

Aliran Behaviorisme Dalam Psikologi

Ida Ayu Dwindi Kusuma Dewi¹, Dewa Ayu Aristya Prabadewi²

¹Program Studi Psikologi, Fakultas Farmasi dan Ilmu Kesehatan, Universitas Pendidikan Nasional, Indonesia,

²Dian Selaras Layanan Psikologi dan Hipnoterapi Bali

Email: 1gekdwindi18@gmail.com, 2aristyaapraba@gmail.com

Correspondence:

Ida Ayu Dwindi Kusuma Dewi

Univeritas Pendidikan Nasional

Email: gekdwindi18@gmail.com

Abstract

Behaviorism emerged as a reaction to earlier schools of psychology that focused more on unobservable mental processes. Behaviorism views all human behavior as a result of learning through experience, reinforcement, and interaction with the environment. This study aims to discuss the theory of behaviorism, its basic principles, key figures, and its contributions to the development of psychology, particularly in the fields of education and behavior modification. The method used is a literature review with a systematic approach, including the identification, evaluation, and analysis of data from various relevant sources. The findings show that behaviorism consists of several main sub-branches: classical behaviorism by Ivan Pavlov, operant behaviorism by B.F. Skinner, and social learning theory by Albert Bandura. Pavlov emphasized the association between stimulus and response, Skinner highlighted the importance of reinforcement in shaping behavior, and Bandura added the dimension of observation and modeling in the learning process.

Keywords: Behaviorism; Psychology; Response; Stimulus

Abstrak

Pendekatan behaviorisme ini muncul sebagai reaksi terhadap aliran psikologi sebelumnya yang lebih fokus pada proses mental yang tidak dapat diamati secara langsung. Behaviorisme memandang bahwa seluruh perilaku manusia terbentuk melalui proses belajar berdasarkan pengalaman, penguatan, dan interaksi dengan lingkungan. Penelitian ini bertujuan untuk membahas teori behaviorisme, tokoh-tokoh behaviorisme, prinsip-prinsip dasar, serta kontribusinya dalam perkembangan psikologi, khususnya di bidang pendidikan dan modifikasi perilaku. Metode yang digunakan adalah studi literatur (*literature review*) dengan pendekatan sistematis yang mencakup identifikasi, evaluasi, dan analisis data dari berbagai sumber relevan. Hasil studi menunjukkan bahwa behaviorisme terdiri dari beberapa aliran utama, yaitu behaviorisme klasik oleh Ivan Pavlov, behaviorisme operan oleh B.F. Skinner, dan teori pembelajaran sosial oleh Albert Bandura. Pavlov menyoroti hubungan antara stimulus dan respons, Skinner menekankan pentingnya penguatan dalam membentuk perilaku, sedangkan Bandura menambahkan dimensi observasi dan modeling dalam pembelajaran.

Kata Kunci: Behaviorisme; Psikologi; Respons; Stimulus

PENDAHULUAN

Kata “behavior” berasal dari bahasa Inggris yang berarti perilaku atau tingkah laku. Secara umum, “behavior” mengacu pada cara individu atau organisme bertindak, bereaksi, atau berinteraksi dengan lingkungannya. Perilaku dapat mencakup tindakan fisik, emosi, dan respons kognitif seseorang terhadap rangsangan eksternal atau internal. Dalam konteks psikologi, studi tentang perilaku sering kali melibatkan observasi, analisis, dan

interpretasi reaksi individu terhadap berbagai situasi. Psikologi perilaku (*behavioral psychology*) mempelajari faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku manusia dan hewan dan bagaimana perilaku ini dapat diubah atau dimodifikasi melalui pembelajaran atau intervensi tertentu.

Teori behavioris adalah pendekatan penting dalam psikologi yang berfokus pada perilaku yang dapat diamati dan diukur serta respons organisme terhadap rangsangan lingkungan. Pendekatan ini muncul sebagai

tanggapan terhadap aliran psikologi sebelumnya seperti strukturalisme dan fungsionalisme, yang lebih menekankan pada proses mental dan kesadaran. Behaviorisme menegaskan bahwa semua perilaku manusia merupakan hasil belajar yang terjadi melalui interaksi dengan lingkungan dan perilaku tersebut dapat dipengaruhi oleh penguatan positif atau negatif. Penguatan positif memperkuat perilaku yang diinginkan, sedangkan hukuman membantu mengurangi atau menghilangkan perilaku yang tidak diinginkan.

Dalam konteks ini, behaviorisme menggambarkan individu sebagai makhluk reaktif yang merespon rangsangan lingkungan. Proses belajar dipandang sebagai perubahan perilaku yang terjadi sebagai akibat dari pengalaman, dengan hubungan stimulus-respon menjadi inti dari teori ini.

