



Kesulitan Belajar dari Perspektif Psikologi

Heriah Fitriani¹, Salmaini Yeli²

Pascasarjana Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, Indonesia

Email Korespondensi: vitrivivo691@gmail.com, salmaini.yeli@uin-suska.ac.id

Article received: 01 November 2025, Review process: 11 November 2025

Article Accepted: 25 Desember 2025, Article published: 09 Januari 2026

ABSTRACT

Learning difficulties refer to conditions in which students experience obstacles in achieving optimal learning outcomes, caused by both internal and external factors. From a psychological perspective, learning difficulties are understood as an interaction between cognitive, emotional, motivational, and environmental aspects that influence an individual's ability to receive, process, and retain information. This article discusses various types of learning difficulties such as attention disorders, memory problems, low motivation, academic anxiety, and cognitive developmental issues. It also explores the causes, symptoms, and psychological approaches to addressing learning difficulties, including assessment, counseling, behavior modification, and supportive learning strategies. By understanding learning difficulties through the lens of psychology, educators are expected to design appropriate interventions so that the learning process becomes more effective and inclusive for all students.

Keywords: Learning difficulties educational psychology; cognition; motivation; development; learning intervention.

ABSTRACT

Kesulitan belajar merupakan kondisi ketika peserta didik mengalami hambatan dalam mencapai hasil belajar yang optimal, baik disebabkan oleh faktor internal maupun eksternal. Dari perspektif psikologi, kesulitan belajar dipahami sebagai interaksi antara aspek kognitif, emosional, motivasional, dan lingkungan yang memengaruhi kemampuan individu dalam menerima, mengolah, dan mengingat informasi. Artikel ini membahas berbagai bentuk kesulitan belajar seperti gangguan perhatian, gangguan memori, rendahnya motivasi, kecemasan akademik, serta masalah perkembangan kognitif. Selain itu dibahas pula faktor penyebab, gejala, serta pendekatan psikologis dalam penanganan kesulitan belajar, termasuk penerapan asesmen, konseling, modifikasi perilaku, dan strategi pembelajaran yang supportif. Dengan memahami kesulitan belajar melalui perspektif psikologi, pendidik diharapkan mampu merancang intervensi yang tepat sehingga proses belajar menjadi lebih efektif dan inklusif bagi semua peserta didik.

Kata kunci: Kesulitan belajar psikologi pendidikan; pengertian; motivasi; perkembangan; intervensi pembelajaran.

PENDAHULUAN

Kesulitan belajar merupakan salah satu isu krusial dalam dunia pendidikan modern, terutama ketika proses pembelajaran semakin menuntut peserta didik untuk mampu beradaptasi dengan perkembangan ilmu pengetahuan, teknologi, serta tuntutan kurikulum yang kompleks. Kesulitan belajar tidak hanya dipahami sebagai ketidakmampuan siswa dalam mengikuti pelajaran, tetapi lebih jauh merupakan kondisi multidimensional yang melibatkan berbagai faktor psikologis yang saling berinteraksi. Perspektif psikologi memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai bagaimana faktor kognitif, afektif, motivasional, dan lingkungan belajar dapat memengaruhi kemampuan peserta didik dalam menyerap, mengolah, dan mengingat informasi. Secara psikologis, kesulitan belajar dapat muncul akibat perbedaan kapasitas intelektual, gangguan perkembangan kognitif, masalah perhatian (attention deficit), gangguan memori, atau hambatan dalam proses persepsi dan pemrosesan informasi. Selain aspek kognitif, kondisi emosional seperti kecemasan akademik, rasa takut gagal, stres, rendahnya rasa percaya diri, atau pengalaman traumatis juga berperan signifikan dalam menghambat efektivitas belajar siswa. Aspek motivasi – baik intrinsik maupun ekstrinsik – juga menjadi salah satu komponen penting yang menentukan keberhasilan belajar. Peserta didik dengan motivasi rendah cenderung kurang memiliki dorongan untuk menyelesaikan tugas, sulit konsisten, dan mudah menyerah saat menghadapi kesulitan.

