



## Metode Psikologi Pembelajaran Pendidikan Agama Islam

Silmi Afifah<sup>1\*</sup>, Ma'mun Hanif<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Universitas Islam Negeri K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan

\*e-mail correspondence: [silmi.afifah24164@mhs.uingusdur.ac.id](mailto:silmi.afifah24164@mhs.uingusdur.ac.id)

 OPEN ACCESS

### Keywords:

Psychology of Learning, Islamic Religious Education, Learning Methods, Learning Behavior, Reflective Approach.

### ABSTRACT

This study aims to analyze learning psychology methods applied in Islamic Religious Education (IRE) to enhance the effectiveness of the teaching and learning process. The research employs a descriptive qualitative approach using library research by reviewing books and scholarly articles related to educational psychology and Islamic education. The findings indicate that five main learning psychology methods are relevant in IRE learning, namely introspection, experimentation, questionnaires, case studies, and clinical methods. Each method plays a distinct role in understanding students' learning behavior, including self-awareness, motivation, attitudes, learning difficulties, and psychological conditions. The application of these methods enables teachers to gain a more holistic understanding of students and to design learning strategies that address cognitive, affective, and psychomotor aspects. This study contributes conceptually by providing an integrative mapping of learning psychology methods within the context of Islamic Religious Education, emphasizing the importance of psychological approaches in achieving the goals of Islamic education, namely developing faithful, knowledgeable, and morally upright individuals.

### Kata Kunci:

Psikologi Pendidikan, Pendidikan Agama Islam, Metode Pembelajaran, Perilaku Belajar, Pendekatan Reflektif.

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis metode psikologi pembelajaran yang diterapkan dalam Pendidikan Agama Islam (PAI) guna meningkatkan efektivitas proses belajar mengajar. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan jenis studi pustaka melalui penelaahan buku dan artikel ilmiah di bidang psikologi pendidikan dan pendidikan Islam. Hasil kajian menunjukkan bahwa terdapat lima metode utama dalam psikologi pembelajaran PAI, yaitu introspeksi, eksperimen, kuesioner, studi kasus, dan metode klinis. Setiap metode memiliki peran yang berbeda dalam memahami perilaku belajar peserta didik, meliputi kesadaran diri, motivasi, sikap, kesulitan belajar, dan kondisi psikologis siswa. Penerapan metode-metode tersebut memungkinkan guru memperoleh pemahaman yang lebih holistik terhadap peserta didik serta merancang strategi pembelajaran yang mencakup aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik. Penelitian ini memberikan kontribusi konseptual berupa pemetaan integratif metode psikologi pembelajaran dalam konteks Pendidikan Agama Islam, serta menegaskan pentingnya pendekatan psikologis dalam mendukung tercapainya tujuan pendidikan Islam, yaitu membentuk insan yang beriman, berilmu, dan berakhlak mulia.

## **PENDAHULUAN**

Pendidikan Agama Islam (PAI) memiliki peran strategis dalam membentuk keimanan, akhlak, dan kepribadian peserta didik secara utuh. Proses pembelajaran PAI tidak hanya berorientasi pada penguasaan materi ajar secara kognitif, tetapi juga menuntut keterlibatan aspek afektif dan psikomotorik agar nilai-nilai keislaman dapat terinternalisasi dalam perilaku sehari-hari siswa. Namun, dalam praktiknya, pembelajaran PAI sering kali masih berfokus pada penyampaian materi secara verbal dan evaluasi hasil belajar yang bersifat akademik semata, sehingga kurang memperhatikan kondisi psikologis peserta didik.

Berbagai permasalahan psikologis kerap muncul dalam pembelajaran PAI, seperti rendahnya motivasi belajar, kurangnya minat terhadap materi keagamaan, perbedaan latar belakang emosional siswa, hingga kesulitan guru dalam memahami karakter dan kebutuhan individual peserta didik. Kondisi ini menunjukkan bahwa keberhasilan pembelajaran PAI tidak hanya ditentukan oleh penguasaan materi dan metode mengajar, tetapi juga sangat dipengaruhi oleh pemahaman guru terhadap aspek psikologis siswa. Oleh karena itu, pendekatan psikologi pembelajaran menjadi sangat penting sebagai landasan dalam merancang dan melaksanakan proses pembelajaran yang efektif dan bermakna.

Psikologi pembelajaran menyediakan berbagai metode yang dapat digunakan untuk mengkaji perilaku belajar peserta didik secara sistematis dan ilmiah. Metode-metode tersebut memungkinkan guru dan peneliti untuk memahami proses internal yang dialami siswa selama pembelajaran, seperti motivasi, sikap, emosi, serta hambatan belajar. Dalam konteks pembelajaran PAI, beberapa metode psikologi yang sering digunakan antara lain metode introspeksi, eksperimen, kuesioner, studi kasus, dan metode klinis. Masing-masing metode memiliki karakteristik dan fungsi yang berbeda dalam menggali data psikologis peserta didik, baik secara individual maupun kelompok.

Meskipun berbagai metode psikologi pembelajaran telah banyak dibahas dalam kajian psikologi pendidikan secara umum, kajian yang secara khusus memetakan dan mengkontekstualisasikan metode-metode tersebut dalam pembelajaran Pendidikan Agama Islam masih relatif terbatas. Padahal, karakteristik pembelajaran PAI yang sarat dengan nilai, sikap, dan pembentukan karakter membutuhkan pendekatan psikologis yang lebih reflektif dan holistik. Oleh karena itu, diperlukan kajian yang mampu menjelaskan secara komprehensif berbagai metode psikologi pembelajaran yang relevan

diterapkan dalam PAI beserta implikasinya bagi praktik pembelajaran di kelas.

Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan dan menganalisis berbagai metode psikologi pembelajaran yang dapat diterapkan dalam Pendidikan Agama Islam guna meningkatkan efektivitas proses belajar mengajar. Artikel ini diharapkan dapat memberikan kontribusi konseptual bagi guru, mahasiswa, dan peneliti PAI dalam memahami serta mengaplikasikan pendekatan psikologi pembelajaran secara lebih tepat, sehingga tujuan pendidikan Islam, yaitu membentuk peserta didik yang beriman, berilmu, dan berakhlak mulia, dapat tercapai secara optimal.

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan jenis studi pustaka (*library research*). Rancangan penelitian dilakukan melalui tahapan identifikasi topik, pengumpulan literatur, analisis isi, dan penarikan kesimpulan. Sumber data diperoleh dari buku, artikel ilmiah, dan jurnal psikologi pendidikan serta pembelajaran Islam yang relevan dan diterbitkan dalam kurun waktu 2010–2025.

Subjek dan populasi penelitian dalam konteks studi pustaka ini berupa konsep, teori, dan hasil penelitian terkait metode psikologi pembelajaran. Lokasi penelitian bersifat non-lapangan, yakni dilakukan melalui penelusuran literatur daring dan pustaka akademik. Indikator penelitian meliputi: (1) Jenis metode psikologi pembelajaran yang digunakan dalam PAI; (2) Prinsip penerapan masing-masing metode; dan (3) Kontribusi metode terhadap peningkatan efektivitas pembelajaran agama. Data dianalisis menggunakan analisis isi (*content analysis*) dengan langkah reduksi, klasifikasi, dan interpretasi terhadap temuan-temuan literatur.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Pengertian Metode Psikologi Pembelajaran Pendidikan Agama Islam**

Dalam psikologi pembelajaran Pendidikan Agama Islam (PAI), penggunaan metode penelitian menjadi sangat penting untuk memahami proses belajar mengajar secara lebih ilmiah. Melalui metode penelitian, seorang guru atau peneliti dapat menggali data yang berkaitan dengan kondisi psikologis peserta didik, baik yang berhubungan dengan sikap, motivasi, minat, maupun hambatan yang mereka hadapi dalam belajar agama.

Secara umum, terdapat lima metode yang banyak digunakan dalam psikologi pembelajaran PAI, yaitu metode introspeksi, metode eksperimen, metode kuesioner, metode studi kasus, dan metode klinis. Masing-masing metode memiliki tujuan, pendekatan, serta karakteristik yang berbeda. Metode introspeksi berfokus pada

penghayatan pengalaman batin individu, metode eksperimen menekankan pada perlakuan dan kontrol terhadap variabel tertentu, metode kuesioner digunakan untuk mengumpulkan data melalui daftar pertanyaan, metode studi kasus mendalami satu kasus atau individu secara intensif, sedangkan metode klinis dipakai untuk memahami dan membantu peserta didik yang mengalami masalah psikologis dalam pembelajaran.

Penggunaan kelima metode tersebut dalam psikologi pembelajaran PAI memberikan kontribusi besar dalam memperkaya pemahaman guru maupun peneliti. Dengan metode introspeksi, dapat digali pengalaman keagamaan personal siswa; dengan eksperimen, efektivitas strategi pembelajaran dapat diuji; melalui kuesioner, data kuantitatif tentang sikap religius siswa bisa diperoleh; dengan studi kasus, masalah unik pada individu atau kelompok dapat dipahami secara mendalam; sedangkan melalui pendekatan klinis, permasalahan psikologis siswa dapat ditangani secara lebih tepat.

Dengan demikian, metode introspeksi, eksperimen, kuesioner, studi kasus, dan klinis menjadi bagian integral dari penelitian dalam psikologi pembelajaran PAI. Pemanfaatan kelima metode tersebut, baik secara terpisah maupun dalam kombinasi, dapat membantu meningkatkan kualitas proses belajar mengajar Pendidikan Agama Islam sehingga lebih sesuai dengan kebutuhan dan kondisi peserta didik.

### **Metode Introspeksi (Observasi Diri)**

Metode introspeksi (observasi diri) merupakan salah satu pendekatan klasik dalam psikologi yang menekankan pada kemampuan seseorang untuk mengamati, merasakan, dan merefleksikan kondisi mental yang dialami. Istilah introspeksi berasal dari bahasa latin, yaitu *intro* yang berarti “ke dalam” dan *spectare* yang berarti “melihat”. Secara etimologis, introspeksi dapat diartikan sebagai “melihat ke dalam diri sendiri”, yaitu suatu proses ketika individu secara sadar memperhatikan pikiran, perasaan, serta pengalaman batin yang muncul pada saat tertentu. Melalui proses ini, seseorang dapat lebih mengenal dirinya dan menyadari apa yang sedang atau pernah dialami dalam dirinya, baik berupa pikiran, keyakinan, perasaan, maupun dorongan batin.

