



## **Kontribusi Psikologi Fisik dan Kognitif terhadap Efektivitas Pembelajaran dalam Pendidikan Islam**

**Egi Nurhudatun<sup>1</sup>, Imam Muslim<sup>2</sup>, Durotun Nasekha<sup>3</sup>, Ratna Yanita Kusuma<sup>4✉</sup>, Yusron Masduki<sup>5</sup>**

Universitas Ahmad Dahlan, Indonesia<sup>1,2,3,4,5</sup>

e-mail : [2408052017@webmail.uad.ac.id](mailto:2408052017@webmail.uad.ac.id)<sup>1</sup>, [2408052016@webmail.uad.ac.id](mailto:2408052016@webmail.uad.ac.id)<sup>2</sup>,

[2408052015@webmail.uad.ac.id](mailto:2408052015@webmail.uad.ac.id)<sup>3</sup>, [2408052014@webmail.uad.ac.id](mailto:2408052014@webmail.uad.ac.id)<sup>4</sup>, [yusron.masduki@pai.uad.ac.id](mailto:yusron.masduki@pai.uad.ac.id)<sup>5</sup>

### **Abstrak**

Proses pendidikan yang berlangsung di sekolah belum sepenuhnya memperhatikan keseimbangan antara aspek fisik, psikis, dan spiritual siswa, sehingga menimbulkan berbagai permasalahan seperti penurunan minat dan motivasi belajar, stress akademik, hingga munculnya rasa bosan dan kejenuhan belajar yang secara langsung mempengaruhi efektivitas pembelajaran. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji kontribusi psikologi fisik dan kognitif terhadap efektivitas pembelajaran dalam pendidikan Islam. Pendekatan integratif yang dibangun memberikan perspektif baru dalam melihat pembelajaran sebagai proses yang kompleks dimana tidak hanya berkaitan dengan kognitif siswa namun juga melibatkan aktivitas jasmaniah (fisik), rohani (psikis atau mental), dan spiritualitas secara utuh. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis studi kepustakaan (*library research*) dan dianalisis menggunakan teknik analisis isi (*content analysis*). Hasil penelitian menunjukkan bahwa psikologi fisik dan kognitif yang dilakukan secara holistik dan optimal dengan menekankan pada keselarasan antara tubuh, akal, dan spiritualitas berkontribusi dalam peningkatan pemahaman dan retensi pengetahuan, pengembangan strategi belajar, penerapan prinsip metakognitif, pemanfaatan teknologi kognitif, serta pembentukan pembelajaran bermakna sehingga membantu meningkatkan efektivitas pembelajaran.

**Kata Kunci:** Psikologi Fisik, Psikologi Kognitif, Efektivitas Pembelajaran, Pendidikan Islam.

### **Abstract**

*The educational process in schools has not fully addressed the balance among students' physical, psychological, and spiritual aspects, resulting in various problems such as decreased interest and motivation in learning, academic stress, and even feelings of boredom and fatigue, which directly impact learning effectiveness. This study aims to examine the contribution of physical and cognitive psychology to the effectiveness of learning in Islamic education. The integrative approach developed provides a new perspective in viewing learning as a complex process that is not only related to students' cognitive aspects but also involves physical (physical), spiritual (psychological or mental), and spiritual activities as a whole. This study uses a qualitative approach with a type of library research and is analyzed using content analysis techniques. The results show that physical and cognitive psychology, carried out holistically and optimally by emphasizing the harmony between body, mind, and spirituality, contributes to improving the understanding and retention of knowledge, developing learning strategies, applying metacognitive principles, utilizing cognitive technology, and creating meaningful learning, thereby helping to improve learning effectiveness.*

**Keywords:** Physical psychology, Cognitive psychology, Learning effectiveness, Islamic education.

Copyright (c) 2025 Egi Nurhudatun, Imam Muslim, Durotun Nasekha, Ratna Yanita Kusuma, Yusron Masduki

✉ Corresponding author :

Email : [2408052014@webmail.uad.ac.id](mailto:2408052014@webmail.uad.ac.id)

DOI : <https://doi.org/10.31004/edukatif.v8i1.8697>

ISSN 2656-8063 (Media Cetak)

ISSN 2656-8071 (Media Online)

## PENDAHULUAN

Pendidikan Islam mempunyai peran sentral dalam tahapan perkembangan siswa yang tidak hanya menekankan pada aspek intelektual, namun juga berfokus pada pengembangan potensi secara menyeluruh dari aspek jasmani, rohani, spiritual, maupun akal. Konsep pendidikan Islam membantu dalam pembentukan manusia yang insan kamil sehingga siswa dapat mempunyai keseimbangan antara *jasadiyah*, *'aqliyah*, ketakwa'an, serta berakhlakul karimah dalam kehidupan sehari-hari. Keberhasilan pada tahapan perkembangan ini tidak dapat dipisahkan dari peran penting proses pembelajaran yang efektif dan efisien di lingkungan sekolah, dimana efektivitas pembelajaran menjadi faktor utama yang menentukan keberhasilan pendidikan.

Efektivitas pembelajaran dapat tercapai secara optimal apabila proses pembelajaran yang dilakukan dapat mengintegrasikan perkembangan fisik, mental, dan kognitif siswa secara seimbang dan menyeluruh sesuai dengan tahapan perkembangannya. Pembelajaran yang efektif secara langsung membantu memberikan pengalaman belajar yang mendalam dan menyenangkan, pembentukan kompetensi baru, mendorong kemampuan berpikir kritis, kolaboratif, keaktifan, pemecahan masalah, kreatif, serta inovatif, pengaplikasian dalam kehidupan sehari-hari, meningkatkan motivasi dan kebermaknaan, serta potensi diri siswa. Sehingga, siswa dapat belajar, merespon, berpikir, serta mengembangkan kemampuan yang dimilikinya seoptimal mungkin.

Realita di lapangan pengaplikasian proses pembelajaran yang efektif masih menghadapi berbagai tantangan seperti kurangnya integrasi psikologi fisik serta kognitif dalam proses belajar, pembelajaran yang masih terkesan stagnan dan monoton, kecenderungan materi yang hanya berfokus pada ranah kognitif serta kurang menyentuh ranah afektif dan psikomotorik, masih berfokus pada transfer ilmu pengetahuan dibandingkan dengan pembentukan perilaku yang Islami, serta penyampaian materi yang bersifat verbal dan monoton. Selain itu, adanya keterbatasan guru dalam menggunakan metode pengajaran yang inovatif sesuai keberagaman siswa, kurangnya ketersediaan sumber daya pendukung yang relevan, belum adanya integrasi dan keseimbangan antara pengetahuan agama dan umum, serta minimnya integrasi antara materi yang diajarkan dengan perkembangan teknologi dan isu-isu global.

