

## **Pengaruh Kebiasaan Belajar Terhadap Prestasi Belajar SMA Muhammadiyah Al-Mujahidin Gunungkidul**

<sup>1</sup>Adi Arsoniadi, <sup>2</sup>Hadi Suyono, <sup>3</sup>Mujidin

<sup>123</sup>Prodi Magister Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Ahmad Dahlan

Email Korespondensi: [emailpenuliskorespondensi@gmail.com](mailto:emailpenuliskorespondensi@gmail.com)

### **Article Info**

#### **Article history:**

Artikel diterima: June 08 2021

Publikasi : July 07 2021

#### **Keywords:**

Pendidikan, Kebiasaan Belajar, Prestasi Belajar.

### **Abstrak**

Pendidikan yaitu suatu proses pembelajaran yang berjalan sepanjang hidup. Tiap pelajar pasti mau memperoleh prestasi belajar memuaskan. Namun, untuk mendapatkan prestasi tersebut tidaklah mudah, beberapa faktor yang bisa mempengaruhi prestasi belajar salah satunya yaitu kebiasaan belajar yang baik adalah kunci utama untuk mendapatkan prestasi akademik yang baik, lantaran dapat membuat situasi belajar yang mendukung. Semakin tinggi penguasaan materi pada suatu mata pelajaran sehingga prestasi belajar juga akan semakin tinggi. Penelitian ini dilakukan bertujuan untuk mengetahui apakah benar kebiasaan belajar mempengaruhi prestasi belajar. Penelitian ini memakai metode pendekatan kuantitatif, didapatkan hasil bahwa kebiasaan belajar menjadi salah satu faktor prestasi belajar pada siswa dan pengaruhnya cukup signifikan.

*This is an open access article under the [Lisensi Creative Commons Atribusi-BerbagiSerupa 4.0 Internasional](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)*



Corresponding Author:

**Adi Arsoniadi**

Prodi Magister Psikologi, Fakultas Psikologi,  
Universitas Ahmad Dahlan

Email: [penuliskorespondensi@gmail.com](mailto:penuliskorespondensi@gmail.com)

## **1. PENDAHULUAN**

Pendidikan merupakan usaha sadar dan Pendidikan yaitu suatu usaha yang dilakukan secara sadar serta terprogram agar mendapatkan situasi belajar serta proses belajar bagi siswa secara aktif dalam pengembangan kemampuan dalam diri untuk mempunyai kekuatan keagamaan, spiritual, kepribadian, pengendalian diri, akhlak mulia, kecerdasan, dan kemahiran yang dibutuhkan individu, masyarakat, bangsa serta negara (UU No. 20 Tahun 2003). Kegiatan mengajar apabila dilakukan secara efektif serta efisien maka akan tercapainya pendidikan sehingga pengembangan potensi individu mampu tercapai secara optimal.

Prestasi belajar siswa disekolah dapat dilihat dari prestasi akademis ataupun non akademis (Syah, 2012). Prestasi yang dicapai pada suatu bidang akademis bisa berbentuk nilai ulangan semester, ulangan akhir sekolah serta ulangan nasional. Prestasi belajar merupakan satu dari berbagai tolak ukur dalam menuju kesuksesan. Kesuksesan dalam proses pendidikan bisa dilihat dari tinggi rendahnya prestasi belajar siswa melalui nilai rapor ataupun nilai UN (Ujian Nasional).

Prestasi belajar siswa Indonesia secara global masih termasuk dalam kategori rendah. Rendahnya prestasi tersebut dapat dilihat dari hasil survei terbaru yang dirilis pada tahun 2019 oleh *Organisation For Economic Cooperation And Development* yang menggunakan tes *Program For International Student Assessment* memperlihatkan keahlian membaca peserta didik di Indonesia masih terbilang kecil, Indonesia hanya meraih nilai rerata 371, sedangkan nilai rerata negara-negara di OECD berada pada skor 487. Mata pelajaran sains serta matematika, Indonesia berada dibawah rerata. Rata-rata nilai PISA dari negara anggota OECD

bagi sains serta matematika yaitu 489. Sedangkan Indonesia hanya mendapat skor 379 untuk matematika dan 396 untuk sains.

