

**MAKALAH**  
**AKTIVITAS DASAR MANUSIA**



**Disusun Oleh:**

Amellia Saputri	2513053102
Mufida	2513053083
Najwa Zakiya Salsabila	2553053007

**PROGRAM STUDI**  
**PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR**  
**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN**  
**UNIVERSITAS LAMPUNG**

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Kuasa karena telah memberikan kesempatan pada kami untuk menyelesaikan makalah ini. Atas Rahmat dan hidayah-Nya lah kami dapat menyelesaikan makalah yang berjudul “Aktivitas Dasar Manusia” dengan tepat waktu.

Makalah ini disusun guna memenuhi tugas dari mata kuliah Psikologi Pendidikan dan Bimbingan yang diampu oleh Bapak. Muhisom, M.Pd. I Penulis berharap makalah ini dapat menambah wawasan bagi para pembaca. Penulis juga mengucapkan terimakasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam menyusun makalah ini.

Penulis menyadari dalam makalah ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun akan penulis terima demi kesempurnaan makalah ini. Dan kami mohon maaf jika terdapat kesalahan dalam penulisan makalah ini.

Metro, 18 Februari 2026

Penulis

## DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....	i
DAFTAR ISI.....	ii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	2
1.3 Tujuan Penulisan.....	2
BAB II PEMBAHASAN.....	3
2.1 Aktivitas Dasar Manusia.....	3
2.2 Proses Belajar Dalam Perkembangan Manusia.....	3
2.3 Sejarah Psikologi Pendidikan.....	4
2.4 Kedudukan Psikologi Pendidikan.....	5
2.5 Peranan Psikologi Pendidikan Dalam Pembelajaran.....	6
BAB III PENUTUP.....	7
3.1 Kesimpulan.....	7
DAFTAR PUSTAKA.....	8

# BAB I PENDAHULUAN

## 1.1 Latar Belakang

Manusia adalah makhluk yang memiliki kegiatan dasar sebagai bagian dari proses untuk menjaga hidup dan tumbuh serta mengembangkan dirinya. Aktivitas dasar manusia mencakup kebutuhan biologis, kebutuhan psikologis, serta kebutuhan sosial. Kebutuhan biologis meliputi makan, minum, istirahat, dan kesehatan jasmani. Kebutuhan psikologis mencakup rasa aman, kasih sayang, penghargaan, serta aktualisasi diri. Sementara itu, kebutuhan sosial berhubungan dengan interaksi, kerja sama, komunikasi, dan penerimaan dalam lingkungan masyarakat. Ketiga kebutuhan tersebut saling berkaitan dan memengaruhi perilaku serta perkembangan individu. Dalam kehidupan sehari-hari, manusia tidak hanya berhubungan dengan lingkungan fisik, tetapi juga dengan lingkungan sosial dan budaya. Proses interaksi ini melibatkan kegiatan belajar sebagai cara utama untuk memperoleh pengetahuan, keterampilan, sikap, dan nilai. Belajar tidak hanya berlangsung di sekolah, tetapi juga dalam keluarga dan masyarakat. Melalui belajar, manusia mampu menyesuaikan diri dengan perubahan zaman, mengembangkan potensi diri, serta meningkatkan kualitas hidupnya. Sejak lahir hingga akhir hayat, manusia mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang ditunjukkan dengan perubahan dalam perilaku, cara berpikir, emosi, serta kemampuan bersosialisasi. Perubahan tersebut terjadi karena adanya proses belajar yang berlangsung secara terus-menerus. Dalam situasi ini, psikologi pendidikan memiliki peran penting dalam memahami bagaimana seseorang belajar, tumbuh, dan beradaptasi di dalam lingkungan pendidikan. Psikologi pendidikan membantu menjelaskan faktor-faktor yang memengaruhi keberhasilan belajar, seperti motivasi, minat, kecerdasan, lingkungan, serta metode pembelajaran yang digunakan.