Behaviorisme dibagi menjadi beberapa sub-aliran, antara lain behaviorisme klasik yang dikembangkan oleh Ivan Pavlov, dan behaviorisme operan yang dikembangkan oleh B.F. Skinner. Pavlov terkenal dengan eksperimennya dengan anjing yang menunjukkan bagaimana suatu stimulus menyebabkan respons tertentu. Sementara itu, Skinner menekankan pentingnya penguatan dalam membentuk perilaku. Albert Bandura juga memberikan kontribusi yang signifikan melalui teori pembelajaran sosialnya, yang menunjukkan bahwa individu dapat belajar melalui observasi dan peniruan.

METODE PENELITIAN

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *literature review* (LR) merupakan sebuah literature secara sistematis, jelas, menyeluruh dengan mengidentifikasi, mengevaluasi dan mengumpulkan data-data. Proses yang digunakan untuk melakukan sistematis *review* adalah *reviewer* mencari beberapa artikel jurnal penelitian yang dipublikasi melalui data base elektronik. Strategi pencarian dan proses *review*. Pada *Literature Review* berisi pencarian literature dengan penelitian yang bersumber dari beberapa sumber (Nilawati, Reski & Nurbaya, 2021).

HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian ini akan mengulas salah satu aliran dalam psikologi. Artikel menyajikan penjelasan yang komprehensif mengenai sejarah, tokoh-tokoh utama, prinsip dasar, kontribusi, serta relevansi aliran tersebut.

PEMBAHASAN

Psikologi aliran behaviorisme mulai berkembang di Amerika pada awal abad ke-20. Gerakan ini diperkenalkan secara resmi oleh psikolog Amerika, John Broadus Watson (1878–1958), melalui buku yang ditulisnya pada tahun 1913 berjudul *“Psychology as the Behaviorist Views It”*. Dalam karya tersebut, Watson, mengusulkan agar psikologi beralih dari pendekatan yang terlalu berorientasi pada kesadaran dan pikiran, menuju fokus pada perilaku yang bisa diamati secara nyata. Ia menekankan pentingnya mempelajari perilaku yang terlihat secara langsung. Pendekatan Watson menggambarkan bagaimana individu menyesuaikan tindakan mereka berdasarkan rangsangan dari lingkungan, sehingga menciptakan dasar bagi psikologi yang objektif dan positif. Pada tahun 1930, behaviorisme telah menjadi aliran utama dalam psikologi di Amerika.

Behaviorisme adalah cabang psikologi yang mengkaji perilaku sebagai respons terhadap faktor lingkungan. Inti dari perspektif ini adalah bahwa makhluk hidup belajar beradaptasi melalui asosiasi. Pendekatan ilmiah dalam behaviorisme terinspirasi oleh pandangan para filsuf Inggris, termasuk pandangan John Locke yang menyebutkan bahwa pikiran manusia bersifat pasif dan isinya dibentuk oleh pengalaman dari lingkungan. Selain itu, behaviorisme juga berkaitan erat dengan studi tentang refleksi atau refleksiologi. Sebelum Watson menerbitkan tulisannya, ilmuwan Rusia seperti Ivan Petrovich Pavlov (1849–1936) telah melakukan penelitian tentang refleksi. Namun, kontribusi para peneliti Rusia tersebut menjadi sangat signifikan setelah karya Watson dirilis dan berperan dalam pengembangan dan penyebaran teori behaviorisme yang ada (AnitaDwi, n.d.).

Tokoh – Tokoh Behaviorisme

1. John Broadus Watson (1878-1958)

Watson adalah salah satu pendiri behaviorisme. J.B. Watson lahir 9 Januari 1878 di Greenville dan meninggal 25 September 1958 di New York. Menurut Watson, psikologi menekankan perilaku yang terlihat (dapat diamati) dan menolak penggunaan introspeksi (mengamati keadaan mental seseorang).

Watson berpendapat bahwa hanya studi tentang apa yang dilakukan orang (perilaku) yang menjadikan psikologi sebagai ilmu yang objektif. Watson terkenal dengan teori yang disebut behaviorisme Watsonian. Watson mendefinisikan psikologi sebagai ilmu pengetahuan tentang perilaku. Tujuan dari behaviorisme adalah kemampuan untuk memprediksi respon dengan menyadari kondisi lingkungan dan sebaliknya, kemampuan untuk menyadari respon sehingga mampu memprediksi kondisi lingkungan yang mendahuluinya. Watson menyebutkan metode khusus yang dapat digunakan para behavioris dalam penelitiannya, yaitu: 1) Observasi dengan atau tanpa kontrol instrument, 2) Metode refleksi bersyarat yang dikembangkan oleh Pavlov, 3) Metode laporan lisan/verbal, 4) Metode testing.

