

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Deskripsi Teori

1. Belajar

Belajar merupakan komponen ilmu pendidikan yang berkenaan dengan tujuan dan bahan acuan interaksi, baik yang bersifat eksplisit maupun implisit (tersembunyi). Dapat diartikan, belajar merupakan tindakan dan perilaku siswa yang kompleks, sebagai tindakan belajar hanya dialami oleh siswa sendiri. Belajar adalah sebagai proses dimana suatu organisme berubah perilakunya sebagai akibat dari pengalaman. Belajar merupakan proses yang berlangsung dalam jangka waktu lama melalui latihan maupun pengalaman yang membawa kepada perubahan diri dan perubahan cara mereaksi terhadap suatu perangsang tertentu.¹

Belajar adalah suatu aktivitas atau suatu proses untuk memperoleh pengetahuan, meningkatkan keterampilan, memperbaiki perilaku, sikap dan mengokohkan kepribadian. Dalam konteks menjadi tahu atau proses memperoleh pengetahuan, menurut pemahaman sains konvensional, kontak manusia dengan alam diistilahkan dengan pengalaman. Pengalaman yang terjadi berulang kali melahirkan pengetahuan, (*knowledge*) atau *a body of knowledge*.²

Belajar juga dapat dimaknai suatu proses usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan, sebagai hasil pengalamannya sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya.³ Belajar adalah suatu proses

¹Syaiful Sagala, *Konsep dan Makna Pembelajaran* (Bandung: Alfabeta, 2012), 13.

²Syaiful Sagala, *Konsep dan Makna Pembelajaran* (Bandung: Alfabeta, 2012), 13.

³Slameto, *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya* (Jakarta: Rineka Cipta, 2010),

perubahan perilaku ataupun pribadi seseorang berdasarkan praktik atau pengalaman tertentu. Jadi karakteristik belajar itu antara lain:⁴

- 1) Belajar adalah suatu perubahan dalam tingkah laku
- 2) Belajar terjadi melalui latihan dan pengalaman (perubahan karena pertumbuhan atau kematangan bukan merupakan hasil belajar, contoh perubahan seorang bayi)
- 3) Belajar terjadi melalui latihan dan pengalaman, berarti perubahan tingkah laku yang disebabkan oleh motivasi, kelelahan, adaptasi, kepekaan seseorang yang biasanya hanya berlangsung sementara bukan merupakan hasil belajar
- 4) Perubahan tingkah laku itu menyangkut berbagai aspek kepribadian (fisik/psikis) seperti perubahan pengertian berpikir, keterampilan, kebiasaan, sikap.

Belajar sebagai perubahan tingkah laku berkat adanya interaksi antara individu dan individu dengan lingkungannya sehingga mereka dapat berinteraksi dengan lingkungannya. Belajar adalah proses adalah suatu perilaku muncul atau berubah karena adanya respons terhadap sesuatu situasi.⁵

Pencapaian tujuan belajar dan peningkatan prestasi belajar dapat dicapai dengan memerhatikan beberapa aspek, baik internal maupun eksternal. Aspek eksternal di antaranya adalah perlu diciptakan adanya sistem lingkungan (kondisi) belajar yang lebih kondusif. Sistem lingkungan belajar ini sendiri terdiri atau akan dipengaruhi oleh berbagai komponen yang masing-masing akan saling mempengaruhi. Komponen-komponen itu misalnya tujuan pembelajaran yang ingin dicapai, materinya, guru dan siswa yang memainkan peranan serta dalam hubungan sosial tertentu, jenis kegiatan yang dilakukan serta sarana dan prasarana belajar yang tersedia.

⁴Noer Rohmah, *Psikologi Pendidikan* (Yogyakarta: Kalimedia, 2015), 172.

⁵Rusman, *Pembelajaran Berbasis Teknologi Informasi dan Komunikasi: Mengembangkan Profesionalitas Guru* (Jakarta: Rajawali Pers, 2012), 8.

Arti penting belajar adalah *key term* (istilah kunci) yang paling vital dalam setiap usaha pendidikan, sehingga tanpa belajar sesungguhnya tidak pernah ada pendidikan.⁶

Dalam Alquran, belajar berpadanan dengan kata *ta'allum*. Alquran menggunakan kata *ta'allum* untuk proses penangkapan, penyerapan pengetahuan yang bersifat ma'nawi serta berpengaruh pada perilaku. Sedangkan Rohi Baalbaki, memadankan *ta'allum* dengan *learning* yang disinonimkan dengan *studying* dalam bahasa Inggris.⁷

Ada beberapa aktivitas-aktivitas belajar antara lain :

- 1) Mendengarkan, aktivitas belajar yang diakui kebenarannya dalam dunia pendidikan dan pengajaran baik dalam pendidikan formal maupun non formal.
- 2) Memandang, mengarahkan penglihatan kacamata subyek.
- 3) Meraba, indra manusia yang dapat dijadikan sebagai alat untuk kepentingan belajar.
- 4) Menulis, kegiatan yang tidak terpisahkan dari aktivitas-aktivitas lain.
- 5) Membaca, jalan untuk mendapatkan ilmu pengetahuan.
- 6) Mengamati, bagi seorang dalam mempelajari materi yang relevan, serta dapat menjadi bahan ilustratif yang membantu pemahaman seseorang tentang sesuatu hal.
- 7) Mengingat, kemampuan jiwa untuk memasukkan (*Learning*) menyimpan (*Retention*) dan menimbulkan kembali (*Remembering*) hal-hal yang telah lampau.
- 8) Berpikir, orang memperoleh penemuan baru, setidaknya-tidaknya orang menjadi tahu tentang hubungan antara sesuatu.⁸

⁶Muhibbin Syah, *Psikologi Pendidikan* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2013), 93.

⁷Muhamad Fathurohman dan Sulistyorini, *Belajar dan Pembelajaran* (Yogyakarta: Teras, 2012), 265.

⁸Ayub Wahyudi, "Pengaruh Sikap Belajar dan Keaktifan Mahasiswa dalam Proses Pembelajaran terhadap Prestasi Belajar", *Naskah Publikasi, Universitas Muhammadiyah Surakarta* (2012): 15.

