

Pembelajaran Kognitifistik sebagai Upaya Respon Terhadap Dampak IPTEK

Salsabila Ajizatul Janah¹, Rizki Idul Rohman², Dede Ilman Nurzaman³

¹STIT NU Al-Farabi Pangandaran, e-mail: salsabillaajizatulanah@stitnualfarabi.ac.id

²STIT NU Al-Farabi Pangandaran, e-mail: riskiidualrohman@stitnualfarabi.ac.id

³STIT NU Al-Farabi Pangandaran, e-mail: dedeilmannurzaman@stitnualfarabi.ac.id

Histori Naskah

Diserahkan:
29-06-2023

Direvisi:
07-08-2023

Diterima:
09-08-2023

Keywords : *Cognitive Learning, Response, Technology Impact*

ABSTRACT

The development of science and technology in the world of education can affect the mindset of students in both positive and negative terms by disrupting one's brain stimulus so that it can interfere with mental health. We also witness many teenagers who sometimes abuse technology just for momentary pleasure. However, all of that can be changed by applying several theories contained in educational psychology, one of which is by applying cognitive theory. This study uses the literature study method with sources in the form of books and journals. The results of this study state that in educational psychology learning there are several cognitive therapy alternatives that can be beneficial to the mindset of a student or individual so that they can be directed in making decisions and behaving in a healthy manner and able to control emotions.

ABSTRAK

Perkembangan IPTEK terhadap dunia Pendidikan dapat memengaruhi pola pikir pelajar baik dalam hal positif maupun hal negatif dengan terganggunya stimulus otak seseorang sehingga dapat mengganggu kesehatan mental. Kita juga menyaksikan banyaknya kalangan remaja yang terkadang menyalahgunakan teknologi hanya untuk kesenangan sesaat saja. Namun, semua itu dapat diubah dengan menerapkan beberapa teori yang terdapat pada psikologi pendidikan, salah satunya yaitu dengan menerapkan teori kognitif. Penelitian ini menggunakan metode studi literatur dengan sumber berupa buku-buku dan jurnal. Hasil kajian ini menyatakan bahwa pada pembelajaran psikologi Pendidikan terdapat beberapa alternatif terapi kognitif yang dapat bermanfaat terhadap pola pikir seorang pelajar maupun individu supaya dapat terarahkan dalam mengambil keputusan serta bertingkah laku dengan sehat dan dapat mengontrol emosional.

Kata Kunci : Pembelajaran Kognitifistik, Respon, Dampak Teknologi

Corresponding Author : Salsabila Ajizatul Janah, STIT NU Al-Farabi Pangandaran, Jl. Raya Cigugur KM. 3, Kompleks Pesantren Babakan Jamanis, Kel. Karang Benda, Kec. Parigi, Kab. Pangandaran, e-mail: salsabillaajizatulanah@stitnualfarabi.ac.id

PENDAHULUAN

Kemajuan dalam bidang pendidikan merupakan sesuatu yang ingin dicapai semua bangsa, termasuk Indonesia. Bangsa Indonesia sudah melewati berbagai dinamika dan sudah berpengalaman dalam sebuah arus globalisasi. Gerakan reformasi yang telah bergulir sejak lebih dari 20 tahun yang lalu sudah memengaruhi berbagai kehidupan masyarakat di Indonesia, dengan era globalisasi yang semakin berkembang ini dengan teknologi yang meningkat serta sudah merambah ke dunia pendidikan khususnya menjadi salah satu instrumen yang terdampak oleh arus reformasi tersebut. Dunia pendidikan Indonesia setelah reformasi bagaikan petani yang berganti tanaman, lahan garapannya tidak berubah, namun komoditas serta hasil yang diharapkan ingin lebih baik dan terus meningkat. Akan tetapi, dengan semangat yang dibangkitkan belum sampai pada masa yang tinggi.