Watson menolak gagasan sebelumnya bahwa pikiran adalah subjek psikologi. Menurutnya, perilaku pelaku merupakan masalah psikologis. Perilaku yang dapat diamati dalam berbagai cara baik dalam aktivitas manusia maupun hewan. Menurut Watson, tiga prinsip aliran behavioris adalah: 1) Menekankan respons terkondisi sebagai elemen pembangun perilaku. Kondisi adalah keadaan luar yang ada dalam kehidupan. Perilaku terjadi sebagai respon terhadap kondisi yang ada pada lingkungan seseorang atau hewan, 2) Perilaku dibentuk oleh pembelajaran karena merupakan unsur yang dapat diamati dan dipelajari sebagai akibat dari pengaruh lingkungan. Lingkungan dapat berasal dari pengalaman masa lalu dan masa kini, baik fisik maupun sosial.

Lingkungan memberikan contoh yang akan diperiksa oleh orang nanti, 3) Fokus aliran behaviorisme adalah pada perilaku binatang. Pada istilah dasar perilaku manusia dan hewan dianggap sama, sehingga observasi perilaku hewan dapat digunakan untuk menjelaskan perilaku manusia (sebagaimana dikutip oleh AnitaDwi, n.d.).

2. Burrhus Frederic Skinner (1904-1990)

Burrhus Frederick Skinner lahir pada tanggal 20 Maret 1904 dan meninggal pada tanggal 18 Agustus 1990. Dia adalah seorang psikolog Amerika, behavioris, penulis, penemu, dan filsuf sosial.

Skinner membedakan dua jenis perilaku: 1) Perilaku alami (*innate behavior/ respondent behavior*), yaitu perilaku yang dipicu oleh stimulus tertentu, perilaku refleksif, 2) Perilaku operan (*operant behavior*), yaitu dipicu oleh stimulus yang tidak diketahui, tetapi secara eksklusif oleh mikroorganisme yang bersangkutan. Perilaku operan belum tentu didahului oleh stimulus eksternal.

Diketahui adanya *respondent conditioning* dan *operant conditioning* yang berhubungan dengan kehadiran perilaku responden dan operan. Burrhus Frederic Skinner adalah contoh utama pengkondisian operan, seperti halnya Thorndike. Sebaliknya, Pavlov fokus utamanya adalah pengkondisian klasik. Menurut Skinner, ada dua prinsip umum yang terkait dengan pengkondisian operan, yaitu: 1) Respon yang diikuti dengan *reward* (sebagai *reinforcement stimuli*) cenderung berulang, 2) *Reward atau reinforcement stimuli* akan meningkatkan kecepatan (*rate*) terjadinya respon.

Pengkondisian operan menekankan pada hubungan antara suatu perilaku dengan konsekuensinya. Dalam proses ini, organisme diharuskan untuk memberikan respons tertentu agar mendapatkan penguat (*reinforcement*), yaitu stimulus yang

memperkuat perilaku tersebut. Hal ini menjadi perbedaan utama dengan pengkondisian klasik, di mana organisme tidak perlu melakukan respons apapun untuk memperoleh *reinforcement* atau *reward*.

B. F. Skinner mengategorikan *reinforcement* menjadi dua jenis: *Reinforcement* positif adalah stimulus yang diberikan setelah suatu respons dan berfungsi untuk meningkatkan kemungkinan respons tersebut terulang. Di sisi lain, *Reinforcement* negatif adalah rangsangan yang dihilangkan untuk menurunkan atau menghindari terjadinya reaksi tertentu — sering kali disalahpahami sebagai bentuk hukuman. Namun menurut Skinner, *punishment* dapat diartikan sebagai penghapusan *reinforcement* positif atau penerapan *reinforcement* negatif.

Skinner juga menjelaskan bahwa baik *reinforcement* positif maupun negatif dapat bersifat primer atau sekunder. *Reinforcement* primer bersumber dari kebutuhan biologis, seperti makanan yang berperan sebagai *reinforcement* positif primer, atau kejutan listrik yang berfungsi sebagai *reinforcement* negatif primer (dalam eksperimen Skinner). Sedangkan *reinforcement* sekunder adalah stimulus yang memiliki nilai *reinforcement* karena diasosiasikan dengan penguatan primer. Contohnya, suara bel bisa menjadi *reinforcement* positif sekunder karena menandakan datangnya makanan, dan cahaya lampu bisa menjadi *reinforcement* negatif sekunder menunjukkan kemungkinan adanya kejutan listrik (AnitaDwi, n.d.).