Jadi dapat disimpulkan bahwa belajar adalah sebuah tahapan perubahan perilaku baik kognitif, afektif maupun psikomotorik yang terjadi pada siswa. Perubahan tersebut tentunya bersifat positif atau berorientasi ke arah yang lebih maju dari pada keadaan sebelumnya.

2. Perilaku Belajar

a. Pengertian Perilaku Belajar

Perilaku belajar dapat diartikan sebagai sebuah aktivitas belajar. Konsep dan pengertian belajar sendiri sangat beragam, tergantung dari sisi pandang setiap orang yang mengamatinya. Belajar sendiri diartikan sebagai perubahan yang secara relatif berlangsung lama pada perilaku yang diperoleh kemudian dari pengalaman-pengalaman.⁹

Perilaku belajar adalah kebiasaan belajar yang dilakukan oleh individu secara berulang-ulang sehingga menjadi otomatis atau berlangsung secara spontan. Perilaku belajar tidak dirasakan sebagai beban, tetapi sebagai kebutuhan. Hal ini tercipta karena terus menerus dilakukan dengan bimbingan dan pengawasan serta keteladanan dalam semua aspek dan kreatifitas pendidikan. Selain itu, terdapat situasi dan kondisi pembelajaran yang memang diciptakan untuk mendukung berlangsungnya pemunculan kreatifitas dan kegiatan-kegiatan lain dalam konteks pembelajaran.¹⁰

Aunurrahman, mendefinisikan bahwa kebiasaan belajar merupakan perilaku belajar siswa yang telah berlangsung lama sehingga memberikan karakteristik tertentu terhadap aktivitas belajarnya. Banyak perilaku belajar siswa yang tidak baik sehingga

⁹Ayub Wahyudi, "Pengaruh Sikap Belajar dan Keaktifan Mahasiswa dalam Proses Pembelajaran terhadap Prestasi Belajar", *Naskah Publikasi, Universitas Muhammadiyah Surakarta (2012)*: 12.

¹⁰Ayub Wahyudi, "Pengaruh Sikap Belajar dan Keaktifan Mahasiswa dalam Proses Pembelajaran terhadap Prestasi Belajar", *Naskah Publikasi, Universitas Muhammadiyah Surakarta (2012)*: 12.

berpengaruh pada penurunan hasil belajar mereka. Perilaku yang tidak baik tersebut diantaranya (1) belajar tidak teratur, (2) daya tahan belajar rendah, (3) belajar nanti menjelang ulangan atau ujian, (4) tidak mempunyai catatan yang lengkap, (5) sering menjiplak pekerjaan teman atau tidak percaya diri dalam mengerjakan tugas, (6) tidak membuat ringkasan materi pelajaran yang memadai, (7) sering datang terlambat ke sekolah, (8) melakukan kegiatan merokok (seperti merokok). Lima yang berhubungan dengan perilaku belajar yang baik, yaitu (1) kebiasaan mengikuti pelajaran, (2) kebiasaan memantapkan pelajaran, (3) kebiasaan membaca buku, (4) kebiasaan menyiapkan karya tulis, dan (5) kebiasaan menghadapi ujian.

Berdasarkan penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa perilaku belajar adalah suatu aktivitas mental/psikis, yang berlangsung dalam interaksi aktif dengan lingkungan yang menghasilkan perubahan-perubahan pengetahuan, pemahaman, keterampilan, dan nilai sikap.

b. Struktur Perilaku

Menurut Azwar struktur perilaku terdiri dari tiga komponen yang saling menunjang yaitu kognitif (pemikiran), afektif (perasaan), konatif (tindakan). Ketiga komponen tersebut berinteraksi secara selaras dan konsisten. Penjabaran dari komponen-komponen tersebut adalah sebagai berikut :¹¹

1) Kognitif (pemikiran)

Penentuan sikap ini seseorang perlu membandingkan atau mendayagunakan pengetahuannya untuk dapat menciptakan suatu rangsangan. Pengetahuan yang dimiliki terhadap suatu

¹¹Ayub Wahyudi, "Pengaruh Sikap Belajar dan Keaktifan Mahasiswa dalam Proses Pembelajaran terhadap Prestasi Belajar", *Naskah Publikasi, Universitas Muhammadiyah Surakarta (2012)*: 13.

obyek akan mempengaruhi dari sikap atau perubahan sikap terhadap obyek tersebut.¹²

2) Afektif (perasaan)

Perasaan di sini adalah menyangkut aspek emosional yang menentukan sikap yang akan ditunjukkan, dengan proses evaluatif yang dilakukan akan menimbulkan perasaan senang atau tidak senang terhadap obyek tertentu, sehingga sikap yang munculpun akan sesuai dengan sikap yang ada.¹³

3) Konatif (tindakan)

Konatif adalah kecenderungan untuk berperilaku sesuai dengan sikap yang dimiliki seseorang. Ketidakcocokan perilaku seseorang dengan sikap yang dimilikinya disebut disonansi sikap, yang mengakibatkan pengaruh kuat terhadap keadaan psikologis bagi individu yang bersangkutan sehingga hal itu akan mendorong individu untuk mengubah perilaku atau sikapnya.¹⁴

Berdasarkan penjelasan tersebut maka dapat disimpulkan bahwa perwujudan perilaku belajar, terdapat beberapa indikator seorang siswa mewujudkan perilaku belajarnya yaitu dapat dilihat dari pengetahuan, keterampilan, kebiasaan, emosional, pengamatan, hubungan sosial, berpikir asosiatif dan daya ingat, berpikir rasional dan kritis, sikap, inhibisi, apresiasi, serta tingkah laku afektif.

¹²Ayub Wahyudi, "Pengaruh Sikap Belajar dan Keaktifan Mahasiswa dalam Proses Pembelajaran terhadap Prestasi Belajar", *Naskah Publikasi, Universitas Muhammadiyah Surakarta (2012)*: 13.

¹³Ayub Wahyudi, "Pengaruh Sikap Belajar dan Keaktifan Mahasiswa dalam Proses Pembelajaran terhadap Prestasi Belajar", *Naskah Publikasi, Universitas Muhammadiyah Surakarta (2012)*: 13.