Selain faktor internal, faktor eksternal seperti kurangnya dukungan keluarga, lingkungan sekolah yang tidak kondusif, gaya mengajar guru yang tidak sesuai, serta keterbatasan fasilitas pembelajaran dapat memperparah kondisi kesulitan belajar. Karena itu, memahami kesulitan belajar tidak dapat dilakukan melalui satu pendekatan tunggal, melainkan membutuhkan analisis yang komprehensif. Perspektif psikologi memungkinkan pendidik, konselor sekolah, dan praktisi pendidikan untuk mengidentifikasi bentuk kesulitan belajar secara lebih akurat melalui asesmen, observasi perilaku, serta analisis kondisi lingkungan siswa. Pendekatan psikologis dalam menangani kesulitan belajar menekankan pentingnya intervensi yang sistematis dan terarah. Intervensi tersebut mencakup konseling individu, strategi modifikasi perilaku, penguatan motivasi, penyesuaian metode pembelajaran, hingga penciptaan iklim kelas yang suportif. Dengan pemahaman yang tepat, pendidik tidak hanya dapat mengenali gejala kesulitan belajar sejak dini, tetapi juga mampu merancang strategi pembelajaran yang berorientasi pada kebutuhan individual peserta didik.

Dengan demikian, kajian kesulitan belajar dari perspektif psikologi menjadi sangat relevan untuk meningkatkan kualitas proses belajar mengajar serta menjamin tercapainya tujuan pendidikan secara optimal. Artikel ini bertujuan untuk menganalisis secara mendalam konsep kesulitan belajar, faktor penyebabnya, gejala yang muncul, serta pendekatan psikologis yang dapat diterapkan dalam membantu peserta didik mengatasi hambatan belajar secara holistik.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif yang bertujuan untuk memberikan gambaran mendalam mengenai kesulitan belajar dari perspektif psikologi. Pendekatan ini dipilih karena memungkinkan peneliti memahami berbagai faktor internal dan eksternal yang memengaruhi kemampuan peserta didik dalam proses belajar, serta memberikan ruang analisis yang komprehensif terhadap fenomena yang terjadi di lapangan maupun dalam kajian teoretis. Jenis penelitian yang digunakan adalah studi kepustakaan (library research). Seluruh data dan informasi yang dianalisis diperoleh dari berbagai sumber literatur seperti buku psikologi pendidikan, jurnal ilmiah, artikel penelitian, serta karya akademik lainnya yang relevan dengan tema kesulitan belajar. Sumber-sumber tersebut dipilih berdasarkan kesesuaian topik, tingkat kredibilitas, serta kekuatan argumentatif yang terkandung di dalamnya. Pengumpulan data dilakukan melalui kegiatan dokumentasi dengan menelusuri literatur yang mengulas konsep learning difficulties, teori psikologi kognitif, psikologi perkembangan, serta faktor-faktor psikologis yang memengaruhi proses belajar peserta didik. Proses penyaringan literatur dilakukan dengan menggunakan kata kunci tertentu agar hanya sumber yang relevan dan berkualitas yang digunakan dalam analisis.

Analisis data menggunakan teknik analisis isi (content analysis), yaitu menelaah, memahami, serta menginterpretasi isi literatur secara sistematis. Proses analisis dilakukan dengan mengidentifikasi tema-tema utama yang berkaitan dengan aspek kognitif, emosional, motivasional, dan lingkungan dalam kesulitan belajar, kemudian mensintesis berbagai teori dan temuan penelitian untuk menghasilkan pemahaman yang utuh dan mendalam. Keabsahan data diperkuat melalui triangulasi sumber dengan membandingkan literatur yang berbeda untuk memastikan konsistensi temuan, serta melalui kritik sumber untuk menilai kualitas dan keandalan referensi yang digunakan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian mengenai kesulitan belajar dari perspektif psikologi menunjukkan bahwa hambatan belajar yang dialami peserta didik tidak hanya berkaitan dengan aspek akademik semata, tetapi merupakan fenomena multidimensional yang melibatkan faktor kognitif, emosional, sosial, dan lingkungan. Temuan ini menegaskan bahwa proses belajar tidak dapat dilepaskan dari kondisi psikologis peserta didik, dan bahwa setiap individu membawa latar belakang perkembangan serta pengalaman yang berbeda ketika mereka memasuki lingkungan belajar. Oleh sebab itu, pemahaman terhadap kesulitan belajar perlu dilakukan secara menyeluruh agar intervensi yang diberikan dapat benar-benar memfasilitasi kebutuhan peserta didik. Penelitian ini mengungkap bahwa aspek kognitif memegang peranan sentral dalam terjadinya kesulitan belajar. Peserta didik yang memiliki kemampuan atensi rendah cenderung mengalami kesulitan dalam memusatkan perhatian pada materi pelajaran, terutama pada pembelajaran yang menuntut fokus tinggi dan pemahaman bertahap. Gangguan perhatian ini sering kali membuat peserta didik mudah terdistraksi oleh stimulus lingkungan, sulit

menyelesaikan tugas tepat waktu, dan tidak mampu mengikuti instruksi dengan baik. Selain itu, gangguan memori, terutama memori kerja (working memory), juga ditemukan sebagai salah satu penyebab utama hambatan belajar. Peserta didik dengan kapasitas memori kerja rendah kesulitan memproses informasi kompleks, mengingat materi yang baru dipelajari, serta menyambungkan konsep baru dengan pengetahuan sebelumnya. Temuan ini memperlihatkan bahwa proses kognitif yang terganggu dapat berdampak langsung pada strategi belajar, pemahaman konsep, dan performa akademik secara keseluruhan.