Pendidikan telah berjalan semenjak manusia dilahirkan hingga meninggal. Ia secara sadar membimbing dan menuntun kondisi jiwa khususnya supaya dapat menumbuhkan akhlak serta norma yang baik semenjak awal pertumbuhan dan perkembangannya, hingga mencapai masa pubertas, supaya terbentuk kepribadian yang sinkron dengan tujuan pendidikan. Namun di sisi lain, dengan kemajuan IPTEK ternyata situasi ini dapat menyebabkan stimulus otak terganggu dengan berbagai situs-situs yang berbahaya bagi perkembangan pikiran. Hal ini menghendaki seorang individu memerlukan arahan agar stimulus-respon dapat berkembang dengan baik. Oleh sebab itu, seorang pelajar harus mengetahui serta mempelajari psikologi pendidikan dengan berbagai macam teori salah satunya teori kognitif. Teori pembelajaran kognitivistik berkaitan dengan proses belajar serta mental yang aktif untuk mencapai, mengingat, dan menggunakan pengetahuan dalam segi berpikir (Nurhadi, 2020).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini termasuk ke dalam penelitian kualitatif dengan datanya berupa konsep dan teori yang deskriptif (Rukminingsih, 2020). Penelitian ini menerapkan studi literatur yang mengkaji berbagai permasalahan para pelajar akibat dari perkembangan IPTEK dengan bermacam-macam sumber jurnal yang telah dibaca dan ditelaah. Penelitian ini ditempuh dengan cara mengumpulkan berbagai fakta-fakta yang relevan dan berkualitas. Sumber datanya adalah konsep-konsep yang berkaitan dengan psikologi pendidikan dan informasi seputar pengaruh dan dampak IPTEK bagi psikologi seseorang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Psikologi Pendidikan

Psikologi ialah suatu ilmu yang memahami tingkah laku dengan berbagai macam teori yang dikemukakan oleh para ahli. Wherington (1978), menerangkan bahwa psikologi pendidikan berfungsi sebagai studi sistematis tentang proses-proses dan faktor-faktor yang berhubungan dengan pendidikan manusia. Menurut para ahli lainnya, psikologi pendidikan adalah penerapan teori-teori psikologi untuk mempelajari perkembangan, belajar, motivasi, pengajaran dan permasalahan yang muncul dalam dunia Pendidikan (Elliot, 1999).

Adapun menurut KBBI, pendidikan berasal dari kata "didik". Jika kata ini diberi awalan "me" maka jadi "mendidik" yang artinya memelihara dan memberi latihan (ajaran, tuntunan, dan pimpinan) mengenai akhlak dan kecerdasan pikiran. Kemudian, pendidikan didefinisikan sebagai "proses pengubahan sikap dan tata laku seseorang atau kelompok orang dalam usaha mendewasakan manusia melalui upaya pengajaran dan pelatihan. serta proses, cara, dan perbuatan mendidik" (KBBI, 2023). Sedangkan lembaga pendidikan adalah suatu lembaga yang memberikan bimbingan baik secara eksternal maupun intelektual. Dengan demikian, psikologi Pendidikan ialah suatu bidang untuk mempelajari aspek-aspek psikologis pendidikan

serta meneliti dalam bidang yang berkaitan dengan interaksi manusia, serta karakter para pelajar dalam konteks pendidikan. Psikologi pendidikan berupaya menerangkan prinsip-prinsip pembelajaran yang sesuai dengan fakta-fakta dan tingkah laku di sekitar manusia (Nurliani, 2016).

B. Pengertian Ilmu Pengetahuan dan Teknologi (IPTEK)

IPTEK ialah salah satu sarana untuk menemukan informasi dan meningkatkan wawasan serta pengetahuan yang berhubungan dengan teknologi. Teknologi juga merupakan faktor penting bagi keberhasilan pembangunan suatu Negara (Mulyani & Haliza, 2021). Namun, secara singkatannya IPTEK ialah suatu terjemahan dari Bahasa Inggris yaitu “*sains dan teknologi*”. Menurut KBBI, “teknologi merupakan salah satu metode ilmiah yang bermanfaat untuk tercapainya suatu tujuan praktis, dan menjadi salah satu ilmu pengetahuan terapan”. Menurut Manuel Castells teknologi adalah kumpulan alat, aturan, serta prosedur penerapan dari suatu pengetahuan ilmiah. Sedangkan para ilmuwan lain mendefinisikan bahwasanya teknologi ialah salah satu pembelajaran sistematis atas seni terapan. IPTEK juga merupakan ilmu pengetahuan mengenai teknik yang membuat manusia berfungsi untuk mengetahui berbagai bidang industri (Poerbawadja Harahap) sehingga IPTEK dijadikan sebagai usaha yang dipergunakan manusia untuk menghasilkan suatu hal yang bernilai lebih.

Menurut para peneliti perkembangan teknologi juga dapat berpengaruh pada agama yang bersifat *ambivalen*, yang dapat berakibat terjadinya berbagai integrasi terhadap transformasi konflik (*negative*) dan dapat berdampak juga terhadap konteks (positif). Kuntowijoyo berpendapat bahwasanya ilmu sosial profetik adalah suatu ilmu yang berasumsi bukan sekedar menjelaskan serta mengubah fenomena sosial, namun juga membantu dalam mengarahkan terjadinya transformasi yang dilakukan.