¹⁴Ayub Wahyudi, "Pengaruh Sikap Belajar dan Keaktifan Mahasiswa dalam Proses Pembelajaran terhadap Prestasi Belajar", *Naskah Publikasi, Universitas Muhammadiyah Surakarta (2012)*: 13.

c. Ciri-Ciri Perilaku Belajar yang Positif

Cara belajar yang efisien adalah dengan usaha sekecil-kecilnya memberikan hasil yang sebesar besarnya bagi perkembangan individu yang belajar. Mengenai cara belajar yang efisien, belum menjamin keberhasilan dalam belajar, yang paling penting siswa mempraktikkannya dalam belajar sehari hari, sehingga lama kelamaan menjadi kebiasaan, baik di dalam maupun diluar kelas. Sikap belajar yang positif dapat disamakan dengan minat. Minat akan memperlancar jalannya pelajaran siswa yang malas, tidak mau belajar dan gagal dalam belajar, disebabkan oleh tidak adanya minat. Jadi, sikap belajar sangat berpengaruh dalam proses belajar siswa. Ciri-ciri sikap dan kebiasaan belajar yang positif yaitu sebagai berikut:¹⁵

- 1) Menyenangi pelajaran (teori dan praktik)
- 2) Merasa senang untuk mengikuti kegiatan belajar yang diprogramkan sekolah
- 3) Mempunyai jadwal belajar yang teratur
- 4) Mempunyai disiplin diri dalam belajar (bukan karena orang lain)
- 5) Memperhatikan penjelasan dari guru
- 6) Senang mengajukan pertanyaan apabila tidak memahaminya
- 7) Berpartisipasi aktif dalam kegiatan diskusi kelas
- 8) Membaca buku-buku pelajaran secara teratur
- 9) Mengerjakan tugas-tugas atau PR dengan sebaik-baiknya

Jika ciri-ciri tersebut sudah ada dalam diri siswa maka dapat dikatakan bahwa siswa tersebut mempunyai sikap dan kebiasaan belajar yang positif, sehingga hasil dari proses belajar dan mengajar pun akan mencapai pada tingkat yang optimal. Individu yang gagal dalam belajar adalah individu yang

¹⁵Yuli Setiowati, "Penggunaan Konseling Teknik Reinforcement Positif dalam Meningkatkan Sikap dan Kebiasaan Belajar pada Siswa Kelas VIII di MTs Pelita Gedong Tataan Tahun Pelajaran 2015/2016", *Jurnal yang Dipublikasikan, Universitas Lampung, Bandar Lampung (2017)*: 43.

melaksanakan kebiasaan belajar yang buruk. Hal tersebut sebagaimana diungkapkan oleh Gie bahwa ada dua macam kebiasaan belajar yaitu kebiasaan belajar yang tinggi dan kebiasaan belajar positif yang rendah.¹⁶

Kesimpulan yang bisa diambil dari penjelasan tersebut yaitu seseorang mampu memahami proses belajar dan menerapkan pengetahuan yang diperoleh dari belajar dari kehidupan nyata, maka ia mampu menjelaskan segala sesuatu yang ada di lingkungannya. Demikian pula jika seseorang mampu memahami prinsip-prinsip belajar, maka akan mampu mengubah perilaku seperti yang diinginkan.

d. Ciri Perubahan Perilaku Belajar

Secara teoritis belajar dapat diartikan sebagai perubahan tingkah laku, namun tidak semua perubahan tingkah laku organisme dapat dianggap belajar. Perubahan yang timbul karena proses belajar sudah tentu memiliki ciri-ciri perwujudan yang khas. Setiap perilaku belajar selalu ditandai oleh ciri-ciri perubahan yang spesifik. Karakteristik perilaku belajar ini dalam beberapa pustaka rujukan antara lain Psikologi Pendidikan, disebut sebagai prinsip-prinsip belajar. Diantara ciri-ciri perubahan khas yang menjadi karakteristik perilaku belajar yang terpenting adalah:

1) Perubahan intensional

Perubahan yang terjadi dalam proses belajar adalah berkat pengalaman atau praktik yang dilakukan dengan sengaja dan disadari, atau dengan kata lain bukan kebetulan. Karakteristik ini mengandung konotasi bahwa siswa menyadari akan adanya perubahan yang dialami atau sekurang-kurangnya ia merasakan

¹⁶Yuli Setiowati, "Penggunaan Konseling Teknik Reinforcement Positif dalam Meningkatkan Sikap dan Kebiasaan Belajar pada Siswa Kelas VIII di MTs Pelita Gedong Tataan Tahun Pelajaran 2015/2016", *Jurnal yang Dipublikasikan, Universitas Lampung, Bandar Lampung (2017)*: 43.

adanya perubahan dalam dirinya, seperti penambahan pengetahuan, kebiasaan, sikap dan pandangan sesuatu, keterampilan dan seterusnya.¹⁷

2) Perubahan positif dan aktif

Perubahan yang terjadi karena proses belajar bersifat positif dan aktif. Positif artinya baik, bermanfaat, serta sesuai dengan harapan.¹⁸

3) Perubahan efektif dan fungsional

Perubahan yang timbul karena proses belajar bersifat afektif, yakni berhasil guna. Artinya, perubahan tersebut membawa pengaruh, makna, dan manfaat tertentu bagi siswa. Selain itu, perubahan dalam proses belajar bersifat fungsional dalam arti bahwa ia relatif menetap dan setiap saat apabila dibutuhkan, perubahan tersebut dapat diproduksi dan dimanfaatkan.¹⁹

Dari uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa perubahan yang terjadi dalam proses belajar adalah berkat pengalaman atau praktik yang dilakukan dengan sengaja dan disadari, atau dengan kata lain bukan kebetulan. Karakteristik ini mengandung konotasi bahwa siswa menyadari akan adanya perubahan yang dialami atau sekurang-kurangnya ia merasakan adanya perubahan dalam dirinya, seperti penambahan pengetahuan, kebiasaan, sikap dan pandangan sesuatu, keterampilan dan seterusnya.

e. Perwujudan Perilaku Belajar

Manifestasi atau perwujudan perilaku belajar biasanya terlihat dalam perubahan-perubahan sebagai berikut :

¹⁷Muhibbin Syah, *Psikologi Pendidikan* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2013), 116.

¹⁸Muhibbin Syah, *Psikologi Pendidikan* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2013), 117.