Secara historis, psikologi pendidikan muncul dari cabang psikologi yang mempelajari perilaku serta proses mental manusia. Tokoh seperti Wilhelm Wundt dianggap sebagai pendiri psikologi modern karena ia mendirikan laboratorium psikologi pertama pada tahun 1879 di Leipzig, Jerman. Perkembangan selanjutnya dipengaruhi oleh pemikiran Edward L. Thorndike yang mengemukakan teori belajar melalui hukum efek (*law of effect*), yang menyatakan bahwa perilaku yang diikuti oleh akibat menyenangkan cenderung diulang kembali. Selain itu, Jean Piaget memberikan kontribusi besar melalui teori perkembangan kognitif yang menjelaskan tahapan perkembangan berpikir anak. Sementara itu, Lev Vygotsky menekankan bahwa interaksi sosial dan budaya memiliki

peran penting dalam proses belajar, terutama melalui konsep zona perkembangan proksimal (*zone of proximal development*).

Seiring perkembangannya, psikologi pendidikan menjadi salah satu bidang ilmu yang memiliki kedudukan penting dalam dunia pendidikan. Psikologi pendidikan berfungsi sebagai landasan ilmiah bagi guru dan tenaga pendidik dalam memahami karakteristik peserta didik, baik dari segi intelektual, emosional, maupun sosial. Dengan memahami prinsip-prinsip psikologi pendidikan, pendidik dapat memilih metode pembelajaran yang sesuai, menciptakan suasana belajar yang kondusif, serta membantu peserta didik mengatasi kesulitan belajar. Peranan psikologi pendidikan tidak hanya terbatas pada proses pembelajaran di kelas, tetapi juga mencakup perencanaan kurikulum, evaluasi hasil belajar, bimbingan dan konseling, serta pengembangan potensi peserta didik secara menyeluruh.

## **1.2 Rumusan Masalah**

1. Apa yang dimaksud dengan aktivitas dasar manusia dan apa saja bentuk-bentuknya?
2. Bagaimana proses belajar berperan dalam perkembangan manusia?
3. Bagaimana sejarah muncul dan berkembangnya psikologi pendidikan?
4. Bagaimana kedudukan psikologi pendidikan dalam dunia pendidikan?
5. Apa saja peranan psikologi pendidikan dalam proses pembelajaran dan perkembangan peserta didik?

## **1.3 Tujuan Penulisan**

1. Untuk mengetahui dan memahami pengertian serta bentuk-bentuk aktivitas dasar manusia.
2. Untuk menjelaskan peranan proses belajar dalam perkembangan manusia.
3. Untuk mengetahui sejarah perkembangan psikologi pendidikan.
4. Untuk memahami kedudukan psikologi pendidikan dalam sistem pendidikan.
5. Untuk menjelaskan peranan psikologi pendidikan dalam meningkatkan kualitas proses pembelajaran dan perkembangan peserta didik.