C. Pengaruh Iptek terhadap Pelajar

Di era kehidupan yang sudah serba maju dan dominasi oleh perkembangan teknologi yang semakin meningkat dapat mempengaruhi para pelajar baik dalam konteks positif maupun negative, di antara pengaruh perkembangan IPTEK terhadap manusia dan para pelajar ialah :

- 1) IPTEK secara tidak langsung dapat menjadikan para pelajar yang berkualitas, cerdas, berbudaya serta berkarakter.
- 2) Mempermudah para pelajar dalam mendapatkan informasi serta pembelajaran
- 3) Meningkatkan kompetensi pelajar terhadap bidang-bidang yang dikuasainya serta menembangkan kreativitas
- 4) Membantu berbagai penyelesaian masalah yang ditimbulkan dari perkembangan IPTEK
- 5) IPTEK juga bisa menjauhkan serta mengikis hakikat kemanusiaan dan keislaman
- 6) Membuat pelajar semakin tertunduk terhadap ilmu pengetahuan yang tidak terkontrol
- 7) Mengganggu Kesehatan mental para pelajar serta mengganggu stimulus otak pelajar
- 8) Memudahkan terjadinya dampak psikologis pelajar

Dengan demikian, perkembangan IPTEK serta penggunaannya harus sesuai dengan kebutuhan serta pengawasan yang terjaga, sebab dari hasil penelitian bahwasanya penggunaan teknologi dan efektivitas pembelajaran dapat menyebabkan terganggunya Kesehatan mental seseorang dengan nilai ODDS RATIO yaitu 6,3661 (individu yang aktif dalam dunia teknologi) dan 0,0228 kali (individu yang menggunakan IPTEK secara efektif) sehingga dapat menyebabkan resiko gejala PTSD. Kemudian untuk mengatasi Kesehatan jiwa seorang pelajar dengan memahami dan mempelajari psikologi pendidikan karna dalam psikologi terdapat

beberapa teori yang dapat menjaga serta menyembuhkan mental seseorang salah satunya yaitu teori kognitif.

D. Teori Pembelajaran Kognitivistik dalam Psikologi Pendidikan

Teori kognitif ialah suatu teori yang berfokus pada pemikiran, keyakinan serta sikap dalam berperilaku dan mengontrol emosi. Kognitif awalnya berasal dari kata *cognition*, dengan sinonim *knowing* yaitu mengetahui. Menurut Al – Hasan (2012), kemampuan kognitif ialah suatu keahlian dalam berpikir secara kritis serta dapat menyelesaikan berbagai masalah. J. S Bruner mengemukakan seorang individu harus menganalisis masalah yang sedang terjadi serta mempelajarinya sehingga individu dapat menyelesaikan dan mencari solusi dalam permasalahan tersebut serta mengetahui konsep, teori dan prinsip apa yang harus dilakukan.

Williams dan Susanto mengemukakan bahwa kognitif yaitu bagaimana cara seseorang berperilaku, bertindak, serta bagaimana seseorang berinteraksi serta menerima stimulus dan respon dengan baik. Kognitif juga merupakan cara memperoleh, memanfaatkan, serta memahami ilmu pengetahuan (Neisser). Menurut Jean Piaget, teori kognitif adalah suatu teori yang mengembangkan kecerdasan serta kualitas anak-anak, dan pertumbuhan seseorang secara bertahap dari mulai lahir sampai remaja. Perkembangan kognitif juga bukan sekedar mengenai memahami pengetahuan akan tetapi harus disertai dengan cara pengembangan serta membangun mental (Jarvis, M., 2000).

Piaget dalam Ariesta (2021) membagi perkembangan kognitif menjadi 4 tahapan yaitu:

1. “Tahap Sensorimotor (usia 0–2 bulan). Selama tahapan ini seorang bayi dan balita berinteraksi serta memahami dunia dengan cara aktivitasnya, indra dan motorik. Pada masa ini juga seorang bayi maupun balita berkembang memahami benda secara permanen walaupun terkadang benda tersebut tidak ada namun mereka menganggap ada. Menurut Piaget dari laporan WebMD, seorang balita dapat menyadari serta memahami benda yang terdapat dihadapannya.
2. Tahap Praoperasional (usia 2–7 tahun). Tahapan ini anak-anak beraktivitas serta berasumsi dengan berbagai simbol dalam mewakili suatu objek serta gagasannya, serta meningkatkan dalam Bahasa, imajinasi tetapi dalam segi berpikir bayi dan balita masih egosentris dan masih berbenturan dengan konsep-konsep konservasi.
3. Tahap Operasional Konkret (usia 7 – 11 tahun). Pada periode ini, anak-anak mulai berpikir secara logis serta dapat mengimplementasikan mental serta objek konkret, dan berorganisir secara rasional. Piaget mengemukakan bahwasanya pada tahapan konkret ini adalah suatu inti anak-anak dalam menerapkan suatu logika pada suatu objek fisik.
4. Tahap Operasional Formal (usia 12 tahun ke atas). Tahapan ini anak-anak sudah mulai menginjak remaja yang mana mereka dapat mengembangkan pemikiran secara kritis, abstrak dan hipotetis” (Ariesta, 2017, 2021).

