

CARA-CARA BELAJAR YANG BERHASIL UNTUK SISWA SMA DAN SMK

Oleh: A. Bunga

Abstrak:

Berbicara tentang belajar, maka pemikiran tertuju pada pengalaman sehari-hari yang menyangkut belajar dengan berhasil, lancar dan tidak banyak mengalami hambatan. Suatu bahan pelajaran yang cepat dimengerti dan tersimpan dengan baik dalam ingatan sehingga dapat diingat kembali dengan mudah pada saat dibutuhkan dan dikehendaki, dengan kata lain bila mendapat rangsangan, bahan yang demikian dengan cepat dan tepat diproduksi dari ingatan. Landasan utama bagi pembentukan cara belajar yang baik pada setiap siswa ialah memiliki sikap mental tertentu. Suatu sikap yang ditumbuhkan dan dipelihara dengan sebaik-baiknya akan membuat seorang siswa mempunyai senjata berupa kesediaan mental. Tanpa kesediaan mental, para siswa pada umumnya takkan dapat bertahan pada pelbagai kesukaran dan jerih payah disekolah. Sikap mental yang perlu diusahakan oleh setiap siswa sekurang-kurangnya meliputi empat segi yakni : tujuan belajar, minat terhadap pelajaran, kepercayaan pada diri sendiri, dan keuletan.

Kata Kunci: *Cara-Cara Belajar, siswa SMA dan SMK*

I. Pendahuluan

A. Kesulitan Belajar dan Sebab-Sebabnya

Kesulitan belajar terdiri dari dua istilah yakni kesulitan dan belajar. Kesulitan adalah suatu kondisi yang memperlihatkan ciri-ciri hambatan dalam kegiatan untuk mencapai tujuan, sehingga diperlukan usaha yang lebih giat untuk mencapai perubahan tingkah laku dalam bentuk sikap, pengetahuan dan keterampilan yang menjadi miliknya.

Proses ini berlangsung didalam mempelajari banyak pengalaman. Dengan demikian kesulitan belajar adalah kondisi atau tingkah laku yang mengalami hambatan dalam mencapai suatu

perubahan, baik berbentuk sikap, pengetahuan maupun keterampilan. Dengan kata lain kesulitan belajar adalah kondisi tertentu yang mengalami hambatan untuk mengadakan penguasaan tertentu dalam batas-batas potensi yang dimiliki.

Bila diperhatikan kembali secara analitis pengertian belajar, maka diperoleh berbagai aspek yang merupakan unsur didalam belajar. unsur-unsur tersebut ialah kegiatan antara proses dan tujuan sebagai suatu perubahan tingkah laku kearah yang baru, utamanya aktivitas pada aspek kepribadian. jika unsure-unsur tersebut tidak dapat di capai pada saat-saat tertentu, tibalah suatu kesulitan yang dinyatakan dalam berbagai bentuknya. dr. Moh. Surya (1979) mengemukakan bentuk tingkah laku yang merupakan manifestasi kesulitan belajar sebagai berikut:

1. menunjukkan hasil belajar yang rendah di bawa rata-rata nilai yang di capai kelompoknya, atau dibawa potensi yang di miliknya
2. hasil yang dicapai tidak seimbang dengan usaha yang telah dilakukan. mungkin ada siswa yang selalu berusaha untuk belajar dengan giat tetapi nilai yang dicapai selalu rendah.
3. lambat dalam melakukan tugas-tugas kegiatan belajar, ia selalu tertinggal dari kawan-kawanya dalam menyelesaikan tugas-tugas sesuai dengan waktu yang tersedia. misalnya kalau rata-rata anak dapat menyelesaikan sesuatu dalam waktu 40 menit, maka anak yang mengalami kesulitan belajar memerlukan waktu yang lebih lama.
4. menunjukkan sikap yang kurang wajar, seperti acuh tak acuh, menentang berpura-pura, dusta dan sebagainya.
5. menunjukkan tingkah laku yang berkelainan, seperti bolos, datang terlambat, tidak mengerjakan pekerjaan rumah, mengganggu di dalam atau diluar kelas, tidak mau mencatat pelajaran, tersisik, tidak mau bekerja sama dsb.

Macam-macam kesulitan belajar dapat dilihat dari berbagai segi dan penyebabnya:

1. Kesulitan belajar yang dilihat dari segi bahan/materi yang dipelajari.
2. Kesulitan belajar yang dilihat dari segi kematangan/tingkat perkembangan orang yang belajar.
3. kesulitan belajar yang dilihat dari segi kemampuan sipelajar .
4. kesulitan belajar dilihat dari segi pengaruh lingkungan keluarga,sekolah dan masyarakat.
5. kesulitan belajar yang dilihat dari segi waktu dan tempat belajar.
6. kesulitan belajar yang dilihat dari segi alat dan perlengkapan belajar.