Pada proses belajar, siswa akan banyak mengalami kendala yang akan mempengaruhi tinggi rendahnya pencapaian prestasi siswa, salah satunya berkaitan dengan kondisi psikologis dan kebiasaan belajar siswa (Syah, 2012). Setiap siswa dalam proses belajar mengalami kendala yang berlainan, sehingga berpengaruh pada pencapaian prestasi siswa. Rendahnya pencapaian prestasi belajar akan mengakibatkan beberapa konsekuensi, baik bagi siswa maupun institusi pendidikan. Bagi institusi pendidikan sangat berpengaruh kepada peringkat dan akreditasi sekolah, sedangkan bagi siswa akan sulit untuk menempuh jenjang pendidikan selanjutnya serta kurangnya mutu dari peserta didik.

Prestasi belajar peserta didik sangat ditentukan bermacam faktor. Salah satu faktor yang berpengaruh pada prestasi belajar peserta didik terdapat dua faktor meliputi internal yaitu intelegensi, motivasi, kebiasaan belajar, efikasi diri, minat kecerdasan emosional serta keadaan fisik, selanjutnya yang kedua yaitu eksternal meliputi lingkungan keluarga, guru, teman sebaya serta lingkungan sekolah.

Tiap peserta didik pasti memiliki kemauan dalam memperoleh prestasi belajar yang tinggi. Namun, untuk mendapatkan prestasi tersebut tidaklah mudah, faktor yang bisa berpengaruh salah satunya yaitu kebiasaan belajar adalah kunci utama untuk mendapatkan prestasi akademik yang bagus. Apabila kebiasaan belajar bagus maka prestasi akademik juga akan bagus. Jika kebiasaan belajar bagus dapat membuat situasi dalam belajar menjadi mendukung (Rana, S.A, 2011). Situasi belajar yang mendukung yaitu situasi yang pas untuk mencerna hal yang sedang dipahami saat belajar, sehingga peserta didik memiliki pemahaman dan penguasaan pada materi pelajaran maka prestasi belajar yang dicapai peserta didik akan makin tinggi.

Kebiasaan belajar pada peserta didik memiliki tujuan untuk mendapatkan kebiasaan baru serta sikap baru yang lebih akurat serta sejalan dengan kebutuhan setiap siswa. Tiap peserta didik mempunyai kebiasaan belajar yang berlainan sehingga disesuaikan pada setiap individu (Slameto, 2015). Dari pernyataan yang telah dijelaskan tersebut, peneliti melaksanakan studi literatur dalam menjawab pertanyaan apakah kebiasaan belajar dapat mempengaruhi prestasi belajar.

## **2. METODE PENELITIAN**

Metode yang digunakan pada penelitian ini menggunakan studi literatur, yaitu salah satu metode penelitian yang mengutamakan penelusuran pustaka, seperti buku-buku tentang konsep diri dan motivasi berprestasi secara akademik. Peneliti juga melakukan studi literatur terhadap jurnal-jurnal yang sudah ada untuk menjawab pertanyaan penelitian.

## **3. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kebiasaan belajar adalah permasalahan para peserta didik. Peserta didik mempunyai kebiasaan belajar yang berbeda yang disesuaikan dengan keinginan serta keadaan setiap perorangan. Beragam kebiasaan belajar contohnya seperti cara mereka dalam mempelajari materi suatu pelajaran, kebiasaan istirahat sejenak pada saat belajar, mendengarkan musik saat belajar, konsistensi dalam belajar, dan lainnya. Kebiasaan belajar tidak didapatkan dari bawaan sejak lahir maupun dari bakat. Setiap siswa, misalnya ada siswa dengan cara menghafal, ada siswa yang memusatkan perhatiannya pada pengertian atau pemecahan suatu masalah. Pengamatan dari perbedaan kebiasaan belajar tersebut, dapat dilihat peserta didik satu lebih ke arah belajar berkelompok dengan temannya, sedangkan peserta didik satunya tidak suka belajar berkelompok karena tidak dapat fokus. Hal tersebut karena berawal dari keadaan fisik maupun psikis yang tidak sama, ingatan, latar belakang ekonomi yang berbeda, pikiran, kemampuan memahami materi pelajaran, minat, serta lainnya (Eva, Lin Mas, 2018).