## **BAB II**

### **PEMBAHASAN**

#### **2.1 Aktivitas Dasar Manusia**

Aktivitas dasar manusia adalah segala bentuk kegiatan yang secara alami dilakukan manusia untuk mempertahankan hidup, memenuhi kebutuhan, serta mengembangkan potensi dirinya secara optimal. Aktivitas ini sudah ada sejak manusia lahir dan berlangsung sepanjang hayat, mulai dari masa bayi, anak-anak, remaja, dewasa, hingga lanjut usia. Sejak bayi, manusia telah menunjukkan aktivitas dasar seperti menangis untuk menyatakan kebutuhan, bergerak untuk merespons rangsangan, serta berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya. Seiring bertambahnya usia, bentuk aktivitas tersebut semakin kompleks dan terarah. Aktivitas dasar manusia tidak hanya bersifat fisik, tetapi juga melibatkan aspek psikologis dan sosial. Secara fisik, manusia melakukan berbagai kegiatan untuk menjaga kelangsungan hidupnya, seperti makan, minum, bergerak, dan beristirahat. Namun, manusia tidak cukup hanya memenuhi kebutuhan jasmani. Ia juga memiliki kebutuhan psikologis seperti rasa aman, kasih sayang, penghargaan, dan aktualisasi diri. Selain itu, sebagai makhluk sosial, manusia membutuhkan interaksi dengan orang lain untuk membangun hubungan, bekerja sama, serta memperoleh pengakuan dalam masyarakat. Jenis-jenis aktivitas manusia pada dasarnya dapat dibagi menjadi tiga, yaitu aktivitas biologis, psikologis, dan sosial. Aktivitas biologis berkaitan dengan pemenuhan kebutuhan fisik seperti makan, minum, istirahat, dan menjaga kesehatan untuk mempertahankan hidup. Aktivitas psikologis berhubungan dengan proses mental dan emosional, seperti berpikir, merasakan, mengingat, memiliki motivasi, dan mengembangkan kepribadian. Sementara itu, aktivitas sosial melibatkan interaksi dengan orang lain, seperti berkomunikasi, bekerja sama, mengikuti norma, dan berpartisipasi dalam kehidupan bermasyarakat. Ketiga jenis aktivitas tersebut saling berkaitan dan berperan penting dalam perkembangan manusia secara menyeluruh.

#### **2.2 Proses Belajar Dalam Perkembangan Manusia**

Proses belajar sangat penting bagi perkembangan seseorang karena melalui belajar, seseorang bisa mengalami perubahan dalam perilaku, pengetahuan, keterampilan, sikap, dan nilai hidupnya. Belajar bisa terjadi bukan hanya di sekolah, tetapi juga di rumah dan dalam lingkungan sekitar kita. Sejak lahir, manusia belajar dari sekitar dengan mengalami, mengamati, dan berinteraksi dengan orang lain.

Dalam hal berpikir, belajar membantu manusia meningkatkan kemampuan berpikir, memahami hal-hal baru, menyelesaikan masalah, dan membuat keputusan yang tepat. Anak yang belajar membaca, menulis, dan berhitung akan mengalami pertumbuhan kecerdasan yang mempengaruhi cara mereka berpikir. Dalam hal perasaan, belajar membantu membentuk sikap, nilai, moral, dan perasaan seseorang. Orang mempelajari cara membedakan hal yang baik dan buruk dengan mengalami berbagai situasi serta mendapatkan petunjuk dari sekitar mereka. Dalam hal keterampilan fisik, belajar membantu seseorang mengembangkan kemampuan seperti menulis, menggambar, berolahraga, atau menggunakan peralatan.

Selain itu, proses belajar juga bisa membantu seseorang untuk beradaptasi dengan lingkungan sekitarnya. Dengan belajar, seseorang dapat mengenal dan memahami norma-norma sosial, peraturan, serta budaya yang ada di dalam masyarakat. Ini memungkinkan seseorang berkomunikasi dengan baik dan diakui dalam lingkungan sosialnya. Oleh karena itu, proses belajar sangat penting bagi perkembangan manusia karena melalui belajar seseorang bisa mengembangkan kemampuan dirinya secara maksimal, baik dalam hal berpikir, merasa, maupun berinteraksi dengan orang lain. Tanpa belajar, manusia tidak bisa berkembang dengan sebaik-baiknya.