3. Ivan Petrovich Pavlov (1849-1936)

Ivan Petrovich Pavlov lahir pada tanggal 14 September 1849 dan meninggal pada Februari 1936. Ivan Petrovich Pavlov adalah seorang psikolog Rusia yang mempopulerkan aliran behavioris, khususnya melalui karyanya tentang pengondisian klasik. Menurut Pavlov, aktivitas makhluk hidup dapat diklasifikasikan sebagai

berikut: 1) Aktivitas yang bersifat reflektif: yaitu aktivitas organisme yang tidak disadari oleh organisme yang bersangkutan. Organisme membuat respon tanpa disadari sebagai reaksi terhadap mengenainya, 2) Aktivitas yang disadari: yaitu aktivitas atas kesadaran organisme yang bersangkutan. Aktivitas ini merupakan respon atas dasar kemauan sebagai suatu reaksi terhadap rangsangan yang diberikan. Rangsangan yang diterima oleh organisme akan diteruskan ke pusat kesadaran, baru kemudian memberikan respon. Dengan demikian aktivitas yang disadari memiliki jalur yang lebih panjang daripada aktivitas yang bersifat reflektif.

Dalam hubungan ini, Pavlov mencurahkan banyak perhatiannya pada masalah refleksivitas. Inilah sebabnya mengapa psikologi Pavlov sering disebut psikologi refleks (*psychoreflexology*).

Pavlov menentang metode introspektif dalam psikologi. Sebab, menurut Pavlov, metode reflektif tidak bisa diukur secara objektif. Pavlov mempunyai pola pikir *objective psychology*, sehingga ia mendasarkan *observed fact* yang diamati, yaitu pada kondisi yang benar-benar dapat diamati. Eksperimen Pavlov memberikan kontribusi terhadap pembelajaran, termasuk *habit formation* (AnitaDwi, n.d.).

Konsep Ivan Pavlov yang paling terkenal adalah kondisioning klasik (*classical conditioning*) pada tahun 1901, yang menunjukkan bagaimana perilaku dapat dipelajari melalui asosiasi antara stimulus netral dan stimulus alami. Konsep ini pertama kali ditemukan melalui eksperimen pada anjing. Eksperimen ini bertujuan untuk memahami bagaimana perilaku dapat dipelajari melalui asosiasi. Dalam eksperimen ini, Pavlov mengamati bahwa anjing secara alami menghasilkan air liur (respon tidak bersyarat) ketika melihat atau mencium makanan (stimulus tidak bersyarat). Ia kemudian memperkenalkan bunyi

lonceng sebagai stimulus netral, yang awalnya tidak memicu respon apa pun pada anjing. Selama proses kondisioning, Pavlov membunyikan lonceng sebelum memberikan makanan kepada anjing. Setelah beberapa kali pengulangan, anjing mulai mengasosiasikan bunyi lonceng dengan makanan. Akibatnya, anjing mulai menghasilkan air liur (respon bersyarat) hanya dengan mendengar bunyi lonceng, meskipun makanan tidak diberikan. Eksperimen ini menunjukkan prinsip kondisioning klasik, yaitu bagaimana stimulus netral dapat berubah menjadi stimulus bersyarat melalui proses pembelajaran. Penemuan ini menjadi landasan penting dalam psikologi pembelajaran dan perilaku.

Karya Pavlov tentang pengkondisian klasik mempunyai dampak besar pada cara orang memandang diri mereka sendiri, perilaku mereka, dan pembelajaran mereka. Karya Pavlov tentang refleks terkondisi mempunyai dampak besar tidak hanya pada sains tetapi juga pada budaya populer (AnitaDwi, n.d.).

4. Edward Lee Thorndike (1874-1949)
Thorndike lahir di Williamsburg pada tahun 1874. Thorndike adalah orang yang melakukan penelitian di bidang psikologi hewan. Penelitian ini kemudian dituangkan dalam disertasi doktornya yang berjudul "*Animal Intelligence: An Experimental Study of Associative Processes in Animal*" dan diterbitkan pada tahun 1911 dengan judul "*Animal Intelligence*". Buku ini mencerminkan ide-ide dasar Thorndike, termasuk teori belajar (AnitaDwi, n.d.).

Thorndike mengembangkan teori pembelajaran yang mekanistik dan objektif yang berfokus pada perilaku yang terlihat. Ia lebih jauh menafsirkan hubungan antara stimulus dan respon. Thorndike menyebut pendekatan eksperimentalnya untuk mempelajari koneksionisme asosiasi. Posisi ini merupakan perpanjangan dari

argumen *Philosophical Society* yang lama: pendekatan Thorndike terhadap pembelajaran berdasarkan pada hubungan antara situasi dan respons. Ia berpendapat bahwa perilaku harus terus direduksi ke tingkat yang paling sederhana: unit stimulus respons.