Melatih kebiasaan siswa untuk menjadi perilaku yang konsisten tidaklah mudah. Kebiasaan akan mampu ditingkatkan melewati dedikasi diikuti pelatihan dan repetisi yang dilaksanakan dengan teratur. Kebiasaan harus didukung oleh pengetahuan tentang perbuatan serta dapat memahami kelebihan dari perilaku tersebut. Prasetya (2006) menjelaskan bahwa sejumlah siswa mengarah ke rasa malas dalam belajar serta menggantungkan keberuntungan dalam sejumlah kesempatan, mereka sering menggunakan cara seperti mencontek atau hal lainnya agar memperoleh skor yang tinggi (Prasetyo, 2006). Slameto (2015) berpendapat bahwa kebiasaan belajar dapat dimulai dengan penyusunan jadwal serta implementasi, memahami dengan cara baca materi serta mencatat, merepetisi materi pelajaran, fokus serta menyelesaikan tugas. Dari cara tersebut menunjukkan bahwa kebiasaan belajar mempengaruhi proses belajar serta mengakibatkan naik turunnya prestasi belajar. Dari contoh kebiasaan belajar yang telah disebutkan tadi harus terus-menerus ditingkatkan karena dengan melakukan kebiasaan belajar yang baik maka dapat mempengaruhi prestasi belajar menjadi lebih baik.

Djaali (2014) menjelaskan bahwa terdapat tiga parameter untuk mencapai kesuksesan belajar melalui kebiasaan belajar adalah *delay avoidan*, *work method* serta cara belajar. Parameter *delay avoidan* berhubungan dengan bagaimana seorang siswa dalam menyelesaikan tugasnya pada per mata pelajaran dengan mempertimbangkan ketepatan waktu penggunaan, serta kedisiplinan belajar. Penelitian Andrei (2019) menunjukkan bahwa parameter *delay avoidan* diperoleh  $\text{sig} < 0,05$ , maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara *delay avoidan* terhadap prestasi belajar siswa. Dibuktikan dengan penetapan waktu serta durasi belajar, dan yang penting siswa harus disiplin dalam menentukan prestasinya. Apabila pemanfaatan waktu belajar peserta didik dilakukan dengan benar, maka akan diperoleh hasil prestasi belajar yang optimal (Ariwaseso, 2012).

parameter *work method* adalah susunan belajar melewati prosedur pembelajaran yang sudah direncanakan sesuai dengan keterampilan serta strategi belajar peserta didik untuk menyelesaikan tugas pelajaran. Penelitian Andrei (2019) menunjukkan bahwa pada parameter *work method* diperoleh  $\text{sig} < 0,05$ , maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara *work method* terhadap prestasi belajar siswa. Dibuktikan dengan rencana yang tersusun dan kecakapan belajar yang baik maka secara langsung akan menentukan prestasi belajar peserta didik secara optimal (Risa, 2015).

Parameter cara belajar adalah aktivitas yang dilakukan peserta didik melewati kegiatan pembelajaran di rumah atau sekolah. Apabila peserta didik bisa mengganti kebiasaan belajar menjadi lebih baik, maka akan berdampak baik juga terhadap perkembangan prestasi belajar. Penelitian Andrei (2019) menunjukkan bahwa pada parameter cara belajar diperoleh  $\text{sig} < 0,05$ , maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara cara belajar dengan prestasi belajar siswa. Dibuktikan dengan terdapatnya peserta didik yang fokus saat belajar, serta peserta didik belajar pada waktu tertentu seperti di rumah atau sekolah sehingga dapat menjadi acuan prestasi belajar siswa tersebut (Novita, 2007).

