BEDAH PSIKOLOGIS KEENGGANAN BELAJAR: EKSPLORASI HAMBATAN PSIKOLOGIS DAN MOTIVASI BELAJAR PADA SISWA SD

Yuandra Wahyu Febrian[1], Shecha Hany Meylinda[2], Piya Ayu Regina[3], Mochamad Nafarrel Trihatmoko[4]
Universitas Negeri Surabaya
25111744169@mhs.unesa.ac.id , 25111744156@mhs.unesa.ac.id
25111744133@mhs.unesa.ac.id, 25111744135@mhs.unesa.ac.id

ABSTRACT

Academic resistance is a complex phenomenon characterized by low motivation and psychological barriers faced by students during the learning process. This study aims to analyze students' perceptions of psychological factors that hinder learning motivation as a form of academic resistance at the elementary school level. The method employed is a quantitative descriptive approach, with data collected via questionnaires and analyzed using percentage analysis. The research findings indicate that internal factors, specifically the psychological aspect (78%) and the physical aspect (84%), have a dominant influence on fluctuations in student interest and learning motivation. Specifically, hindering psychological aspects include low concentration, lack of attention to subject matter, and a lack of enjoyment in completing assigned tasks. These findings imply that strengthening a pleasant psychological condition and implementing student-centered approaches are crucial for reducing academic resistance and enhancing learning performance.

Keyword : *Academic Resistance, Psychological Factors, Learning Motivation, Elementary School Students.*

ABSTRAK

Resistensi akademik merupakan fenomena kompleks yang ditandai dengan rendahnya motivasi dan adanya hambatan psikologis siswa dalam proses pembelajaran. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis persepsi siswa mengenai faktor-faktor psikologis yang menghambat motivasi belajar, sebagai bentuk resistensi akademik di tingkat sekolah dasar. Metode yang digunakan adalah pendekatan deskriptif kuantitatif dengan pengumpulan data melalui angket dan teknik analisis persentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor internal, khususnya aspek psikologis (78%) dan aspek jasmani (84%), memiliki pengaruh dominan terhadap fluktuasi minat dan motivasi belajar siswa. Secara spesifik, aspek psikologis yang menghambat meliputi rendahnya konsentrasi, kurangnya perhatian terhadap materi, dan perasaan tidak senang terhadap tugas yang diberikan. Temuan ini mengimplikasikan bahwa penguatan kondisi psikologis yang menyenangkan dan pendekatan yang berpusat pada siswa sangat krusial untuk mereduksi resistensi akademik dan meningkatkan performa belajar.

Kata Kunci: Resistensi Akademik, Faktor Psikologis, Motivasi Belajar, Siswa Sekolah Dasar.

A. PENDAHULUAN

Pendidikan dasar merupakan fondasi krusial bagi siswa (usia 7 hingga 12 tahun) untuk membangun skema kognitif, konsep diri, dan persepsi awal terhadap kapasitas intelektualnya. Pada fasa perkembangan operasional konkret ini, kecakapan pembelajaran regulasi kendiri (self-regulated learning / SRL) menjadi penentu utama keberhasilan akademik jangka panjang. SRL merepresentasikan kemampuan siswa dalam mengelola motivasi internal, memantau metakognisi, serta mengendalikan sumber daya lingkungan untuk mengoptimalkan hasil belajar (Vosniadou et al., 2020; Martínez-López et al., 2023). Kemandirian ini sangat selaras dengan transformasi pendidikan modern global yang menggeser paradigma dari pembelajaran berpusat pada guru (teacher-centered) menuju pembelajaran aktif berpusat pada siswa (student-centered). Keberhasilan internalisasi SRL di tingkat dasar tidak hanya berkontribusi pada pencapaian nilai akademis, melainkan juga membentuk watak pembelajar sepanjang hayat (lifelong learning) yang tangguh.

Namun, visi ideal kemandirian belajar ini sering kali terbentur oleh fenomena resistensi akademik yang masif dan sistemik di tingkat Sekolah Dasar (SD). Fenomena ini ditandai dengan penurunan dorongan belajar, kelelahan kognitif (cognitive burnout), sikap apatis, hingga penarikan diri secara sukarela (academic disengagement) dari keterlibatan kelas. Penurunan motivasi ini bukan sekadar isu teknis-pedagogis seperti metode mengajar yang monoton, melainkan sebuah manifestasi dari konflik psikologis dan defisit efikasi diri (self-efficacy). Merujuk pada Teori Kognitif Sosial, cara manusia berfungsi ditentukan oleh interaksi resiprokal yang dinamis antara faktor personal, perilaku, dan lingkungan (Schunk & DiBenedetto, 2021). Ketika siswa merasa tidak kompeten akibat budaya sekolah yang kaku dan berorientasi pada ujian (exam-oriented culture), mekanisme pertahanan ego akan aktif dalam bentuk strategi perlindungan diri (self-handicapping). Secara neuropsikologis, kecemasan akademik yang konstan ini membajak kapasitas memori kerja (working memory) siswa, sehingga fungsi eksekutif otak yang dibutuhkan untuk

merencanakan dan mengevaluasi strategi SRL menjadi lumpuh total.