¹⁹Muhibbin Syah, *Psikologi Pendidikan* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2013), 117.

1. Kebiasaan

Setiap siswa telah mengalami proses belajar, kebiasaan-kebiasaannya akan tampak berubah. Menurut Bughardt, kebiasaan itu timbul karena proses penyusutan, kecenderungan respons dengan menggunakan simulasi yang berulang-ulang. Dalam proses belajar, pembiasaan juga meliputi pengurangan perilaku yang tidak diperlukan. Karena proses penyusutan/pengurangan inilah, muncul suatu pola bertingkah laku baru yang relatif menetap dan otomatis.²⁰

2. Keterampilan

Keterampilan ialah kegiatan yang berhubungan dengan urat-urat syaraf dan otot-otot yang lazimnya tampak dalam kegiatan jasmaniah seperti menulis, mengetik, olah raga dan sebagainya. Meskipun sifatnya motorik, namun keterampilan itu memerlukan koordinasi gerak yang teliti dan kesadaran yang tinggi.²¹

3. Pengamatan

Pengamatan artinya proses menerima, menafsirkan dan memberi arti rangsangan yang masuk melalui indera-indera seperti mata dan telinga. Berkat pengalaman belajar seseorang siswa akan mampu mencapai pengamatan yang benar objektif sebelum mencapai pengertian.²²

4. Berfikir asosiatif dan daya ingat

Berfikir asosiatif adalah berfikir dengan cara mengasosiasikan sesuatu dengan lainnya. Berfikir asosiatif itu merupakan proses pembentukan hubungan antara rangsangan dengan respons.²³

²⁰Muhibbin Syah, *Psikologi Pendidikan* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2013), 117.

²¹Muhibbin Syah, *Psikologi Pendidikan* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2013), 118.

²²Muhibbin Syah, *Psikologi Pendidikan* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2013), 118.

²³Muhibbin Syah, *Psikologi Pendidikan* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2013), 118.

5. Berfikir rasional dan kritis

Berpikir rasional dan kritis adalah perwujudan perilaku belajar terutama yang bertalian dengan pemecahan masalah. Pada umumnya siswa yang berpikir rasional akan menggunakan prinsip-prinsip dan dasar-dasar pengertian dalam menjawab pertanyaan “bagaimana” dan “mengapa”.²⁴

6. Sikap

Sikap adalah pandangan atau kecenderungan mental. Dalam hal ini, perwujudan perilaku belajar siswa akan ditandai dengan munculnya kecenderungan-kecenderungan baru yang telah berubah (lebih maju dan lugas) terhadap suatu objek, tata nilai, peristiwa dan sebagainya.²⁵

7. Inhibisi

Inhibisi adalah upaya pengurangan atau pencegahan timbulnya suatu respons tertentu karena adanya proses respons lain yang sedang berlangsung. Masudnya adalah kesanggupan siswa untuk mengarungi atau menghentikan tindakan yang tidak perlu, lalu memilih atau melakukan tindakan lainnya yang lebih baik ketika ia berinteraksi dengan lingkungannya.²⁶

8. Apresiasi

Dalam penerapannya, apresiasi sering diartikan sebagai penghargaan atau penilaian terhadap benda-benda baik abstrak maupun konkret yang memiliki nilai luhur. Apresiasi adalah gejala ranah afektif yang pada umumnya ditujukan pada karya-karya.²⁷

9. Tingkah laku afektif

Tingkah laku afektif adalah tingkah laku yang menyangkut keanekaragaman perasaan seperti : takut, marah, sedih, gembira,

²⁴Muhibbin Syah, *Psikologi Pendidikan* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2013), 118.

²⁵Muhibbin Syah, *Psikologi Pendidikan* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2013), 119.

²⁶Muhibbin Syah, *Psikologi Pendidikan* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2013), 119.

²⁷Muhibbin Syah, *Psikologi Pendidikan* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2013), 119.

kecewa, senang, benci, was-was dan sebagainya. Tingkah laku seperti ini tidak terlepas dari pengaruh pengalaman belajar.²⁸

Sedangkan Alquran mengajarkan untuk menanamkan aqidah yang kuat, kemudian baru menyembuhkan kebiasaan yang sudah mendarah daging yang akhirnya menimbulkan perubahan perilaku. Hal ini diterangkan dalam ayat tentang Khamr, untuk merubah perilaku seseorang pada Surat Al Baqarah ayat 219.

﴿ يَسْأَلُونَكَ عَنِ الْخَمْرِ وَالْمَيْسِرِ ۖ قُلْ فِيهِمَا إِثْمٌ كَبِيرٌ
وَمَنْفَعٌ لِلنَّاسِ وَإِثْمُهُمَا أَكْبَرُ مِنْ نَفْعِهِمَا ۚ وَيَسْأَلُونَكَ مَاذَا
يُنْفِقُونَ قُلِ الْعَفْوَ ۚ كَذَلِكَ يُبَيِّنُ اللَّهُ لَكُمْ الْآيَاتِ لَعَلَّكُمْ
تَتَفَكَّرُونَ ﴿٢١٩﴾

Artinya : "Mereka bertanya kepadamu tentang khamar dan judi. Katakanlah: "Pada keduanya terdapat dosa yang besar dan beberapa manfaat bagi manusia, tetapi dosa keduanya lebih besar dari manfaatnya". dan mereka bertanya kepadamu apa yang mereka nafkahkan. Katakanlah: " yang lebih dari keperluan." Demikianlah Allah menerangkan ayat-ayat-Nya kepadamu supaya kamu berfikir."²⁹

Dari uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa meskipun secara teoritis belajar dapat diartikan sebagai perubahan tingkah laku, namun tidak semua perubahan tingkah laku organisme dapat dianggap belajar. Perubahan yang timbul karena proses belajar sudah tentu memiliki ciri-ciri perwujudan yang khas.

²⁸Muhibbin Syah, *Psikologi Pendidikan* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2013), 119.

