

MAKALAH
AKTIVITAS DASAR MANUSIA

Nama Mata Kuliah : Psikologi pendidikan dan bimbingan

Kode Mata Kuliah : KIP625102

Dosen Pengampu : Muhisom, M.Pd.I

Dr. Muhammad Nurwahidin, M.Ag., M.Si.

Semester / Kelas : 2/E



Di susun oleh :

Rahma Rafiati 2513053132

Alfanny Berliana 2553053033

Reggina Tripani Wulandari 2553053036

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

2026

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa karena atas rahmat dan karunia-Nya, saya dapat menyelesaikan tugas makalah mata kuliah Psikologi Pendidikan dan Bimbingan yang berjudul “Aktivitas Dasar Manusia” dengan baik dan tepat waktu.

Makalah ini disusun untuk memenuhi salah satu tugas perkuliahan serta sebagai sarana untuk menambah wawasan dan pemahaman mengenai aktivitas dasar manusia dalam perspektif psikologi pendidikan, khususnya yang berkaitan dengan proses belajar, perkembangan, dan bimbingan peserta didik.

Saya menyadari bahwa penyusunan makalah ini tidak terlepas dari bimbingan dan arahan dari dosen pengampu mata kuliah, yaitu Bapak Muhsom, M.Pd.I. Oleh karena itu, saya mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya atas ilmu, arahan, dan motivasi yang telah diberikan selama proses perkuliahan.

Saya juga menyadari bahwa makalah ini masih jauh dari sempurna. Oleh sebab itu, kritik dan saran yang membangun sangat saya harapkan demi perbaikan di masa yang akan datang. Semoga makalah ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca dan menambah pemahaman tentang pentingnya aktivitas dasar manusia dalam konteks pendidikan dan bimbingan.

Akhir kata, saya ucapkan terima kasih.

Metro, 20 Februari 2026

Kelompok 2

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....

DAFTAR ISI.....

BAB I PENDAHULUAN.....

1.1 Latar Belakang.....

1.2 Rumusan Masalah.....

1.3 Tujuan Penulisan.....

BAB II PEMBAHASAN.....

2.1 Pengertian Aktivitas Dasar Manusia.....

2.2 Bentuk - Bentuk Aktivitas Dasar Manusia.....

2.3 Penerapan dalam Psikologi Pendidikan dan Bimbingan.....

BAB III PENUTUP.....

3.1 Kesimpulan.....

3.2 Saran.....

DAFTAR PUSTAKA.....

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Manusia merupakan makhluk yang unik karena memiliki kebutuhan, dorongan, serta potensi yang berkembang sepanjang hayat. Dalam kehidupan sehari-hari, manusia selalu melakukan berbagai aktivitas, baik secara sadar maupun tidak sadar. Aktivitas tersebut bukanlah sesuatu yang muncul tanpa sebab, melainkan didorong oleh kebutuhan dasar yang bersifat biologis, psikologis, sosial, dan spiritual.

Dalam konteks psikologi pendidikan dan bimbingan, pemahaman terhadap aktivitas dasar manusia menjadi sangat penting. Proses pendidikan bukan hanya sekadar penyampaian materi pelajaran, tetapi juga proses memahami perilaku, kebutuhan, serta perkembangan peserta didik. Setiap peserta didik memiliki latar belakang, kondisi emosi, dan kebutuhan yang berbeda-beda. Oleh karena itu, guru dan konselor harus memahami apa yang menjadi dasar munculnya perilaku siswa.

Jika kebutuhan dasar peserta didik tidak terpenuhi, seperti kebutuhan rasa aman, kasih sayang, atau penghargaan, maka proses belajar dapat terganggu. Sebaliknya, jika kebutuhan tersebut terpenuhi dengan baik, peserta didik akan lebih mudah berkembang secara optimal.

1.2 Rumusan Masalah

1. Apa yang dimaksud dengan aktivitas dasar manusia?
2. Apa saja bentuk dan jenis aktivitas dasar manusia?
3. Bagaimana teori-teori psikologi menjelaskan aktivitas dasar manusia?
4. Bagaimana penerapan pemahaman aktivitas dasar manusia dalam pendidikan dan bimbingan?

1.3 Tujuan Penulisan

1. Menjelaskan pengertian aktivitas dasar manusia secara mendalam.
2. Menguraikan bentuk-bentuk aktivitas dasar manusia.
3. Mengaitkan teori psikologi dengan aktivitas dasar manusia.
4. Menjelaskan penerapannya dalam psikologi pendidikan dan bimbingan.

BAB II

PEMBAHASAN

2.1 Pengertian Aktivitas Dasar Manusia

Secara umum, aktivitas dasar manusia adalah segala bentuk perilaku atau tindakan yang muncul sebagai respons terhadap kebutuhan dan dorongan internal individu. Aktivitas ini dapat berupa tindakan fisik (seperti makan, berjalan), aktivitas mental (seperti berpikir, mengingat), maupun aktivitas sosial (seperti berinteraksi).