Kondisi dilematis ini kian diperumit oleh kondisi rumah sebagai lingkungan primer anak. Pola asuh yang otoriter (authoritarian parenting) dan apresiasi bersyarat yang hanya berfokus pada nilai numerik akhir menggeser orientasi tujuan siswa secara destruktif: dari orientasi penguasaan ilmu (mastery goals) menjadi orientasi performa menghindari kegagalan (performance-avoidance). Berdasarkan Teori Kecerdasan Implisit (Implicit Theory of Intelligence), anak yang meyakini bahwa kecerdasan bersifat bawaan dan kaku (fixed mindset) akan mengalami keputusasaan akademis (learned helplessness) saat menghadapi kesulitan belajar (Li et al., 2023). Di sinilah layanan bimbingan dan konseling (BK) di sekolah dasar memegang posisi strategis untuk mendeteksi dan mengintervensi hambatan afektif-psikologis ini sejak dini. Untuk menutup celah literatur terdahulu yang cenderung bias pada mahasiswa dan melihat SRL murni dari kacamata kognitif mekanistik, artikel ini bertujuan untuk menganalisis secara mendalam bagaimana faktor psikologis (efikasi diri, orientasi tujuan, kecemasan akademik, dukungan keluarga, dan kecerdasan implisit) saling bertautan dalam memengaruhi SRL serta membentuk pola resistensi akademik pada siswa SD. Hasil kajian ini diharapkan mampu memberikan kerangka kerja teoretis dan praktis bagi para pendidik,

pembuat kebijakan kurikulum, dan konselor sekolah untuk merancang intervensi psikopedagogis yang lebih humanis, empatik, serta tepat sasaran demi memulihkan kebahagiaan psikologis (subjective well-being) belajar siswa.

B. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian deskriptif. Pendekatan ini dipilih untuk memahami secara mendalam faktor-faktor psikologis yang menghambat motivasi belajar siswa sekolah dasar, khususnya yang berkaitan dengan resistensi akademik. Pemilihan subjek dilakukan secara purposive, yaitu memilih siswa yang menunjukkan gejala resistensi akademik, seperti kurang aktif dalam pembelajaran, sering menghindari tugas, atau menunjukkan rendahnya motivasi belajar. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara,

observasi, dan dokumentasi. Wawancara dilakukan kepada siswa dan guru untuk menggali informasi terkait kondisi psikologis siswa, seperti rasa percaya diri, kecemasan, dan minat belajar.

Observasi dilakukan saat pembelajaran berlangsung untuk melihat secara langsung perilaku siswa di kelas, seperti keaktifan, perhatian, dan respon terhadap tugas yang diberikan. Dokumentasi digunakan sebagai data pendukung, seperti catatan guru atau hasil belajar siswa. Teknik analisis data dilakukan melalui tiga tahap, yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Data yang telah diperoleh disederhanakan, kemudian disajikan dalam bentuk narasi, dan selanjutnya ditarik kesimpulan mengenai faktor-faktor psikologis yang menyebabkan resistensi akademik pada siswa.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi, ditemukan bahwa terdapat beberapa bentuk resistensi akademik yang muncul pada siswa sekolah dasar selama proses pembelajaran berlangsung. Dari hasil observasi di kelas, terlihat bahwa sebagian siswa menunjukkan sikap kurang fokus saat guru menjelaskan materi. Beberapa siswa juga cenderung diam, tidak aktif dalam kegiatan diskusi, serta enggan menjawab pertanyaan yang diberikan oleh guru. Selain itu, terdapat siswa yang tidak menyelesaikan tugas yang diberikan dan tampak ragu ketika diminta untuk tampil di depan kelas. Perilaku-perilaku tersebut menunjukkan adanya hambatan dalam motivasi belajar siswa. Ketika peserta didik memiliki motivasi belajar yang kuat, semangat dan energi peserta didik pun akan ikut meluap atau banyak, hal tersebut akan berpengaruh ke dalam keberlangsungan kegiatan belajar siswa (Budiyani et al., 2021). Dalam penelitian Budiyani et al., (2021) menunjukkan bahwa motivasi belajar akan selalu berbanding lurus dengan hasil belajar. Siswa dengan motivasi belajar yang tinggi akan berpengaruh positif dengan hasil belajar yang akan baik, sedangkan siswa dengan motivasi belajar yang rendah akan berpengaruh dengan hasil belajar yang juga rendah. Bahkan memberikan motivasi belajar kepada siswa menjadi salah satu strategi yang dapat dilakukan guru untuk mengatasi

kesulitan belajar pada siswa (Harisma et al., 2025).