²⁹Al Qur'an Surat Al Baqarah Ayat 219, *Al Qur'an dan Terjemahannya* (Kudus: Mubarakatan Toyiyah, 1998), 163.

f. Dimensi dan Indikator Perilaku Belajar

Indikator perilaku belajar siswa adalah sebagai berikut:³⁰

1. Perilaku belajar dalam mengikuti pelajaran
 - a. Perilaku dari siswa dalam mengikuti proses belajar secara tepat
 - b. Perilaku dari siswa dalam mengikuti proses belajar secara berkesinambungan dari waktu ke waktu
2. Perilaku belajar dalam mengulangi pelajaran
 - a. Siswa melakukan pengulangan atas penjelasan guru mengenai materi pelajaran
 - b. Siswa melakukan pemantapan atas kesan tertentu yang masih sama saat proses pembelajaran
3. Perilaku belajar dalam membaca buku
 - a. Siswa membaca buku dan bacaan yang berkaitan dengan materi pelajaran
 - b. Siswa mencatat setiap pertanyaan setelah membaca buku dan bacaan
4. Perilaku belajar dalam mengunjungi perpustakaan³¹
 - a. Siswa secara rutin mengunjungi perpustakaan sekolah
 - b. Siswa mencari tambahan materi pelajaran di perpustakaan sekolah
5. Perilaku belajar dalam menghadapi ujian
 - a. Siswa memiliki keyakinan yang tinggi dalam menghadapi ujian
 - b. Siswa mempersiapkan materi-materi atau kisi-kisi sebelum menghadapi ujian

³⁰ Zahratul Azizah, dkk, "Hubungan Kebiasaan Bermain *Game* dengan Perilaku Belajar Siswa", *Konselor*, Volume 4, Number 4 ISSN: 1412-9760 (2017): 1.

³¹ Zahratul Azizah, dkk, "Hubungan Kebiasaan Bermain *Game* dengan Perilaku Belajar Siswa", *Konselor*, Volume 4, Number 4 ISSN: 1412-9760 (2017): 2.

3. Kebiasaan Bermain *Game online*

a. Pengertian Kebiasaan Bermain *Game online*

Kebiasaan berarti sebuah aktivitas atau substansi yang dilakukan berulang-ulang dan dapat menimbulkan perasaan senang seseorang terhadap sebuah aktivitas. Berdasarkan definisi tersebut kebiasaan berarti suatu aktivitas atau substansi yang dilakukan berulang – ulang dan menimbulkan perasaan senang seseorang terhadap sebuah aktivitas. Dengan memperhatikan definisi tersebut, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa kebiasaan *game online* adalah suatu aktivitas atau substansi terhadap suatu jenis permainan komputer berupa *game online* yang dilakukan berulang – ulang dan dapat menimbulkan perasaan senang seseorang terhadap sebuah aktivitas. Khusus anak yang masih di bangku sekolah, perlu menjadi bahan perhatian akibat kebiasaan *game online*. Sesuatu yang dilakukan secara berlebihan tidak akan pernah berujung dengan baik.³²

Anak yang sudah kebiasaan *game online* perlu di atasi dengan pemberian manajemen waktu seperti belajar dan bermain agar anak dapat mengatur waktu belajar dan bermainnya dengan baik sehingga lebih efektif dan efisien. Mengatur anak untuk sesuatu agar terorganisasi dengan baik akan membentuk anak yang disiplin dan lebih bertanggung jawab.

Bermain *game online* membuat seseorang merasa senang karena mendapat kepuasan psikologi. Sebagian besar *game* dirancang sedemikian rupa agar membuat pemain *game* penasaran dan mengejar nilai tinggi, sehingga sering lupa waktu bahkan untuk sekedar berhenti sejenak. Bermain *game online* secara berlebihan menyebabkan munculnya obsesi untuk menang dan menjadi tokoh imajinasi di dalam *game* seperti yang diinginkan. Apabila tidak

³² Hardi Prasetiawan, “Upaya Mereduksi Kecanduan *Game Online* melalui Layanan Konseling Kelompok pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 15 Yogyakarta Tahun Pelajaran 2011 – 2012”, *Yogyakarta, Universitas Ahmad Dahlan (2015)*: 12.

segera dikendalikan, maka keinginan untuk selalu bermain *game online* secara berlebihan dapat muncul. Perilaku bermain *game online* secara berlebihan mengakibatkan dampak negatif. Bermain *game online* secara berlebihan terjadi karena seseorang hanya akan merasa senang dan nyaman ketika dapat bermain permainan tersebut. Oleh sebab itu, orang yang bermain *game online* secara berlebihan akan merasakan ketidakpuasan dan perasaan tidak tenang, gelisah apabila tidak dapat bermain *game online*.³³

Fenomena bermain *game online* secara berlebihan sebagian besar terjadi di kalangan remaja, baik pelajar maupun mahasiswa. Kurangnya perhatian dan pengawasan orang tua terhadap anak dapat meningkatkan kesempatan anak untuk melakukan kesenangan bermain *game online* secara leluasa. Harapan orang tua yang tinggi terhadap anaknya untuk berprestasi di sekolah, tidak jarang dapat memperburuk keadaan ini. Padatnya berbagai jadwal kegiatan seperti kursus atau les tanpa disadari dapat mengakibatkan berkurangnya pemenuhan kebutuhan primer anak, seperti kebersamaan dan bermain dengan keluarga. Padahal, rentang usia remaja adalah masa transisi yang masih sangat membutuhkan peran penting keluarga terutama orang tua dalam mendampingi perkembangan psikologis hingga mencapai kematangan sesuai tahap perkembangan.

Dari uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa bermain game dapat berdampak terhadap kehidupan seseorang. Di antaranya mengurangi kejenuhan, meningkatkan konsentrasi, dan memperoleh hiburan. Di samping itu, bermain game juga dapat mendatangkan dampak negatif, di antaranya kurangnya minat belajar, turunnya prestasi belajar, pemborosan, dan kesehatan terganggu.

³³Wieke Fauziawati, "Upaya Mereduksi Kebiasaan Bermain *Game Online* melalui Teknik Diskusi Kelompok", *Jurnal Psikopedagogia*, Vol. 4, No.2 (2015): 116.

b. Faktor yang Mempengaruhi Kebiasaan *Game online*

Faktor yang mempengaruhi remaja kebiasaan *game online* adalah sebagai berikut :

1) Faktor internal

Faktor internal adalah suatu penyebab yang dialami oleh seorang anak berdasarkan dari dorongan dalam dirinya sendiri, sebagai contoh adalah (1) adanya keberagaman pilihan, (2) stres atau depresi, dan (3) kurang kegiatan.