Menurut teori hierarki kebutuhan dari Abraham Maslow, manusia memiliki lima tingkatan kebutuhan yang menjadi dasar munculnya perilaku, yaitu:

1. Kebutuhan fisiologis
2. Kebutuhan rasa aman
3. Kebutuhan kasih sayang dan rasa memiliki
4. Kebutuhan penghargaan
5. Kebutuhan aktualisasi diri

Maslow menjelaskan bahwa kebutuhan yang lebih rendah harus relatif terpenuhi sebelum individu dapat memenuhi kebutuhan pada tingkat yang lebih tinggi.

2.2 Bentuk-Bentuk Aktivitas Dasar Manusia

1. Aktivitas Biologis (Fisiologis)

Aktivitas biologis adalah aktivitas yang berkaitan dengan kelangsungan hidup manusia. Contohnya:

- Makan dan minum
- Tidur dan istirahat
- Bernapas
- Menjaga kesehatan

Dalam pendidikan, kebutuhan biologis sangat berpengaruh terhadap konsentrasi belajar. Siswa yang kurang tidur atau lapar akan sulit fokus dan mudah lelah. Oleh karena itu, sekolah perlu memperhatikan kondisi fisik peserta didik.

2. Aktivitas Psikologis

Aktivitas psikologis berkaitan dengan fungsi mental dan emosional manusia. Aktivitas ini meliputi:

- Berpikir
- Mengingat
- Memahami
- Mengambil keputusan
- Mengelola emosi

Menurut teori perkembangan kognitif dari Jean Piaget, kemampuan berpikir manusia berkembang melalui beberapa tahap:

1. Tahap sensorimotor
2. Tahap praoperasional
3. Tahap operasional konkret
4. Tahap operasional formal

Guru perlu memahami tahapan ini agar metode pembelajaran sesuai dengan tingkat perkembangan siswa.

3. Aktivitas Sosial

Sebagai makhluk sosial, manusia membutuhkan interaksi dengan orang lain. Aktivitas sosial meliputi:

- Komunikasi
- Kerja sama
- Empati
- Penyesuaian diri

Menurut Lev Vygotsky, perkembangan kognitif sangat dipengaruhi oleh interaksi sosial. Konsep Zone of Proximal Development (ZPD) menjelaskan bahwa anak dapat mencapai kemampuan yang lebih tinggi dengan bantuan orang lain yang lebih kompeten.

Dalam pendidikan, kegiatan diskusi kelompok, kerja sama tim, dan pembelajaran kolaboratif sangat mendukung perkembangan sosial dan kognitif siswa.

4. Aktivitas Emosional

Aktivitas emosional mencakup perasaan seperti:

- Senang

- Sedih
- Marah
- Takut
- Cemas

Pengelolaan emosi yang baik sangat penting dalam proses belajar. Siswa yang mengalami kecemasan berlebihan dapat mengalami hambatan akademik. Oleh karena itu, layanan bimbingan dan konseling berperan dalam membantu siswa mengelola emosi secara sehat.

5. Aktivitas Spiritual dan Moral

Aktivitas spiritual berkaitan dengan nilai-nilai kehidupan, keyakinan, serta tujuan hidup. Dalam pendidikan, pembentukan karakter dan moral merupakan bagian dari pengembangan aktivitas spiritual.

Pendidikan tidak hanya bertujuan mencerdaskan intelektual, tetapi juga membentuk kepribadian yang berakhlak dan bertanggung jawab.

2.3 Penerapan dalam Psikologi Pendidikan dan Bimbingan

Pemahaman tentang aktivitas dasar manusia memiliki beberapa implikasi penting dalam pendidikan:

1. Membantu Guru Memahami Perilaku Siswa
Perilaku siswa yang tampak “bermasalah” sering kali merupakan bentuk ekspresi dari kebutuhan yang tidak terpenuhi.
2. Meningkatkan Motivasi Belajar
Guru dapat menciptakan suasana belajar yang aman, nyaman, dan menghargai siswa sehingga kebutuhan psikologis terpenuhi.
3. Dasar Layanan Bimbingan dan Konseling
Konselor dapat mengidentifikasi sumber masalah siswa berdasarkan aspek biologis, psikologis, atau sosial yang memengaruhi aktivitasnya.
4. Mendukung Perkembangan Holistik
Pendidikan harus memperhatikan perkembangan fisik, kognitif, emosional, sosial, dan spiritual secara seimbang.

BAB III

PENUTUP

3.1 Kesimpulan

Aktivitas dasar manusia merupakan manifestasi dari kebutuhan biologis, psikologis, sosial, dan spiritual yang mendorong perilaku individu. Dalam pendidikan, pemahaman terhadap aktivitas ini sangat penting untuk menciptakan pembelajaran yang efektif dan layanan bimbingan yang tepat.

Proses pendidikan yang berhasil adalah proses yang mampu memenuhi kebutuhan dasar peserta didik sehingga mereka dapat berkembang secara optimal, baik secara akademik maupun kepribadian.

3.2 Saran

1. Guru hendaknya memahami karakteristik dan kebutuhan siswa.
2. Sekolah perlu menciptakan lingkungan belajar yang kondusif.
3. Layanan bimbingan dan konseling harus memperhatikan seluruh aspek perkembangan siswa.

DAFTAR PUSTAKA

Maslow, A. H. (1943). A Theory of Human Motivation.

Piaget, J. (1952). The Origins of Intelligence in Children.

Vygotsky, L. S. (1978). Mind in Society.

Erikson, E. H. (1968). Identity: Youth and Crisis.