Berbagai tantangan yang dihadapi secara langsung mempengaruhi respon siswa dalam mengikuti proses pembelajaran dimana masih banyak ditemukan siswa yang mengalami penurunan minat dan motivasi belajar, stress akademik, hingga munculnya rasa bosan dan kejenuhan belajar (Rizqullah & Ansyah, 2024). Kondisi ini menunjukkan bahwa proses pendidikan yang dilakukan belum sepenuhnya memperhatikan keragaman dan keseimbangan perkembangan siswa antara aspek kognitif, fisik, psikis, dan spiritual yang menjadi inti dari pembentukan manusia paripurna dalam perspektif Islam, sehingga mempengaruhi efektivitas pembelajaran. Oleh karena itu, pemahaman psikologi pendidikan khususnya perkembangan fisik dan kognitif siswa sangat penting untuk diketahui guru sebagai dasar acuan dalam merancang proses pembelajaran yang efektif serta sesuai dengan prinsip pendidikan Islam.

Pendidikan Islam menaruh perhatian penting pada psikologi fisik dan kognitif melalui prinsip tarbiyah yang memandang siswa sebagai manusia utuh yang terdiri dari jasmani, akal, dan ruh dimana saling berkaitan satu sama lain. Proses pembelajaran yang selalu memperhatikan psikologi fisik dan kognitif sebagai landasan terbentuknya kemampuan belajar siswa akan sejalan dengan tujuan pendidikan Islam yaitu mengoptimalkan potensi yang dimiliki siswa secara holistik, optimal, dan menyeluruh. Pemahaman guru tentang psikologi fisik dan kognitif sebagai satu kesatuan dan bagian dari integral dalam proses pembelajaran secara tidak langsung membantu kematangan kognitif siswa dan terbentuknya internalisasi nilai-nilai keislaman serta kemampuan memahami berbagai materi.

Integrasi antara psikologi fisik dan kognitif menjadi langkah penting untuk meningkatkan efektivitas pembelajaran di lembaga pendidikan Islam. Keduanya memiliki hubungan timbal balik yang saling menguatkan yaitu aktivitas fisik meningkatkan kesiapan otak untuk belajar, sementara proses kognitif yang

baik mendorong motivasi untuk menjaga kesehatan fisik. Paradigma pendidikan Islam menjelaskan integrasi ini mempunyai landasan teologis, karena Islam menekankan pada keselarasan antara jasmani, akal, dan rohani dalam membentuk manusia seutuhnya (Mu'ammah, 2025). Menggabungkan pemahaman psikologi modern dan nilai-nilai spiritual Islam, membuat pembelajaran lebih mudah untuk diarahkan pada pengembangan potensi manusia secara komprehensif, mencakup aspek intelektual, emosional, moral, dan fisik. Inilah yang menjadikan pendidikan Islam relevan dengan kebutuhan zaman sekaligus berakar pada nilai-nilai keislaman.

Penelitian yang dilakukan oleh Hidayat *et.al* (2025) menemukan bahwa kombinasi antara psikologi kognitif dan humanistik dalam proses pembelajaran tidak hanya membantu meningkatkan efektivitas pembelajaran saja, namun juga dapat menciptakan pengalaman belajar yang lebih bermakna dan menyeluruh. Pemahaman guru akan psikologi kognitif yang menekankan pada proses berpikir, pemecahan masalah, dan memori mendorong untuk menerapkan metode pembelajaran yang inovatif dan responsif terhadap berbagai kebutuhan siswa sehingga proses pembelajaran dapat berjalan secara optimal. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ulfadhilah *et.al* (2025) menemukan bahwa pemahaman dan pengaplikasian prinsip-prinsip psikologi kognitif piaget dan teori pemrosesan informasi dalam pembelajaran PAI di PAUD Darussalam membantu dalam efektivitas pembelajaran di mana guru berfokus pada memberikan pembelajaran melalui pengalaman langsung (*experiential learning*), menggunakan media visual dan konkret, serta memperhatikan struktur dan repetisi yang teratur melalui pembiasaan rutinitas harian. Temuan ini didukung oleh penelitian yang dilakukan Arifah *et.al* (2023) menemukan bahwa aktivitas fisik yang terorganisir dan menyenangkan dalam proses pembelajaran membantu meningkatkan antusiasme siswa, mengurangi kejenuhan, mengembalikan fokus, dan meningkatkan efektivitas pembelajaran, sehingga berdampak pada perkembangan kognitif, fisik, motorik, emosional, sosial, mental, bahasa, perilaku, kreativitas, dan ketajaman panca indra siswa.

Berbagai penelitian terdahulu yang telah dipaparkan lebih menekankan pada kontribusi psikologi fisik dan kognitif pada efektivitas pembelajaran secara terpisah. Selain itu, lebih banyak menekankan pada pendekatan pedagogis atau perkembangan kognitif siswa, tanpa melihat peran psikologi fisik dalam efektivitas pembelajaran di kelas. Berbagai penelitian terdahulu yang telah dipaparkan juga belum secara mendalam merumuskan kontribusi psikologi fisik dan kognitif secara optimal dan melihat keterhubungannya satu sama lain khususnya dalam perspektif pendidikan Islam. Oleh karena itu, kebaruan penelitian ini peneliti akan merumuskan kontribusi psikologi fisik dan kognitif pada efektivitas pembelajaran pendidikan Islam. Pendekatan integratif yang dibangun memberikan perspektif baru dalam melihat pembelajaran sebagai proses yang kompleks dimana tidak hanya berkaitan dengan kognitif siswa namun juga melibatkan aktivitas jasmaniah (fisik), rohani (psikis atau mental), dan spiritualitas secara utuh.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis kontribusi psikologi fisik dan kognitif terhadap efektivitas pembelajaran dalam pendidikan Islam. Secara khusus, peneliti ingin menguraikan bagaimana kondisi jasmaniah dan rohani siswa dapat mempengaruhi efektivitas serta kesiapan belajar, dan bagaimana psikologi kognitif berperan dalam keberhasilan proses pembelajaran serta pencapaian hasil belajar siswa, sehingga tercapainya tujuan pendidikan yang diinginkan. Selain itu, penelitian ini bertujuan untuk mengintegrasikan psikologi fisik dan kognitif dengan nilai-nilai pendidikan Islam untuk membangun model pembelajaran yang lebih seimbang antara jasmani, akal, dan spiritual.