Penelitian Andrei (2019) menunjukkan bahwa berdasarkan analisis datanya menunjukkan bahwa  $\text{sig}$  yaitu 0,000. Artinya pengujian *delay avoidan*, *work method*, serta cara belajar berpengaruh signifikan terhadap prestasi belajar siswa. Didukung oleh penelitian yang dilakukan Risa (2015), yang hasil penelitiannya bahwa ada hubungan positif antara *delay avoidan*, *work method* dan cara belajar. Minat belajar siswa semakin tinggi maka kebiasaan yang diterapkan peserta didik dalam hal belajar juga akan baik, sehingga akan berdampak pula pada prestasi belajar siswa tersebut.<sup>9</sup>

Prestasi belajar yaitu penilaian hasil upaya yang dilaksanakan peserta didik pada kegiatan pembelajaran serta menggambarkan hasil yang telah tercapai oleh siswa dalam rentang waktu tertentu. Thahir (2014) bahwa parameter prestasi belajar peserta didik biasanya memakai hasil belajar terdiri atas ranah psikologis sebagai pengetahuan dan prosedur belajar. Diperoleh hasil dari prosedur belajar yang terdiri dari poin-poin nilai yang bisa diperhatikan apakah prestasi belajar peserta didik kecil atau besar. Untuk merubah kebiasaan peserta didik

tidaklah mudah karena disebabkan oleh perubahan hasil belajar yang berkarakter tak mampu disentuh. Hal yang bisa dirubah yaitu tingkah laku atau sikap yang diharapkan mampu mencerminkan hasil belajar siswa melalui perubahan yang terjadi (Thahir dan Hindriyanti, 2014).

Ada berbagai faktor yang dapat mempengaruhi prestasi belajar peserta didik, salah satu faktor tersebut yaitu kebiasaan belajar. Kebanyakan kebiasaan belajar peserta didik baik dirumah atau sekolah, bahwa adanya kecenderungan menjalankan kebiasaan belajar apabila siswa akan melaksanakan ujian. Kebiasaan belajar yang baik akan memiliki dampak yang baik pula pada prestasi belajar. Kebiasaan belajar adalah salah satu faktor pendorong untuk mencapai prestasi belajar yang tinggi. Apabila peserta didik mempunyai kebiasaan belajar yang tinggi maka prestasi belajar peserta didik akan tinggi juga karena sebagian faktor penunjang keberhasilan prestasi belajar sudah terwujud. Indarwati (2013) menjelaskan bahwa pada grub peserta didik yang mempunyai keinginan serta kebiasaan belajar yang baik maka prestasi belajar siswa juga akan baik (Indrawati, 2013).

Penelitian Arlina (2015) menunjukkan bahwa kebiasaan belajar berpengaruh secara signifikan terhadap prestasi belajar siswa jurusan akuntansi pada SMK ST. Bonaventura 21 Madiun, ditunjukkan dengan nilai signifikansi sebesar  $0,000 < 0,05$ . Dampak dari kebiasaan belajar yang tinggi maka pada prestasi belajar akan maksimal. Saat kegiatan belajar terdapat beberapa peserta didik dapat belajar dengan baik, terlebih terdapat beberapa peserta didik yang menyelesaikan pengerjaan rumah disekolah, hal tersebut itu membuktikan bahwa kebiasaan belajar setiap peserta didik bervariasi.

Suyono (2014) bahwa kebiasaan belajar bisa dibenahi dengan cara rasa nyaman serta rangsangan untuk peserta didik supaya selalu rajin belajar, sebaiknya tidak adanya tekanan serta ketegangan dalam belajar. Harusnya guru memberikan perasaan aman untuk peserta didik sehingga mereka memiliki kebebasan untuk menyampaikan pendapat mereka baik untuk teman atau guru. Peran orang tua yaitu memberikan motivasi atau dukungan untuk peserta didik supaya bisa mengembangkan ide untuk memecahkan suatu masalah serta memberikan *reward* untuk anak agar dapat lebih giat lagi untuk belajar. Untuk lingkungan sekolah selayaknya memberikan fasilitas yang layak untuk peserta didik. Diharapkan guru dapat membuat proses belajar mengajar menjadi mengasyikkan, serta mudah untuk dipahami oleh peserta didik. Diharapkan peserta didik bisa memperbaiki kebiasaan belajar menjadi lebih baik supaya bisa menaikkan prestasi belajar siswa (Suyono dan Hariyanto, 2014).