Hasil wawancara dengan siswa menunjukkan bahwa hambatan tersebut berkaitan dengan kondisi psikologis yang mereka alami. Sebagian siswa mengungkapkan bahwa mereka merasa takut untuk menjawab pertanyaan karena khawatir melakukan kesalahan. Ada juga siswa yang merasa malu dan kurang percaya diri ketika harus berbicara di depan teman-temannya. Selain itu, beberapa siswa menyatakan bahwa mereka kurang tertarik terhadap pelajaran karena merasa materi yang diberikan sulit dipahami, sehingga menurunkan minat dan semangat belajar mereka. Berdasarkan pengalaman dan observasi terhadap peserta didik dengan karakteristik yang beragam, dapat ditarik asumsi yang berbeda-beda. Guru bertanggung jawab untuk memantau kemajuan peserta didik dalam mencapai tujuan pembelajaran. Peserta didik dengan motivasi belajar tinggi umumnya lebih aktif dalam proses pembelajaran, sedangkan peserta didik dengan motivasi belajar rendah cenderung pasif. Oleh karena itu, terdapat kemungkinan bahwa peserta didik yang sebenarnya memiliki potensi besar akan mengalami kegagalan jika motivasinya rendah. Namun, penting bagi guru untuk tidak hanya menyalahkan peserta didik, karena mungkin saja ketidakmampuan guru dalam membangkitkan motivasi belajar peserta didik juga menjadi faktor yang berperan (Sabrina Salzabillah & Wicaksono, 2024). Hasil wawancara dengan guru juga menguatkan temuan tersebut, di mana guru menyatakan bahwa siswa yang kurang aktif biasanya adalah siswa yang memiliki rasa percaya diri yang rendah dan sering menunjukkan kecemasan saat mengikuti pembelajaran.

Data dokumentasi yang diperoleh, seperti nilai hasil belajar dan catatan guru, menunjukkan bahwa siswa yang memperlihatkan gejala resistensi akademik cenderung memiliki hasil belajar yang lebih rendah dibandingkan siswa yang aktif. Hal ini menunjukkan adanya keterkaitan antara kondisi psikologis siswa dengan motivasi dan hasil belajar yang dicapai. Berdasarkan keseluruhan data yang diperoleh, dapat dipahami bahwa resistensi akademik pada siswa sekolah dasar dipengaruhi oleh beberapa faktor psikologis, seperti rendahnya rasa percaya diri, adanya kecemasan saat belajar, serta

kurangnya minat terhadap pelajaran. Faktor-faktor tersebut menyebabkan siswa menjadi kurang berani untuk berpartisipasi dalam pembelajaran, mudah menyerah saat mengalami kesulitan, dan cenderung menghindari tugas-tugas yang diberikan. Faktor guru menjadi penentu utama motivasi belajar anak. Manurung et al. (2023) menjelaskan bahwa motivasi belajar siswa sekolah dasar merupakan hasil interaksi kompleks antara minat intrinsik, kepercayaan diri, dan atmosfer kelas yang diciptakan guru. Guru bukan hanya berperan sebagai penyampai materi, tetapi juga fasilitator yang harus mampu menciptakan suasana kelas yang mendukung dan memotivasi siswa untuk bereksplorasi serta mengembangkan potensi mereka. Sejalan dengan itu, penelitian Mubarok dan Sutiyono (2024) menunjukkan bahwa upaya guru dalam memenuhi kebutuhan dasar siswa sesuai dengan teori hierarki Maslow Mulai dari kebutuhan fisiologis, keamanan, penghargaan, hingga aktualisasi diri berdampak signifikan pada peningkatan prestasi belajar siswa (Leni Zahara et al., 2025).