Unit stimulus-respon adalah elemen perilaku (bukan kesadaran) dan merupakan landasan perilaku kompleks yang berkembang. Thorndike mengkaji pembelajaran tentang hewan melalui catatan Romanes dan Morgan. Catatan tersebut menggambarkan kucing dan anjing membuka kait di gerbang Kotak Passel, alat yang diciptakan Thorndike untuk penelitiannya. Jadi Thorndike menulis tentang "pelekatan" dan "peniadaan" dalam penelitian ini (psikologmudha, 2019).

Menurut Asfar, AMIT., dkk. (2019), Thorndike menyatakan bahwa dasar dari belajar adalah trial and error (atau disebutnya sebagai *learning by selecting and connecting*). Dari percobaannya, Thorndike mengusulkan adanya tiga jenis hukum, yang sering disebut hukum primer, yang berkaitan dengan pembelajaran, yaitu: Pertama, hukum kesiapan (*law of readiness*): menyatakan bahwa semakin siap suatu organisme untuk memperoleh perubahan pada perilakunya, maka cenderung semakin kuat asosiasinya karena melakukan perilaku tersebut akan meningkatkan kepuasan individu. Kedua, hukum latihan (*law of exercise*): semakin sering suatu tindakan diulang atau dilatih (diterapkan), semakin kuat asosiasinya. Ketiga, hukum efek (*law of effect*): hubungan stimulus-respon, cenderung menguat bila hasilnya menyenangkan dan melemah bila hasilnya tidak memuaskan.

5. Clark Leonard Hull (1884 – 1952)
Clark Leonard Hull lahir 24 Mei 1884 di Akron, New York, Amerika Serikat, wafat pada 10 Mei

1952 di New Haven, Connecticut, Amerika Serikat. Hull adalah seorang tokoh teori belajar behavioristik. Clark L. Hull membangun teori pembelajaran berdasarkan perilaku yang diselidiki menggunakan hubungan penguatan S-R. Metode yang digunakan adalah metode matematika, deduktif dan dapat dites atau diuji. Teori Hull sebenarnya tidak jauh berbeda dengan teori belajar lainnya.

Persamaan teori belajar Hull dengan teori belajar sebelumnya adalah sebagai berikut: 1) Berdasarkan asosiasi S-R, 2) Berdasarkan cara melangsungkan hidup, 3) Berdasarkan kebutuhan biologis dan pemenuhannya, 4) Orientasinya kepada teori Pavlov.

Terdapat tiga macam variabel dalam teori Hull: 1) Variabel bebas (independen) yang merupakan kejadian stimulus yang secara sistematis dimanipulasi oleh eksperimenter, 2) Variabel pengintervensi (intervening), yakni proses yang dianggap terjadi di dalam organisme tetapi tidak dapat diamati secara langsung, 3) Variabel terikat (dependen), yakni beberapa aspek dari perilaku yang diukur oleh eksperimenter dalam rangka menentukan apakah variabel bebas punya efek atau tidak.

Konsep utama teori Hull adalah kebiasaan. Hal ini diperoleh dari berbagai penelitian Hull tentang kebiasaan dan respons terkonidisi pada hewan percobaan. Menurut Hull, perilaku kompleks diperkirakan muncul dari pembelajaran bentuk-bentuk perilaku sederhana (Hamruni, et al., 2021).

6. Edwin Ray Guthrie (1886 – 1959)

Edwin Ray Guthrie lahir pada tanggal 9 Januari 1886 di kota Lincoln, Nebraska meninggal 23 April 1959 di Seattle, Wash merupakan seorang psikolog Amerika yang memainkan peran besar dalam pengembangan teori kontinuitas pembelajaran, penjelasan klasik tentang bagaimana pembelajaran terjadi (Britannica, n.d.).

Menurut New World Encyclopedia (n.d.), seperti halnya John B. Watson, Guthrie menganjurkan psikologi perilaku yang dapat diamati, terdiri dari gerakan otot dan respons yang dipicu oleh rangsangan lingkungan. Teorinya tentang asosiasi sejalan dengan tradisi Ivan Pavlov dan Edward L. Thorndike, dengan menegaskan prinsip-prinsip yang relatif sedikit untuk menjelaskan bagaimana pembelajaran terjadi. Namun, Guthrie tidak menerima prinsip penguatan Thorndike yang didasarkan pada "hukum efek." Sebaliknya, ia melihat gagasan sekunder Thorndike tentang pergeseran asosiatif sebagai dasar pembelajaran.

