

## EFISIENSI PSIKOLOGI BELAJAR DENGAN PENDEKATAN BELAJAR YANG EFEKTIF

**La Ode Munsir Sahi**

Sekolah Tinggi Agama Islam  
Yayasan Pendidikan Islam Kaimudin (YPIQ)  
Baubau, Sulawesi Tenggara

### Abstrak

Banyak mahasiswa yang memiliki kemampuan kognitif, kognitif yang baik atau cerdas mengalami kemerosotan gagasan atau ide, bahkan lebih rendah dari pada teman-temannya yang berkapasitas rata-rata, dan sebaliknya ada mahasiswa yang kemampuan berpikir, ide atau gagasan sedang atau rata-rata dapat mencapai prestasi yang memuaskan, hal ini dikarenakan siswa menggunakan metode/pendekatan belajar yang efektif dan efisien. Ragam pendekatan belajar terdiri atas: 1) Pendekatan hokum Jost; 2) pendekatan Ballard & Clanchy; 3) pendekatan Biggs. Ragam metode belajar terdiri atas: 1) SQ3 (Survey, Questions, Read, Recite, Review); 2) PQ4R (Preview, Questions, Read, Reflect, Recite, Review). Pendekatan atau metode belajar tersebut dapat dipilih sebagai salah satu alternative belajar yang efektif dan efisien oleh siswa.

**Kata kunci :** Efisiensi belajar, Pendekatan belajar, Metode belajar

### 1. Pendahuluan

Secara detail faktor-faktor yang melekat pada mahasiswa adalah kepribadiannya, penguasaan bahan, penguasaan kelas, cara berbicara (intonasi, penguasaan bahasa, dan pengulangan), penciptaan suasana ruang, pembedaan individu Pendekatan belajar (*approach to learning*) dan strategi atau kiat melaksanakan pendekatan serta metode belajar termasuk faktor-faktor yang turut menentukan tingkat efisiensi dan keberhasilan belajar (Nasution, 2004).

Sebaliknya, seorang mahasiswa yang sebenarnya hanya memiliki kemampuan kognitif rata-rata atau sedang, dapat mencapai puncak prestasi (sampai batas optimal kemampuannya) yang memuaskan, lantaran menggunakan pendekatan belajar yang efisien dan efektif. Konsekuensi positifnya ialah harga diri (*self esteem*) tersebut melonjak hingga setara dengan teman-temannya, yang beberapa orang di antaranya mungkin berkapasitas kognitif lebih tinggi.

Oleh karena itu rumusan masalah dalam penulisan ini adalah apakah pendekatan hokum Jost, pendekatan Ballard & Clanchy, dan pendekatan Biggs serta metode belajar SQ3 (*Survey, Questions, Read, Recite, Review*) dan PQ4R

(*Preview, Questions, Read, Reflect, Recite, Review*) dapat mempengaruhi efisiensi belajar ? Untuk itu penulis akan mencoba untuk membahas pendekatan, metode dan faktor-faktor yang mempengaruhi efisiensi belajar.

## 2. Pembahasan

### a. Efisiensi Belajar

Suatu kegiatan belajar dapat dikatakan efisien kalau prestasi belajar yang diinginkan dapat dicapai dengan usaha yang minimal. Usaha dalam hal ini segala sesuatu yang digunakan untuk mendapatkan hasil belajar yang memuaskan, seperti : tenaga dan pikiran, waktu, peralatan belajar, dan lain-lain hal yang relevan dengan kegiatan belajar.

Pada umumnya orang melakukan usaha atau bekerja dengan harapan memperoleh hasil yang banyak tanpa mengeluarkan biaya, tenaga, dan waktu yang banyak pula, atau dengan kata lain efisien. Efisien adalah sebuah konsep yang mencerminkan perbandingan terbaik antara usaha dengan hasilnya (Gie, 1985). Dengan demikian, ada dua macam efisiensi belajar yang dapat dicapai, yaitu: 1) efisiensi usaha belajar ; 2) efisiensi hasil belajar.

### b. Pendekatan Dan Metode Belajar

Banyak pendekatan belajar yang dapat kita ajarkan untuk mempelajari mata pelajaran atau materi pelajaran yang sedang mereka tekuni, diantara pendekatan-pendekatan belajar yang dipandang representatif (mewakili) ialah : 1) pendekatan hukum Jost ; 2) pendekatan Ballard & Clanchy; dan 3) pendekatan Biggs.

#### a. Pendekatan Hukum Jost

Menurut Reber dalam Muhiibin (2003) ” salah satu asumsi penting yang mendasari hukum Jost (Jost’s Law) adalah yang lebih sering mempraktekkan materi pelajaran akan lebih mudah memanggil kembali memori lama yang berhubungan dengan materi yang sedang ditekuni”. Selanjutnya, berdasarkan asumsi Hukum Jost itu maka belajar misalnya dengan kiat  $4 \times 1$  adalah lebih baik dari pada  $1 \times 4$  walaupun hasil perkalian kedua bilangan kedua kiat tersebut sama.