Yang dimaksud dengan penyebab intern adalah suatu hambatan dalam belajar yang bersumber dari dalam diri seseorang yang belajar termasuk di dalamnya factor fisik psikhis. Penelitian yang dilakukan oleh durrel menunjukkan bahwa 25% anak-anak yang lambat kemajuan belajarnya adalah mereka yang intelegensinya normal dan superior, sedangkan titik penyebabnya ialah mental yang terganggu fungsinya,emosi, factor kepribadian, dan kondisi jasmani yang tidak memadai. Untuk lebih jelasnya kesulitan belajar yang bersifat intern ini dapat diuraikan sebagai berikut:

1. Faktor fisik

Fisik yang sehat mempengaruhi prestasi belajar yang lebih baik, dan sebaliknya fisik yang tidak sehat (sakit) menyebabkan individu mengalami kesulitan dalam belajar, bahkan sama sekali tidak dapat belajar. Oleh karena itu kesehatan jasmani haruslah mendapat perhatian demi untuk memelihara dan meningkatkan prestasi belajar yang mungkin dicapai oleh seseorang. Untuk menjaga kesehatan siswa, nilai gizi makanan dan olahraga yang teratur harus senantiasa menjadi perhatian dan di pelihara dengan baik.kesehatan yang selalu terganggu (sering sakit) menyebabkan prestasi belajar tidak stabil,bahkan menurun secara drastic.kesulitan belajar juga sangat di pengaruhi oleh keadaan tubuh yang tidak sempurna (cacat).misalnya cacat anggota badan tertentu seperti tangan,kaki dan alat indra

(mata,telinga,hidung,lidah dan kilit).Seorang yang mengalami gangguan fisik yang serius dan tidak normal seiring dididik pada sekolah khusus (luar biasa) oleh karena itu mereka tidak sanggup ikut bersama orang-orang yang normal lainnya disekolah biasa individu yang tergolong penderita cacat ringan seperti kurang pendegaran,kabur penglihatan, gangguan psimotor dan sebagainya masih dapat mengikuti pelajaran disekolah biasa,dengan memerlukan perhatian khusus dan pegelolaan yang lebih sesuai.selain factor fisik yang tidak sehat dan cacat tubuh ,maka kekurangan gizi makana dan akibat penyakit yang perna diderita menyebabkan lekas lelah,pusing kepala,mudah mengantuk,kurang semangat dapat menimbulkan kesulitan belajar.konsekwensinya terjadi pengelolaan dan respon yang tidak sempurna serta lemah terhadap rangsangan-rangsangan dari luar,dalam hal ini pusat saraf yang terletak pada bagian otak tidak mampu mengorganisasi dengan baik pengalaman –pengalaman belajar mulai alat indra yang selanjutnya dimanifestasikan dalam bentuk-bentuk ucapan,gerakan pada waktu menulis,melukis,hasil karya,dan sebagainya.

2. faktor Psikhis

Banyak sekali aspek psikhis yang terlibat dalam proses belajar yang perlu mendapat perhatian,bahkan pendapat ekstrim mengatakan bahwa belajar itu adalah kejadian atau proses psikhis,jika terdapat proses fisik didalamnya hanya sedikit sekali pengaruhnya.akan tetapi disepakati oleh para ahli bahwa baik fisik maupun psikhis,keduanya mempunyai peranan yang menonjol dalam proses belajar.pengaruh factor psikhis yang terdiri dari berbagai aspek diuraikan hal-hal sebagai berikut:

- a. Motivasi dalam belajar sesungguhnya adalah factor pendorong dari dalam diri individu yang merupakan tenaga untuk membangkitkan dan mengarahkan kelakuan atau tindakan belajar.usaha belajar yang kuat atau lemah sangat tergantung pada kuat lemahnya motivasi dalam belajar.dengan kata lain motif yang kuat akan menentukan usaha belajar yang kuat dan

sebaliknya motif yang lemah akan melemahkan usaha belajar. Individu yang kuat motivasinya akan giat dalam usahanya, bahkan mungkin nampak tidak lelah dan tidak akan berhenti berusaha (kaya inisiatif) untuk memecahkan problema yang ia hadapi dengan tindakan-tindakan yang agresif, percobaan-percobaan, penelitian-penelitian, perhatian yang penuh dan sebagainya. Tetapi jika seseorang yang mempunyai motivasi yang lemah, lebih-lebih bila mengalami kesulitan, dia akan acuh tak acuh terhadap pelajaran (sesuatu yang dilakukan) bahkan mungkin ia mengelak dan jauh dari kegiatan atau pelajaran.

- b. Minat adalah suatu kecenderungan untuk bereaksi dengan cara tertentu terhadap sesuatu. Menaruh minat kepada sesuatu berarti ada kecenderungan untuk memperhatikannya. sebaliknya tanpa minat berarti tidak ada kecenderungan untuk memperhatikannya. Sehingga tidak menimbulkan pemusatan pikiran dan perasaan senang terhadap sesuatu yang dipelajari. Perasaan tidak senang ini akan lebih parah kalau mata pelajaran yang dihadapi tidak dihayati keistimewaan-keistimewaan dan relevansinya terhadap kebutuhan yang praktis dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu dapat pula menyebabkan kurangnya minat terhadap guru dan sekolah pada umumnya .
- c. Konsentrasi konsentrasi adalah aktifitas jiwa untuk memusatkan perhatian terhadap sesuatu dan mengenyampingkan semua hal lainnya yang tidak berhubungan. Seperti pada saat mempelajari satu mata pelajaran, maka pelajaran lain tidak diperhatikan. Dalam kenyataan ada orang yang kuat dan besar kemampuan konsentrasinya pada waktu yang lama, dan sebaliknya ada pula orang yang sukar mengadakan konsentrasi dalam waktu lama. Hal yang terakhir ini mungkin disebabkan oleh tidak adanya minat dan perhatian serta pengaruh lain dari luar individu.
- d. Penelitian dan pengalaman sehari-hari menunjukkan bahwa kemampuan konsentrasi sesungguhnya merupakan kebiasaan seseorang yang dapat dilatih, jadi bukan suatu bakat atau warisan. Pada dasarnya konsentrasi merupakan akibat dari