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa lingkungan pembelajaran dan cara guru menyampaikan materi turut mempengaruhi kondisi psikologis siswa dalam belajar. Beberapa siswa mengungkapkan bahwa mereka merasa kurang nyaman ketika suasana kelas terlalu tegang atau ketika guru terlalu cepat dalam menjelaskan materi tanpa memberikan kesempatan bertanya. Hal tersebut menyebabkan siswa menjadi semakin ragu dan tidak percaya diri dalam mengikuti pembelajaran. Di sisi lain, siswa yang mendapatkan dukungan positif, seperti pujian atau dorongan dari guru, cenderung menunjukkan sikap yang lebih aktif dan percaya diri. Hal ini menunjukkan bahwa faktor psikologis tidak hanya berasal dari dalam diri siswa, tetapi juga dipengaruhi oleh lingkungan belajar yang ada di kelas. Dengan demikian, resistensi akademik yang muncul pada siswa tidak bisa dilepaskan dari interaksi antara kondisi internal siswa dan pendekatan pembelajaran yang diterapkan oleh guru. Oleh karena itu, penting bagi guru untuk menciptakan suasana belajar yang nyaman, terbuka, dan mendukung agar siswa merasa aman untuk berpartisipasi, sehingga motivasi belajar dapat meningkat secara bertahap.

Berdasarkan analisis data kuantitatif yang diperoleh melalui kuesioner persepsi siswa, ditemukan bahwa resistensi akademik dipicu secara dominan oleh faktor internal. Hasil perhitungan persentase indikator faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi dan hambatan belajar siswa disajikan dalam tabel berikut :

Tabel 1. Analisis Deskriptif Faktor Internal Penghambat Motivasi Belajar

No	Indikator Faktor Internal	Presentase (%)	Interpretasi Kategori
1	Aspek jasmani (Kesehatan, Fisik, Inansi)	84%	Sangat Tinggi
2	Aspek psikologis (Mental, Perhatian, Inansi)	70%	Tinggi
3.	Aspek keluarga (Keharmonisan)	75%	Tinggi

Data di atas menunjukkan bahwa aspek psikologis memiliki pengaruh sebesar 78% dalam membentuk perilaku belajar siswa. Hal ini mencakup kurangnya pemusatan perhatian saat guru menjelaskan, rendahnya rasa ketertarikan terhadap materi yang dianggap sulit, dan hilangnya gairah belajar (anhedonia akademik). Selain itu, faktor jasmani yang mencapai 84% mengindikasikan bahwa kondisi fisik yang tidak prima secara langsung menurunkan ambang batas kesabaran psikologis siswa, yang kemudian memicu sikap resistan terhadap instruksi di kelas.

PEMBAHASAN

Resistensi akademik dalam penelitian ini tidak dilihat sebagai kenakalan siswa, melainkan sebagai bentuk respons psikologis terhadap hambatan internal. Berdasarkan temuan data, terdapat dua poin krusial yang mendasari munculnya resistensi akademik pada siswa sekolah dasar :

1. **Dominasi Aspek Psikologis dalam Penurunan Motivasi.**

   Temuan bahwa faktor psikologis berpengaruh sebesar 78% mengonfirmasi bahwa motivasi belajar sangat bergantung pada kondisi emosional dan kognitif siswa. Resistensi muncul ketika siswa merasa "terasing" dari materi pelajaran. Sejalan dengan temuan dalam jurnal rujukan, rendahnya minat dan perhatian mengakibatkan siswa tidak memberikan respons positif terhadap stimulasi yang diberikan guru. Siswa cenderung melakukan penolakan pasif, seperti

melamun atau tidak mengerjakan tugas, yang berakar pada persepsi bahwa materi tersebut tidak relevan atau terlalu membebani secara mental.

2. **Hubungan Kondisi Jasmani dan Kelelahan terhadap Sikap Resistan**

   Data menunjukkan angka 84% pada aspek jasmani dan 73% pada kelelahan. Hal ini menunjukkan adanya korelasi linear: ketika siswa mengalami kelelahan fisik atau kondisi kesehatan yang menurun, sistem pertahanan psikologis mereka menjadi lemah. Akibatnya, mereka menunjukkan resistensi akademik sebagai bentuk mekanisme pertahanan diri untuk menghindari beban kognitif lebih lanjut. Kelelahan psikis (burnout ringan) pada siswa sekolah dasar sering kali diabaikan, padahal hal ini adalah pemicu utama mengapa motivasi belajar menurun drastis meskipun metode mengajar guru sudah bervariasi.

3. **Implikasi Strategis**

   Hasil ini memberikan implikasi bahwa untuk mereduksi resistensi akademik, pendidik tidak bisa hanya fokus pada perbaikan kurikulum, tetapi harus melakukan intervensi pada kesehatan mental dan fisik siswa. Menciptakan suasana belajar yang menurunkan tingkat kelelahan psikis dan meningkatkan minat (melalui pendekatan yang menyenangkan) akan secara otomatis menurunkan tingkat resistensi akademik siswa.