Semakin banyak pengguna *game online* maka banyak pula pencipta kreator yang menciptakan *game online* dengan lebih menarik dan lebih mengasyikan. Tampilan visual dari *game online* juga mempengaruhi minat pemain, karena semakin bagus tampilan visual dan kecanggihan *game online* semakin banyak pula pemainnya. Sebagian besar para pemain *game online* adalah anak laki – laki, maka para pencipta berusaha menyesuaikan dan membuat *game online* baru menurut selera anak laki – laki dan terbukti ketika tantangan dan aksesibilitasnya ditambah atau semakin menantang maka pemain bertambah banyak karena sebagian dari anak – anak yang bermain *game online* menyatakan lebih menyukai *game online* yang menantang.

2) Faktor eksternal

Faktor eksternal adalah suatu penyebab yang dialami oleh seseorang anak berdasarkan dari dorongan luar diri, sebagai contohnya adalah : (1) Adanya tawaran kebebasan, (2) Kurang perhatian dari orang – orang terdekat, (3) lingkungan. Adanya tawaran kebebasan yaitu seseorang dapat mengalami duni baru dalam bermain *game online*. Ketika mendapatkan tawaran kebebasan untuk bermain *game online*, sikap anak mulai menjadi kurang terkontrol dan selalu ingin mencoba *game online*. Selain itu anak yang bermain *game online* ingin memasuki dunia yang baru atau dunia kebebasan karena ada faktor – faktor lain

contohnya anak merasa pusing dan stres memikirkan tugas sekolah yang akhirnya akan berhenti sejenak meninggalkan aktifitas sebagai pelajar, untuk memasuki dunia yang baru dengan bermain *game online*.³⁴

Bagi orang tua yang selalu memanjakan anaknya dengan fasilitas, efek kecanduan mungkin sangat terjadi. Anak – anak yang tidak terkontrol biasanya akan berperilaku over. Perilaku anak tidak semata – mata terbentuk dalam keluarga, pada saat anak sekolah dan bermain dengan teman – temannya, kesemuanya itu dapat membantu perilaku pada anak. Meskipun dari pihak keluarga tidak mengenalkan *game online*, jangan kaget bila tiba – tiba anak sudah bisa dan lebih piawai memencet stick atau keyboard untuk bermain *game online*.

Berdasarkan penjelasan di atas maka dapat disimpulkan bahwa salah satu pemicu yang menyebabkan anak bermain *game online* adalah rasa bosan yang dimiliki anak, dengan rasa bosan yang ia rasakan akan menjadi pendorong untuk menghabiskan waktunya dengan bermain game. Hal ini terjadi karena rutinitas yang menjemukan, tidak ada kesempatan bagi anak-anak untuk relaks dari padatnya jadwal sekolah, belajar, dan les.

c. Dampak dari Bermain *Game Online*

Adapun pengaruh *game online* antara lain gangguan fisik, penurunan prestasi, suka berbohong dan hidupnya dirampas oleh games. Beberapa dampak fisik yang ditemukan pada anak dengan kecanduan *game online* antara lain :

1) Sakit mata

Paparan cahaya radiasi komputer dapat merusak syaraf mata karena terlalu lama berinteraksi dengan layar komputer.

³⁴ Ary Wulan Dary, “Kebiasaan *Game Online*”, *Jurnal Psikologi*, Vol. 2, No. 4, Jakarta, (2015): 2.

2) *Carpal tunnel syndrome*

Syndromecarpal tunnel adalah rasa sakit yang menekan bagian syaraf yang melalui pergelangan tangan. Gejala berupa rasa tidak nyaman, kebal, rasa gatal, dan nyeri pada tiga jari pertama dari sebelah ibu jari tangan. Kadangkala terasa sakit dan terbakar atau rasa gatal pada lengan dan bahu. Sindroma carpal tunnel disebabkan ada bagian syaraf yang tertekan dibagian telapak tangan (daerah tersebut disebut *carpal tunnel*). Tekanan tersebut terjadi ketika jaringan saraf menjadi menumpuk dan membengkak pada bagian telapak pada pergelangan tangan. Sindrome carpal tunnel bisa disebabkan pengguna *keyboard* pada komputer yang posisinya tidak baik atau pengguna dalam jangka waktu terlalu lama.³⁵

3) Migrain

Migrain adalah sakit kepala sebelah atau pada titik tertentu kepala. Anak yang bisa menghabiskan banyak waktu bermain *game online* cenderung lebih mudah terkena *migrain* karena ketika berain *game online* membutuhkan konsentrasi yang sangat tinggi sehingga terjadi ketegangan pada mata yang memicu sakit kepala.

4) Gangguan tidur

Gangguan tidur terjadi stimulasi berlebihan yang terjadi pada otak ketika anak bermain *game online* dalam jangka waktu yang panjang. Gangguan tidur yang biasa terjadi pada anak yang kebiasaan *game online* antara lain *insomnia*, *narcolepsy*, *sleep apnea*, *nocturnal myoclonus*, dan *parasomnia*. *Insomnia* adalah jenis gangguan tidur yang umum terjadi pada pemain games, yaitu gejala kelainan dalam tidur berupa kesulitan berulang untuk tidur atau mempertahankan tidur walaupun ada kesempatan untuk

³⁵ Hardi Prasetiawan, "Upaya Mereduksi Kecanduan *Game Online* melalui Layanan Konseling Kelompok pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 15 Yogyakarta Tahun Pelajaran 2011 – 2012", Yogyakarta, Universitas Ahmad Dahlan (2015): 14.

itu. Gejala tersebut biasanya diikuti gangguan fungsional saat terbangun.

5) Sakit punggung

Sakit punggung biasa terjadi pada anak yang kecandian *game online*. Hal ini terjadi karena pemain *game online* duduk pada posisi yang sama selama berjam – jam sehingga sedikit sekali gerakan tubuhnya. Sedikitnya gerakan tubuh menyebabkan kekakuan otot dan rasa nyeri pada punggung.