perhatian yang bersifat spontan yang ditimbulkan oleh minat terhadap sesuatu. Kemampuan seseorang mencurahkan perhatian dengan sadar (tidak spontan) juga dapat menciptakan konsentrasi. Oleh karena itu kesulitan belajar agaknya dapat dihindari dengan mengembangkan minat dan meltih diri untuk berangsur-angsur memperbesar Kemampuan konsentrasi sehingga menjadi kebiasaan yang mudah dilakukan pada saat diperlukan. Ada beberapa hal yang dapat mengganggu konsentrasi,yaitu :Kurangnya minat terhadap sesuatu (pelajaran), Tempat dan alat pelajaran yang tidak lengkap dan tidak teratur atau sama sekali tidak tersedia, Membaca atau mengolah kembali pelajaran dengan bersikap malas dan pasif, Waktu belajar yang terlalu lama tanpa selingan, Kesehatan badan yang terganggu.

- e. Intelegensi dan pengetahuan dasar Menurut Thorndika; Intelegensi dibagi atas tiga jenis, yaitu : intelegensi abstrak, intelegensi kongkrit, dan intelegensi social. Intelegensi abstrak adalah kecakapan individu yang dinyatakan dalam bentuk abstrak, seperti kata-kata, konsep-konsep, dan bentuk-bentuk symbol lain. Intelegensi kongkrit adalah kecakapan individu yang dinyatakan dalam bentuk kongkrit seperti perbuatan-perbuatan dan keterampilan-keterampilan, sedangkan Intelegensi social adalah kecakapan individu yang dinyatakan dalam bentuk penyesuaian social terhadap lingkungan sekitarnya. Tingkatan Intelegensi dapat dikelompokkan dengan jenjang-jenjang berikut:

120-ke atas di sebut genius (cerdas)

110-119 di sebut high average (diatas normal)

90-109 disebut average (normal)

80-89 disebut low average(dibawah normal)

70-79 di sebut mental retarded (bodoh)

-69 di sebut mental devective (lemah ingatan)

- f. disiplin dan kebiasaan belajar. Belajar memerlukan disiplin dan kebiasaan yang baik,tanpa disiplin dan kebiasaan yang baik seseorang akan mengalami kesulitan belajar.proses belajar yang

efektif perlu di bicarakan dan di persiapkan dengan baik seperti waktu belajar yang direncanakan dan penggunaan metode belajar yang dianggap paling baik dari segi praktek dan teori.

B. Kesulitan Belajar yang Bersifat Ekstern

Kesulitan belajar yang bersifat ekstern adalah hambatan-hambatan belajar yang bersumber dari luar diri siswa. seperti telah diketahui bahwa proses belajar adalah kegiatan individu dalam berinteraksi dengan lingkungannya, sehingga kesulitan belajar yang dialami seseorang mungkin merupakan hasil interaksi antara orang itu dengan lingkungannya.

Factor ekstern mempunyai beberapa aspek yaitu: tempat, waktu, alat dan bahan pelajaran serta lingkungan belajar.

Tempat Belajar : Belajar dengan teratur dan sistematis memerlukan tempat belajar serta perlengkapan yang memadai. tempat belajar merupakan salah satu syarat utama untuk menjalani syarat-syarat lain yang di uraikan pada bagian terdahulu. tempat belajar yang memenuhi syarat seperti bebas dari gangguan dan keributan, udarah yang tidak terlalu panas atau terlalu dingin, pertukaran udarah yang lancar, dan alat penerangan yang tidak merusak atau mengganggu kesehatan mata. alat perlengkapan yang diperlukan antara lain: buku teks, meja dan kursi yang sesuai sertarak buku. sebab tanpa memenuhi syarat-syarat dan perlengkapan yang memadai tidak memungkinkan belajar dengan baik bahkan dapat menyebabkan kesulitan belajar.

Waktu Belajar. Waktu yang baik memungkinkan kesempatan yang baik untuk belajar, akan tetapi tidak semua siswa mempunyai kesempatan belajar yang banyak dapat menggunakan waktunya untuk belajar dengan baik. waktu dan kesempatan yang banyak dapat digunakan dengan baik, tetapi waktu dan kesempatan yang banyak mungkin pula salah digunakan. Sebaliknya siswa yang mempunyai kesempatan sedikit karena banyaka kesibukan harus ia gunakan dengan produktif masih mungkin mempunyai banyak waktu dan kesempatan yang digunakan untuk belajar. Hal ini terletak pada kemampuan membagi, mengatur dan menggunakan waktu (time

management) dengan efektif dan efisien. Pembagian waktu (sering disebut *time table*) hendaknya disusun secara cermat dan sebaik mungkin. Untuk mengatur waktu yang baik hendaknya dipertimbangkan situasi kondisi yang ada : situasi yang kurang produktif umpamanya belajar pada jam 14.00 (jam 2 siang) tanpa istirahat atau selinan.