Aspek psikologis lainnya yang menunjukkan pengaruh signifikan adalah motivasi belajar. Peserta didik yang memiliki motivasi intrinsik rendah memperlihatkan kecenderungan kurang berusaha, tidak menetapkan tujuan belajar yang jelas, dan hanya terlibat secara minimal dalam aktivitas pembelajaran. Rasa tidak percaya diri, pengalaman kegagalan sebelumnya, serta kurangnya dukungan lingkungan menjadi faktor utama turunnya motivasi belajar. Penelitian ini juga memperlihatkan bahwa kecemasan akademik memberikan dampak yang cukup besar terhadap performa belajar. Kecemasan sering muncul saat peserta didik menghadapi evaluasi, ujian, atau situasi belajar yang menuntut kemampuan tertentu. Kondisi ini menimbulkan reaksi fisiologis seperti jantung berdebar, sulit berkonsentrasi, dan pola pikir negatif, sehingga menghambat pemrosesan informasi secara optimal. Hal ini menunjukkan bahwa kondisi emosional peserta didik harus mendapat perhatian serius dalam perancangan kegiatan pembelajaran.

Selain faktor individual, penelitian ini menemukan bahwa lingkungan belajar memiliki kontribusi besar dalam memunculkan kesulitan belajar. Lingkungan yang kurang suportif, seperti suasana kelas yang tidak kondusif, hubungan yang kurang harmonis dengan teman sebaya, serta gaya mengajar guru yang kurang variatif sering kali menambah tekanan bagi peserta didik. Model pembelajaran yang terlalu berpusat pada guru dan minim interaksi terbukti mengurangi peluang peserta didik untuk mengekspresikan diri, bertanya, dan berdiskusi. Kondisi ini memperparah kesulitan belajar terutama bagi peserta didik yang membutuhkan pendekatan pembelajaran yang lebih personal atau kontekstual. Dengan demikian, lingkungan belajar harus dipahami sebagai salah satu elemen penting yang berpengaruh langsung terhadap kesiapan dan kenyamanan peserta didik dalam menerima materi pelajaran. Hasil penelitian juga menegaskan pentingnya pendekatan psikologis dalam menangani kesulitan belajar. Proses asesmen psikologis yang dilakukan, baik melalui observasi, wawancara, maupun tes psikologis, terbukti memberikan gambaran yang lebih jelas mengenai akar permasalahan yang dialami peserta didik. Asesmen ini tidak hanya berfungsi mengidentifikasi bentuk kesulitan belajar, tetapi juga memberikan informasi mendalam terkait kondisi mental, perkembangan kognitif, dan latar belakang sosial peserta didik. Dengan adanya data tersebut, intervensi dapat dirancang lebih tepat sasaran. Dalam beberapa kasus, konseling individual menjadi metode efektif untuk membantu peserta didik mengelola kecemasan, membangun motivasi, dan mengembangkan kesadaran diri yang lebih positif terhadap proses belajar.

Konseling juga berperan penting dalam meningkatkan kepercayaan diri yang selama ini terhambat oleh pengalaman kegagalan belajar atau tekanan lingkungan.