6) Gangguan makan

Gangguan makan terjadi karena pemain *game online* tidak mau menggunakan waktu yang cukup untuk makan. Pemain *game* tidak mau menghabiskan waktu hanya untuk makan dengan cara yang baik karena hal itu akan butuh waktu. Berdasarkan beberapa pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa kebiasaan *game online* dapat menimbulkan secara fisik dan psikis yang dapat mengganggu proses belajar anak, baik disekolah, maupun dirumah, karena anak bermain *game* secara berlebihan yang menyebabkan kondisi kesehatan anak akan terganggu dan menyebabkan sulit untuk konsentrasi sebab waktu yang digunakan untuk belajar menjadi kurang efisien.

Berdasarkan penjelasan di atas maka dapat disimpulkan bahwa bermain *game* juga memiliki beberapa dampak negatif yang dapat anda terima jika tidak berhati-hati. Dampak negatif tersebut adalah kecanduan, malas, kurang tidur, mengalami kerugian finansial, radiasi yang membuat mata kurang sehat.

d. Dimensi dan Indikator Kebiasaan *Game online*

Kebiasaan pemain terhadap *game online* dapat mengakibatkan pemain melalaikan kegiatannya yang lain, karena

kebiasaan pemain ini berlaku secara berulang-ulang. Indikator seseorang yang kebiasaan *game online* adalah sebagai berikut:³⁶

- 1) Kesenangan bermain *game online*
 - a) Mengisi waktu kosong dengan banyak bermain *game online*.
 - b) Lebih senang menghabiskan waktu untuk bermain *game online*.
- 2) Intensitas bermain *game online*
 - a) Bolos sekolah untuk bermain *game online* di rumah.
 - b) Bolos sekolah untuk bermain *game online* di ponsel android.
 - c) Bolos sekolah untuk bermain *game online* di warung internet.
- 3) Waktu bermain *game online*
 - a) Setiap waktu bermain *game online*.
 - b) Saat jam kosong bermain *game online*.

B. Hasil Penelitian Terdahulu

Terkait dengan judul penelitian yang diajukan, peneliti belum pernah menemukan hasil penelitian yang sama persis. Hanya saja ada beberapa hasil penelitian yang dianggap cukup relevan diantaranya :

1. Penelitian Dica Feprinca yang berjudul Hubungan Motivasi Bermain *Game online* Pada Masa Dewasa Awal Terhadap Perilaku Kebiasaan *game online* *Defence Of The Ancients (DOTA)*. Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian korelasional. Penelitian ini dilakukan di beberapa warnet yaitu Voyage Net, Flux, XT Net, Evergreen dan Surya Megah di Kota Malang pada pemain *game online* yang pernah memainkan game DOTA dengan usia antara 19 sampai 35 tahun (dewasa awal) dengan jumlah sampel 80 responden. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara motivasi *game online* dewasa awal dengan perilaku kebiasaan *game online* DOTA. Hubungan tersebut kuat dan bernilai positif yang berarti

³⁶ Zahratul Azizah, dkk, "Hubungan Kebiasaan Bermain *Game* dengan Perilaku Belajar Siswa", *Konselor*, Volume 4, Number 4 ISSN: 1412-9760 (2017): 1.

semakin tinggi motivasi bermain *game online* seseorang, maka semakin tinggi perilaku kebiasaan *game online* DOTA.³⁷

2. Penelitian yang dilakukan oleh Winsen Sanditaria dengan judul Adiksi Bermain *Game online* Pada Anak usia Sekolah Di Warung Internet Penyedia *Game online* Jatinangor Sumedang. Aktivitas bermain *game online* yang dilakukan secara berlebihan yang dapat membawa pengaruh negatif pada anak. Penelitian sebelumnya menunjukkan adanya tingkat adiksi bermain *game online* pada orang dewasa. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi gambaran adiksi bermain *game online* pada anak usia sekolah di warung internet penyedia *game online* Jatinangor Sumedang. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Pengambilan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner baku oleh Lemmens dengan 7 kriteria adiksi terhadap 71 responden anak usia sekolah di warung internet penyedia *game online* Jatinangor Sumedang. Responden yang termasuk kategori tidak adiksi jika memiliki < 4 kriteria adiksi dan yang termasuk kategori adiksi jika memiliki ≥ 4 kriteria adiksi. Hasil penelitian menunjukkan sebanyak 38% responden termasuk dalam kategori tidak adiksi dan 62% responden termasuk dalam kategori adiksi. Berdasarkan penelitian ini maka dapat disimpulkan bahwa tingkat adiksi dapat terjadi pada anak usia sekolah. Oleh karena itu, diperlukan penanganan baik dari orang tua maupun guru di sekolah untuk pendidikan kesehatan mengenai bermain pada anak yang dibantu oleh pihak kesehatan terkait misalkan perawat atau psikolog melalui workshop atau seminar di sekolah dan *family therapy*.³⁸
3. Nurul Jannah, Mudjiran & Herman Nirwana yang berjudul Hubungan Kecanduan *Game* dengan Motivasi Belajar Siswa dan Implikasinya

³⁷Dica Febrinca, "Hubungan Motivasi Bermain *Game Online* pada Masa Dewasa Awal terhadap Perilaku Kecanduan *Game Online Defence Of The Ancients (Dota)*", *Jurnal Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Brawijaya* (2015): 1.

³⁸ Winsen Sanditaria, "Adiksi Bermain *Game Online* pada Anak Usia Sekolah di Warung Internet Penyedia *Game Online* Jatinangor Sumedang", *Journal Article* (2015): 745.