Waktu belajar yang baik digunakan pada waktu pagi, sore dan malam hari. Waktu belajar disekolah yang lebih baik adalah pada pagi hari meskipun biasa pula di tambah kesempatan pada sore hari dengan intensifikasi belajar di perpustakaan pada waktu tertentu perpustakaan sebagai tempat belajar yang lebih baik dan efisien, baik dari segi waktu, tempat maupun dari segi kondisi belajar, terutama ditinjau dari tersedianya fasilitas buku-buku bacaan dan informasi yang diharapkan lebih lengkap hukum jost berperinsip bahwa mempelajari atau mengulang dengan banyak kali yang masing-masing dengan isi dengan beban dan waktu belajar yang lama : dengan rumus 12×2 lebih baik dari 2×12 dalam arti lebih baik banyak kali mengulang pelajaran dari pada sedikit kali mengulang namun jumlah waktu yang digunakan sama. Dalam membagi waktu belajar hendaknya dibagi dan diatur sedemikian rupa sehingga semua kegiatan dalam sehari semalam dapat terjangkau. Kemudian yang terpenting bahwa apa yang telah ditetapkan sendiri harus ditaati dan dilaksanakan dengan penuh kedisiplinan

Alat dan bahan. Belajar tanpa alat pelajaran yang memadai tidak akan berlangsung dengan baik, secara umum dikenal alat-alat pelajaran seperti alat tulis menulis, bacaan-bacaan (catatan literatur dan sumber informasi lainnya) serta perlengkapan belajar dan sebagainya. Kenyataan bahwa semakin kurang alat belajar seseorang semakin sukar untuk belajar, terutama yang menyangkut kelengkapan alat tulis menulis, buku catatan dan literature. Dengan alat tulis menulis yang memadai mungkinkah lebih banyak mempersiapkan, mengumpulkan dan menyimpan berbagai informasi dan sumber ilmu pengetahuan lainnya.

Penyediaan alat-alat pelajaran yang memadai sangat berhubungan dengan tingkat kemampuan ekonomi dan tingkat pendidikan keluarga. Anak yang rendah status ekonomi orangtuanya sukar memperoleh kelengkapan alat tulis menulis yang memadai. dan orang tua yang rendah tingkat pendidikannya biasanya kurang menyadari akan arti dan pentingnya relevan. Selain alat pelajaran, memiliki metode belajar yang tepat juga membawa pengaruh pada keberhasilan belajar seorang pelajar

Keadaan Lingkungan. Yang banyak mempengaruhi belajar seseorang yang bersifat ekstrem adalah lingkungan : geografis, keluarga, sekolah dan masyarakat. Telah disebutkan terdahulu bahwa proses belajar tidak lain dari pada interaksi individu dengan lingkungannya, bahkan telah banyak penelitian ilmiah yang menunjukkan pengaruh keluarga, sekolah dan luar sekolah terhadap proses dan prestasi belajar. Lingkungan sekolah seperti keadaan sekolah, guru-guru dan mata pelajaran termasuk lingkungan diluar sekolah seperti teman kelompok, masyarakat, keluarga, ekonomi dan politik untuk jelasnya diuraikan sebagai berikut ini

- Lingkungan geografis: Lingkungan geografis adalah keadaan lingkungan sekitar kita termasuk benda-benda organik dan non organik yang terpengaruh langsung atau tidak langsung dalam kehidupan manusia. Lingkungan geografi yang berpengaruh dalam proses belajar seperti iklim (cuaca), baik cuaca panas atau dingin, lingkungan pedesaan, lingkungan perkotaan, lingkungan agraris, lingkungan industri, lingkungan hewaniah, dan sebagainya. Hubungan kesulitan belajar dengan lingkungan geografis sangat memungkinkan, dimana letak geografis tertentu sangat mempengaruhi sikap pandangan dan cara berfikir individu.
- Lingkungan social sering di sebut lingkungan pendidikan yang ketiga, dimana keluarga sebagai lingkungan pertama dan utama, dan lingkungan sekolah sebagai lingkungan ke dua. lingkungan social seperti media massa, masyarakat luas (kelompok-kelompok organisasi, olahraga, kesenian dan kelompok social lainnya) selain merupakan pendidikan yang dapat memperlancar

proses seseorang, juga merupakan faktor yang dapat mempengaruhi kesulitan belajar. faktor social yang dapat menimbulkan kesulitan, TV, mendengarkan radio/TAP, membaca komik atau majalah yang tidak/ kurang mendukung perbaikan prestasi.

- Lingkungan sekolah. Sekolah sebagai lembaga pendidikan formal, tempat mendidik membimbing dan membina anak-anak yang tidak selalu dapat memperlancar proses belajar. sering terjadi hal-hal tertentu di sekolah yang dapat menyebabkan seseorang anak mengalami kesulitan belajar. beberapa hal yang berhubungan dengan hal itu antaralain tidak memadainya keadaan sekolah dan guru sendiri pada metode mengajarnya, serta alat-alat belajar mengajar (gedung/ruangan kurikulum sekolah, dan sebagainya). Bagian-bagian ini dapat memberi pengaruh, baik secara sendiri-sendiri maupun secara bersama-sama dengan saling kait mengkait antara satu dengan lainnya, baik langsung maupun tidak langsung.
- Lingkungan Keluarga. Keluarga sebagai lingkungan pendidikan pertama dan utama bagi seseorang. Keluarga merupakan peletak dasar pendidikan dalam arti nilai-nilai pendidikan dan pembentukan pribadi. Oleh karenanya keharmonisan antara unsur-unsur dalam keluarga amat menentukan keberhasilan anak dalam usaha belajarnya, sekurang-kurangnya kedua orang tua/orang dewasa lainnya mau dan mampu member perhatian dan pengertian bagi kebutuhan belajar sianak. Sebab tidak jarang terjadi kesulitan belajar dialami anak justru tidak adanya/kurangnya perhatian dan pengertian orang tua terhadap kebutuhan pendidikan anak . Lebih-lebih jika hubungan emosional antara ibu dan ayah atau antara orang tua dengan anak tidak layak sebagai suatu keluarga yang sakinah, penuh damai, sejahtera dan hangat, sehingga muncul ungkapan "rumah tanggaku bukan sorga bagiku, melainkan rumahku laksana neraka bagiku".

