucapan atau pelafalan (*verbalization*), penalaran (*reasoning*), hingga kemampuan mencipta (*creativity*). Selain itu, kegiatan membaca juga memerlukan kerja fisiologis seperti koordinasi mata, otak, dan saraf.

Dengan kata lain, aktivitas membaca mencerminkan bahwa belajar adalah sebuah proses yang melibatkan seluruh struktur mental manusia sebagai individu yang utuh. Belajar tidak hanya menerima informasi secara pasif, tetapi merupakan proses aktif yang mengintegrasikan berbagai fungsi mental dan fisik. Inilah yang kemudian menjadi pijakan bahwa teori proses dalam belajar menekankan bagaimana manusia mengolah informasi, menelaah makna, dan membangun pemahaman melalui keterlibatan seluruh aspek dirinya.

Tahapan Proses Belajar

Belajar merupakan kegiatan yang bertahap agar terjadinya perubahan yang bersifat positif. Tahapan-tahapan tersebut hendaknya berkaitan secara berurutan dan fungsional.

Proses belajar yang berlangsung dapat melalui beberapa fase sebagai berikut agar tercapai tujuan pembelajaran yang diinginkan/ diharapkan:

1. Tahapan motivasi, yaitu saat keinginan siswa untuk melakukan belajar bangkit,
2. Tahapan konsentrasi, yaitu saat siswa harus memusatkan perhatian terhadap apa yang telah ada pada tahap motivasi agar tertuju pada hal-hal yang relevan dengan apa yang akan dipelajari,
3. Tahap mengolah, yaitu tahap saat siswa mengolah informasi dengan cara menyimpan informasi yang diterima di short term memory kemudian mengolah informasi tersebut untuk diberi makna yang berupa sandi atau simbol sesuai dengan daya tangkap siswa masing-masing,
4. Tahap menyimpan, yaitu siswa menyimpan simbol-simbol hasil olahan yang telah diberi makna ke dalam long term memory, pada tahap ini hasil belajar telah diperoleh,
5. Tahap menggali 1, yaitu tahapan dimana siswa menggali informasi yang telah disimpan untuk dikaitkan dengan informasi baru yang diterima, yang terjadi pada saat mengikuti pelajaran lanjutan sebelumnya,
6. Tahap menggali 2, yaitu menggali informasi yang telah disimpan untuk persiapan fase prestasi, seperti untuk menyelesaikan tugas atau menjawab pertanyaan,
7. Tahap prestasi, yaitu menunjukkan prestasi berdasarkan informasi yang telah didapatkan sebelumnya, prestasi tersebut disebut dengan hasil belajar,
8. Tahap umpan balik, tahap dimana siswa memperoleh penguatan saat perasaan puas atas prestasi yang ditunjukkan.

Teori-Teori Dalam Pendekatan Proses Belajar

1. Teori belajar kognitif

Teori kognitif yang dikemukakan oleh Greenwald (1968) dan Petty, Ostrom & Brack (1981) dalam Baron & Byrne (1991) memusatkan perhatiannya pada analisis respons kognitif, yaitu: “Suatu usaha untuk memahami apa yang difikirkan orang sewaktu mereka dihadapkan pada stimulus persuasive, dan bagaimana fikiran serta proses kognitif menentukan apakah mereka mengalami perubahan sikap & sejauhmana perubahan itu terjadi”.

Teori kognitif meliputi kegiatan-kegiatan mental yang sadar seperti berfikir, mengetahui, memahami, dan dan kegiatan konsepsi mental seperti: sikap, kepercayaan, dan pengharapan, yang kemudian itu merupakan factor yang menentukan di dalam perilaku. Di dalam teori kognitif ini terdapat suatu interes yang kuat dalam jawaban (response) atas akibat dari perilaku yang tertutup.