Guthrie berpendapat bahwa rangsangan dan respons mempengaruhi pola sensorimotorik spesifik; yang dipelajari adalah gerakan, bukan perilaku. Pendekatan teoretis Guthrie bersifat behavioristik. Pendekatan ini berasal dari keyakinannya bahwa metode objektif dapat diterapkan pada perlakuan ilmiah terhadap pikiran. Guthrie juga menerima gagasan dasar Thorndike bahwa pembelajaran melibatkan pembentukan asosiasi antara rangsangan dan respons.

7. Albert Bandura (1925 – 2021)

Albert Bandura lahir di Mundare, Kanada, 4 Desember 1925, dan meninggal di Stanford, Amerika Serikat, 26 Juli 2021. Dia adalah seorang psikolog yang dikenal sebagai pelopor teori pembelajaran sosial (*social learning theory*), yang menekankan bahwa individu belajar melalui observasi, imitasi, dan modeling. Teori ini menyoroti bahwa perilaku dipelajari dari lingkungan melalui proses pengamatan terhadap tindakan orang lain, yang disebut sebagai modeling.

Salah satu eksperimen terkenal yang mendukung teorinya adalah Eksperimen Boneka Bobo, di mana anak-anak yang mengamati perilaku agresif orang dewasa terhadap boneka cenderung meniru tindakan tersebut.

Selain itu, Bandura memperkenalkan konsep *self-efficacy*, yaitu keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk mencapai tujuan atau mengatasi situasi tertentu (Very Mind Well, 2023).

Teori Bandura menekankan bahwa pembelajaran tidak hanya terjadi melalui pengalaman langsung, tetapi juga melalui pengamatan terhadap perilaku orang lain dan konsekuensi yang mereka terima. Hal ini menunjukkan bahwa faktor kognitif, seperti perhatian, ingatan, dan motivasi, memainkan peran penting dalam proses pembelajaran. Dengan demikian, Bandura mengintegrasikan aspek behaviorial dan kognitif dalam memahami bagaimana manusia belajar dan berperilaku.

Prinsip Dasar

Behaviorisme adalah aliran dalam psikologi yang menekankan studi ilmiah terhadap perilaku yang dapat diamati, dengan asumsi bahwa semua perilaku dipelajari melalui interaksi dengan lingkungan. Adapun teori – teori utama dalam aliran behaviorisme, yaitu: 1) Kondisioning klasik (*Classical Conditioning*) oleh Ivan Pavlov menunjukkan bahwa respons alami dapat dikaitkan dengan stimulus netral melalui asosiasi berulang. Misalnya, anjing yang mengeluarkan air liur saat mendengar bunyi bel setelah bel tersebut sering dikaitkan dengan makanan, 2) Kondisioning operan (*Operant Conditioning*) oleh B.F. Skinner mengusulkan bahwa perilaku dipengaruhi oleh konsekuensinya, seperti penguatan (*reinforcement*) atau hukuman (*punishment*). Perilaku yang diikuti oleh penguatan cenderung diulang, sementara yang diikuti oleh hukuman cenderung dihindari, 3) Teori pembelajaran sosial (*Social Learning Theory*) oleh Albert Bandura menekankan bahwa individu dapat belajar melalui observasi dan imitasi perilaku orang lain, tanpa perlu mengalami langsung penguatan atau hukuman. Konsep ini juga dikenal sebagai pembelajaran observasional.

Mengacu pada Detik Edu (2022), teori behaviorisme memiliki tujuh prinsip utama yang menjelaskan bagaimana perilaku terbentuk dan dimodifikasi melalui interaksi

dengan lingkungan: 1) Stimulus dan respon, yaitu hubungan antara stimulus (rangsangan dari lingkungan) dan respon (reaksi terhadap stimulus) adalah inti dari teori behaviorisme. Perilaku dianggap sebagai hasil langsung dari stimulus yang diberikan, 2) *Reinforcement* (penguatan) yang merujuk pada proses memberikan konsekuensi untuk memperkuat atau melemahkan perilaku tertentu. Konsekuensi ini bisa berupa hadiah (positif) atau penghapusan sesuatu yang tidak menyenangkan (negatif), 3) Penguatan positif, yaitu, menambahkan sesuatu yang menyenangkan untuk meningkatkan perilaku (contoh: memberikan pujian), dan penguatan negatif, yaitu menghilangkan sesuatu yang tidak menyenangkan untuk meningkatkan perilaku (contoh: mengurangi tugas setelah pekerjaan selesai). 4) Penguatan primer adalah penguatan yang bersifat alami, seperti makanan dan air, yang langsung memuaskan kebutuhan biologis. Sedangkan penguatan sekunder adalah penguatan yang nilainya dipelajari, seperti uang atau pujian, 5) Kesegeraan memberi penguatan, yaitu penguatan lebih efektif jika diberikan segera setelah perilaku terjadi, karena hubungan antara tindakan dan konsekuensinya lebih mudah dipahami, 6) Pembentukan perilaku (*shaping*) adalah proses membangun perilaku kompleks dengan memberikan penguatan secara bertahap untuk tindakan-tindakan yang mendekati perilaku yang diinginkan, 7) Kepunahan (*extinction*) adalah proses hilangnya perilaku ketika penguatan yang biasanya diberikan dihentikan. Misalnya, jika hadiah tidak lagi diberikan untuk perilaku tertentu, perilaku tersebut cenderung berhenti.