Keunikan metode ini terletak pada sifatnya yang khas manusia. Hanya manusia yang memiliki kemampuan sadar untuk merefleksikan dirinya sendiri secara mendalam, berbeda dengan makhluk lain yang lebih banyak bertindak berdasarkan insting. Karena itu, introspeksi sering disebut sebagai “jendela” menuju pemahaman kondisi jiwa yang paling otentik. Dengan demikian, introspeksi tidak sekadar menjadi kegiatan mengenali diri, melainkan juga berfungsi sebagai cara untuk memahami bagaimana proses mental bekerja dalam merespons suatu peristiwa atau stimulus. (Jacob 2024)

Secara historis, metode introspeksi pertama kali dipopulerkan oleh tokoh psikologi seperti Wilhelm Wundt dan Edward Titchener, yang menggunakannya untuk meneliti struktur pikiran manusia. Mereka beranggapan bahwa dengan mengamati pengalaman

batin secara sistematis, kita bisa memahami bagaimana kesadaran terbentuk dan bagaimana proses mental bekerja. Dalam konteks pendidikan dan pembelajaran, introspeksi memiliki peranan penting. Melalui introspeksi, siswa maupun guru dapat mengenali bagaimana proses belajar berlangsung dalam dirinya—mulai dari emosi yang muncul, motivasi, hambatan, hingga respon terhadap pengalaman belajar. Dengan begitu, introspeksi membantu meningkatkan kesadaran diri, memperkuat kecerdasan emosional, dan menumbuhkan sikap reflektif yang sangat dibutuhkan dalam dunia pendidikan.

Sejak awal perkembangannya, introspeksi telah menjadi metode penting dalam kajian psikologi. Wilhelm Wundt, yang dikenal sebagai “bapak psikologi eksperimental,” memperkenalkan introspeksi sebagai bentuk observasi diri yang dilakukan secara sistematis di laboratorium. Wundt berpendapat bahwa pengalaman sadar dapat ditangkap secara langsung apabila individu diminta untuk memperhatikan dengan cermat isi pikirannya sendiri pada saat itu juga, tanpa melakukan penafsiran atau spekulasi. Introspeksi menurut Wundt bukanlah sekadar “merenung,” melainkan suatu prosedur ilmiah yang terkontrol, di mana peserta diminta untuk melaporkan sensasi, perasaan, dan pikiran mereka dalam kondisi eksperimen tertentu (Wundt, 1912/1874).

Murid Wundt, yakni Edward Bradford Titchener, kemudian mengembangkan metode introspeksi lebih lanjut dengan menekankan aspek yang lebih rinci dalam proses mental. Jika Wundt lebih berfokus pada pengalaman sesaat dan langsung, Titchener memperluas cakupan introspeksi dengan memasukkan memori, asosiasi, dan emosi sebagai bagian dari pengalaman mental yang perlu dipelajari. Dengan demikian, introspeksi dalam versi Titchener bukan hanya untuk menangkap momen kesadaran sesaat, tetapi juga untuk memahami pengalaman belajar yang lebih luas, termasuk bagaimana individu mengingat, mengasosiasikan, dan merasakan sesuatu dalam proses berpikir (Weger et al., 2019).

Kontribusi Wundt dan Titchener ini menegaskan bahwa introspeksi memiliki peranan historis yang besar dalam perkembangan psikologi sebagai ilmu. Meskipun kemudian metode ini mendapat banyak kritik karena sifatnya yang subjektif dan sulit diuji, warisan mereka tetap memberikan dasar penting bagi perkembangan metode penelitian lain dalam psikologi, termasuk studi tentang kesadaran, metakognisi, dan refleksi diri dalam pembelajaran.

Penerapan introspeksi dalam pembelajaran dapat dilakukan melalui berbagai cara. Salah satu yang paling sederhana adalah penggunaan jurnal belajar, di mana peserta didik menuliskan pengalaman belajar mereka setiap hari, termasuk perasaan, kesulitan, serta keberhasilan yang dirasakan (Nilson, 2012). Selain itu, guru juga dapat menyediakan checklist self-monitoring, sehingga siswa bisa menandai aktivitas belajar yang telah dilakukan dan menilai seberapa fokus atau efektif dirinya. Metode lain yang

dapat digunakan adalah refleksi tertulis setelah tes atau tugas, di mana siswa diminta menjelaskan strategi apa yang mereka gunakan dan bagaimana perasaan mereka selama proses tersebut.

Kelebihan metode introspeksi adalah kemampuannya dalam meningkatkan kesadaran diri (self-awareness) dan metakognisi siswa. Dengan mengenali pola pikir dan perasaan mereka, siswa dapat lebih memahami kekuatan dan kelemahannya, sehingga lebih mudah mengontrol perilaku belajarnya (Zimmerman, 2002). Selain itu, metode ini relatif mudah dilakukan karena tidak memerlukan alat atau instrumen yang rumit, cukup dengan panduan sederhana dari guru atau peneliti (Cherry, 2023).

Namun, introspeksi juga memiliki sejumlah keterbatasan. Pertama, hasilnya sering kali subjektif dan bias, karena bergantung pada kemampuan siswa dalam mengamati serta mengungkapkan pengalaman batinnya (Bollich et al., 2011). Kedua, tidak semua aspek proses belajar dapat disadari dan dilaporkan secara akurat, terutama proses kognitif yang berjalan otomatis. Ketiga, laporan introspeksi sering kali kurang konsisten, karena kondisi mental seseorang dapat berubah dengan cepat (Weger et al., 2019). Oleh sebab itu, dalam penelitian maupun praktik pembelajaran, introspeksi sebaiknya tidak digunakan sebagai satu-satunya metode, melainkan dilengkapi dengan instrumen objektif seperti tes hasil belajar, observasi guru, atau rekaman aktivitas belajar.