Penelitian ini penting dilakukan karena pendidikan Islam memerlukan pendekatan yang lebih menyeluruh agar mampu menjawab tantangan zaman yang semakin kompleks. Integrasi antara psikologi fisik dan kognitif dapat menjadi solusi dalam meningkatkan kualitas pembelajaran serta mewujudkan siswa yang sehat, cerdas, dan berkarakter Islami. Melalui penelitian ini diharapkan dapat menjadi landasan teoritis dan praktis bagi para guru dalam merancang strategi pembelajaran yang efektif, holistik, serta berorientasi pada keseimbangan antara tubuh, pikiran, dan rohani berlandaskan dengan nilai-nilai pendidikan Islam.

## METODE

Penulis berupaya menghadirkan konstruksi ilmiah dari berbagai fakta yang terkait dengan menggunakan pendekatan kualitatif jenis studi pustaka (*library research*) yang berfokus pada pengumpulan data dari berbagai sumber tertulis yang relevan dan kredibel. Studi pustaka merupakan metode penelitian yang dilakukan dengan memahami serta mempelajari teori atau temuan dari berbagai literatur seperti artikel, buku, serta hasil laporan yang telah terverifikasi berhubungan dengan penelitian yang dilakukan. Studi pustaka dipilih karena memungkinkan peneliti untuk dapat memahami berbagai sumber pustaka dalam mengkaji topik kontribusi psikologi fisik dan kognitif terhadap efektivitas pembelajaran dalam pendidikan Islam, serta mampu memberikan wawasan luas dan mendalam dari berbagai hasil penelitian yang sudah ada sebelumnya.

Proses pengumpulan data dilakukan dengan memilih artikel yang dipublikasi pada jurnal-jurnal terakreditasi sinta membahas tentang psikologi fisik, psikologi kognitif, efektivitas pembelajaran, dan pendidikan Islam. Penyaringan sumber data dilakukan dengan cermat dan berfokus pada literatur terbaru yang diterbitkan 5 tahun terakhir serta 10 tahun terakhir untuk buku atau teori pedoman utama, sehingga data yang didapatkan dapat menjawab rumusan masalah dan sesuai dengan tujuan penelitian.

Analisis data menggunakan teknik analisis isi (*content analysis*) dimana data yang diperoleh akan diproses secara sistematis untuk mengidentifikasi, mengevaluasi, mengklasifikasi, serta menafsirkan berbagai teks yang ada. Tahapan analisis data yang dilakukan yaitu mereduksi, memverifikasi, menyimpulkan, dan memaparkannya dengan mencari nilai relevansinya psikologi fisik dan kognitif terhadap efektivitas pembelajaran dalam pendidikan Islam. Analisis isi dalam penelitian ini digunakan untuk mengeksplorasi urgensi dan menganalisis kontribusi psikologi fisik dan kognitif terhadap efektivitas pembelajaran dalam pendidikan Islam.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

#### Konsep Psikologi Fisik

Psikologi fisik merupakan bidang ilmu psikologi yang berkaitan dengan hubungan antara dua aspek yaitu jasmaniah (fisik) dan aspek psikologis (mental) yang menelaah bagaimana aspek biologis, fisik, perkembangan, dan lingkungan berperan dalam pembentukan perilaku, emosi, serta aktivitas mental individu. Aspek biologis menjelaskan peran fungsi sistem saraf serta kondisi fisiologis tubuh dalam mempengaruhi perilaku dan aktivitas mental individu. Aspek perkembangan menggambarkan perubahan fisik dan psikologis yang berlangsung sepanjang tahapan kehidupan, sementara aspek lingkungan menekankan pengaruh kondisi sekitar, baik lingkungan fisik maupun sosial, terhadap respons dan kemampuan penyesuaian psikologis individu.

Psikologi fisik dalam perspektif psikologi pendidikan Islam dimaknai sebagai dua aspek yang tidak terpisahkan yaitu jasad (fisik) dan substansi rohani (psikis atau mental) yang harus dikembangkan secara seimbang untuk membentuk insan yang utuh. Jasad (fisik) berkaitan dengan pertumbuhan tubuh, organ, sistem saraf, motorik, sensorik, dan fungsi lainnya. Pemahaman akan jasad (fisik) membantu dalam memahami dan menjaga diri untuk menunjang aktivitas beribadah atau kegiatan sehari-hari. Rohani (psikis atau mental) berkaitan dengan kognitif dan afektif yang prosesnya tidak dapat terlihat seperti berpikir, mengingat, merasa, memahami, memecahkan masalah, dan lainnya. Pemahaman akan rohani (psikis atau mental) membantu dalam pengembangan kecerdasan spiritual, akal, kesejahteraan, emosi, keimanan, dan pengendalian diri.

Psikologi fisik juga berkaitan erat dengan perkembangan motorik siswa yaitu motorik kasar dan motorik halus. Motorik kasar berkaitan dengan gerakan dan sikap tubuh individu, sedangkan motorik halus, berhubungan dengan kemampuan anak untuk mengamati sesuatu dan melakukan gerakan yang melibatkan otot-otot kecil serta bagian tubuh tertentu, namun memerlukan koordinasi yang cermat. Motorik kasar adalah aspek yang berkembang paling dominan, seiring dengan kematangan koordinasi antara saraf dan otot. Setiap

gerakan yang dilakukan anak merupakan hasil interaksi kompleks dari berbagai bagian dan sistem tubuh yang dikendalikan oleh otak. Sejak lahir, bayi mulai mengembangkan kemampuan motorik yang esensial untuk berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya. Kemampuan melihat sangat mendukung perkembangan fisik, mental, dan emosional anak dengan memfasilitasi pengamatan lingkungan, dengan semakin berkembangnya kemampuan motorik, anak akan mampu berinteraksi secara penuh dengan dunia di sekitarnya.

### **Konsep Psikologi Kognitif**

Kognitif berasal dari kata “*cognition*” yang memiliki padanannya “*knowing*” artinya mengetahui yang berkaitan dengan aktivitas berpikir, memahami, serta menalar. Pengertian yang lebih luas psikologi kognitif merupakan cabang psikologi yang berkaitan dengan cara manusia berfikir dalam mendapatkan pengetahuan, kemampuan mengelola emosi dan bahasa, menggali ingatan, pemecahan masalah, serta prosedur kerja yang dibutuhkan dalam kehidupan sehari-hari. Psikologi kognitif tidak hanya berkaitan dengan kognitif manusia (mengingat, merasakan, memutuskan, menalar, dan memecahkan masalah), namun juga berkaitan dengan afektif (penafsiran serta pertimbangan yang menyertai reaksi perasaan), dan konatif (putusan kehendak) yang akan dilakukan. Proses perkembangan kognitif manusia sudah berlangsung sejak lahir ketika manusia mulai aktif menggunakan kapasitas motorik dan sensoriknya dengan mengambil inisiatif untuk mencari pengalaman pembelajaran, informasi, menyusun, serta mengorganisir pengetahuan yang didapatkan untuk mencapai pemahaman baru.