Kontribusi Aliran Terhadap Psikologi

Aliran teori behaviorisme memberikan kontribusi besar terhadap arah pengembangan teori dan praktek pembelajaran hingga kini. Teori belajar behavioris ini menekankan pada terbentuknya tingkah laku yang terjadi sebagai hasil belajar anak.

Teori belajar behaviorisme yang menekankan hubungan stimulus-respons sangat penting bagi keberhasilan belajar anak. Penerapan ini dapat didukung oleh guru yang memberikan banyak rangsangan (insentif) kepada anak dalam belajarnya dan terutama dengan pemberian hadiah (*reward*) yang

berfungsi untuk memperkuat respon yang diberikan kepada anak yang dapat merespons secara positif (Abidin, 2022). Misalnya penggunaan media pembelajaran seperti gambar, video, dan bahan ajar lainnya dapat menarik perhatian siswa dan menjadi insentif untuk mendorong partisipasi aktif dalam proses pembelajaran.

Istilah-istilah seperti hubungan stimulus-respons, individu atau siswa yang pasif, konsekuensi perilaku yang terlihat, pembentukan perilaku melalui penataan kondisi yang ketat, serta penguatan dan hukuman, semuanya merupakan bagian dari teori behaviorisme. Teori ini masih mendominasi kebiasaan belajar di Indonesia hingga saat ini. Hal ini terlihat pada pelaksanaan pembelajaran sejak tahap awal, seperti kelompok bermain, taman kanak-kanak, sekolah dasar, sekolah menengah, dan perguruan tinggi, dimana pembentukan perilaku melalui *drill* (pembiasaan) masih sering digunakan disertai dengan penerapan penguatan dan hukuman.

Dalam proses belajar mengajar, peran siswa dianggap sebagai peserta pasif dalam proses belajar mengajar, yang membutuhkan motivasi dan penguatan dari para pendidik. Oleh karena itu, para pendidik mengembangkan kurikulum yang terstruktur dengan menggunakan standar-standar tertentu dalam proses pembelajaran yang harus dicapai oleh para siswa. Maka guru yang menggunakan paradigma behaviorisme menyiapkan bahan ajar yang sudah siap sehingga tujuan pembelajaran yang dikuasai siswa tersampaikan secara menyeluruh oleh guru. Guru tidak hanya memberikan ceramah tetapi juga memberikan contoh praktis. Materi pembelajaran disusun secara hierarki dari yang sederhana ke yang kompleks. Hasil pembelajaran dapat diukur dan diamati, dan kesalahan dapat diperbaiki. Hasil yang diharapkan adalah terbentuknya perilaku yang diinginkan.

Metode ini digunakan untuk memperoleh keterampilan yang memerlukan latihan dan keakraban, seperti berbicara bahasa asing, mengetik, menari, menggunakan komputer, berenang, dan olah raga, yang mencakup unsur kecepatan, spontanitas, kelenturan, dan daya tahan untuk. Teori ini juga cocok untuk melatih anak-anak yang masih

membutuhkan kontrol orang dewasa, yang menyukai pengulangan dan perlu dibiasakan, serta suka meniru dan menghargai imbalan langsung (Asfar, AMIT., 2019).

Selain itu, pemberian insentif seperti penghargaan (*reward*) juga berperan penting dalam memperkuat reaksi positif siswa terhadap proses pembelajaran. *Reward* bisa bersifat fisik, seperti hadiah atau sertifikat, tetapi juga pujian, pengakuan, atau kesempatan untuk mengambil lebih banyak tanggung jawab. Hal ini meningkatkan motivasi belajar siswa dan perilakunya sejalan dengan tujuan belajarnya.

Penerapan lain yang dapat dilakukan dengan teori belajar behaviorial ini antara lain mengidentifikasi tujuan pembelajaran, melakukan analisis pembelajaran, mengidentifikasi ciri-ciri dan kemampuan awal siswa, menentukan indikator keberhasilan belajar, mengembangkan bahan ajar, menentukan strategi pengembangan pembelajaran yang akan digunakan, amati stimulus yang diberikan kepada siswa, misalnya dengan latihan atau tugas, amati dan analisis tanggapan siswa, berikan penguatan (*Reinforcement*) positif ataupun negatif, dan terakhir modifikasi kegiatan pembelajaran (Abidin, 2022).