2. Teori belajar konstruktivisme

Menurut Woolfolk (2004) mendefinisikan pendekatan Konstruktivisme adalah pembelajaran yang menekankan pada peran aktif siswa dalam membangun pemahaman dan memberi makna terhadap informasi atau peristiwa yang dialami. Belajar akan berlangsung lebih efektif jika siswa berhubungan langsung dengan objek yang sedang dipelajari, yang ada di lingkungan sekitar. Selain itu pemanfaatan peralatan berbasis teknologi masa kini dengan jaringan maupun tanpa jaringan dan sumber belajar yang beragam dapat meningkatkan keefektifan dan efisiensi dalam pemahaman terhadap peserta didik.

3. Teori belajar humanistik

Dalam perspektif humanistik (humanistic perspective) menuntut potensi peserta didik dalam proses tumbuh kembang, kebebasan menemukan jalan hidupnya. Humanistic menganggap peserta didik sebagai subjek yang merdeka guna menetapkan tujuan hidup dirinya. Peserta didik dituntut agar memiliki sifat tanggung jawab terhadap kehidupannya dan orang di sekitarnya. Teori belajar humanistik adalah teori pembelajaran yang memusatkan pada individu sebagai pusatnya, dengan tujuan "memanusiakan manusia" melalui pengembangan potensi diri secara menyeluruh. Teori ini menekankan pada pengalaman belajar yang bermakna, yang melibatkan aspek pikiran dan perasaan peserta didik untuk mencapai aktualisasi diri.

4. Teori belajar behavioristik

Teori belajar behavioristik merupakan teori belajar memahami tingkah laku manusia yang menggunakan pendekatan objektif, mekanistik, dan materialistik, sehingga perubahan tingkah laku pada diri seseorang dapat dilakukan melalui upaya pengkondisian. Dengan kata lain, mempelajari tingkah laku seseorang seharusnya dilakukan melalui pengujian dan pengamatan atas tingkah laku yang terlihat, bukan dengan mengamati kegiatan bagian-bagian dalam tubuh.

Kelebihan dan Kekurangan Proses Belajar

1. Teori belajar behavioristik

Kelebihan:

- a) Menekankan penguatan (reinforcement) yang efektif dalam membentuk kebiasaan belajar.
- b) Mudah diterapkan dalam pengelolaan kelas dan pembelajaran praktik (misalnya drill, latihan, reward & punishment).
- c) Dapat mengukur hasil belajar secara konkret, karena berfokus pada perubahan perilaku yang tampak.
- d) Cocok untuk materi hafalan, keterampilan dasar, dan pembentukan disiplin belajar.

Kelemahan:

- a) Mengabaikan proses mental internal seperti berpikir, memahami, atau menalar.
- b) Menganggap siswa sebagai penerima pasif dari rangsangan lingkungan.
- c) Tidak cocok untuk pembelajaran yang menuntut kreativitas, pemahaman konsep, atau pemecahan masalah.
- d) Perilaku siswa bisa hilang jika penguatan (hadiah atau hukuman) tidak diberikan lagi.

2. Teori belajar konstruktivisme

Kelebihan:

- a) Membuat siswa aktif membangun pengetahuan sendiri, sehingga pembelajaran lebih bermakna.
- b) Meningkatkan kemampuan berpikir kritis, kreatif, dan mandiri.
- c) Memungkinkan siswa mengaitkan materi dengan pengalaman nyata, sehingga mudah diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.
- d) Mendorong motivasi intrinsik karena siswa merasa memiliki kendali atas proses belajarnya.

Kekurangan:

- a) Proses belajarnya lebih lambat dibanding metode tradisional.
- b) Membutuhkan guru yang terampil dan berperan sebagai fasilitator, sehingga sulit diterapkan di semua situasi.

Pediaqu : Jurnal Pendidikan Sosial dan Humaniora

Volume 5 Nomor 1 Januari (2026)

- c) Sulit diterapkan di kelas besar karena guru tidak bisa membimbing setiap siswa secara optimal.
- d) Hasil belajar sulit diukur secara objektif dan tidak selalu cocok untuk materi hafalan atau prosedural.

3. Teori belajar humanistik

Kelebihan:

- a) Menekankan pengembangan potensi diri dan kepribadian siswa secara menyeluruh.
- b) Menumbuhkan motivasi intrinsik (belajar karena keinginan sendiri, bukan karena paksaan).
- c) Membentuk suasana belajar yang positif, menghargai perbedaan, dan penuh empati.
- d) Cocok untuk membangun karakter, sikap, dan nilai-nilai kemanusiaan.