Secara keseluruhan, metode introspeksi atau observasi diri merupakan sarana penting untuk memahami dinamika psikologis dalam proses belajar. Dengan introspeksi, siswa tidak hanya menjadi objek pembelajaran, tetapi juga subjek aktif yang mampu menilai dan mengarahkan dirinya sendiri. Meskipun memiliki keterbatasan, ketika dipadukan dengan metode lain, introspeksi dapat memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai proses pembelajaran sekaligus membantu mengembangkan keterampilan regulasi diri yang sangat dibutuhkan dalam dunia pendidikan modern.

#### 1. Teknik Metode Introspeksi.

- a) Beberapa teknik introspeksi yang dapat digunakan antara lain:
- b) Mindfulness (kesadaran penuh): melatih diri untuk hadir secara penuh pada saat ini tanpa menghakimi.
- c) Self-questioning (bertanya pada diri sendiri): menelaah alasan, tujuan, dan perasaan di balik tindakan.
- d) Menulis jurnal: mencatat pengalaman, pikiran, dan perasaan secara rutin agar lebih mudah dianalisis.
- e) Self-acceptance (menerima diri): berdamai dengan kelebihan dan kekurangan diri tanpa menyalahkan.

- f) Evaluasi diri: meninjau ulang perilaku atau keputusan, lalu membuat rencana perubahan ke arah yang lebih baik.
2. Manfaat Metode Introspeksi.
- Manfaat introspeksi dalam pembelajaran psikologi di antaranya:
- a) Membantu individu mengenal dan menerima diri sendiri secara lebih utuh.
  - b) Membentuk sikap bijaksana dalam menghadapi masalah.
  - c) Melatih kemampuan mengendalikan emosi dan perilaku
  - d) Meningkatkan kualitas komunikasi dengan orang lain.
  - e) Menumbuhkan rasa tanggung jawab terhadap pilihan dan tindakan.

Jika dilakukan dengan jujur, terarah, dan sistematis, introspeksi dapat dianggap sebagai metode ilmiah dalam psikologi. Sebab, hasil dari introspeksi mampu menjadi sumber pengetahuan langsung mengenai kondisi mental seseorang yang tidak bisa diakses dari luar. Dengan kata lain, introspeksi bukan hanya sekadar merenung, melainkan sebuah keterampilan reflektif yang jika dilatih dengan baik dapat mendukung perkembangan pribadi sekaligus memperkaya pembelajaran psikologi itu sendiri.

### **Metode Experimen (Observasi Experimental)**

Metode eksperimen dalam psikologi merupakan salah satu metode utama yang digunakan untuk memahami perilaku dan proses mental manusia. Tujuan utama dari metode ini adalah menemukan hubungan sebab-akibat secara lebih pasti, sehingga peneliti dapat mengetahui pengaruh suatu variabel terhadap variabel lain. Eksperimen dilakukan dengan cara memanipulasi variabel tertentu, kemudian mengamati perubahan yang terjadi pada variabel lain. Dengan cara ini, penelitian eksperimen memberikan landasan yang kuat bagi pengembangan teori maupun penerapan praktis dalam bidang psikologi.

Dalam metode eksperimen, terdapat dua jenis variabel utama. Variabel independen atau variabel bebas adalah faktor yang dimanipulasi oleh peneliti karena diduga memiliki pengaruh terhadap hasil. Variabel dependen atau variabel terikat adalah perilaku atau respon yang diukur sebagai akibat dari perlakuan yang diberikan. Variabel bebas bisa dimanipulasi dalam beberapa cara, misalnya dengan bentuk ada-tidak ada (kelompok eksperimen diberi perlakuan, kelompok kontrol tidak diberi perlakuan), melalui variasi kuantitas (misalnya tingkat kebisingan yang berbeda), maupun melalui instruksi tertentu. Namun, tidak semua faktor dapat dimanipulasi. Beberapa hal seperti jenis kelamin, agama, status sosial, atau kepribadian termasuk dalam organismic variable, yaitu faktor yang hanya bisa diamati tetapi tidak bisa diubah dalam penelitian.

Jenis Experimen:

- a. Experimen Murni, yaitu experimen yang memenuhi seluruh kriteria ideal.

- b. **Experimen Kuasi**, yaitu eksperimen yang tidak sepenuhnya memenuhi kriteria, biasanya karena keterbatasan di lapangan seperti tidak dapat melakukan randomisasi.

Dari uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa penelitian eksperimen merupakan metode paling kuat untuk membangun hubungan kausal dalam psikologi. Melalui manipulasi variabel, pengendalian faktor luar, dan pengukuran yang objektif, penelitian ini mampu menghasilkan pengetahuan yang valid, terukur, dan dapat dipercaya. Eksperimen tidak hanya memberikan bukti empiris yang mendukung teori, tetapi juga membantu penerapan psikologi dalam kehidupan nyata agar lebih tepat sasaran. Oleh karena itu, meskipun memiliki tantangan, penelitian eksperimen tetap menjadi salah satu metode paling penting dan andal dalam psikologi.

### **Metode Koesioner (Angket)**

Metode penelitian merupakan bagian penting dalam psikologi pendidikan karena melalui metode inilah data dapat dikumpulkan secara sistematis untuk memahami berbagai fenomena belajar dan perilaku siswa. Salah satu metode yang paling banyak digunakan adalah kuesioner. Kuesioner merupakan instrumen penelitian berupa daftar pertanyaan tertulis yang disusun secara terstruktur untuk memperoleh informasi dari responden mengenai sikap, opini, persepsi, atau pengalaman tertentu (Gunawan,2025). Instrumen ini populer dalam penelitian sosial maupun pendidikan karena dianggap efisien, ekonomis, dan mampu menjangkau responden dalam jumlah besar. Dalam konteks psikologi pendidikan, kuesioner sangat bermanfaat untuk menggali faktor-faktor psikologis seperti motivasi, minat, kecemasan akademik, gaya belajar, hingga persepsi siswa terhadap lingkungan belajar.