Pada metode pendekatan kognitif ialah suatu istilah dalam penyebutan serta perkembangan tingkah laku seseorang serta menjadikan aspek penting dalam suatu pembentukan mental. Terdapat juga faktor-faktor yang dapat mempengaruhi perkembangan kognitif (Piaget) di antaranya:

1. Faktor Kematangan. Pada faktor ini seorang anak berkembang dengan bertambahnya usia anak maka akan semakin meningkat pula sel saraf serta bertambahnya kemampuan
2. Faktor Lingkungan. Lingkungan ialah suatu faktor utama yang dapat berpengaruh dalam perkembangan sikap seseorang, sehingga dengan lingkungan anak akan menciptakan serta memahami bagaimana interaksi dan pengalaman mengenai dunia.

3. Faktor Sosial. Dengan bersosialisasi, anak bisa belajar untuk memahami secara kritis serta membangun dunia dengan lebih baik dan terarah.
4. Faktor Pengalaman. Pada faktor ini untuk penambahan wawasan serta pengetahuan mengenai sosial yang baik serta bisa membedakan lingkungan mana yang sesuai dengan mereka.

Dalam teori pembelajaran kognitivistik, terdapat beberapa prinsip-prinsip yang dapat diterapkan dalam segi pembelajaran yaitu dengan pembelajaran yang berfokus terhadap pengelolaan pelajar dalam memahami dan memperoleh serta pengaplikasian informasi yang telah disampaikan, pelajar juga dapat berpikir secara kompleks dengan membangun pengetahuan yang signifikan dengan seorang guru yang efektif serta dapat menerima respon dengan baik. Namun, dengan seiring berkembangnya zaman membuat banyak kemajuan yang dapat berpengaruh terhadap pengelolaan belajar salah satunya perkembangan teknologi, dengan demikian para pelajar mulai terganggu pemikirannya sehingga mengalami penurunan dalam pembelajaran. Sebuah penelitian mengemukakan bahwasanya perkembangan teknologi dapat mengakibatkan prestasi akademik seorang pelajar menurun (Lestari, 2022). Pengaplikasian teori kognitif pada pembelajaran sangat bermanfaat untuk Kesehatan mental seorang pelajar yang terganggu akibat perkembangan IPTEK.

Terdapat beberapa metode untuk penanggulangan kesehatan mental yang dijelaskan pada teori kognitif yaitu:

1. Terapi kognitif. Metode ini bermanfaat bagi individu agar dapat mengubah *mindset negative* menjadi positif, serta mengurangi dan mengatasi permasalahan yang menyebabkan depresi, stress, rasa cemas yang berlebihan serta gangguan makan.
2. Terapi perilaku kognitif. Metode ini mengumpulkan prinsip-prinsip yang terdapat pada terapi teori kognitif, terapi ini memberikan solusi serta mengakomodasi individu agar bertindak dengan secara terarah dan berpikir secara signifikan
3. Terapi rantai kognitif. Suatu terapi untuk mengidentifikasi pola pikir serta mengubah dan menanggulangi pemikiran agar tidak stres serta gangguan obsesif – kompulsif
4. Terapi kognitif berbasis *mindfulness*. Bertujuan menanggulangi serta mengembangkan kesadaran diri dan memperoleh pengalaman dengan reaksi yang tidak berlebihan. Terapi ini berasal dari tradisi agama Budha (NN, 2018).
5. Terapi kognitif berbasis Spiritual. Spiritual ialah suatu hubungan antara makhluk dengan sang penciptanya, dan terapi ini dilakukan untuk membantu serta memperkuat spiritualnya supaya lebih dekat dengan sang penciptanya (Setyowati & Hasanah, 2016).