Kelemahan:

- a) Sulit diukur secara objektif, karena hasilnya berupa perubahan sikap dan kepribadian.
- b) Membutuhkan guru yang sangat empatik dan terlatih dalam memahami emosi siswa.
- c) Kurang menekankan aspek kognitif dan akademik yang terukur.
- d) Tidak selalu cocok untuk pembelajaran dengan target capaian kompetensi yang spesifik dan ketat.

4. Teori belajar kognitif

Kelebihan:

- a) Menekankan peran aktif peserta didik dalam memahami dan membangun pengetahuan.
- b) Membantu guru memahami cara berpikir dan perkembangan intelektual siswa.
- c) Mendorong siswa untuk memahami makna, bukan hanya menghafal.
- d) Meningkatkan kemampuan berpikir logis, reflektif, dan kreatif.

Kelemahan:

- a) Sulit diterapkan pada siswa yang belum siap secara kognitif.
- b) Kurang memperhatikan aspek emosional dan sosial dalam belajar.

- c) Tidak semua materi bisa dipahami hanya dengan eksplorasi konsep (ada yang tetap perlu latihan berulang).
- d) Kadang menuntut waktu dan metode pembelajaran yang lebih rumit.

KESIMPULAN

Berdasarkan pembahasan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa teori proses belajar merupakan landasan penting dalam memahami bagaimana individu memperoleh pengetahuan, keterampilan, dan sikap melalui pengalaman, interaksi, serta latihan. Teori-teori utama seperti behavioristik, kognitif, humanistik, dan konstruktivistik menawarkan pendekatan berbeda dalam pembelajaran. Teori behavioristik menekankan hubungan stimulus-respons dan penguatan perilaku, teori kognitif menekankan proses mental aktif dalam memahami informasi, teori humanistik menekankan motivasi intrinsik dan pengembangan potensi individu, sedangkan teori konstruktivistik mendorong siswa membangun pengetahuan melalui pengalaman dan interaksi dengan lingkungan. Setiap teori memiliki kelebihan dan kelemahan masing-masing, sehingga penerapannya sebaiknya disesuaikan dengan karakteristik siswa, materi, dan konteks pembelajaran.

DAFTAR PUSTAKA

- Elmy Tasya Khairally, (2023, 13 Januari). 4 Teori Belajar yang Wajib Dipahami Beserta Penerapannya, detikbali. <https://www.detik.com/bali/berita/d-6514058/4-teori-belajar-yang-wajib-dipahami-beserta-penerapannya.>,
- Irfani, Ranu Nada, “*Konsep Teori Belajar Dalam Islam Perspektif Al-Quran Dan Hadits*”, dalam jurnal Pendidikan Islam, Vol. 6 No. 1 (2017), 217.
- Masgumelar, Ndaru Kukuh & Pinton Setya Mustafa, “*Teori Belajar Konstruktivisme dan Implikasinya dalam Pendidikan dan Pembelajaran*”, dalam Islamic education journal, Vol. 2, No. 1, (2021), 53.
- Nahar, Novi Irwan, “*Penerapan Teori Belajar Behavioristik Dalam Proses Pembelajaran*”, dalam jurnal ilmu pengetahuan sosial, Vol. 1, No. 1, (2016), 65.
- Sumantri, Budi Agus & Nurul Ahmad, “*Teori Belajar Humanistik Dan Implikasinya Terhadap Pembelajaran Pendidikan Agama Islam*”, dalam jurnal Pendidikan dasar, Vol. 3, No. 2, (2019), 5.
- Wilman Juniardi, (2023, 13 Februari). 4 Macam Teori Belajar yang Wajib Guru Ketahui. Quipper. <https://www.quipper.com/id/blog/info-guru/teori-belajar>
- Wisman, Yossita, “*Teori Belajar Kognitif Dan Implementasi Dalam Proses Pembelajaran*”, dalam jurnal Ilmiah Kanderang Tingang, Vol. 11, No. 1, (2020), 209.