Kuesioner menjadi metode populer karena:

- a. **Praktis**: dapat menjangkau banyak responden sekaligus.
- b. **Ekonomis**: relatif murah dibanding wawancara dan observasi.
- c. **Terstruktur**: memudahkan analisis data kuantitatif.

Kuesioner yang baik harus disusun dengan memperhatikan prinsip-prinsip tertentu agar dapat menghasilkan data yang valid dan reliabel. Menurut Pujihastuti (2010), kuesioner berkualitas memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

- a) **Bahasa jelas dan sederhana** – pertanyaan tidak ambigu atau membingungkan.
- b) **Relevansi** – setiap item pertanyaan harus sesuai dengan variabel penelitian.
- c) **Urutan logis** – pertanyaan disusun dari umum ke khusus untuk memudahkan responden menjawab.
- d) **Variasi bentuk pertanyaan**:
  - 1) **Pertanyaan tertutup**, misalnya pilihan ganda atau skala Likert, sehingga mudah dianalisis.



- 2) Pertanyaan terbuka, yang memberi kebebasan responden untuk menjawab dengan kata-katanya sendiri.
- 3) Pertanyaan semi-terstruktur, menggabungkan keduanya agar diperoleh data kuantitatif sekaligus kualitatif (Romdona et al., 2025).
- e) Netral – tidak menggiring jawaban responden.
- f) Proporsional – jumlah item pertanyaan tidak terlalu sedikit agar tidak dangkal, tetapi juga tidak terlalu banyak agar responden tidak bosan.

Dengan memperhatikan prinsip-prinsip ini, peneliti dapat meningkatkan kemungkinan bahwa responden memberikan jawaban yang jujur, jelas, dan relevan.

#### 1. Tahapan pengusunan Koesioner

Penyusunan kuesioner dalam penelitian psikologi pendidikan memerlukan tahapan sistematis agar hasil yang diperoleh dapat dipertanggungjawabkan. Menurut Pujihastuti (2010) dan Nurliani (2016), tahapan tersebut meliputi:

- a) Menentukan variabel dan indikator penelitian  
Contohnya, untuk variabel motivasi belajar, indikator dapat berupa semangat mengerjakan tugas, ketekunan belajar, serta minat membaca buku.
- b) Menyusun item pertanyaan  
Indikator dijabarkan menjadi pertanyaan spesifik. Contoh: “Saya belajar bukan hanya karena ujian, tetapi karena ingin tahu.”
- c) Uji coba (pilot test)  
Kuesioner dicoba pada sekelompok kecil responden untuk menguji kejelasan pertanyaan dan konsistensi jawaban.
- d) Penyebaran kuesioner  
Dapat dilakukan secara langsung (paper-based), melalui pos, maupun daring menggunakan platform survei seperti Google Form (Romdona et al., 2025).
- e) Pengumpulan dan pengolahan data  
Jawaban responden dikodekan, misalnya “sangat setuju = 4” hingga “tidak setuju = 1”, lalu diolah untuk dianalisis.
- f) Uji validitas dan reliabilitas  
Validitas memastikan pertanyaan mengukur variabel yang dimaksud, sedangkan reliabilitas memastikan konsistensi instrumen. Dalam penelitian pendidikan biasanya diuji menggunakan Cronbach’s Alpha.

#### 2. Kelebihan dan Kelemahan Koesioner

Setiap metode penelitian memiliki kekuatan dan kelemahannya.

Kelebihan kuesioner adalah:

- a) Hemat biaya, waktu, dan tenaga (Romdona et al., 2025).
- b) Mampu menjangkau responden dalam jumlah besar dan wilayah yang luas.
- c) Meminimalkan bias peneliti karena responden menjawab secara mandiri.

d) Memudahkan analisis data kuantitatif (Pujihastuti, 2010).

Kelemahan kuesioner adalah:

- a) Tingkat pengembalian (response rate) sering rendah, terutama bila disebar secara daring (Pujihastuti, 2010).
- b) Responden berpotensi menjawab asal-asalan atau tidak jujur.
- c) Informasi yang diperoleh tidak sedalam wawancara atau observasi (Romdona et al., 2025).

### 3. Penerapan dalam psikologi pendidikan

Kuesioner sudah banyak diaplikasikan dalam penelitian psikologi pendidikan.

Beberapa contoh penerapannya yaitu:

- a) Menilai motivasi belajar siswa dengan skala Likert.
- b) Mengukur kecemasan akademik yang dirasakan siswa saat menghadapi ujian.
- c) Mengidentifikasi gaya belajar (visual, auditori, kinestetik) untuk menyesuaikan metode pembelajaran.
- d) Menganalisis persepsi guru dan siswa terhadap efektivitas suatu model pembelajaran.