Psikologi Pendidikan Islam menafsirkan kognitif sebagai proses pemurnian (*tazkiyah*) dan pengembangan jiwa manusia untuk memperoleh pemahaman yang mendalam tentang ketuhanan serta dunia sekitar. Hal ini tidak hanya berfokus pada proses yang terjadi di dalam otak manusia namun juga melibatkan konsep fitrah yang menghubungkan perasaan, hawa nafsu, serta hati nurani manusia untuk mencapai pemurnian jiwa dan kedekatan dengan sang-pencipta.

Perkembangan kognitif dalam psikologi kontemporer memiliki tiga komponen yang membangun yaitu; (1) *the ability to deal with abstraction*, merupakan kemampuan dalam menghadapi berbagai permasalahan yang bersifat abstrak (gagasan, prinsip, konsep, hubungan, dan simbol), (2) *the ability to solve problem*, merupakan kemampuan dalam menangani situasi baru, (3) *the ability to learn*, merupakan kemampuan dalam memahami serta menggunakan simbol abstrak. Sedangkan menurut psikologi Islam komponen perkembangan kognitif yaitu: (1) perhatian, kemampuan untuk fokus dan berkonsentrasi, (2) memori, kemampuan dalam menyimpan serta mengingat informasi, (3) Bahasa, kemampuan mengembangkan keterampilan berbahasa dan komunikasi yang efektif (4) pemecahan masalah, kemampuan menganalisis dan berpikir kritis dalam pemecahan masalah (5) kreativitas, kemampuan menghasilkan ide baru.

Perkembangan kognitif siswa dalam memahami dunia secara menyeluruh melalui berbagai tahapan yang sesuai dengan usia mereka. Jean Piaget menjelaskan tahapan perkembangan kognitif siswa menjadi empat tahapan yaitu; (1) Tahap Sensorimotor (lahir – 2 tahun), tahapan perkembangan ini ditandai dengan adanya kemajuan dalam kemampuan untuk mengorganisasikan serta mengkoordinasikan pengalaman sensorik melalui gerakan dan berbagai tindakan fisik lainnya. (2) Tahap Pra Operasional (2 – 7 tahun), tahapan perkembangan ini ditandai dengan mulai mampu menggambarkan dunia dengan kata-kata maupun ilustrasi berdasarkan sudut pandangnya sendiri, dimana Anak mulai mempunyai pemikiran intuitif, egosentrisme, serta animisme. (3) Tahap Operasional Konkret (7 – 11 tahun), tahapan perkembangan ini ditandai dengan kemampuan menalar secara logis dan pemikiran yang dimiliki dapat diterapkan secara konkret dan spesifik. (4) Tahap Operasional Formal (11 – 15 tahun), tahapan perkembangan ini ditandai dengan anak mampu berpikir secara abstrak dan logis, memiliki pengalaman yang konkret, dan mulai melampaui dunia nyata dengan pemikiran jangka panjang untuk masa depan.

Perkembangan kognitif siswa dalam perspektif Islam menurut teori perkembangan kognitif Al-Ghazali berdasarkan pada tingkatan kemampuan anak dalam mengetahui sesuatu ke sesuatu yang baru, dimana Al-

Ghazali menyebut kognitif sebagai akal (*aql*). Al-Ghazali membagi perkembangan kognitif siswa menjadi empat tahapan yaitu; (1) *Al-‘aql al-hayulani* (akal material), perkembangan pada tahap awal ini ditandai dengan akal berpotensi menerima pengetahuan namun belum dapat mempunyai potensi, pengetahuan, dan keterampilan secara konkret serta belum teraktualisasi. (2) *Al-‘aql bi al-malakat* (akal mungkin), perkembangan pada tahap ini ditandai dengan kemampuan akal yang sudah mempunyai kebiasaan atau keterampilan yang didapatkan dari pengalaman serta pengetahuan yang dipelajari, namun belum mampu menerapkannya secara aktif. (3) *Al-‘aql bi al-fi‘il* (akal aktual), perkembangan pada tahap ini ditandai dengan akal yang telah aktif serta mampu menggunakan kemampuannya untuk menerapkan pengetahuan dan keterampilan yang dimiliki secara aktif untuk dapat memecahkan masalah serta berpikir rasional. (4) *Al-‘aql al-mustafad* (akal perolehan), perkembangan pada tahap ini ditandai dengan akal telah mencapai kesempurnaan dan memperoleh pengetahuan secara terus-menerus dari pengalaman, intuisi, serta sumber yang lebih tinggi sehingga mencapai pemahaman yang lebih mendalam.

## **Pembahasan**

### **Kontribusi Psikologi Fisik terhadap Efektivitas Pembelajaran**

Efektivitas pembelajaran dalam perspektif pendidikan Islam tidak terlepas dari peran penting psikologi fisik pada siswa, dimana efektivitas tidak hanya diukur dari keberhasilan akademik semata, melainkan juga dari kualitas perubahan akhlak, spiritual, dan intelektual siswa secara menyeluruh dengan mengintegrasikan aspek kognitif (pengetahuan), afektif (sikap dan nilai), serta psikomotorik (tindakan nyata) yang selaras dengan nilai-nilai keislaman (Lutfiyani et al., 2025). Kondisi fisik yang sehat, terjaga, bernutrisi, dan nyaman membantu dalam meningkatkan konsentrasi, daya serap, motivasi, dan fokus siswa dalam proses pembelajaran. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Nerizka dan Latifah (2021) menunjukkan bahwa psikologi fisik yang menempatkan kondisi biologis, perkembangan, dan lingkungan sebagai faktor fundamental yang mempengaruhi perkembangan psikologis serta perilaku individu sehingga mempengaruhi efektivitas pembelajaran.