#### 4. KESIMPULAN

Kebiasaan belajar merupakan permasalahan setiap siswa. Setiap siswa mempunyai kebiasaan belajar yang berbeda yang disesuaikan dengan keinginan dan keadaan setiap individu. Kebiasaan belajar bukanlah suatu bakat atau bawaan lahir yang sudah dimiliki sejak masih kecil. Melatih kebiasaan siswa untuk menjadi perilaku yang menetap tidaklah mudah. Kebiasaan hanya mungkin dikembangkan melalui pengorbanan yang disertai pelatihan serta pengulangan yang dilakukan secara teratur. Kebiasaan belajar dapat dimulai dengan pembuatan jadwal dan pelaksanaannya, membaca dan membuat catatan, mengulangi bahan pelajaran, konsentrasi dan mengerjakan tugas. Terdapat tiga indikator dalam mencapai keberhasilan belajar melalui kebiasaan belajar yaitu *delay avoidan*, *work method* dan cara belajar. Apabila ketiga indikator tersebut diterapkan dengan baik dalam kegiatan belajar siswa, maka akan berdampak baik pula pada nilai prestasi belajarnya. Prestasi belajar siswa dipengaruhi oleh bermacam-macam faktor, salah satunya adalah kebiasaan belajar. Kebiasaan belajar merupakan faktor yang penting dalam proses belajar. Kebiasaan belajar yang baik akan berdampak pada prestasi belajar yang memuaskan. Kebiasaan belajar menjadi salah satu faktor pendorong dalam mencapai prestasi belajar yang maksimal. Apabila siswa memiliki kebiasaan belajar yang baik maka siswa tersebut akan memiliki prestasi belajar yang baik pula karena sebagian faktor penunjang keberhasilan prestasi belajar telah terpenuhi.

## 5. SARAN

Saran untuk peneliti selanjutnya diharapkan dapat menambah sudut pandang actor yang memengaruhi prestasi siswa.