II. Pembahasan

A. Sikap Siswa yang Baik dalam Belajar

Sikap Mental

Landasan utama bagi pembentukan cara belajar yang baik pada setiap siswa ialah memiliki sikap mental tertentu. Suatu sikap yang ditumbuhkan dan dipelihara dengan sebaik-baiknya akan membuat seorang siswa mempunyai senjata berupa kesediaan mental. Tanpa kesediaan mental, para siswa pada umumnya takkan dapat bertahan pada pelbagai kesukaran dan jerih payah disekolah. Sikap mental yang perlu diusahakan oleh setiap siswa sekurang-kurangnya meliputi empat segi yakni : tujuan belajar, minat terhadap pelajaran, kepercayaan pada diri sendiri, dan keuletan.

1.1 Tuivan belajar

Belajar disekolah harus diarahkan pada suatu cita-cita tertentu, cita-cita yang diperjuangkan dengan pelbagai kegiatan belajar itu lalu menjadi tujuan belajar dari setiap siswa. Biasanya tujuan belajar disekolah bersambung pula dengan tujuan hidupnya, apakah kelak ia ingin menjadi seorang dokter, seorang insinyur atau atau seorang guru. Tujuan belajar yang bersambung dengan cita-cita dimasa depan itu akan merupakan suatu pendorong untuk belajar dengan sungguh-sungguh. Tanpa motif tertentu semangat belajar sorang siswa akan mudah padam karena ia merasa tidak mempunyai suatu kepentingan yang harus diperjuangkanya dengan jalan belajar itu.

Apabila seorang siswa belum mempunyai tujuan khusus dalam usaha belajarnya, hendaknya segera menginsafi bahwa belajar umumnya pasti akan mendatangkan berbagai macam kemamfaatan. Menurut Ir. Arijo dalam bukunya " Pedoman Belajar " (1955) belajar umumnya berarti

- a. Memperkuat kedudukan ekonomi dikemudian hari.
- b. Menciptakan kesempatan untuk menjadi pemimpin dalam masyarakat.
- c. Menimbulkan kepuasan pada diri sendiri karena bertambahnya ilmu.

Sekali telah menentukan pilihan berdasarkan pertimbangan yang masakmasak, seorang siswa harus setia pada pilihan cita-

citanya itu. Ia harus mau dan berani memperjuangkan cita-cita dengan segala jerih payah. Kesukaran dan rintangan yang muncul hendaknya dianggap sebagai hal yang lumrah. Tiada usaha atau cita-cita yang dapat tercapai tapi perjuangan, dan justru perjuangan itulah yang membuat hidup ini demikian menarik.

1.2 Minat Terhadap Pelajaran

Setelah mulai pelajaran, hendaknya setiap siswa menaruh minat yang sebesar-besarnya terhadap pelajaran yang di ikuti. Minat itu tidak hanya ditujukan pada satu atau dua mata pelajaran yang pokok saja melainkan juga terhadap semua mata pelajaran. Suatu mata pelajaran hanya dapat dipelajari dengan baik bila sipelajar dapat memusatkan perhatiannya kepada pelajaran itu. Dan minat merupakan salah satu faktor yang memungkinkan konsentrasi itu. Seseorang dapat sehari penuh memusatkan pikiran dan perhatiannya duduk bermain kartu, atau duduk berjam-jam memancing dan melakukan perbuatan lainnya karena ia mempunyai minat yang besar terhadap pekerjaan itu.

Minat selain memungkinkan pemusatan pikiran, juga akan menimbulkan kegembiraan dalam usaha belajar. Keriangan hati akan memperbesar daya kemampuan belajar seseorang dan juga membantunya tidak mudah melupakan apa yang dipelajarinya itu. Belajar dengan perasaan tidak gembira akan membuat pelajaran itu terasa sangat berat.

1.3 Kepercayaan pada diri sendiri

Setiap siswa harus yakin bahwa ia mempunyai kemampuan untuk memperoleh hasil yang baik dalam usaha belajarnya. Dengan memiliki kepercayaan diri ini, ia pasti akan dapat mengikuti dan mengerti pelajaran dengan lebih baik. Setelah belajar dengan sebaik-baiknya, ujianpun hendaknya ia tempuh dengan kepercayaan pada diri sendiri, janganlah merasa ragu-ragu apakah diri sendiri telah belajar dengan sempurna. Apabila setiap hari telah belajar dengan teratur dan semua bahan pelajaran yang diwajibkan telah dipelajari secara utuh, janganlah gentar menghadapi ujian. Nanti akan ternyata bahwa dengan senjata berupa keyakinan akan kemampuan diri sendiri disertai persiapan belajar yang