Dengan penerapan yang tepat, kuesioner dapat membantu peneliti memperoleh gambaran menyeluruh tentang kondisi psikologis peserta didik. Hasil penelitian tersebut pada akhirnya dapat dijadikan dasar dalam merancang strategi pembelajaran yang lebih efektif (Nurliani, 2016). Dari paparan di atas, dapat dipahami bahwa kuesioner merupakan instrumen penting dalam penelitian psikologi pendidikan. Meski memiliki keterbatasan, kuesioner tetap menjadi metode yang sangat relevan dan efektif, terutama untuk penelitian berskala besar yang membutuhkan data kuantitatif. Asalkan disusun dengan prinsip ilmiah yang baik, kuesioner mampu menghasilkan data yang valid, reliabel, dan bermanfaat dalam pengembangan teori maupun praktik pendidikan

### **Metode Studi Kasus**

Studi kasus merupakan salah satu metode penting dalam psikologi pendidikan yang digunakan untuk menelaah secara mendalam individu atau kelompok kecil dalam konteks belajar. Berbeda dengan penelitian kuantitatif yang berfokus pada angka dan generalisasi, studi kasus lebih menekankan pada pemahaman komprehensif mengenai dinamika yang dialami oleh peserta didik. Menurut Travers, studi kasus memungkinkan peneliti untuk menggali berbagai aspek perilaku, motivasi, dan lingkungan siswa sehingga dapat ditemukan akar masalah yang lebih mendalam. Dengan cara ini, guru dan peneliti bisa memperoleh gambaran nyata tentang bagaimana siswa menghadapi tantangan belajar sehari-hari, sehingga solusi yang ditawarkan lebih sesuai dengan kebutuhan individu. Metode ini menjadi sangat relevan karena tidak semua masalah

pendidikan dapat dipahami melalui angka atau statistik, melainkan melalui narasi, pengalaman, dan kondisi spesifik dari setiap peserta didik.

Dalam ranah pendidikan, studi kasus sering digunakan untuk memahami kesulitan belajar, hambatan perkembangan, hingga masalah motivasi. Winkel menyebutkan bahwa metode ini memberi peluang bagi guru atau konselor untuk melihat kondisi peserta didik dari berbagai sudut pandang, termasuk latar belakang keluarga, kondisi psikologis, serta situasi lingkungan sekolah (Winkel, 2004). Hal ini menunjukkan bahwa studi kasus tidak hanya berfungsi sebagai alat penelitian, tetapi juga sebagai sarana diagnosis pendidikan yang mendalam. Guru dapat memahami faktor yang membuat seorang siswa kurang berprestasi, misalnya karena lingkungan rumah yang tidak kondusif, tekanan sosial dari teman sebaya, atau bahkan faktor emosional pribadi. Dengan pemahaman yang lebih menyeluruh, guru bisa memberikan intervensi yang tepat, misalnya bimbingan khusus, penyesuaian metode belajar, atau dukungan motivasional yang lebih personal. Hal ini penting karena setiap siswa memiliki karakteristik dan permasalahan yang berbeda, sehingga pendekatan pembelajaran yang bersifat umum sering kali kurang efektif jika tidak dipadukan dengan pemahaman mendalam melalui studi kasus.

Perkembangan individu dipengaruhi oleh interaksi kompleks antara faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi aspek biologis dan psikologis, sedangkan faktor eksternal berkaitan dengan keluarga, teman sebaya, dan lingkungan sosial. Melalui studi kasus, seorang pendidik dapat memahami bagaimana faktor-faktor ini berinteraksi dan memengaruhi proses belajar siswa. Misalnya, siswa yang mengalami kecemasan berlebihan dapat ditelusuri latar belakangnya, apakah berasal dari pola asuh orang tua, pengalaman traumatis, atau tekanan akademik. Sardiman menekankan bahwa motivasi belajar merupakan salah satu aspek penting yang dapat diungkap melalui studi kasus. Dengan memahami motivasi, guru dapat merancang strategi pembelajaran yang sesuai dengan kebutuhan siswa, misalnya dengan memberikan penguatan positif atau menyesuaikan metode pengajaran (Sardiman, 2011). Dengan demikian, studi kasus tidak hanya menjadi alat pengungkapan masalah, tetapi juga dapat menjadi sarana pengembangan strategi pembelajaran yang lebih kreatif dan solutif. Contohnya, siswa yang kehilangan minat belajar karena gagal berulang kali bisa kembali termotivasi apabila guru memberikan penguatan dalam bentuk penghargaan atas usaha kecil yang dilakukan.

Dari sisi metodologis, studi kasus memiliki kelebihan dan keterbatasan. Keunggulannya terletak pada kemampuan memberikan gambaran mendetail dan holistik mengenai objek yang diteliti. Peneliti dapat melihat hubungan sebab-akibat dalam kehidupan nyata peserta didik yang sulit diperoleh melalui metode lain. Selain itu, studi kasus dapat memberikan gambaran nyata tentang bagaimana suatu masalah berkembang

dan bagaimana intervensi bisa dilakukan. Namun, kelemahannya adalah kecenderungan bersifat subjektif dan sulit digeneralisasikan ke populasi yang lebih luas (Arikunto, 2010). Hal ini karena kasus yang diteliti biasanya sangat spesifik dan dipengaruhi oleh konteks individu yang unik. Untuk mengatasi keterbatasan ini, studi kasus sering dikombinasikan dengan metode lain, seperti observasi, wawancara, atau tes psikologi, agar data yang diperoleh lebih valid dan dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah. Dengan kombinasi tersebut, penelitian menjadi lebih kaya dan hasilnya dapat dipakai sebagai dasar dalam pengambilan keputusan pendidikan.

Dengan demikian, studi kasus dalam psikologi pendidikan dapat dipandang sebagai jembatan antara teori dan praktik. Guru, konselor, maupun peneliti dapat menggunakan hasil studi kasus sebagai dasar dalam merancang intervensi, strategi pembelajaran, dan kebijakan sekolah yang lebih berpihak pada kebutuhan peserta didik. Melalui penerapan studi kasus, dunia pendidikan dapat bergerak menuju praktik yang lebih humanis, di mana setiap individu dihargai dan dipahami sesuai dengan karakteristiknya. Hal ini juga mendorong terciptanya suasana pembelajaran yang lebih inklusif, karena setiap siswa memiliki kesempatan untuk berkembang sesuai potensinya. Studi kasus menjadikan proses pendidikan tidak hanya sekadar memenuhi target kurikulum, tetapi juga menutamakan perkembangan pribadi siswa sebagai manusia seutuhnya.