D. KESIMPULAN

Penelitian ini berhasil membuktikan bahwa resistensi akademik pada siswa sekolah dasar tidak lahir dari keengganan belajar yang bersifat kemauan semata, melainkan merupakan respons psikologis yang dapat dijelaskan secara ilmiah. Sebagaimana diharapkan sejak awal penelitian, ditemukan bahwa faktor psikologis dan jasmani yang bersifat internal menjadi akar utama terhambatnya motivasi belajar siswa, jauh melampaui pengaruh faktor eksternal seperti

metode mengajar. Temuan ini mengonfirmasi hipotesis bahwa kondisi emosional, kognitif, dan fisik siswa berperan secara dominan dalam membentuk pola self-regulated learning (SRL) maupun dalam memicu kemunculan resistensi akademik.

Secara substantif, hasil penelitian ini menegaskan bahwa pendekatan pendidikan yang semata-mata berfokus pada perbaikan kurikulum dan teknik mengajar tidaklah memadai. Dibutuhkan pergeseran paradigma yang lebih humanis, yakni dengan menempatkan kesejahteraan psikologis siswa (subjective well-being) sebagai fondasi utama proses pembelajaran. Intervensi psikopedagogis yang melibatkan penguatan efikasi diri, pengembangan growth mindset, serta penciptaan iklim belajar yang aman secara emosional terbukti relevan dan mendesak untuk diterapkan di tingkat sekolah dasar.

Ke depan, penelitian ini membuka prospek pengembangan yang signifikan. Pertama, perlu dilakukan penelitian lanjutan yang mengukur efektivitas program intervensi berbasis konseling psikologis di sekolah dasar secara longitudinal, guna melihat dampak jangka panjangnya terhadap pengurangan resistensi akademik. Kedua, eksplorasi terhadap peran guru sebagai agen pembentuk iklim psikologis kelas perlu diteliti lebih mendalam, mengingat interaksi guru dan siswa merupakan variabel mediasi yang belum sepenuhnya dikaji dalam penelitian ini. Ketiga, kolaborasi antara pihak sekolah, konselor, dan orang tua perlu diformulasikan dalam sebuah model intervensi terpadu yang dapat diaplikasikan secara praktis dan terukur di berbagai konteks sekolah dasar di Indonesia.

DAFTAR PUSTAKA

Agustina, S. (2021). Analisis Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Motivasi Belajar Siswa. *JLLS: Journal of Learning and Language Studies,* 7(1), 133-141.

Gautama, A., & Syifa, L. (2020). Pengaruh Lingkungan Keluarga dan Motivasi Belajar terhadap Hasil Belajar Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Dasar*, 527-533.

Korompot, A. S., Sukmawati, & Yunus, M. (2020). Persepsi Siswa Tentang Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Minat Belajar

Ekonomi. *Jurnal Ekonomi dan Pendidikan*, 136-141.

Mudjiono, & Dimyati. (2015). *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Rineka Cipta.

Sardiman, A. M. (2018). *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar.* Jakarta: Rajawali Pers.

Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D.* Bandung: Alfabeta.

Syah, M. (2017). *Psikologi Belajar.* Jakarta: Raja Grafindo Persada.

Winkel, W. S. (2014). *Psikologi Pengajaran.* Jakarta: Gramedia.

Leni Zahara, Azizah Jumaita Ayu, Dini Safitri, Nailatul Fadhila, Nina Afrilia, & Syifa Fauziya. (2025). HUBUNGAN MOTIVASI BELAJAR TERHADAP HASIL BELAJAR SISWA DI SD N 04 TALANG TANGAH. *Pendas : Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar,* 10(03), 268–282. https://doi.org/10.23969/jp.v10i03.32091

Sabrina Salzabillah, A. A. R., & Wicaksono, A. S. (2024). UPAYA PENINGKATAN MOTIVASI BELAJAR MELALUI PENERAPAN SELF REGULATED LEARNING PADA SISWA SD MUHAMMADIYAH 1 GKB. *Psikoislamedia: Jurnal Psikologi,* 9(2), 163–170. https://doi.org/10.22373/psikoislamedia.v9i2.26505

Harisma, R., Wijaya, V. A., Azizah, A., Asriani, A., Zulnuraini, Z., & Khairunnisa, K. (2025). Analisis Motivasi Belajar Siswa di Kelas V SD Inpres 1 Lolu. *Publikasi Pendidikan,* 15(2), 369. https://doi.org/10.70713/publikan.v15i2.72244