secukupnya, ujian-ujian itu meskipun kadang-kadang memang sukar, pasti dapat dilalui dengan berhasil. Banyak siswa gentar maju ujian karena hatinya selalu diliputi keragu-raguan mengenai kemampuannya atau persiapan belajarnya, banyak waktunya terbuang tidak untuk belajar giat melainkan hanya untuk berbimbang hati saja. Pada hal kepercayaan diri sendiri perlu sekali dipupuk sebagai salah satu persiapan rohani untuk berhasil dalam belajar dsekolah, kepercayaan itu dapat dipupuk dan dikembangkan dengan lajan belajar tekun. Hendaknya setiap siswa menginsafi sepenuhnya bahwa tak ada mata pelajaran yang tidak dapat dipahaminya kalau ia mau belajar dengan giat setiap hari. Selanjutnya hendaknya setiap siswa tidak menggantungkan diri kepada kawan dalam usaha belajarnya, pekerjaan rumah cobalah selalu diselesaikan seorang diri pula. Dalam membaca buku, bila menjumpai hal-hal yang sulit dan tidak dimengerti janganlah terlampau cepat bertanya kepada orang lain, berusaha sendiri lebih dahulu. Misalnya dengan tekun diperpustakaan menelaah buku-buku lainnya, kalau semuanya itu dapat dilaksanakan dengan baik maka kepercayaan pada diri sendiri pasti akan tumbuh.

1.4 Keuletan

Yang memulai pekerjaan itu banyak, tetapi yang bias bertahan hingga akhir hanyalah sedikit, justru disinilah diperlukan suatu keuletan. cita-cita saja tidaklah cukup kalau tidak disertai kesanggupan untuk memperjuangkan cita-cita itu. keuletan mental membuat seseorang siswa berani menghadapi segala kesukaran dan tidak mudah dan tidak usa putus asa. untuk memupuk keuletan itu hendaknya ia selalu mengaggap setia persoalan atau kesukaran yang muncul sebagai suatu tantangan yang harus diatasi. ia selalu berpendapat bahwa ia sedang memperjuangkan kepentingannya yang terbesar, yaitu berhasil atau tadaknya usaha belajarnya di sekolah itu akan menentukan nasibnya kelak. pada umumnya mereka yang berhasil di sekolah akan berhasil pula dalam kehidupannya. sekolah merupakan tempat yang sangat baik untuk melatih dan mengujih keuletan. dengan mempunyai keuletan yang besar seorang siswa pasti akan berhasil menyelesaikan

pelajarannya di sekolah.harap diingat bahwa keuletan itu kelak juga sangat diperlukan dalam kehidupan.

2.PRILAKU DI SEKOLAH

Selama belajar disekolah,seorang siswa harus mempunyai sikap sebagai pelajar yang baik.siswa yang baik ialah siswa yang mengetahui tata tertip di sekolah dan pelajarannya,disertai dengan pengalaman yang nyata.didalam kelas ia selalu melakukan kewajibannya sebagai siswa dengan penuh disiplin dan penuh rasa tanggung jawab,dan selanjudnya dalam ujian ia tidak perna melakukan kecurangan,melainkan selalu mengerjakannya menurut kemampuan diri sendiri .seorang siswa hendaknya memahami sepenuhnya segala tata aturan yang ada disekolah,karena aturan yang tertuang sebagai tata tirtib siswa adalah pedoman yang mengatur segala sikap dan tindak tanduk seorang siswa,baik cara berpakaian kelengkapan serajam sekolah dan sebagainya sampai kepada kesopan santunan kepada semua guru,pegawai tata usaha,maupun dalam pergaulan dengan teman sendiri.

Tentang pelajaran,setiap siswa harus selalu berusaha untuk mengikutinya dengan tertib,jangan ada pelajaran yang tidak diikuti,biasakan diri untuk selalu datang dan masuk dikelas tepat waktu,sabab datang terlambat selain akan menyebabkan ketinggalan pelajaran yang telah dimulai,mungkin juga akan mengganggu pembicaraan guru dan perhatian siswa lainnya.lagi pula hal itu mencerminkan ketidak disiplin diri sendiri untuk mentaati jam pelajaran yang telah ditentukan.

III. Cara Membaca dan Meringkas Buku Pelajaran

1. Kebiasaan-kebiasaan baik dalam membaca

Menurut William D. Baker dalam bukunya " Reading Skills " kira-kira 85% dari seluruh studi disekolah melputi membaca. Oleh karena itu metode, kemahiran dan segi-segi lainnya yang berhubungan dengan aktivitas membaca perlu sekali dipelajari oleh para siswa. Membaca asal membaca saja tidaklah sukar selama seseorang sudah mengenal huruf. Tetapi membaca buku sehingga pembacaan itu memberikan hasil yang sebesar-besarnya adalah

suatu kecakapan yang harus sungguh-sungguh diusahakan. Setiap siswa hendaknya berusaha agar menjadi pembaca yang efisien.

Ciri - ciri pembaca yang efisien adalah

1. Mempunyai kebiasaan yang baik dalam membaca.
2. Mengerti betul isi buku yang dibacanya.
3. Sehabis membaca dapat mengingat sebagian besar atau pokok-pokok yang dibacanya.
4. Dapat membaca dengan cepat.

Untuk menjadi seorang pembaca yang baik, disamping menguasai segenap metodenya, setiap siswa perlu pula mengembangkan dan memiliki kebiasaan-kebiasaan membaca yang baik. Kebiasaan ini dapat timbul dari sikap mental yang baik dan tepat terhadap hal-hal yang berhubungan dengan aktivitas membaca. Disiplin pribadi diperlukan pula untuk mengembangkan kebiasaan baik itu sehingga kelak dapat terlaksana secara otomatis tanpa banyak kesulitan.