### **2.3 Sejarah Psikologi Pendidikan**

Psikologi pendidikan adalah cabang ilmu yang fokus pada studi tentang bagaimana individu belajar dalam lingkungan pendidikan, serta bagaimana pengajaran dapat dirancang untuk meningkatkan hasil belajar secara efektif. Bidang ini mengkaji bagaimana unsur-unsur psikologis mempengaruhi cara seseorang belajar berinteraksi dalam lingkungan pendidikan, dan berkembang secara kognitif, emosional, dan sosial. Dalam praktiknya, psikologi pendidikan sangat penting dalam menciptakan lingkungan pendidikan yang ideal di mana siswa dapat memperoleh pembelajaran yang optimal dan menyeluruh. Oleh karena itu, disiplin ilmu ini tidak hanya memberikan teori dasar tentang pendidikan perkembangan individu, tetapi juga menawarkan aplikasi praktis untuk meningkatkan kualitas pembelajaran. Psikologi pendidikan muncul sebagai bidang studi pada akhir tahun 1800-an dari minat para psikolog dan pendidik untuk memahami bagaimana belajar terjadi. John Dewey adalah tokoh penting dalam psikologi pendidikan karena dia memandang pendidikan sebagai proses aktif yang melibatkan pengalaman langsung. Dia berpendapat bahwa pendidikan harus berbasis pada kebutuhan dan pengalaman siswa serta melibatkan

refleksi untuk membantu mereka belajar berpikir kritis. Psikologi pendidikan mulai berkembang pada awal abad ke-20 dengan penekanan pada penggunaan pendekatan ilmiah untuk memahami perilaku belajar. Edward Thorndike, yang dikenal dengan pekerjaannya mengenai pembelajaran hewan dan teori hukum efek, adalah tokoh lain yang sangat membantu mengembangkan psikologi pendidikan. Selain itu, ia memasukkan pengukuran dan evaluasi dalam pendidikan, yang merupakan dasar dari banyak penelitian yang dilakukan.

#### **2.4 Kedudukan Psikologi Pendidikan**

Psikologi pendidikan memiliki kedudukan yang sangat penting dan strategis dalam dunia pendidikan karena menjadi landasan ilmiah dalam memahami proses belajar dan perkembangan peserta didik. Psikologi pendidikan merupakan cabang ilmu psikologi yang secara khusus mengkaji perilaku individu dalam situasi pendidikan, termasuk bagaimana siswa belajar, bagaimana guru mengajar, serta faktor-faktor yang memengaruhi keberhasilan pembelajaran. Melalui kajian ini, pendidikan tidak lagi dilaksanakan secara asal-asalan, tetapi berdasarkan prinsip-prinsip ilmiah yang dapat dipertanggungjawabkan. Sebagai ilmu yang mendasari praktik pendidikan, psikologi pendidikan membantu pendidik memahami karakteristik peserta didik, baik dari segi intelektual, emosional, sosial, maupun moral. Setiap peserta didik memiliki perbedaan individu dalam hal kemampuan, minat, bakat, motivasi, latar belakang keluarga, serta gaya belajar. Perbedaan ini menuntut guru untuk tidak menyamaratakan perlakuan terhadap semua siswa. Dengan memahami prinsip-prinsip psikologi pendidikan, guru dapat menyesuaikan metode, strategi, dan pendekatan pembelajaran agar sesuai dengan kebutuhan dan tahap perkembangan siswa, sehingga proses belajar menjadi lebih efektif dan bermakna. Selain itu, psikologi pendidikan juga menjadi dasar dalam penyusunan kurikulum yang sesuai dengan tahap perkembangan peserta didik. Materi pembelajaran disusun secara sistematis, dari yang sederhana menuju yang lebih kompleks, sesuai dengan kemampuan berpikir siswa. Dalam pengelolaan kelas, psikologi pendidikan membantu guru menciptakan suasana belajar yang kondusif, tertib, dan menyenangkan, sehingga siswa merasa nyaman dan termotivasi untuk belajar.

## 2.5 Peranan Psikologi Pendidikan Dalam Pembelajaran

Psikologi pendidikan memiliki peranan yang sangat penting dalam menunjang keberhasilan proses pembelajaran dan perkembangan peserta didik. Peranan ini tidak hanya berfokus pada kegiatan mengajar, tetapi juga membantu guru memahami kebutuhan, karakteristik, dan perkembangan peserta didik secara menyeluruh.

