



Tinjauan dari Belajar Pembiasaan

Indah Etika Putri^{1✉}, Neviyarni²

Universitas Negeri Padang, Sumatera Barat, Indonesia^{1,2}

E-mail: indahetikaputri082384856083@gmail.com¹, neviyarni.suhaili911@gmail.com²

Abstrak

Pada kajian menganalisa belajar pembiasaan kali ini menggunakan rujukan dari kajian literatur yang relevan dan terpercaya. Dari pembahasan mengenai belajar pembiasaan merupakan sebuah kegiatan bentuk pembelajaran yang telah diamati pada organisme lebih rendah dibandingkan manusia, ini merupakan bentuk proses pembelajaran yang paling dasar, dibandingkan pembelajaran konseptual. Dibandingkan dengan fenomena yang lebih kompleks, ini membutuhkan lebih sedikit asumsi dan prinsip. Dalam kebiasaan belajar, beberapa materi dipecah, seperti kebiasaan dan pembelajaran manusia, prosedur dasar dari kebiasaan, konsep penguatan, prinsip dasar penguatan, dan penerapan prinsip kebiasaan.

Kata kunci: belajar pembiasaan

Abstract

In this article, analyzing learning habits uses references from relevant and reliable literature studies. From the discussion about learning habituation is a form of learning activity that has been observed in lower organisms than humans, it is the most basic form of the learning process rather than concept learning, understanding habituation requires fewer assumptions and principles compared to more complex phenomena. In learning habituation, several materials are broken down such as habituation and human learning basic procedures for habituation, the concept of reinforcement, basic principles of strengthening and application of the principles of habituation.

Keywords: learn habituation

Copyright (c) 2021 Indah Etika Putri, Neviyarni

✉ Corresponding author

Email : indahetikaputri082384856083@gmail.com

DOI : <https://doi.org/10.31004/edukatif.v3i1.202>

ISSN 2656-8063 (Media Cetak)

ISSN 2656-8071 (Media Online)

PENDAHULUAN

Ketika manusia lahir, mereka memiliki beberapa reaksi dasar yang tidak terpelajar, seperti menangis, mengumpat, dan memusnahkan. Namun, jawaban ini pun akan berubah karena proses pembelajaran. Dalam beberapa dekade terakhir, teknologi pembelajaran berkembang pesat karena adanya dan penerapan prinsip-prinsip dasar pembelajaran. Misalnya, dalam pengembangan program pembelajaran instruksi berbantuan komputer dan instruksi individu (sistem ini adalah sistem yang digunakan untuk menerapkan pengetahuan tentang psikologi pembelajaran untuk menentukan masalah pendidikan), pembelajaran adalah proses relatif yang dapat disimpulkan dari perubahan kinerja yang disebabkan oleh praktik. Jadi, keterampilan membaca itu nyata dari latihan. Bagi manusia yang terpenting adalah bahasa, bahasa adalah alat dasar untuk berpikir, memecahkan masalah, dan melakukan aktivitas simbolik yang kompleks, pengetahuan dan keterampilan sangat bergantung pada penggunaan bahasa. Pentingnya pembelajaran tercermin dari ruang lingkup pembelajaran yang terlihat dari pengaruhnya terhadap topik dan psikologi lainnya. Melalui pembelajaran pribadi, Anda dapat memasukkan dan memahami masalah yang lebih kompleks, seperti penyakit mental dan kejahatan.

Belajar pembiasaan merupakan sebuah kegiatan belajar yang paling mendasar, bukan pembelajaran konseptual. Dalam hal memahami kebiasaan, dibutuhkan lebih sedikit asumsi dan prinsip daripada fenomena yang lebih kompleks.

METODE PENELITIAN

Artikel ini membahas tentang menganalisa belajar pembiasaan. Jenis metode penelitian ini adalah analisis kajian pustaka (*literatur research*). Artikel ini mampu memecahkan masalah dengan mengambil suatu keputusan yang merujuk pada suatu alternatif dalam memecahkan suatu masalah dalam belajar pembiasaan, serta menerapkan beberapa langkah dalam menyelesaikan masalah tersebut sampai bisa terentaskan.

HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN

A. Pembelajaran dan Pembiasaan Manusia

Ketika manusia lahir, mereka memiliki beberapa reaksi dasar yang tidak terpelajar, seperti menangis, mengumpat, dan memusnahkan. Namun, jawaban ini pun akan berubah karena proses pembelajaran. Misalnya, anak belajar mengharapkan makanan pada waktu tertentu, tetapi tidak pada waktu lain. Kemudian, respon menangis mungkin atau mungkin tidak menarik perhatian orang tua, tergantung pada situasi spesifik dan kelahirannya yang akan dilatih. Bagi manusia yang terpenting adalah bahasa. Bahasa adalah alat dasar untuk berpikir, memecahkan masalah dan melakukan aktivitas simbolik yang kompleks. Pengetahuan dan keterampilan sebenarnya sangat bergantung pada penggunaan bahasa. Pentingnya pembelajaran tercermin dari ruang lingkup pembelajaran yang dapat dilihat dari pengaruhnya terhadap topik dan psikologi lainnya. Melalui pembelajaran pribadi, anda dapat memasukkan dan memahami masalah yang lebih kompleks, seperti penyakit mental dan kejahatan.

Secara luas, Cieste setuju bahwa banyak gangguan perilaku dapat dipahami sebagai hasil belajar, dimana pengaruh neurologis atau biokimia berada tanpa diketahui. Banyak upaya untuk meningkatkan kualitas pendidikan berdasarkan pengetahuan kita saat ini tentang pembelajaran, kondisi yang mempengaruhi pembelajaran dan prinsip belajar dipahami, guru lebih mampu membawa perubahan dalam praktik-praktik pendidikan yang diharapkan dan diarahkan ke tujuan yang lebih efektif dalam bentuk pengetahuan dan keterampilan. Dalam dekade terakhir, teknologi yang berkembang pesat, pembelajaran telah berkembang dengan sangat pesat dari eksistensi dan penerapan prinsip-prinsip dasar pembelajaran. Misalnya, dalam pengembangan program pembelajaran instruksi dengan bantuan komputer, dan instruksi- instruksi individual

yang merupakan sistem untuk menerapkan pengetahuan tentang psikologi dari pembelajaran untuk menekan masalah pendidikan. Demikianlah ilmu yang mempelajari tentang manusia, belajar bukanlah aktivitas yang terisolasi atau terbatas, tetapi melibatkan untuk mengatasi beberapa masalah praktis penting dari kehidupan sehari-hari (Muhibin Syah, 199).

a. Ruang Lingkup Pembelajaran

Pembelajaran manusia dapat merujuk pada semua jenis situasi pembelajaran yang melibatkan manusia. Oleh karena itu, dalam arti luas, dari pembelajaran manusia sederhana hingga studi proses kompleks yang melibatkan keterampilan dan pengetahuan belajar, transfer dan memori. Istilah pembelajaran manusia terkadang mengacu pada situasi dan prinsip pembelajaran yang pada dasarnya manusiawi, memberikan dasar untuk membedakan antara prinsip perawatan manusia dan prinsip pembelajaran yang diturunkan dari objek penelitian.

b. Defenisi Pembelajaran Tradisional dan Pengkodisian serta Pembelajaran Manusia

Belajar adalah proses yang relatif yang disimpulkan dari perubahan kinerja akibat dari praktik, jadi keterampilan membaca secara nyata dihasilkan dari praktik. Setiap diskusi tentang pembelajaran manusia dan kognisi harus menggambarkan hubungannya dengan area lain pembelajaran, manfaat memulai dengan menangani prinsip dan konsep pengkodisian pengetahuan yang terbatas tentang pengkondisian dengan subjek manusia. Kedua, karena manusia harus berkembang menjadi aspek yang lebih kompleks dalam pembelajaran manusia.

B. Prosedur Dasar Pembiasaan

1. *Classical Conditioning* (Pengkondisian Klasik)

Program ini dikembangkan oleh Pavlov di laboratorium untuk anjing yang diikat di dalam kandang. Kandang anjing tersebut memiliki lubang kecil untuk mengecek air liur, sehingga bisa diambil dan diganti lagi.

- a. *Law of Respondent Conditioning*, Hukum kebiasaan jika ada dua gangguan, refelektifitas akan naik.
- b. *Law Respondent Extinction*, Artinya, hukum kebiasaan, jika refleksi ditingkatkan dengan penyesuaian responden, dan dapat dipantulkan kembali tanpa memberikan *intensifier*, intensitasnya akan berkurang.