### **Metode Klinis**

Psikologi klinis adalah cabang ilmu psikologi yang berfokus pada masalah-masalah psikologis yang dialami manusia, baik dalam bentuk gangguan maupun kesulitan penyesuaian diri. Tujuan utamanya adalah membantu individu memahami dirinya, mengatasi masalah yang dialami, serta meningkatkan kesejahteraan mental. Menurut Sutardjo A. Wiramihardja, psikologi klinis mencakup tiga kegiatan utama, yaitu melakukan penilaian (*assessment*), menetapkan diagnosis, dan memberikan intervensi atau penanganan (Wiramihardja, 2017). Dengan kata lain, psikologi klinis tidak hanya berfokus pada penyembuhan gangguan, tetapi juga pada upaya pencegahan dan peningkatan kesehatan mental. Hal ini menjadikan psikologi klinis relevan tidak hanya bagi mereka yang mengalami gangguan berat, tetapi juga bagi masyarakat umum yang ingin menjaga keseimbangan psikologisnya. Dengan cakupan yang luas ini, psikologi klinis mampu hadir sebagai solusi bagi berbagai persoalan kehidupan modern, termasuk stres, kecemasan, hingga kesulitan adaptasi sosial.

Secara umum, *assessment* dalam psikologi klinis dilakukan dengan wawancara, observasi, dan tes psikologi. Melalui langkah ini, psikolog dapat memahami lebih dalam tentang kondisi emosional, perilaku, dan pola pikir individu. Proses ini tidak hanya sekadar mengumpulkan data, tetapi juga membangun kepercayaan antara klien dengan psikolog agar informasi yang diperoleh lebih akurat. Setelah itu, diagnosis diberikan

untuk menentukan jenis masalah atau gangguan yang dialami. Tahap berikutnya adalah intervensi, yaitu langkah konkret untuk membantu klien, misalnya melalui konseling, psikoterapi, atau psikoedukasi. Ketiga tahap ini menjadi inti dari praktik psikologi klinis, yang selalu dilakukan dengan memperhatikan kode etik profesi psikologi (Wiramihardja, 2017). Dengan proses yang sistematis ini, diharapkan masalah psikologis dapat ditangani secara efektif dan klien mampu mengembangkan potensi dirinya kembali. Proses intervensi ini juga bersifat dinamis, karena dapat disesuaikan dengan kebutuhan klien yang mungkin berubah seiring waktu.

Elly Yuliandari menjelaskan bahwa psikologi klinis tidak hanya mengkaji kondisi “sakit”, tetapi juga kondisi “sehat” dari sisi psikologis. Artinya, seseorang dianggap sehat bukan sekadar karena tidak memiliki gangguan, tetapi juga mampu beradaptasi dengan lingkungan, mengelola emosinya, serta memiliki hubungan sosial yang baik (Yuliandari, 2018). Dengan demikian, psikologi klinis menaruh perhatian pada bagaimana individu bisa mencapai keseimbangan hidup, meskipun menghadapi berbagai tantangan, termasuk tekanan akademik, pekerjaan, maupun pengaruh media sosial yang sangat kuat di era digital. Pandangan ini memperluas cakupan psikologi klinis, dari sekadar penanganan masalah ke arah pemberdayaan dan peningkatan kualitas hidup. Hal ini penting karena manusia modern sering dihadapkan pada beban psikologis yang kompleks, seperti tuntutan produktivitas tinggi, persaingan kerja, hingga kesenjangan sosial, yang jika tidak dikelola dapat memengaruhi kesehatan mental secara serius.

Dalam perkembangannya, psikologi klinis juga tidak hanya berfokus pada individu yang sudah mengalami gangguan, tetapi juga pada upaya pencegahan. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Kazdin (2017) yang menekankan pentingnya pendekatan integratif. Artinya, psikologi klinis perlu menggabungkan aspek kognitif, perilaku, sosial, bahkan budaya dalam memahami manusia. Pendekatan ini lebih efektif karena melihat manusia sebagai makhluk yang utuh. Misalnya, penanganan stres akademik pada siswa tidak hanya dilakukan dengan konseling individu, tetapi juga melalui kerja sama dengan guru, orang tua, dan lingkungan sekolah untuk menciptakan suasana belajar yang lebih mendukung. Dengan begitu, psikologi klinis tidak hanya hadir di ruang terapi, tetapi juga dalam program sekolah, komunitas, dan layanan kesehatan masyarakat. Melalui pendekatan ini, psikologi klinis dapat menjangkau lebih banyak lapisan masyarakat dengan cara yang lebih adaptif, serta berkontribusi pada peningkatan kualitas hidup secara kolektif.

Dari uraian di atas, dapat dipahami bahwa psikologi klinis memiliki peran yang sangat penting dalam dunia pendidikan maupun kehidupan sehari-hari. Guru, konselor, ataupun orang tua bisa belajar dari prinsip-prinsip psikologi klinis untuk lebih peka terhadap masalah yang dialami anak atau siswa. Dengan cara ini, gangguan dapat

dicegah sejak dini, dan anak dapat tumbuh dengan mental yang lebih sehat. Tidak hanya itu, penerapan psikologi klinis juga membantu membangun lingkungan yang lebih suportif, di mana kesehatan mental dipandang sebagai bagian penting dari keberhasilan pendidikan dan kehidupan sosial. Lingkungan sekolah, keluarga, maupun masyarakat akan lebih kondusif apabila prinsip-prinsip psikologi klinis diterapkan, karena dapat menumbuhkan sikap saling memahami, menghargai, dan mendukung. Pada akhirnya, keberadaan psikologi klinis bukan hanya untuk mengatasi masalah, tetapi juga untuk menciptakan kesejahteraan psikologis yang menyeluruh.

