

DAGNOSIS KESULITAN BELAJAR DALAM PERSPEKTIF AL-QUR'AN**Tanuri¹, Husnul Khotimah², Mujiono³**¹Fakultas Syariah, Institut Pembina Rohani Islam Jakarta

Email: abufatihnanuri@gmail.com

^{2,3} Fakultas Tarbiyah, Institut Pembina Rohani Islam Jakarta

Abstract: This study aims to find out a student who has learning difficulties in the perspective of the Koran. As a basis for the analysis are verses originating from the Koran. Learning difficulties can be influenced by various factors, ranging from learning styles, learning concentration problems, having unique learning preferences, different learning methods, health problems, lack of student motivation, environmental problems and emotional problems and learning interest. If the learning method used does not suit a person's learning style, they may have difficulty understanding and remembering information. Therefore, it is important for individuals to know their own learning style in order to be able to adopt appropriate learning strategies. This research is literature-based using qualitative methods with data sources from journal articles, books or observations of phenomena that occur in the world of education today.

Keywords: Difficulty, Learning, Perspective, Al-Qur'an.

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seorang siswa yang mengalami kesulitan belajar dalam perspektif al-Qur'an. Sebagai dasar pijakan untuk analisisnya adalah ayat-ayat yang bersumber dari al-Qur'an. Kesulitan belajar dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, dari mulai gaya belajar, masalah konsentrasi belajar, memiliki preferensi belajar yang unik, metode pembelajaran yang berbeda, masalah kesehatan, kurangnya motivasi belajar siswa, masalah lingkungan dan masalah emosi dan minat belajar. Jika metode pembelajaran yang digunakan tidak sesuai dengan gaya belajar seseorang, mereka mungkin mengalami kesulitan dalam memahami dan mengingat informasi. Oleh karena itu, penting bagi individu untuk mengetahui gaya belajar mereka sendiri agar dapat mengadopsi strategi pembelajaran yang sesuai. Penelitian ini berbasis pustaka dengan metode kualitatif dengan sumber data dari artikel jurnal, buku atau pengamatan terhadap fenomena yang terjadi dalam dunia pendidikan saat ini.

Kata Kunci: Kesulitan, Belajar, Perspektif, al-Qur'an.

PENDAHULUAN

Kegiatan belajar seyogyanya merupakan sarana untuk menjadikan seorang individu menjadi pribadi yang lebih baik dengan adanya transfer ilmu. Namun dalam prakteknya banyak kesulitan dalam mewujudkan hal tersebut adanya faktor penghalang dan kesulitan dalam proses belajar. Kesulitan belajar dapat bervariasi dari satu individu ke individu lainnya. Terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi seseorang mengalami kesulitan belajar. Seperti perbedaan gaya belajar bahwa setiap individu memiliki preferensi belajar yang berbeda-beda. Beberapa orang mungkin lebih efektif belajar melalui metode auditori (pendengaran), visual (penglihatan), atau kinestetik (gerakan fisik). Jika metode pembelajaran yang digunakan tidak sesuai dengan gaya belajar seseorang, mereka mungkin mengalami kesulitan dalam memahami dan mengingat informasi (Suryani, 2010).

Kesulitan berikutnya seperti gangguan konsentrasi, gangguan perhatian dan kecemasan dapat menyebabkan kesulitan dalam mempertahankan konsentrasi saat belajar. Kurangnya fokus dapat menghambat kemampuan seseorang untuk memahami materi yang diajarkan dan mengingatkannya dengan baik. Masalah kesehatan juga tidak kalah pentingnya yaitu kondisi medis seperti disleksia (kesulitan membaca), disgrafia (kesulitan menulis), atau gangguan neurologis lainnya dapat mempengaruhi kemampuan seseorang untuk belajar. Gangguan kesehatan mental seperti depresi atau gangguan kecemasan juga dapat menyebabkan kesulitan belajar. Di samping itu masalah lingkungan belajar yang tidak mendukung seperti kebisingan yang tinggi, kurangnya dukungan dari keluarga, dukungan dariteman, dan kurangnya sumber daya pendukung di sekolah, dapat mempengaruhi kemampuan seseorang untuk belajar dengan efektif (Dian, Rizky Utari, 2023).