Secara konseptual, efektivitas pembelajaran Islami menuntut keseimbangan antara transfer ilmu dan internalisasi nilai, di mana guru berperan sebagai murabbi (guru rohani), bukan sekadar mu‘allim (pengajar pengetahuan). Guru harus mampu memahami seluruh aspek dalam diri siswa seperti kondisi fisik, kognitif, emosional, dan lingkungan sehingga mendorong terbentuknya peran aktif dalam proses pembelajaran seperti berpikir kritis (tafakkur), reflektif (tadabbur), dan berorientasi amal saleh, sebagaimana perintah Allah dalam Al-Qur‘an untuk menggunakan akal dan hati secara seimbang (Masruri & M. Misbah, 2023). Siregar (2024) dalam penelitiannya mengatakan bahwa dalam konteks pendidikan Islam terdapat tiga aspek yang signifikan berkontribusi dalam peningkatan efektivitas pembelajaran siswa yaitu melibatkan dan memperhatikan aspek kognitif, emosional, fisik, serta lingkungan di sekitar siswa.

Psikologi fisik dalam konteks pendidikan Islam berkaitan erat dengan kondisi jasmani (kesehatan tubuh, fungsi otak, perkembangan motorik, sistem saraf, kondisi fisiologis, serta nutrisi) dan proses mental yang terjadi di dalam tubuh sehingga mempengaruhi kemampuan serta kesiapan siswa dalam mengikuti proses pembelajaran. Sejalan dengan hasil penelitian Hizbulloh dan Resita (2023) menemukan bahwa kesehatan tubuh, kebugaran jasmani, dan pola hidup sehat terbukti mempunyai korelasi positif dengan kinerja kognitif siswa. Aktivitas fisik yang baik dapat meningkatkan suplai oksigen ke otak, memperkuat sistem saraf, serta memperbaiki fungsi memori dan perhatian.

Psikologi fisik terdiri dari aspek biologis, perkembangan, dan lingkungan memiliki peran penting dalam efektivitas pembelajaran. Aspek biologis berperan penting melalui fungsi otak, sistem saraf, serta kondisi fisiologis yang mempengaruhi konsentrasi, daya ingat, dan kesiapan belajar siswa. Selain itu, fungsi sistem saraf dan aktivitas otak berperan dalam proses atensi, memori, dan regulasi emosi siswa dalam proses pembelajaran. Oleh karena itu, sangat penting memperhatikan kondisi biologis siswa agar efektivitas

pembelajaran yang dibangun dapat berjalan secara optimal. Temuan ini sejalan dengan penelitian Nurrahmad dan Syaifuddin (2024) yang menyatakan bahwa pembelajaran yang mengabaikan fungsi sistem saraf dan aktivitas otak yang terlihat dari kondisi fisik dan psikologis siswa berpotensi menurunkan efektivitas penyampaian materi dan nilai-nilai keislaman.

Aktivitas fisik bukan hanya berdampak pada kesehatan tubuh saja melainkan juga berpengaruh besar terhadap kemampuan berpikir kritis dan pencapaian akademik siswa di sekolah. Hasil penelitian Azhar *et.al* (2024) menunjukkan bahwa siswa yang rutin melakukan aktivitas fisik memiliki tingkat konsentrasi dan motivasi belajar yang lebih tinggi dibandingkan dengan siswa yang cenderung pasif. Perbedaan ini dikarenakan siswa yang rajin melakukan aktivitas fisik secara langsung akan membantu meningkatkan fungsi eksekutif otak seperti perencanaan, pemecahan masalah, dan pengambilan keputusan, sehingga mempunyai tingkat konsentrasi, kemampuan berpikir analitik, dan keinginan untuk belajar yang tinggi. Oleh karena itu, guru perlu mendorong keseimbangan antara kegiatan intelektual dan aktivitas jasmani agar siswa tidak hanya sehat secara spiritual, tetapi juga optimal secara kognitif dan jasmani. Prinsip ini sejalan dengan konsep *al-'aql al-salim fi al-jism al-salim* (akal yang sehat terdapat dalam tubuh yang sehat), yang menunjukkan bahwa pentingnya integrasi antara kesehatan fisik dan kemampuan berpikir dalam pendidikan.

Aspek perkembangan berfokus pada kesesuaian proses pembelajaran yang dilakukan dengan tahapan perkembangan, usia, serta kematangan psikologis siswa. Proses pembelajaran yang baik harus memperhatikan tahapan perkembangan siswa sehingga metode dan media yang digunakan guru dapat sesuai dengan kebutuhan serta karakteristik siswa sehingga materi yang diajarkan dapat dipahami secara optimal. Pada aspek perkembangan sejatinya guru juga harus memperhatikan perkembangan keterampilan motorik siswa yang memiliki kontribusi positif terhadap efektivitas pembelajaran. Kontribusi perkembangan keterampilan dapat diuraikan sebagai berikut:

1. Keterampilan Motorik Halus (*Fine Motor Skills*) sering menunjukkan korelasi yang lebih signifikan, terutama pada tahun-tahun awal sekolah. Secara spesifik, integrasi visual-spasial dari motorik halus sangat berkaitan dengan prestasi dalam domain matematika dan menulis. Bahkan, motorik halus terbukti menjadi komponen motorik tunggal yang menunjukkan keterkaitan dengan kompetensi akademik setelah dievaluasi satu tahun kemudian.
2. Keterampilan Motorik Kasar (*Gross Motor Skills*) berkontribusi melalui mediasi perilaku, terutama dengan menunjukkan efek positif pada prestasi akademik karena memediasi perilaku yang berhubungan dengan ADHD (Gangguan Pemusatan Perhatian dan Hiperaktivitas), yang berarti membantu anak mengendalikan perilaku yang dapat mengganggu pembelajaran. Selain itu, korelasi positif signifikan terlihat pada komponen kemahiran motorik kasar seperti kecepatan, kelincahan, dan koordinasi ekstremitas atas (Solahuddin *et al.*, 2023).

Secara mekanisme keterampilan motorik yang lebih baik cenderung memprediksi proses belajar dan efektivitas pembelajaran siswa meliputi peningkatan keterampilan akademik langsung melalui motorik halus, peningkatan fungsi kognitif melalui peran mediasi terhadap fungsi eksekutif, dan dukungan perilaku belajar melalui motorik kasar. Keterampilan fisik (*motor learning*) dianggap berhasil jika seseorang telah menguasai kemampuan yang melibatkan penggunaan anggota gerak, seperti lengan (misalnya, menggambar) dan tungkai (misalnya, berlari) dengan baik dan benar. Pada praktiknya, banyak keterampilan fisik yang kompleks memerlukan manipulasi (penggunaan yang teliti), koordinasi, dan pengorganisasian rangkaian gerakan yang tepat. Adapun contoh keterampilan tersebut seperti menulis, menggambar, olahraga, atau menari. Temuan ini didukung oleh hasil penelitian Nuralimah *et.al* (2025) yang menemukan bahwa penyesuaian metode pembelajaran dengan tahap perkembangan, karakteristik, keterampilan, dan kebutuhan siswa menjadi kunci dalam pengajaran serta penanaman nilai tauhid, akhlak, dan ibadah, sehingga dapat dipahami dan diinternalisasikan secara optimal.