Prinsip penguatan (*Reinforcement*) yang diusungkan oleh behaviorisme juga berkontribusi pada strategi pengelolaan kelas. Guru dapat menggunakan penguatan positif untuk mendorong perilaku yang diinginkan, seperti memuji siswa ketika mereka menjawab pertanyaan dengan benar. Sebaliknya penguatan negatif, misalnya dengan mengurangi tugas tambahan bagi siswa yang sudah mengalami kemajuan, juga dapat meningkatkan hasil belajar siswa.

Secara keseluruhan, kontribusi behaviorisme terhadap pembelajaran tetap relevan hingga saat ini dan memberikan landasan yang kuat bagi perkembangan teori pendidikan modern. Dengan menekankan hubungan antara stimulus, respons, dan penguatan (*Reinforcement*) melalui penghargaan (*Reward*), teori ini membantu menciptakan lingkungan belajar yang kondusif dan memotivasi siswa untuk mencapai potensi maksimalnya.

KESIMPULAN

Teori behaviorisme adalah pendekatan dalam psikologi yang menekankan perilaku yang dapat diamati sebagai respons terhadap rangsangan lingkungan, dan meyakini bahwa perilaku terbentuk melalui proses belajar yang dipengaruhi oleh penguatan positif atau negatif. Tokoh-tokoh utama seperti Pavlov dengan *classical conditioning*, Skinner dengan *operant conditioning*, dan Bandura dengan teori pembelajaran sosial, memberikan kontribusi besar terhadap pengembangan teori ini. Prinsip-prinsip behaviorisme meliputi stimulus-respons, jenis-jenis penguatan (primer dan sekunder, positif dan negatif), kesegeraan pemberian penguatan, pembentukan perilaku secara bertahap, serta kepunahan perilaku saat penguatan dihentikan. Dalam praktik pendidikan, teori ini diterapkan untuk membentuk perilaku siswa melalui insentif dan hukuman, serta efektif dalam melatih keterampilan yang membutuhkan latihan berulang seperti berbicara bahasa asing atau kegiatan fisik, dengan guru berperan penting dalam menciptakan lingkungan belajar yang terstruktur dan mendukung.

Referensi

- Anitadwi. (N.D.). *Psikologi Aliran Behaviorisme*. Scribd. <https://www.scribd.com/doc/261251540/Psikologi-Aliran-Behaviorisme>
- Asfar, A. M. I., Asfar, A. M. I., & Halamury, M. F. (2019). *Teori Behaviorisme (Theory Of Behaviorism)*. Researchgate. https://www.researchgate.net/publication/331233871_Teori_Behaviorisme_Theory_Of_Behaviorism
- Abidin, A. M. (2022). *Penerapan Teori Belajar Behaviorisme Dalam Pembelajaran (Studi Pada Anak)*. An Nisa', 15(1), 1-8. <https://jurnal.iain-bone.ac.id>
- Detikcom. (2023). Teori Behaviorisme: Pengertian, Tokoh, Dan Prinsip. Detikcom. Diakses 1 Januari 2025 Dari <https://www.detik.com/edu/detikpedia/D-6470535/Teori-Behaviorisme-Pengertian-Tokoh-Dan-Prinsip>
- Hamruni, Irza A. S., Zakiah, Dewi I. I. P. (2021). *Teori Belajar Behaviorisme (Dalam Perspektif Pemikiran Tokoh-Tokohnya)*. Uin Sunan Kalijaga.
- Katadata. (2023). Teori Belajar Behavioristik, Pengertian, Prinsip, Dan Contoh Penerapan. Katadata. Diakses 1 Januari 2025 Dari <https://katadata.co.id/lifestyle/edukasi/6486de0ac21e2/Teori-Belajar-Behavioristik-Pengertian-Prinsip-Dan-Contoh-Penerapan>
- Nilawati, N., Reski, N., & Nurbaya, S. (2021). Literature Review: Faktor Yang Mempengaruhi Psikologi Mahasiswa Terhadap Pembelajaran Daring Dimasa Pandemi Covid-19. Jimpk: Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan, 1(3), 293-303.
- Psikologmudha. (2020). Tokoh Behaviorisme – 10 Tokoh Dan Pemikirannya. Psikologmudha. Diakses 31 Desember 2024 Dari <https://psikologmudha.com/tokoh-behaviorisme-dan-pokok-pemikiran/>