### 1. **Membantu memahami karakteristik dan kebutuhan peserta didik**

Setiap siswa memiliki perbedaan individu, baik dalam kemampuan intelektual, minat, bakat, motivasi, maupun gaya belajar. Psikologi pendidikan memberikan landasan ilmiah bagi guru untuk mengenali perbedaan-perbedaan tersebut. Dengan pemahaman ini, guru dapat menyesuaikan metode, materi, dan pendekatan pembelajaran agar sesuai dengan kondisi masing-masing siswa, sehingga proses belajar menjadi lebih efektif dan sesuai dengan tahap perkembangan mereka.

### 2. **Menentukan metode dan strategi pembelajaran yang tepat**

Psikologi pendidikan membantu guru dalam memilih metode dan strategi belajar yang sesuai dengan tingkat perkembangan kognitif dan emosional peserta didik. Guru dapat merancang pembelajaran yang interaktif, menyenangkan, dan menantang, sehingga siswa dapat memahami materi dengan lebih baik, mengembangkan kemampuan berpikir kritis, serta meningkatkan minat dan motivasi belajar secara berkelanjutan.

### 3. **Meningkatkan motivasi belajar peserta didik**

Melalui pemahaman tentang teori motivasi dan penguatan, psikologi pendidikan memungkinkan guru menciptakan lingkungan belajar yang kondusif dan menyenangkan. Guru dapat memberikan dorongan, penghargaan, serta umpan balik yang tepat untuk mendorong partisipasi aktif siswa dalam proses belajar. Motivasi yang tinggi akan membuat peserta didik lebih percaya diri, bersemangat, dan berkomitmen untuk mengembangkan potensi diri secara optimal.

## **BAB III PENUTUP**

### **3.1 Kesimpulan**

Aktivitas manusia merupakan seluruh kegiatan biologi, psikologi, dan sosial yang dilakukan untuk mempertahankan hidup serta mengembangkan potensi diri secara optimal. Aktivitas tersebut berlangsung sepanjang hayat dan saling berkaitan satu sama lain dalam membentuk perkembangan manusia secara menyeluruh.

Proses belajar memegang peranan penting dalam perkembangan tersebut, karena melalui belajar seseorang mengalami perubahan dalam pengetahuan, sikap, keterampilan, dan perilaku. Belajar tidak hanya terjadi di lingkungan sekolah, tetapi juga dalam kehidupan sehari-hari melalui pengalaman dan interaksi sosial. Tanpa proses belajar, manusia tidak akan mampu berkembang secara maksimal.

Psikologi pendidikan hadir sebagai cabang ilmu yang mengkaji bagaimana proses belajar berlangsung dan bagaimana pembelajaran dapat dirancang secara efektif. Tokoh seperti Jhon Dewey dan Edward Thorndike memberikan kontribusi penting dalam perkembangan bidang ini dengan tekanan pendekatan ilmiah dan pengalaman langsung.

Secara keseluruhan, psikologi pendidikan memiliki kedudukan dan peranan yang sangat strategi dalam dunia pendidikan. Ilmu ini membantu guru memahami karakteristik peserta didik, menentukan metode pembelajaran yang tepat, meningkatkan motivasi belajar, serta menciptakan lingkungan belajar yang kondusif. Dengan demikian, penerapan psikologi pendidikan menjadi kunci dalam mencapai proses pembelajaran yang efektif dan mendukung.

## DAFTAR PUSTAKA

- Slameto. (2010). *Belajar dan faktor-faktor yang mempengaruhi*. Rineka Cipta.
- Syah, M. (2017). *Psikologi pendidikan dan pendekatan baru*. Remaja Rosdakarya.
- Dalyono. (2015). *Psikologi pendidikan*. Rineka Cipta.
- Desmita. (2017). *Psikologi perkembangan peserta didik*. Remaja Rosdakarya.