## 6. DAFTAR PUSTAKA

- Albarado, Aan Pravo, dan Viarti Eminita. 2020. *Pengaruh Kebiasaan Belajar Terhadap Prestasi Belajar Siswa Di Mts Khazanah Kebajikan*. Jurnal Pendidikan Matematika Dan Matematika. Vol 6(2): 167-174
- Afrinaval, Govin, dan Syamwil. 2019. *Pengaruh Kebiasaan Belajar dan Lingkungan Belajar Terhadap Prestasi Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Praktikum Akuntansi Jasa, Dagang Dan Manufaktur Siswa Kelas XI Akuntansi Keuangan Lembaga di SMK Negeri 2 Pariaman Tahun Ajaran 2018/201*. Jurnal EcoGen. Vol 2(4): 624-633
- Alwisol. (2014). *Psikologi Perkembangan*. Edisi Revisi. Malang: UMM Press.
- Andrei, Shendy, Roro Aditya Novi W, dan Septyalina Dian Saputri. 2019. *Pengaruh Kebiasaan Belajar Terhadap Prestasi Belajar Siswa*. Jurnal Pendidikan Ekonomi. Vol 7(2): 117-121
- Ariwaseso, Galih. 2012. *Minat Dan Kebiasaan Belajar Terhadap Prestasi Belajar Mata Pelajaran Akuntansi Siswa Kelas XI IPS SMA Negeri 1 Pataianrowo Nganjuk*. GASTER, Vol. 8, No. 2 Agustus 2013 (765-771): 13-15
- Arlina, Sefy Nitya. 2015. *Pengaruh Kebiasaan Belajar Terhadap Prestasi Belajar Siswa Jurusan Akuntansi Pada SMK ST. Bona Ventural Madiun*. Forum Ilmiah Pendidikan Akuntansi. 1-8
- Aunurrahman. (2013). *Belajar dan Pembelajaran*. Bandung: Alfabeta
- Devika, A., A., & Luqman, H. (2019) *Pengaruh Efikasi Diri, Regulasi Diri Dan Kebiasaan Belajar Terhadap Hasil Belajar Akuntansi Biaya Mahasiswa Prodi Pendidikan Akuntansi Universitas Negeri Surabaya*. Jurnal Pendidikan Akuntansi, Volume 7(3)
- Djaali. 2014. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara
- Eva, Lin Mas. 2018. *Pengaruh Kebiasaan Belajar Dan Kemampuan Numerik Terhadap Prestasi Belajar Matematika*. Journal Of Mathematic Science And Education. Vol 1(1): 1-14
- Febti, Rusmiyati (2017) *Pengaruh Kemandirian Dan Kebiasaan Belajar Terhadap Prestasi Belajar Matematika Siswa Kelas X Sma Negeri 1 Rongkop*. Jurnal Pendidikan Matematik, Vol 5(1)
- Hamalik, O. 2015. *Proses Belajar Mengajar*. Jakarta: Bumi Aksara
- Indarwati, F. 2013. "Pengaruh kemampuan numerik dan cara belajar siswa terhadap prestasi belajar matematika" *Jurnal Formatif*. Vol 3(3)
- Karwati, Euis dan Donni Juni Priansa. (2014). *Manajemen Kelas Classroom Management*. Bandung: Alfabeta
- Khodijah, Nyayu 2014. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta. PT Raja Grafindo Persada
- Kpolovie, P. J. (2014). *Test, measurement and evaluation in education. Second Edition*. Owerri: Springfield Publishers Ltd
- Mustaqim, H. (2012). *Psikologi Pendidikan*. Semarang. Pustaka Pelajar
- Muhibbinsyah. (2012). *Psikologi Belajar*. Jakarta : Raja Grafindo Persada
- Muhibbinsyah. (2013). *Pembelajaran di Sekolah Dasar*. Jakarta: Raja Grafindo Persada
- Novita. 2007. *Pengaruh Minat Dan Cara Belajar Akuntansi Terhadap Prestasi Belajar Akuntansi Kelas X Program Keahlian (Sekretaris Dan Penjualan) Di SMKN 1 Surabaya*. Jurnal Formatif 1(3): 247-254 ISSN: 2088-351X. Hal : 14
- Ormrod, J. E. (2011). *Psikologi Pendidikan Membantu Siswa Tumbuh dan Berkembang*. Edisi Keenam. Jakarta: Erlangga
- Prasetya, George. 2006. *Smart Parenting*. Jakarta: Elex Media Komputindo
- Purwanto, M. N. (2014). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta

- Rana, S. A. (2011). Comparison of Study Habits and Academic Performance of Pakistani British and White British Students. *Pakistan Journal of Social and Clinical Psychology*, 9, 21-26
- Rifa'i, Ahmad dan Catharina Tri Anni. (2012). *Psikologi Pendidikan*. Semarang: UNNES Press
- Risa. Istiqomah .W. 2015. *Penerapan Metode E-Learning Dan Kebiasaan Belajar Terhadap Prestasi Belajar Mata Pelajaran Akuntansi di SMK Negeri 1 Surakarta*. GASTER Vol. XII No.2 Agustus 2015. Hal : 12
- Syah, Muhibbin. (2012). *Psikologi Belajar*. Jakarta : Raja Grafindo Persada
- Slameto. (2015). *Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka
- Sudjana, Nana. (2011). *Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar*. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Susanto, Ahmad. (2013). *Teori Belajar dan Pembelajaran di Sekolah Dasar*. Jakarta: Prenadamedia Group
- Sudjana, N. (2013). *Dasar-Dasar Proses Belajar Mengajar*. Bandung: Sinar Baru Algesindo
- Suyono Dan Hariyanto. (2014). *Belajar dan Pembelajaran "Teori Dan Konsep Dasar"*. (Cetakan Keempat). Bandung: PT Remaja Rosda Karya.
- Suryabrata, S. (2014). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Raja Grafindo Persada
- Thahir, A. dan B. Hindriyanti. 2014. *Pengaruh Bimbingan Belajar Terhadap Prestasi Belajar Siswa Pondok Pesantren Madrasah Aliyah Al-Utrujjyah Kota Karang*. *Jurnal Bimbingan dan Konseling (E-Journal)*. Vol 1(2): 55-66
- UU Republik Inodesia No. 20 Tahun 2003 mengenai Sistem Pendidikan Nasional