Aspek lingkungan berkaitan dengan lingkungan secara fisik maupun lingkungan sosial keagamaan yang membantu dalam pembentukan suasana belajar kondusif dan bernilai spiritual. Lingkungan belajar yang menyenangkan, aman, nyaman, dan terintegrasi secara langsung membantu siswa dalam berkonsentrasi, meningkatkan energi positif, menghadirkan kebermaknaan, dan suasana menyenangkan dalam proses pembelajaran sehingga dapat berjalan secara optimal. Putri *et.al* (2025) menegaskan bahwa kondisi lingkungan fisik dan sosial dapat mempengaruhi emosi serta perilaku siswa saat proses pembelajaran, dimana lingkungan yang bersih, tertata, religius, dan penuh keteladanan akan memperkuat efektivitas pembelajaran baik dari sisi kognitif maupun afektif.

Penelitian ini menegaskan bahwa psikologi fisik berkontribusi langsung terhadap efektivitas pembelajaran dalam pendidikan Islam melalui pendekatan holistik dan integratif, dimana indikator dalam pembelajaran yang efektif sangat dipengaruhi oleh kondisi fisik siswa, tahapan perkembangan, serta lingkungan belajar yang mendukungnya. Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian Padil dan Lessy (2024) yang menyatakan bahwa kondisi fisik dan biologis siswa memiliki pengaruh nyata terhadap kemampuan kognitif dan perilaku siswa saat proses pembelajaran berlangsung, dimana kondisi biologis siswa seperti kesehatan fisik dan fungsi otak yang baik menjadi persyaratan penting dalam optimalisasi internalisasi nilai-nilai keislaman (Iswanto & Widayati, 2021).

Kontribusi nyata psikologi fisik terhadap efektivitas pembelajaran dalam pendidikan Islam dapat terlihat dari tiga aspek yaitu (1) Perencanaan pembelajaran yang memperhatikan kondisi biologis serta kesehatan siswa, (2) Penyesuaian metode, media, dan strategi pembelajaran dengan tahapan perkembangan siswa, (3) Penciptaan lingkungan belajar yang kondusif secara fisik dan spiritual seperti suasana kelas yang nyaman, bersih, dan bernuansa religius. Kontribusi ini secara langsung berperan dalam memperkuat pencapaian tujuan pendidikan Islam yaitu terbentuknya insan beriman, berilmu, dan berakhlak mulia.

Memahami pentingnya psikologi fisik dalam efektivitas pembelajaran selaras dengan paradigma pendidikan Islam yang memandang manusia sebagai makhluk jasmani dan rohani, sehingga ketika guru memperhatikan aspek biologis, perkembangan, dan lingkungan secara seimbang maka proses pembelajaran yang dilakukan tidak hanya sebagai kegiatan mentransfer ilmu saja, namun sampai membentuk kesadaran spiritual dan karakter Islami siswa secara menyeluruh. Oleh karena itu, ketika tubuh siswa berada dalam kondisi baik, sehat, serta lingkungan di sekitarnya mendukung maka fungsi kognitif dan emosional dapat bekerja secara optimal. Sebaliknya jika terdapat gangguan fisik seperti kelelahan atau sakit dan lingkungan yang tidak kondusif akan mempengaruhi proses psikologis dan menghambat efektivitas pembelajaran.

### **Kontribusi Psikologi Kognitif terhadap Efektivitas Pembelajaran**

Psikologi kognitif memiliki kontribusi besar dalam meningkatkan efektivitas pembelajaran yang berlangsung di sekolah dimana membantu dalam asimilasi, pemrosesan, serta proses penyimpanan informasi yang lebih kompleks. Pemahaman akan psikologi kognitif membantu guru dalam memahami bagaimana siswa menerima informasi, berpikir, mengingat, serta memecahkan masalah. Selain itu, membantu siswa dalam mengembangkan kemampuan berpikir, ingatan, persepsi, pemahaman, penalaran, serta pemecahan masalah. Hasil temuan ini sejalan dengan hasil penelitian Suharnis (2021) serta Gustalia dan Setiyawati (2023) yang menyatakan bahwa psikologi kognitif menekankan pada proses mental dimana siswa memainkan peran aktif dalam merangkai pengetahuan akan realitas yang ada dengan menangkap, menilai, membandingkan, serta menanggapi stimulus yang datang saat proses pembelajaran berlangsung sebelum memberikan reaksi atau umpan balik.

Psikologi kognitif membantu pembentukan kemampuan pemecahan masalah, berpikir kritis, pengambilan keputusan, pemusatan perhatian, penalaran, persepsi, serta pemahaman konsep sehingga proses pembelajaran dapat berjalan secara maksimal. Sejalan dengan hasil penelitian Nisa (2020) yang menemukan bahwa psikologi kognitif menekankan pada pentingnya cara berpikir siswa dalam memahami serta mengingat



informasi saat proses pembelajaran berlangsung. Oleh karena itu, proses ini secara langsung membantu siswa dalam memperoleh pengalaman belajar yang lebih bermakna serta meningkatkan peran aktif di dalam proses pembelajaran. Beberapa kontribusi psikologi kognitif dalam meningkatkan efektivitas pembelajaran yaitu:

1. Peningkatan Pemahaman dan Retensi Pengetahuan

Psikologi kognitif membantu dalam memahami proses pemahaman siswa terhadap materi yang diajarkan sehingga guru dapat merancang metode pembelajaran yang sesuai dengan cara berpikir siswa. Guru dapat menerapkan beberapa metode seperti pengulangan bermakna, elaborasi antara materi baru dengan pengalaman yang telah dimiliki siswa, serta menggunakan peta konsep untuk membantu meningkatkan pemahaman jangka panjang.

2. Pengembangan Strategi Belajar

Psikologi kognitif membantu guru memahami siswa dalam memproses, menyimpan, dan mengingat materi, sehingga memungkinkan untuk menyusun strategi pengajaran yang lebih efektif, dimana lebih menekankan pada keterlibatan penuh siswa dalam pelajaran, strategi pemecahan masalah berbasis kognitif membantu meningkatkan pemahaman konseptual dan aplikatif siswa. Selain itu menggunakan strategi diskusi, *role play*, dan assessment mendorong peningkatan daya pikir siswa secara kritis dan analitis dalam pemecahan masalah.