2. *Operant of Instrumental Conditioning* (Pembiasaan *Operant* atau Instrumental)

Bentuk pembiasaan ini sangat erat kaitannya dengan pembentukan perilaku yang ada, dan didukung oleh operator. Operator memiliki beberapa perilaku yang ada dan berdampak sama terhadap lingkungan saat ini.

a. Perbedaan *Operant* dan *Instrumental Conditioning*

Hal ini merupakan suatu bentuk programnya, bergantung dengan pemberian percobaan selama pelatihan. Penyesuaian instrumen dapat mengacu pada kondisi yang terpisah dari eksperimen.

b. Variasi pada Pembiasaan Instrumental atau *Operant*

Dalam perubahan kebiasaan ini, ada tiga jenis alat atau bentuk operasi, seperti mendorong keberadaan atau prasangka, ganjaran atau hukuman, dan generasi atau retensi (yaitu, bagaimana sinyal disajikan, dan kemudian ganjaran atau hukuman diberikan dan ditanggapi, dihasilkan dan

dicegah) bentuk. Dalam perubahan awal, bagaimana situasi membentuk bentuk yang berbeda sehingga akan mencoba merespon. Selain itu, perubahan kedua tema tersebut akan menstimulasi bentuk *reward and punishments*. Dan pada varian ketiga, subjek akan memberikan stimulus yang dilakukan dengan membangkitkan dan mempertahankan pola respon. Jika menolak untuk menanggapi, itu akan mencoba untuk tidak menanggapi nanti

c. Pembiasaan *Verbal Operant*

Pembiasaan operasi juga ditetapkan dalam kebiasaan bahasa. Misalnya dalam persalinan, anda memperlakukan orang sebagai titik subjeknya. Mereka diminta untuk merespon nominal, verba, adjektiva atau pronomina. Eksperimen bebas mengajukan sebuah perkataan dan subjek untuk menentukan beberapa hal yang sesuai. Hal tersebut tentunya subjek tersebut akan dipersiapkan akan lebih cepat mengeksekusi kondisi oral (Ghufron, N, 2014).

C. Konsep Penguatan

Dalam penelitian teoritisnya, penguatan semacam ini dapat dikatakan sebagai bentuk apresiasi yang selanjutnya dapat memperkuat perilakunya: (Ellis, H.C, 1978)

1. Positif dan Negatif *Reinforcer*

Dapat dikatakan bahwa segala sesuatu dalam perilaku berkaitan dengan ganjaran dan hukuman yang diberikan.

2. Memperkuat Sekunder Peristiwa

Penambah utama ini lebih seperti makanan yang akan kita makan dan terkait biasanya dengan kebutuhan yang ada dalam kehidupan sehari-hari, seperti rasa lapar, rasa sakit. Pada saat yang sama, penguatan pelengkap merujuk pada peristiwa atau peristiwa yang berperan dalam pembelajaran.

3. Tanggapan sebagai *Reinforcer*

Kejadian penguatan juga bisa menjadi sebuah tanggapan David Premack menekankan hal ini, yaitu, pandangan biologisnya diperkuat oleh partisipasi perilaku yang disukainya.

4. Jadwal Penguatan

Ada berbagai macam metode penguatan penjadwalan, salah satunya adalah dengan mengatur agar respon pertama terjadi setelah interval waktu yang telah ditentukan setelah penguatan terakhir, penjadwalan dapat berupa variabel atau tetap.

D. Prinsip-Prinsip Dasar Pembiasaan

Adapun prinsip-prinsip pembiasaan (Ellis, H.C, 1978):

1. *Acquisition* (Perolehan), operator yang terbiasa diperkuat secara bertahap akan memperkuat respon, begitu pula sebaliknya.
2. *Extinction* (Pemadaman), adalah sejenis intensitas respons yang berkurang, yang biasanya tidak terlihat sebelum menghilang.
3. *Spontaneous Recovery* (Pengambilan Spontan), ini menunjukkan bahwa respons yang hilang muncul kembali. Hal ini menunjukkan bahwa tren perilaku masih tetap sama, meskipun responnya sudah dihilangkan sebelumnya.