#### b. Pendekatan Ballard & Clanchy

Menurut Ballard & Clanchy (1990), pendekatan belajar siswa pada umumnya dipengaruhi oleh sikap terhadap ilmu pengetahuan (*attitude to knowledge*). Ada dua macam mahasiswa dalam menyikapi ilmu pengetahuan, yaitu : 1) sikap melesterikan apa yang sudah ada (*conserving*); dan 2) sikap memperluas (*extending*). yang bersikap *conserving* pada umumnya menggunakan pendekatan belajar “reproduktif” (bersifat menghasilkan kembali fakta dan informasi). Sementara itu, yang bersikap *extending*, biasanya menggunakan

pendekatan belajar “analitis” (berdasarkan pemilahan dan interpretasi fakta dan informasi).

c. Pendekatan Biggs

Menurut Biggs (1991), pendekatan belajar dapat dikelompokkan kedalam tiga prototipe (bentuk dasar), yakni :

- 1) pendekatan *esurface* (permukaan/bersifat lahiriah);
- 2) pendekatan *deep* (mendalam);
- 3) pendekatan *achieving* (pencapaian prestasi tinggi)

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

Sebaliknya yang menggunakan *deep* biasanya mempelajari materi karena memang dia tertarik dan merasa membutuhkannya (instrinsik). Oleh karena itu, gaya belajarnya serius dan berusaha memahami materi secara mendalam serta memikirkan cara mengaplikasikannya. Bagi yang lulus dengan nilai baik adalah penting, tetapi yang lebih penting adalah memiliki pengetahuan yang cukup banyak dan bermanfaat bagi kehidupannya.

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

1. Ragam metode Belajar
2. Metode SQ3R

Metode SQ3R dikembangkan oleh Francis P. Robinson di Universitas Negeri Ohio Amerika Serikat Wardani, 1991). Metode ini bersifat praktis dan dapat diaplikasikan dalam berbagai pendekatan belajar.

SQ3R pada prinsipnya merupakan singkatan langkah-langkah mempelajari teks/wacana yang meliputi :

1. *Survey*, maksudnya memeriksa atau meneliti atau mengidentifikasi seluruh teks;
2. *Question*, maksudnya menyusun daftar pertanyaan yang relevan dengan teks;
3. *Read*, maksudnya membaca teks secara aktif untuk mencari jawaban atas pertanyaan-pertanyaan yang telah tersusun;

4. *Recite*, maksudnya menghafal setiap jawaban yang telah ditemukan;
5. *Review*, maksudnya meninjau ulang seluruh jawaban atas pertanyaan yang tersusun pada langkah kedua dan ketiga.

Alokasi waktu yang diperlukan untuk memahami sebuah teks dengan metode SQ3R, mungkin tak banyak berbeda dengan mempelajari teks secara biasa (tanpa SQ3R). Akan tetapi, hasil belajar siswa dengan SQ3R dapat diharapkan lebih memuaskan, karena dengan metode ini siswa menjadi pembaca aktif dan terarah langsung pada intisari atau kandungan pokok yang tersirat dan tersurat dalam teks.

#### Metode PQ4R

Metode belajar lain yang dipandang meningkatkan kinerja memori dalam memahami substansi teks adalah metode yang diciptakan Thomas & Robinson (Nasution, 2004) yang disebut PQ4R singkatan dari *Preview, Questions, Read, Reflect, Recite, Review*.

PQ4R pada hakikatnya merupakan penimbul pertanyaan dan tanya jawab yang dapat mendorong pembaca teks melakukan pengolahan materi secara lebih mendalam dan luas. Selanjutnya, metode PQ4R itu sesuai dengan kepanjangannya terdiri atas enam langkah pendukung upaya mempelajari materi bab dalam buku teks.

#### Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Belajar

Secara global, faktor-faktor yang mempengaruhi belajar dapat kita bedakan menjadi tiga macam, yakni:

- 1) factor *internal* (factor dari dalam siswa), yakni keadaan/kondisi jasmani dan rohani ;
- 2) faktor *eksternal* (factor dari luar siswa), yakni kondisi lingkungan disekitar
- 3) faktor *pendekatan belajar (approach to learning)* , yakni jenis upaya belajar yang meliputi strategi dan metode yang digunakan untuk melakukan kegiatan mempelajari materi-materi pelajaran.

### 3. Kesimpulan

Ciri khas perubahan dalam belajar meliputi perubahan-perubahan yang bersifat intensional (disengaja); positif dan aktif (bermanfaat dan atas hasil usaha sendiri); serta efektif dan fungsional (berpengaruh dan mendorong timbulnya perubahan baru). Menifestasi perilaku belajar tampak dalam kebiasaan, keterampilan, pengamatan, berfikir asosiatif dan daya ingat, berfikir rasional dan kritis, sikap, *inhibisi* (menghindari hal yang *mubazir*), apresiasi (menghargai karya-karya bermutu), dan tingkah laku efektif.

Effisiensi belajar ialah konsep yang mencerminkan perbandingan terbaik antara usaha belajar dan hasil belajar. Jadi, ada belajar yang efisiensi ditinjau dari sudut usaha dan ada pula yang efisiensi ditinjau dari sudut hasil.

Sedangkan ragam metode belajar terdiri atas; 1) SQ3R (*Survey, Questions, Read, Recite, Review*); dan 2) PQ4R (*Preview, Question, Read, Reflect, Recite, Review*).

## REFERENSI

- Biggs, John B. 1991. *The Role of learning Study Process*, British: Journal of Educational Psychology.
- Gie, The liang. 1985. *Cara Belajar Yang Efesien*, Yogyakarta: Pusat Kemajuan Studi (Center of Study Progress).
- Nasution, S. 2004. *Berbagai Pendekatan Belajar dan Mengajar*, Jakarta : Bina Aksara.
- Syah, Muhibbin. 2003. *Psikologi Belajar*, Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Wardani, T.G.A.K. 1991. *Diagnosis Kesulitan Belajar dan Perbaikan Belajar*, Jakarta: Ditjen Binbaga Islam dan Universitas Terbuka.