E. Pembelajaran Kognitivistik sebagai Upaya Respon terhadap Dampak IPTEK

Seorang pelajar harus memiliki kesehatan mental yang optimal agar dapat berinteraksi serta menerima respon dengan baik, di antara prinsip kesehatan mental dari terapi kognitif meliputi pola pikir seseorang agar dapat terarahkan, tujuan dalam suatu perencanaan penyelesaian masalah, kolaborasi dalam perencanaan, fokus pada permasalahan, pendekatan sistematis untuk mengidentifikasi mindset, latihan serta evaluasi. Penanggulangan dalam mengatasi Kesehatan mental akibat dampak perkembangan IPTEK semisalkan kehilangan interaksi sosial, merusak mindset seorang individu akibat situs-situs yang tidak bermanfaat yang dapat menyebabkan timbulnya kecemasan, depresi serta rasa takut yang berlebihan, kemudian dapat menimbulkan obesitas akibat kurang aktif secara fisik dan dapat mengakibatkan gangguan tidur. Teknologi juga memberikan manfaat jika digunakan dengan efektif dan dapat mengurangi gangguan Kesehatan mental dengan menggunakan aplikasi

maupun *website* yang positif seperti platform atau aplikasi Kesehatan mental di mana pada aplikasi ini seorang individu untuk bermeditasi agar menenangkan pikirannya.

PENUTUP

IPTEK merupakan suatu ilmu pengetahuan untuk berinteraksi serta mendapatkan informasi yang relevan dan dapat berguna untuk menambah wawasan serta pelajaran. Namun, jika teknologi digunakan tidak sesuai dan berakibat negatif maka akan menyebabkan gangguan kesehatan seperti halnya gangguan tidur, depresi, stress serta mengganggu stimulus otak dengan rusaknya pemikiran yang tidak efektif dan kondusif . Pada pembelajaran psikologi Pendidikan terdapat beberapa alternatif terapi kognitif yang dapat bermanfaat terhadap pola pikir seorang pelajar maupun individu supaya dapat terarahkan dalam mengambil keputusan serta bertingkah laku dengan sehat dan dapat mengontrol emosional. Terapi tersebut antara lain terapi kognitif, terapi perilaku kognitif, terapi rantai kognitif, terapi kognitif berbasis *mindfulness*, dan terapi kognitif berbasis spiritual.

DAFTAR PUSTAKA

- Ariesta, F. W. (2017). Implementasi Teori Belajar Behaviorisme dalam Pandangan Edward Thorndike. *Pendidikan Guru Sekolah Dasar*. <https://pgsd.binus.ac.id/2021/07/07/implementasi-teori-belajar-behaviorisme-dalam-pandangan-edward-thorndike/>
- Ariesta, F. W. (2021, Juli 8). Implementasi Teori Belajar Kognitivisme dalam Pandangan Jean Piaget dan Jerome Bruner. *Pendidikan Guru Sekolah Dasar*. <https://pgsd.binus.ac.id/2021/07/08/implementasi-teori-belajar-kognitivisme-dalam-pandangan-jean-piaget-dan-jerome-bruner/>
- KBBI. (2023). *Arti kata didik—Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) Online*. <https://kbbi.web.id/didik>
- Lestari, S. T. (2022, Juli 9). *Rendahnya Motivasi Belajar Siswa Dipengaruhi oleh Kemajuan Teknologi*. kumparan. <https://kumparan.com/sofiana-tri-lestari/rendahnya-motivasi-belajar-siswa-dipengaruhi-oleh-kemajuan-teknologi-1yQgTF3Muq8>
- Mulyani, F., & Haliza, N. (2021). Analisis Perkembangan Ilmu Pengetahuan dan Teknologi (Iptek) Dalam Pendidikan. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling (JPDK)*, 3(1), Art. 1. <https://doi.org/10.31004/jpdk.v3i1.1432>
- NN. (2018, Desember 6). Terapi Kognitif berbasis Mindfulness. *The Monachopsis*. <https://the-monachopsis.com/terapi-kognitif-berbasis-mindfulness/>
- Nurhadi, N. (2020). Teori Kognitivisme serta Aplikasinya dalam Pembelajaran. *EDISI: Jurnal Edukasi Dan Sains*, 2(1), Art. 1.
- Nurliani, N. (2016). Studi Psikologi Pendidikan | Jurnal As-Salam. *Jurnal As-Salam*, 1(2), 39–51.
- Rukminingsih, R. (2020). *Metode Penelitian Pendidikan*. Erhaka Utama.
- Setyowati, N., & Hasanah, U. (2016). Pengaruh Intervensi Kognitif Spiritual Terhadap Penerimaan Diri Pada Klien Stroke Iskemik. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 5(1), Art. 1. <https://doi.org/10.32831/jik.v5i1.110>