4. *Generalization (Generalisasi)*, bentuk belajar pada kejadian lain tetapi sama. Oleh karena itu, prinsip dasarnya adalah bahwa respon belajar terhadap stimulus lain yang serupa dan menghasilkan bentuk respon yang sama.
5. *Discrimination*, langkah belajar membuat subjek berbeda terhadap rangsangan yang serupa disebut perbedaan rangsangan. Hal ini adalah bentuk dasar dari semua pembelajaran yang ada.
6. *Differentiation (Perbedaan)*, perbedaan adalah proses serupa yang diperkuat secara berbeda.

E. Penerapan Prinsip Pembiasaan

1. *Conditioning Principles and Behaviour Therapy (Prinsip Pengaruh Keadaan dan Perilaku Terapi)*. Metode yang digunakan untuk prinsip pembiasaan cocok untuk perilaku yang tidak terkendali atau menyimpang.
2. *Some Techniques of Behaviour Therapy (Beberapa Teknik Perilaku Terapi)*
 - a. *Systematic Desentization*
 - b. *Implosion Therapy*
 - c. *Eversion Therapy*
3. *Conditioning Principles and Programmed Instruction (Prinsip Pengaruh Keadaan Instruksi yang Diprogramkan)*

Salah satu metode yang dapat digunakan adalah dengan menggunakan pemrograman untuk memberikan materi pembelajaran terhadap peserta didik secara berangsur-angsur. Setelah membuat program dan memperkenalkannya dalam bentuk lembar informasi, kami mengajukan pertanyaan dan akan kami ajukan kepada siswa nanti. Ini diwakili oleh bingkai, komponen bingkai atau bagian dari stimulus bagaimana informasi ditampilkan di dalamnya. Bagian ini biasanya berisi bagaimana tanggapan siswa dari bagian konfirmasi yang diberikan dan mampu memberikan umpan balik. Saat menulis program, biasanya menggunakan prinsip dasar dalam operasi kustom. (Djamarah, 2002)

KESIMPULAN

Pembelajaran kebiasaan adalah kegiatan belajar yang diamati pada organisme dibandingkan dengan fenomena yang lebih kompleks, lebih sedikit asumsi yang diperlukan untuk memahami kebiasaan dan prinsip. Dalam kebiasaan belajar, beberapa materi dipecah, seperti kebiasaan dan pembelajaran manusia, prosedur dasar kebiasaan, konsep penguatan, prinsip dasar penguatan, dan penerapan prinsip kebiasaan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, A, 2003. *Psikologi Umum*. Jakarta: Rineka Cipta
- Djamarah, S. B. 2002, *Psikologi Belajar*, Rineka Cipta
- Desti Haryani, 2011, *Pembiasaan Berpikir Kritis dalam Belajar Matematika sebagai Upaya Pembentukan Individu yang Kritis*, *Jurnal Edukasi Matematika dan Sains*. 1(2) 1-6
- Ellis, Henry. 1978. *Foundamental of Human Learning, Memory and Cognition (second edition)*, Iowa: C. Brown Company Publisher.
- Ghufon, N, 2014, *Teori-Teori Psikologi*, Yogyakarta: Ar-ruzz Media
- Marzali, A. 2016. *Menulis Kajian Literatur*. *Jurnal Etnosia*, 1(3), 27-36

- Muhibin Syah, 1999, *Psikologi Belajar*, Jakarta: Logos
- Sobur, A, 2003, *Psikologi Umum*, Bandung: Pustaka Setia
- Solso, R. L., D. 2007. *Psikologi Kognitif*. Jakarta: Erlangga
- Soemanto, Waty, 1990. *Psikologi Pendidikan*, Jakarta: PT Rineka Cipta
- Suryabrata, Sumadi. 2004. *Psikologi Pendidikan*, Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Surya, M. 2015. *Strategi Kognitif Dalam Proses Pembelajaran*. Bandung: Alfabeta
- Walgito Bimo. 1980. *Pengantar Psikologi Umum*. Yogyakarta: Andi Press
- Winkel, W.S. 1987. *Psikologi Pengajaran*. Jakarta: PT Gramedia
- Wirawan Sarwono, Sarlito. 2009. *Pengantar Psikologi Umum*, Jakarta: PT Raja Grafindo Persada