Terhadap Bimbingan dan Konseling, kecanduan ditandai dengan berlebihan atau tidak terkontrol, keasyikan, dorongan atau perilaku mengenai penggunaan komputer dan layanan *internet* salah satunya bermainan *game*. Siswa yang bermain *game* berlebihan akan menjadi kecanduan. Berbagai dampak dan akibat dapat timbul dari kecanduan *game* ini, diantaranya adalah siswa yang akan cenderung mengalami penurunan motivasi belajarnya sehingga hasil belajar/prestasinya ikut menurun. Pikiran siswa yang kecanduan *game* akan lebih memikirkan perkembangan permainannya dibandingkan dengan perkembangan belajarnya.³⁹

4. Ni Putu Arika Mulyasanti Pande dan Adijanti Marheni yang berjudul Hubungan Kebiasaan *game online* Dengan Prestasi Belajar Siswa Smp Negeri 1 Kuta, Subyek penelitian adalah 55 orang siswa SMP Negeri 1 Kuta dengan kriteria berusia 13-15 tahun dan bermain *game online* dengan durasi lebih dari 2 jam. Metode sampling adalah purposive sampling. Metode penelitian menggunakan studi korelasi. Pengambilan data dilakukan menggunakan kuesioner untuk mengukur kecanduan gameonline dan melihat nilai rapor untuk mengukur prestasi belajar. Hasil uji asumsi menunjukkan bahwa data memiliki persebaran normal dan linear. Uji normalitas kuesioner kecanduan gameonline memiliki signifikansi 0,534 dan prestasi belajar memiliki signifikansi 0,819. Uji linearitas antara kecanduan gameonline dan prestasi belajar memiliki signifikansi 0,001. Hasil penelitian menemukan hubungan negatif signifikan antara kecanduan gameonline dan prestasi belajar dengan koefisien korelasi -0,472.⁴⁰
5. Mimi Ulfa, Pengaruh Kebiasaan *game online* terhadap Perilaku Remaja di Mabes Game Center Jalan Hr.Subrantas Kecamatan Tampan

³⁹Nurul Jannah, dkk, "Hubungan Kecanduan *Game* dengan Motivasi Belajar Siswa dan Implikasinya terhadap Bimbingan dan Konseling", *Konselor Volume 4 Number 4, ISSN: 1412-9760 (2015)*: 205.

⁴⁰Ni Putu Arika Mulyasanti Pande dan Adijanti Marheni, "Hubungan Kecanduan *Game Online* dengan Prestasi Belajar Siswa SMP Negeri 1 Kuta", *Jurnal Psikologi Udayana, 2015, Vol. 2, No. 2 (2016)*: 163-171.

Pekanbaru. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *game online* terhadap perilaku siswa di Mabes *Game Center* Jalan Subrantas Kecamatan Tampan Pekanbaru, dan tanggapan orang tua terhadap perilaku anak. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif, dimana populasi yang diambil yaitu siswa-siswa yang menyukai main games online di mabes center games. Untuk menentukan populasi peneliti menggunakan teknik *accidental sampling* dan teknik penyebaran kuesioner dengan wawancara dan dokumentasi. *Game online* adalah menyediakan fitur 'komunitas online', sehingga menjadikan *game online* sebagai aktivitas sosial, sehingga akan berpengaruh terhadap perilaku. Para gamer akan memiliki kecanduan bermain dimana akan menyebabkan perilaku yang berdampak negatif. Dari hasil analisis yang dilakukan dengan hasil uji hipotesis dengan nilai t hitung = t tabel, atau $4032.276 = 0.195$, maka hipotesis yang diajukan diterima artinya ada pengaruh antara kebiasaan *game online* (X) terhadap perilaku remaja (Y).⁴¹

Persamaan penelitian ini dengan penelitian terdahulu yaitu sama-sama membahas mengenai kebiasaan bermain *game online* yang dilakukan oleh siswa. Sedangkan perbedaan penelitian ini dengan penelitian terdahulu yaitu, dalam penelitian ini lebih difokuskan pada hubungan kebiasaan bermain *game online* dengan perilaku belajar siswa.

C. Kerangka Berpikir

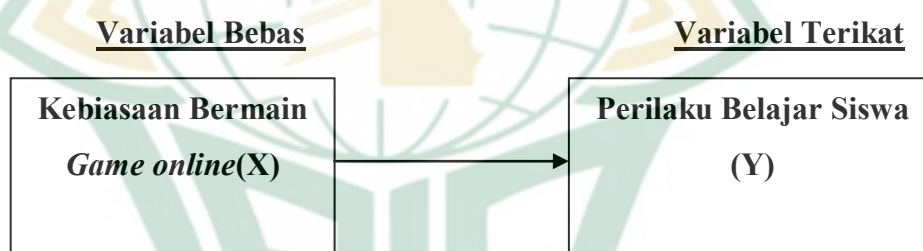
Kerangka berpikir merupakan model konseptual tentang bagaimana teori berhubungan dengan berbagai faktor yang telah diidentifikasi sebagai masalah penting.

Game online dalam perspektif sosiologi orang yang menjadikan sebagai candu, cenderung akan menjadi *egosintris* dan mengedepankan individualis. Hal ini berbahaya bagi kehidupan sosial individu tersebut,

⁴¹Mimi Ulfa, "Pengaruh Kecanduan *Game Online* terhadap Perilaku Remaja di Mabes *Game Center* Jalan Hr. Subrantas Kecamatan Tampan Pekanbaru" *Jurnal Fisip Vol. 4 No. 1* (2017): 1.

mereka dengan sendirinya menjauh menjauh dari lingkungan sekitar dan dimungkinkan akan memarjinalkan diri sehingga beranggapan bahwa kehidupannya adalah di dunia maya dan lingkungan sosialnya hanya pada dimana tempat dia bermain game tersebut. Banyak diantara mereka dari golongan pelajar sekolah dasar sampai jenjang perguruan tinggi, baik dari status dan golongan ekonomi menengah keatas sampai menengah kebawah. Aktivitas bermain *game online* yang dilakukan secara berlebihan yang dapat membawa pengaruh negatif pada anak. Penelitian sebelumnya menunjukkan adanya tingkat kebiasaan bermain *game online* pada orang dewasa.⁴²

Variabel penelitian yang terdiri dari kebiasaan bermain *game online* dan perilaku belajar siswa dapat digambarkan dalam model sebagai berikut:



Gambar 2.1

Kerangka Berpikir

D. Hipotesis Penelitian

Adapun hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah bahwa: “Ada hubungan yang signifikan antara kebiasaan bermain *game online* (variabel X) dengan perilaku belajar (variabel Y) pada siswa MTs Negeri 2 Jeparu tahun pelajaran 2018/2019”. Dengan kata lain semakin tinggi kebiasaan bermain *game online*, maka perilaku belajarnya akan jelek.

⁴²Mimi Ulfa, “Pengaruh Kecanduan *Game Online* terhadap Perilaku Remaja di Mabes *Game Center* Jalan Hr. Subrantas Kecamatan Tampan Pekanbaru” *Jurnal Fisip Vol. 4 No. 1* (2017): 1.