Secara keseluruhan, pembahasan mengenai metode introspeksi, eksperimen, kuesioner, studi kasus, dan metode klinis menunjukkan bahwa pendekatan psikologi pembelajaran memiliki peran strategis dalam meningkatkan kualitas pembelajaran Pendidikan Agama Islam. Kelima metode tersebut tidak berdiri sendiri, melainkan saling melengkapi dalam membantu guru memahami peserta didik secara lebih utuh, baik dari aspek kognitif, afektif, maupun psikomotorik. Dalam konteks pembelajaran PAI, pemahaman terhadap kondisi psikologis siswa menjadi landasan penting dalam merancang strategi pembelajaran yang tidak hanya berorientasi pada pencapaian akademik, tetapi juga pada pembentukan sikap religius dan akhlak mulia. Dengan demikian, penerapan metode psikologi pembelajaran secara tepat dapat mendukung terciptanya proses pembelajaran PAI yang lebih efektif, humanis, dan relevan dengan kebutuhan serta karakteristik peserta didik.

## **PENUTUP**

Metode psikologi pembelajaran memiliki peran yang sangat penting dalam mendukung keberhasilan proses pembelajaran Pendidikan Agama Islam (PAI). Hasil kajian ini menunjukkan bahwa metode introspeksi, eksperimen, kuesioner, studi kasus, dan metode klinis dapat digunakan sebagai pendekatan yang saling melengkapi untuk memahami perilaku belajar peserta didik secara lebih komprehensif. Kelima metode tersebut memungkinkan guru PAI untuk tidak hanya menilai capaian kognitif siswa, tetapi juga memahami aspek afektif, motivasi, kondisi emosional, serta hambatan psikologis yang memengaruhi proses belajar.

Penelitian ini memberikan kontribusi konseptual berupa pemetaan integratif metode psikologi pembelajaran dalam konteks Pendidikan Agama Islam. Pemetaan ini menegaskan bahwa pembelajaran PAI membutuhkan pendekatan psikologis yang holistik agar nilai-nilai keislaman tidak hanya dipahami secara teoritis, tetapi juga terinternalisasi dalam sikap dan perilaku peserta didik. Dengan penerapan metode psikologi pembelajaran yang tepat, guru dapat merancang strategi pembelajaran yang lebih adaptif, humanis, dan sesuai dengan karakteristik individu siswa.

Implikasi praktis dari kajian ini adalah pentingnya bagi guru PAI untuk

mengombinasikan berbagai metode psikologi pembelajaran dalam praktik pembelajaran sehari-hari. Guru diharapkan mampu memanfaatkan introspeksi untuk menumbuhkan kesadaran diri siswa, menggunakan kuesioner dan eksperimen untuk mengevaluasi efektivitas pembelajaran, serta menerapkan studi kasus dan pendekatan klinis untuk menangani permasalahan belajar dan psikologis siswa secara lebih tepat. Dengan demikian, proses pembelajaran PAI dapat berlangsung secara lebih bermakna dan berorientasi pada pengembangan kepribadian peserta didik secara utuh.

Sebagai rekomendasi, penelitian selanjutnya dapat mengembangkan kajian ini melalui penelitian lapangan atau penelitian eksperimen untuk menguji secara empiris efektivitas penerapan metode psikologi pembelajaran dalam Pendidikan Agama Islam. Selain itu, kajian lanjutan juga dapat mengkaji integrasi metode psikologi pembelajaran dengan model pembelajaran inovatif agar pembelajaran PAI semakin relevan dengan tantangan pendidikan di era kontemporer.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Bollich, K. L., Vazire, S., & Mehl, M. R. (2011). In search of our true selves: Feedback as a path to self-knowledge. *Frontiers in Psychology*.
- Cherry, K. (2023). What is introspection? *Verywell Mind*. Retrieved September 26, 2025,
- Jacob. (2024). Educational psychology perspectives on introspection. *EBSCO Research Database*.
- Nilson, L. B. (2012). *Teaching at its best: A research-based resource for college instructors* (3rd ed.). San Francisco, CA : Jossey-Bass.
- Pratisti, W. D., & Yuwono, S. (2018). *Psikologi eksperimen: Konsep, teori, dan aplikasi*. Surakarta: Muhammadiyah University Press.
- Sardiman. (2011). *Interaksi & Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Weger, U., Wagemann, J., Meyer, A., & Klein, J. (2019). Introspection in psychology: Its contribution to theory and methods. *Integrative Psychological and Behavioral Science*.
- Winkel, W. S. (2004). *Psikologi Pengajaran*. Jakarta: Grasindo.
- Wiramihardja, S. A. (2017). *Pengantar Psikologi Klinis (Edisi Ketiga)*. Bandung: Refika Aditama.
- Wundt, W. (1912/1874). *Principles of Physiological Psychology*. Leipzig: Engelmann.
- Wundt, W. (1912). *Principles of physiological psychology* (E. B. Titchener, Trans.).
- Yuliandari, E. (2018). *Psikologi Klinis*. Yogyakarta: UNISA Press.