Kebiasaan-kebiasaan baik yang perlu dipunyai oleh setiap siswa ialah sebagai berikut:

- a. mengindahkan syarat-syarat kesehatan dalam membaca, terutama untuk kesehatan mata.
- b. menyusun rencana dan mengatur penggunaan waktu untuk membaca
- c. menyiapkan dan menggunakan alat tulis sewaktu membaca untuk keperluan membuat tanda-tanda dan atau catatan-catatan mengenai apa yang dibaca
- d. mengenal perpustakaan yang ada beserta isinya serta rajin mengunjungi perpustakaan untuk membaca buku yang tidak boleh dipinjam keluar
- e. menelaah suatu buku untuk setiap mata pelajaran secara mendalam sehingga betul-betul memahami dan menguasai isinya.

memusatkan perhatian secara penuh sewaktu membaca.

Harry Dexter Kitson dalam bukunya “ How to Use your Mind “ mengemukakan ketentuan-ketentuan tentang reading hygiene (kesehatan membaca) yang berikut :

- a. sewaktu membaca hendaknya pelajar sekali-kali memejamkan matanya atau melihat ketempat yang jauh.
- b. jarak antara mata dan buku kira-kira 25-30 cm.
- c. sedapat-dapatnya membaca pada meja belajar (tidak sambil tidur misalnya)
- d. peliharalah kesehatan mata sebaik-baiknya. Setiap gejala gangguan pada mata hendaknya segera diperhatiakn (misalnya memeriksakannya ke poliklinik)
- e. lamanya waktu membaca setiap kali 1-2 jam dan kemudian beristirahat dulu selama 5-10 menit

2. Metode membaca

Berdasarkan penyelidikan dan percobaan selama bertahun-tahun Prof . Francis P . Robinson dalam bukunya “ Effective Study” menganjurkan suatu cara untuk mempelajari buku-buku pelajaran yang disebutnya metode Survey Q 3R, singkatan dari Survey Question, Read, Recite , dan Review. Seorang siswa dalam membaca hendaklah melaksanakan lima macam langkah ini :

1. Survey (menyelidiki)

Sebelum mulai membaca suatu bab dari buku pelajaran, setiap siswa hendaknya melakukan penyelidikan terlebih dahulu untuk mendapat gambaran mengenai apakah yang kira-kira digambarkan dalam bab itu. Cara ini dapat dijalankan dengan melihat sepintas lalu pada kalimat-kalimat permulaan dari bab tadi. Melakukan penyelidikan itu jangan memakai waktu lebih dari satu menit.

Dengan mempunyai gambaran tentang pokok-pokok yang akan dipelajari, seorang siswa akan dapat membaca bab tersebut dengan lebih cepat dan juga poko itu akan dapat dihubungkan satu sama lain dengan lebih baik.

2. Quetion (bertanya)

Setelah melakukan survey, siswa hendaknya lalu mengajukan pertanyaan-pertanyaan. Ini dilakukan dengan mengubah kalimat-kalimat permulaan yang dibaca sepintas lalu itu menjadi pertanyaan-pertanyaan.

Dengan jalan bertanya tadi seorang siswa lalu memiliki sikap ingin tahu. Sikap ini akan lebih memperbesar pengertiannya

tentang pelajaran yang di baca karena hal-hal yang penting menjadi lebih tampak.

3. Read (membac a)

Setelah melakukan dua langkah permulaan itu , haruslah boleh membaca buku tersebut. Membaca disini hendaknya tidak merupakan suatu perbuatan aktif untuk mencari jawaban atas pertanyaan-pertanyaan yang telah dibuat.

4. Recite (mengucapkan kembali)

Setelah selesai membaca suatu bagian yang memuat jawaban atas suatu pertanyaan, segeralah ia mengucapkan kembali jawaban itu dengan tidak melihat buku. Kalau tidak biasa tengoklah kembali bagian itu, dan mengucapkan jawaban itu dengan kata-kata.

3. Efektifitas Ringkasan

Meringkas isi buku merupakan salah satu cara untuk mempermudah memahami informasi yang ada dalam sebuah buku secara utuh dan lengkap. Dengan meringkas isi buku, ide, gagasan atau pikiran yang dipaparkan oleh penulis dapat dipahami lebih rinci bahkan kita dapat mengingat lebih lama terhadap masalah yang dibahas dalam buku. Ringkasan pada hakekatnya merupakan versi singkat dari teks buku asli yang tetap mengandung gagasan utama. Ringkasan utamanya terdiri dari pendahuluan, isi, penutup. Agar dapat meringkas buku secara efektif, kita harus mengikuti langkah-langkah seperti, kenali identitas buku kemudian catatlah dalam buku catatanmu, bacalah kata pengantar dengan saksama gambaran tentang isi buku secara keseluruhan, teliti isi daftar buku untuk mendaftarkan gambaran tentang butir-butir penting yang akan dibahas, bacalah isi buku secara keseluruhan apabila ada gagasan penting atau pokok pikiran pada setiap judul. Membuat ringkasan isi buku berdasarkan gagasan penting atau pokok pikiran yang telah kamu buat dengan cara merangkaikan yang telah dibuat menjadi sebuah ringkasan berdasarkan hasil penafsiran sendiri kemudian bandingkanlah ringkasan yang telah kamu buat dengan buku aslinya jika ada bagian yang menyimpang perbaikilah bagian itu setelah itu jangan lupa sertakan identitas buku yang telah kamu buat sebelumnya lalu

buatlah judul yang menarik sehingga mampu menggambarkan hasil ringkasan yang kamu susun.