3. Penerapan Prinsip Metakognitif

Psikologi kognitif membantu guru dalam merencanakan, memonitor, mengevaluasi, dan menggunakan pendekatan yang tepat saat proses pembelajaran berlangsung sehingga dapat membantu siswa menjadi lebih terampil, mandiri, serta memaksimalkan potensi yang dimiliki.

4. Pemanfaatan Teknologi Kognitif

Membantu dalam mengembangkan media pembelajaran berbasis teknologi yang menyesuaikan perkembangan zaman dan kebutuhan saat ini, seperti penggunaan e-learning, youtube, game, dan video interaktif. Sejalan dengan penelitian Ulfadhilah *et al* (2025) yang menemukan bahwa pemanfaatan teknologi kognitif seperti media digital dapat membantu menciptakan suasana kelas yang aktif, partisipatif, dan menarik.

5. Pembentukan Pembelajaran Bermakna

Psikologi kognitif membantu guru dalam menghubungkan materi dengan pengalaman siswa, memberikan pengalaman belajar yang bermakna, serta menghormati peran aktif siswa di kelas sehingga dapat menciptakan lingkungan belajar positif serta mampu mengaplikasikan materi dalam kehidupan sehari-hari. Sejalan dengan Safitri *et.al* (2025) Selain itu, pembelajaran yang bermakna membantu pemikiran siswa serta mendorong untuk aktif dalam memahami konsep.

Kontribusi aktif psikologi kognitif dalam efektivitas pembelajaran dengan membantu dalam meningkatkan pemahaman serta retensi pengetahuan, pengembangan strategi belajar yang disesuaikan dengan karakteristik siswa, memaksimalkan penerapan prinsip metakognitif, penggunaan teknologi kognitif untuk media pembelajaran, dan mengoptimalkan pembelajaran yang bermakna sehingga siswa dapat terlibat aktif serta meningkatkan pemahaman akan materi yang disampaikan. Sejalan dengan hasil penelitian Rahmasari *et.al* (2025) yang menyatakan bahwa proses pembelajaran yang memperhatikan psikologi kognitif akan dapat membantu meningkatkan pemahaman konseptual dan aplikatif siswa. Selain itu, dalam perspektif pendidikan Islam psikologi kognitif digunakan sebagai sarana untuk memahami bagaimana siswa menginternalisasi nilai-nilai spiritual dan moral melalui proses berpikir kritis dan reflektif, seperti ketika siswa mempelajari ayat-ayat Al-Qur'an, mereka tidak hanya menghafal teksnya saja, namun juga merenungkan maknanya untuk membentuk kesadaran moral. Oleh karena itu, psikologi kognitif berkontribusi dalam menciptakan model pembelajaran yang menekankan pemahaman mendalam, bukan sekadar pengulangan hafalan.

Psikologi kognitif pada siswa dirancang secara komprehensif untuk menyentuh berbagai modalitas perkembangan sensorik dan intelektual yang memiliki tujuan utama yaitu mengoptimalkan potensi melalui

tujuh bidang pengembangan sehingga membantu dalam proses efektivitas pembelajaran. Adapun tujuh bidang pengembangan kognitif siswa yaitu; (1) Stimulasi Auditori, berfokus pada penajaman indra pendengaran, di mana anak dilatih untuk mengidentifikasi bunyi, mengikuti instruksi lisan, serta memahami narasi atau ritme bahasa. (2) Kecakapan Visual, menekankan pada kemampuan observasi dan persepsi terhadap lingkungan, termasuk kemampuan membedakan objek berdasarkan karakteristik warna, ukuran, dan bentuk. (3) Pengembangan Taktil, melibatkan indra peraba untuk mengenali dan mendeskripsikan berbagai tekstur, yang membantu anak membangun kosakata deskriptif seperti halus-kasar atau panas-dingin. (4) Keterampilan Kinestetik, menghubungkan motorik halus dengan kognisi melalui aktivitas tangan yang presisi, seperti melukis, menjahit sederhana, atau kegiatan artistik lainnya yang memperkuat koordinasi otak dan otot. (5) Literasi Aritmetika, diarahkan pada penguasaan konsep bilangan dasar, mulai dari membilang hingga mengenali nilai himpunan yang berbeda. (6) Pemahaman Geometri, mengembangkan kemampuan analisis terhadap struktur ruang dan ukuran, sehingga anak mampu mengklasifikasikan benda secara logis. (7) Sains Permulaan, menggunakan pendekatan saintifik sederhana melalui eksperimen dan eksplorasi lingkungan untuk memicu nalar logis sesuai dengan tahap perkembangan mental anak.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil kajian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa psikologi fisik dan kognitif memiliki kontribusi yang saling melengkapi dalam meningkatkan efektivitas pembelajaran dalam pendidikan Islam. Psikologi fisik seperti aspek biologis, perkembangan, dan lingkungan yang terinternalisasi oleh kesehatan, energi, dan kebugaran siswa, berperan penting dalam menjaga konsentrasi, motivasi, serta kesiapan mengikuti kegiatan belajar. Sementara itu, psikologi kognitif mendukung kemampuan berpikir kritis, analitis, serta pemahaman mendalam terhadap nilai-nilai dan ajaran Islam. Integrasi keduanya menciptakan proses pembelajaran yang holistik, seimbang antara jasmani dan rohani, sehingga tujuan pendidikan Islam yakni pembentukan insan berilmu, beriman, dan berakhlak dapat tercapai secara optimal. Oleh karena itu, penguatan psikologi fisik dan kognitif perlu menjadi perhatian utama dalam pengembangan strategi pembelajaran Islami yang efektif dan berkelanjutan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arifah, N. H., Harfah, M. F. K., Wahyuningtias, R., & Mustar, Y. S. (2023). Eskalasi Aktivitas Fisik Dan Keterampilan Motorik Anak Melalui Permainan Olahraga Usia Dini. *Abimanyu: Journal Of Community Engagement*, 4(1), 21–27.
- Azhar, M., Ubm, A., Syah, N. I., & Maharani, W. F. (2024). Pengaruh Discovery Learning Terhadap Peningkatan Hasil Belajar Matematika Dan Keterampilan Berpikir Kritis Siswa Sekolah Dasar. *Pedagogia: Jurnal Pendidikan Dasar*, 4(3), 132–140.
- Gustalia, B. B., & Setiyawati, E. (2023). Analisis Kemampuan Kognitif Peserta Didik Dalam Pembelajaran Ipa Berbasis Kearifan Lokal Pada Materi Perubahan Wujud Zat Di Sekolah Dasar. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan Volume*, 5(2), 1575–1583.
- Halimatun Nisa, S. (2020). Mengatasi Kesulitan Belajar Matematika Anak Usia Sekolah Dasar Dengan Pendekatan Psikologi Kognitif. *Metodik Didaktik Jurnal Pendidikan Ke-Sd-An*, 16(1), 21–28.
- Hidayat, I. M., Hujaeri, A., Hunainah, & Bachtiar, M. (2025). Studi Analisis Peran Psikologi Kognitif Dan Humanistik Dalam Pembelajaran. *Jurnal Paris Langkis: Jurnal Pendidikan Pancasila Dan Kewarganegaraan*, 5(1), 329–343.
- Hizbulloh, A. L. S., & Resita, C. (2023). Pengaruh Pendidikan Jasmani Terhadap Fungsi Kognitif Dan Capaian Belajar Peserta Didik. *Jpko Jurnal Pendidikan Dan Kepelatihan Olahraga*, 1(2), 46–53.
- Iswanto, A., & Widayati, E. (2021). Pembelajaran Pendidikan Jasmani Yang Efektif Dan Berkualitas. *Majora: Majalah Ilmiah Olahraga*, 27(1), 13–17.