Modifikasi perilaku menjadi strategi selanjutnya yang menunjukkan hasil positif. Teknik seperti reinforcement, self-monitoring, dan pemberian reward terbukti mampu meningkatkan kedisiplinan peserta didik dalam belajar. Peserta didik menjadi lebih terarah, lebih sadar akan kebiasaan belajarnya, serta mampu membangun motivasi internal yang berkelanjutan. Pendekatan ini sangat membantu terutama bagi peserta didik yang mengalami hambatan dalam regulasi diri atau kurang memiliki kontrol terhadap perilakunya sendiri. Dengan memodifikasi perilaku melalui strategi psikologis yang tepat, peserta didik dapat mengembangkan kebiasaan belajar positif yang secara bertahap mengurangi kesulitan belajar. Di samping pendekatan individual, peran guru menjadi komponen yang sangat menentukan dalam keberhasilan intervensi. Guru yang memahami dinamika psikologis peserta didik cenderung lebih fleksibel dalam menerapkan strategi pembelajaran. Mereka mampu menyesuaikan metode mengajar dengan kebutuhan peserta didik, mengembangkan suasana kelas yang inklusif, serta memberikan dukungan emosional yang dibutuhkan. Guru juga berperan dalam menciptakan hubungan positif antara peserta didik dengan lingkungan belajar, sehingga tercipta rasa aman dan nyaman. Penelitian ini menegaskan bahwa guru bukan hanya penyampai materi, tetapi juga fasilitator, motivator, dan konselor dalam

membimbing peserta didik menghadapi kesulitan belajar. Strategi pembelajaran adaptif dan supportif menjadi salah satu rekomendasi penting dalam penelitian ini. Pembelajaran diferensiasi, penggunaan media visual, pendekatan multisensori, dan pemberian contoh konkret terbukti membantu peserta didik memahami materi lebih efektif. Pembelajaran kolaboratif memungkinkan peserta didik mengembangkan kemampuan sosial serta meningkatkan rasa saling mendukung antar teman sebaya. Seiring dengan perkembangan teknologi pendidikan, penggunaan aplikasi pembelajaran interaktif juga memberikan hasil signifikan. Aplikasi tersebut dapat menyesuaikan tingkat kesulitan materi dengan kemampuan peserta didik, memberikan feedback langsung, serta meningkatkan minat belajar melalui tampilan visual yang menarik.

Penelitian ini juga menemukan bahwa kerja sama antara sekolah dan keluarga sangat berpengaruh terhadap penanganan kesulitan belajar. Keterlibatan orang tua dalam memantau perkembangan belajar anak, memberikan dukungan emosional, serta menciptakan rutinitas belajar yang baik di rumah menjadi faktor yang mempercepat proses pemulihan kemampuan belajar. Ketika sekolah dan keluarga bekerja sama, intervensi yang diberikan menjadi lebih terarah, konsisten, dan komprehensif. Peserta didik merasa didukung dari berbagai sisi sehingga mampu mengatasi hambatan belajar dengan lebih baik. Secara keseluruhan, pembahasan menunjukkan bahwa kesulitan belajar bukanlah kondisi yang berdiri sendiri, melainkan hasil dari interaksi kompleks antara faktor internal dan eksternal. Oleh karena itu, penanganannya harus dilakukan secara integratif dengan melibatkan berbagai pihak. Pemahaman yang mendalam mengenai aspek

psikologis peserta didik akan membantu pendidik merancang strategi pembelajaran yang tepat dan humanis. Upaya ini diharapkan mampu menciptakan lingkungan belajar yang inklusif, adaptif, dan mendukung perkembangan peserta didik secara optimal

SIMPULAN

Kesulitan belajar dari perspektif psikologi merupakan fenomena kompleks yang tidak dapat dipahami hanya dari satu sisi, karena melibatkan interaksi antara faktor kognitif, emosional, motivasional, sosial, dan lingkungan. Kajian ini menunjukkan bahwa setiap peserta didik memiliki kondisi psikologis dan latar belakang perkembangan yang berbeda sehingga respons terhadap proses pembelajaran pun bervariasi. Gangguan perhatian, keterbatasan memori kerja, rendahnya motivasi, kecemasan akademik, dan hambatan perkembangan kognitif terbukti menjadi faktor dominan yang memengaruhi kemampuan peserta didik dalam menerima dan mengolah informasi. Kondisi ini menegaskan bahwa kesulitan belajar bukanlah semata-mata persoalan kemampuan intelektual, tetapi lebih kepada bagaimana peserta didik memproses pengalaman belajar secara menyeluruh. Penelitian ini menggarisbawahi bahwa penanganan kesulitan belajar harus dilakukan melalui pendekatan psikologis yang komprehensif dan berkelanjutan. Asesmen psikologis menjadi langkah awal yang penting untuk mengidentifikasi bentuk dan sumber permasalahan secara akurat. Setelah pemetaan masalah dilakukan, intervensi yang bersifat personal seperti konseling, modifikasi perilaku, penguatan motivasi, serta pembelajaran adaptif dapat diterapkan sesuai kebutuhan. Peranan guru sangat signifikan dalam proses ini, karena guru tidak hanya bertugas menyampaikan materi, tetapi juga menciptakan lingkungan belajar yang aman, inklusif, dan suportif. Ketika guru memiliki pemahaman yang dalam terhadap kondisi psikologis peserta didik, maka strategi pembelajaran dapat disesuaikan sehingga mampu mengurangi tekanan psikologis dan mendorong keterlibatan belajar yang lebih baik. Selain itu, hasil kajian menegaskan bahwa dukungan lingkungan, terutama keluarga dan sekolah, menjadi kunci keberhasilan dalam mengatasi kesulitan belajar. Kolaborasi yang baik antara guru dan orang tua memungkinkan peserta didik mendapatkan pendampingan yang konsisten, baik di sekolah maupun di rumah.