Setelah ringkasan buku telah selesai kita juga mendiskusikan ringkasan isi buku tersebut, yang harus diperhatikan adalah kesesuaian antara ringkasan dengan isi buku asli, runtutan jalan pikiran peringkas dalam memahami isi buku, kejelasan penggunaan bahasa dalam ringkasan, kelengkapan dan keutuhan isi buku diwujudkan dalam ringkasan.

IV. Cara Menghafal Pelajaran

1. Syarat-syarat menghafal yang baik

Langkah berikutnya dalam belajar ialah menghafal. Banyak siswa ternyata tidak dapat menghafal pelajaran dengan baik, upaya memakan waktu terlampau banyak, atau dilakukannya dengan jerih payah yang sangat besar, bahkan apa yang sudah dihafalnya dengan mudah terlupa lagi. Kenyataan ini terjadi karena mereka tidak memperhatikan beberapa hal tertentu.

Untuk dapat menghafal dengan baik. Menurut prof. j. l. mursell dalam bukunya” using your mind efectivily” ada tiga syarat yang harus dipenuhi , yaitu tujuan, pengertian, dan perhatian. Sebelum seorang siswa mulai menghafal, ia harus mempunyai tujuan tertentu yang jelas. Dalam usaha belajar tujuan jangka pendek yang ingin dicapai ialah mau dan lulus dalam ujian. Tujuan jangka panjang ialah memperbanyak pengetahuan agar kelak sukses dalam penghidupan. Dengan senantiasa menyadari sepenuhnya tujuan itu, seorang pelajara akan memiliki keinginan yang besar untuk mengigat-ingat apa yang sedang dipelajarinya. Namun sebelum aktivitas menghafal dilakukan, bahan pelajaran harus sudah dimengertinya betul-betul. Akhirnya selama menghafal, siswa harus mencurahkan perhatian sepenuhnya yaitu memperhatikan dengan seksama bahan pelajarannya. Seorang pelajar, kadanag mempergunakan banyak waktu, tenaga, dan pikiran untuk menghafal bahan pelajaran yang sedikit saja, hal ini umumnya disebabkan karena ia belum mengerti sungguh-sungguh.

Tentang waktu yang baik untuk menghafal, prof. weinland menyarankan agar melakukan waktu malam belum tidur dan diulangi keesokan harinya diwaktu pagi.

2. metode menghafal

Pada pokoknya metode menghafal dapat dibedakan menjadi atas 3 maca :

- a. menghafal dengan melalui pandangan mata saja bahan pelajaran itu dipandang atau dibaca dalam hati dengan penuh perhatian sambil otak bekerja untuk mengigit-ingat .
- b. menghafal dengan (terutama) melalui pendengaran kuping. Dalam hal ini bahan pelajaran itu dibaca dengan yang cukup keras untuk dimasukkan kedalam otak melalui kuping (pendengaran)
- c. menghafal dengan melalui gerak tangan, yaitu dengan jalan menuli-menulis diatas kertas dengan pensil /potlot, atau menggerak-gerakan ujung jari diatas meja sambil pikiran berusaha menanamkan bahan pelajaran itu.

Metode menghafal yang terbaik untuk menghafal suatu bahan pelajaran tergantung pada pelajaran itu. Kalau tiap-tiap cara digunakan pada tempatnya,Insya Allah seorang siswa dapat menghafal dengan hasil yang baik.Untuk bahan pelajaran yang memerlukan pengertian mendalam,hendaknya dihafal dengan melalui penglihatan. Bahan itu dipandang dengan seksama,kalimat yang satu dihubungkan dengan kalimat yang lain dalam kepala (otak) sambil pikiran terus bekerja untuk menghafal apa yang dilihat itu.

Untuk bahan pelajaran berupa bagan,grafik,peta,gambar demikian pula rumus-rumus yang wujudnya ruwet atau apapun yang dinyatakan dengan perkataan,lebih tepat dihafal dengan gerak tangan. Sebaiknya hal ini dilakukan dengan memakai potlot dan kertas,sehingga kalau ada kesalahan dapat diketahui.Dengan proses ini hafalan itu akan mudah masuk diotak karena getaran-getaran tangan akan membantu usaha tersebut.

Daftar Pustaka

Agoes Soejanto, Bimbingan Kearsah Belajar Yang Sukses. Arena Ilmu, Surabaya, 1979.

Ambon Enre Abdullah, Pengaruh Motivasi Berprestasi dan Kapasitas Kecerdasan Terhadap Prestasi Belajar dalam Kelompok Akademik pada SMA Negeri di Sulawesi Selatan Desetrasi Doktor, SPS-IKIP Bandung, 1979.

Arijo, Pedoman Belajar, Jakarta, Kolff, 1995.

Moh. Surya, Pengaruh Faktor-faktor Non Intelektual Terhadap Gejala Berprestasi Kurang. Desetrasi Doktor SPS IKIP Bandung, 1979.

Sikun Pribadi, Masalah Kesulitan Belajar. Universitas Islam Bandung, 1977.

Soemadi Soerjabrata, Psikologi Pendidikan. Rake Press, Yogyakarta, 1973

Soekarto Indrafachudi dan Kasmiran Waerjo, Psikologi Pendidikan, FIP – IKIP Malang, 1979.

Soli Abimanyu, Diagnostik Kesulitan Belajar, FIP – IKIP Ujung Pandang, 1977.

The Liang Gie, Cara belajar yang efisien. Gajahmada University Press, 1979.