- 1795 *Kontribusi Psikologi Fisik dan Kognitif terhadap Efektivitas Pembelajaran dalam Pendidikan Islam - Egi Nurhudatun, Imam Muslim, Durotun Nasekha, Ratna Yanita Kusuma, Yusron Masduki*  
DOI : <https://doi.org/10.31004/edukatif.v8i1.8697>
- Lutfiyani, N. F., Nasikah, S., Mufidah, N. F., & Nisa, S. K. (2025). Efektivitas Pelajaran Pendidikan Agama Islam Dan Budi Pekerti Dalam Pembentukan Akhlak Dan Karakter Siswa Sma N 1 Gemuh. *Dimastika: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 185–197.
- Masruri, E. M. H., & M. Misbah, M. M. (2023). Studi Literatur: Efektivitas Penerapan Project Based Learning (Pjbl) Dalam Pembelajaran Pendidikan Agama Islam Dan Budi Pekerti Tingkat Sekolah Menengah Atas. *Jurnal Kependidikan*, 11(2), 301–317. <https://doi.org/10.24090/Jk.V11i2.9297>
- Mu'ammamroh, N. L. R. (2025). Integrasi Psikologi Pendidikan Islam Dengan Disiplin Psikologi Modern: Kajian Teoretis Dan Aplikatif. *Progressa: Journal Of Islamic Religious Instruction*, 09(02), 118–127. <https://doi.org/10.32616/Pgr.V9.2.532.118-127>
- Nerizka, D., Latifah, E., & Munawwir, A. (2021). Faktor Hereditas Dan Lingkungan Dalam Membentuk Karakter. *Jurnal Pendidikan Karakter*, 11(1), 55–64.
- Nuralimah, S., Alamsyah, M. N., & Ningsih, N. W. (2025). Strategi Integratif Pendekatan Psikologis Dan Pendidikan Islam Dalam Membentuk Karakter Generasi Alpha. *Qosim : Jurnal Pendidikan, Sosial & Humaniora*, 3(2), 626–643.
- Nurrahmad, & Syaifuddin. (2024). Analisis Faktor Psikologi Belajar Peserta Didik Pada Pembelajaran Pendidikan Agama Islam. *Behavior: Jurnal Pendidikan Bimbingan Konseling Dan Psikologi*, 1(2), 15–26.
- Padil, R., & Lessy, Z. (2024). Analisis Fungsi Kognitif, Sosial Rendah, Gangguan Fisik Dan Sensorik Serta Implikasinya Terhadap Pembelajaran. *Harapan: Jurnal Ilmu Kesehatan Dan Psikologi*, 1(2), 83–91.
- Putri, N. A., Anggriani, Y., Yana, P. S. S. E., Wulandari, S., Dewi, T. N., Siskarina, A., Sari, F. Y., Hoerunnisa, Yuyun, Sari, E. Y., Rahmawati, N., Juliani, D., Riyadi, S. R., & Putriani, O. D. (2025). Edukasi Kesehatan Mental Pada Remaja. *Jurnal Pengabdian Sosial*, 2(8), 3887–3894.
- Rahmasari, F., Zaid, A. H., & Lubis, R. H. (2025). Teori Belajar Kognitif: Urgensi Dan Manfaatnya Dalam Meningkatkan Pembelajaran Bahasa Arab. *Didaktika: Jurnal Kependidikan*, 14(3), 4987–4998. <https://doi.org/10.22373/Ls.V9i1.6735>
- Rizqullah, R. D., & Ansyah, E. H. (2024). Dukungan Sosial Dan Stres Akademik Pada Siswa Madrasah Aliyah. *Journal Of Islamic Psychology*, 1(2), 1–11. <https://doi.org/10.47134/Islamicpsychology.V1i2.90>
- Safitri, I. D., A'yunina, R. Q., & Bakar, M. Y. A. (2025). Menggali Teori Kognitivistik Dalam Dunia Pembelajaran. *Jinu: Jurnal Ilmiah Nusantara*, 2(3), 752–764.
- Siregar, H. T. (2024). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Hasil Belajar Dalam Pembelajaran Pai. *Jitk: Jurnal Ilmu Tarbiyah Dan Keguruan*, 2(2), 215–226.
- Solahuddin, S., Bayu, W. I., Yono, T., Sari, S. N., & Pratama, R. R. (2023). Keterampilan Motorik Dan Prestasi Akademik. *Sport Science: Jurnal Sains Olahraga Dan Pendidikan Jasmani*, 23(1), 52–59. <https://doi.org/10.24036/Isopj.23012023.05>
- Suharnis. (2021). Perkembangan Kognitif Anak Dalam Perspektif Pendidikan Islam. *Musawa: Journal For Gender Studies*, 13(2), 170–202. <https://doi.org/10.24239/Msw.V13i2.861>
- Ulfadhilah, K., Aisya, S., Nafi'a, I., & Hajam. (2025). Peran Psikologi Kognitif Dalam Pembelajaran Pai Anak Usia Dini Di Paud Darussalam. *Early Stage: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 3(2), 107–113.