Pendekatan dua arah ini terbukti meningkatkan kepercayaan diri peserta didik, memperkuat motivasi belajar, serta memperbaiki kebiasaan belajar dalam jangka panjang. Pemanfaatan teknologi pembelajaran juga memberikan kontribusi positif terhadap peningkatan minat dan efektivitas belajar, terutama bagi peserta didik yang membutuhkan visualisasi atau pengalaman multisensory. Secara keseluruhan, penelitian ini menegaskan bahwa kesulitan belajar harus dipandang sebagai kondisi yang memerlukan penanganan holistik, bukan sebagai kekurangan individu yang bersifat tetap. Ketika faktor-faktor psikologis diperhatikan dan diintegrasikan ke dalam proses pembelajaran, maka peserta didik memiliki peluang lebih besar untuk berkembang secara optimal. Pemahaman yang tepat dari pendidik dan dukungan lingkungan yang kuat akan menciptakan proses belajar yang lebih

efektif, inklusif, dan manusiawi, sehingga peserta didik dapat mencapai potensi terbaik mereka dalam bidang akademik maupun perkembangan pribadi.

DAFTAR RUJUKAN

- Abdurrahman, M. (2012). *Anak Berkesulitan Belajar: Teori, Diagnosis, dan Remediasinya*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Alderson, J. C. (2005). *Diagnosing Foreign Language Proficiency: The Interface Between Learning and Assessment*. London: Continuum.
- American Psychological Association. (2020). *Publication Manual of the American Psychological Association* (7th ed.). Washington, DC: APA.
- Arends, R. (2015). *Learning to Teach* (10th ed.). New York: McGraw-Hill.
- Borich, G. (2016). *Effective Teaching Methods: Research-Based Practice* (9th ed.). New Jersey: Pearson.
- Dalyono. (2015). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Desmita. (2017). *Psikologi Perkembangan*. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Eggen, P., & Kauchak, D. (2016). *Educational Psychology: Windows on Classrooms* (10th ed.). New York: Pearson
- Gredler, M. E. (2012). *Learning and Instruction: Theory into Practice* (6th ed.). Boston: Pearson.
- Hallahan, D. P., Kauffman, J. M., & Pullen, P. C. (2015). *Exceptional Learners: An Introduction to Special Education* (12th ed.). Boston: Pearson.
- Hamachek, D. (2015). *Psychology in Teaching, Learning, and Growth*. Boston: Allyn & Bacon.
- Hurlock, E. B. (2011). *Child Development*. New York: McGraw-Hill.
- Kirk, S., Gallagher, J. J., & Coleman, M. R. (2015). *Educating Exceptional Children* (14th ed.). Boston: Cengage Learning.
- Kormos, J. (2017). *The Second Language Learning Processes of Students with Specific Learning Difficulties*. New York: Routledge.
- Lerner, J. (2015). *Learning Disabilities and Related Mild Disabilities* (13th ed.). Boston: Cengage Learning.
- Ormrod, J. E. (2020). *Human Learning* (8th ed.). New York: Pearson.
- Papalia, D. E., Feldman, R. D., & Martorell, G. (2017). *Experience Human Development* (13th ed.). New York: McGraw-Hill.
- Puspitasari, D. (2018). Pengaruh motivasi belajar terhadap prestasi akademik siswa sekolah menengah. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 15(1), 45–56.
- Purwanto, N. (2017). *Psikologi Pendidikan*. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Santrock, J. W. (2019). *Educational Psychology* (7th ed.). New York: McGraw-Hill.
- Schunk, D. H. (2012). *Learning Theories: An Educational Perspective* (6th ed.). Boston: Pearson Education.
- Slavin, R. E. (2019). *Educational Psychology: Theory and Practice* (13th ed.). Boston: Allyn & Bacon

Smith, D. D. (2015). *Introduction to Special Education: Making a Difference* (7th ed.). Boston: Pearson.