Kesulitan lainnya yaitu kurangnya motivasi di mana seseorang tidak memiliki motivasi atau minat dalam subjek yang dipelajari, mereka mungkin mengalami kesulitan belajar. Rasa bosan dan kurangnya tujuan yang jelas dalam belajar juga dapat mempengaruhi motivasi seseorang. Kesulitan berikutnya kurangnya keterampilan studi di mana hal ini kadang-kadang disebabkan oleh kurangnya keterampilan mengatur waktu, mengelola materi pelajaran, dan menggunakan strategi belajar yang efisien. Penting untuk diingat bahwa setiap individu unik, dan kombinasi faktor-faktor ini dapat berbeda-beda dalam setiap situasi. Jika seseorang mengalami kesulitan belajar yang berkelanjutan, penting untuk mencari bantuan dan dukungan tambahan dari guru, orang tua, atau profesional di bidang pendidikan untuk mengidentifikasi masalah yang mendasarinya dan mengembangkan strategi belajar yang lebih efektif (Cahyono, 2019).

Berdasarkan permasalahan di atas kami ingin mendiagnosis kesulitan dalam belajar dan mencoba untuk bisa memberikan solusi dengan pendekatan al-Qur'an. Kami menggunakan literatur sejenis dengan tulisan seperti tulisan Yulinda Erma Suryani dalam artikelnya "Kesulitan Belajar" yang membahas faktor-faktor apa saja yang menjadi kendalanya. Tulisan lainya oleh Hadi Cahyono dengan judul " Faktor-faktor Kesulitan Belajar Siswa di MIN Janti " yang membahas tentang kesulitan belajar para siswa dalam mengetahui faktor-faktor apa saja yang menyebabkan siswa sulit dalam belajar. Dan tulisan berikutnya adalah "Analisis Kesulitan Belajar Matematika dalam Menyelesaikan Soal Cerita" oleh Dian Rizky Utari dkk yang menceritakan sulitnya siswa belajar matematika yang berkaitan dengan soal cerita.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini termasuk penelitian kualitatif dan pustaka dengan menggunakan sumber data dari artikel jurnal, buku atau tulisan yang relevan dengan pendekatan fenomenologi dalam kasus yang banyak terjadi dalam lembaga pendidikan. Kemudian diolah dan dibahas secara kritis sehingga menghasilkan kesimpulan dan saran yang diharapkan dapat memberikan pengayaan dalam dunia pendidikan yang dapat dibaca oleh berbagai pihak yang berkompeten.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam perspektif Al-Qur'an, kesulitan belajar atau kesulitan dalam memperoleh pengetahuan dan pemahaman dapat dijelaskan melalui beberapa ayat dan prinsip Islam yang relevan. Berikut ini adalah beberapa poin yang dapat dipertimbangkan:

1. Keberagaman kemampuan dan potensi

Al-Qur'an mengajarkan bahwa setiap individu diberi potensi dan kemampuan yang berbeda oleh Allah. Dalam Surah Al-Baqarah (286), Allah berfirman:

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا ۗ لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ ۗ

"Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya." Hal ini mengindikasikan bahwa setiap individu memiliki kapasitas dan kemampuan yang berbeda-beda dalam menghadapi tantangan dan belajar.

Al-Qur'an mengajarkan bahwa setiap individu diberi potensi dan kemampuan yang berbeda-beda oleh Allah" adalah bahwa dalam pandangan Al-Qur'an, setiap individu dianugerahi oleh Allah dengan kemampuan dan potensi yang unik. Tidak ada dua individu yang memiliki kemampuan dan potensi yang identik. Selain itu, terdapat juga ayat yang menekankan keberagaman dalam kemampuan dan potensi individu. Misalnya, dalam Surah Ar-Rum ayat 22, Allah menyebutkan bahwa keberagaman bahasa dan warna kulit adalah tanda-tanda kebesaran-Nya. Hal ini menunjukkan bahwa perbedaan dalam kemampuan dan potensi adalah sesuatu yang dikehendaki oleh Allah untuk memperkaya kehidupan manusia dan membangun hubungan yang saling melengkapi di antara mereka. Dengan demikian, Al-Qur'an mengajarkan bahwa setiap individu memiliki kemampuan dan potensi yang berbeda-beda, dan perbedaan ini seharusnya dihargai dan dihormati. Keberagaman ini merupakan karunia dari Allah yang menciptakan kehidupan yang kaya dan penuh dengan peluang bagi setiap individu untuk berkembang sesuai dengan potensinya (Sholichah, 2018).

2. Kesabaran dan usaha

Al-Qur'an mendorong umat Muslim untuk memiliki kesabaran dan berusaha keras dalam menghadapi kesulitan. Dalam Surah Al-'Asr (103:3), Allah berfirman:

إِلَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَاصَوْا بِالْحَقِّ وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ

"Kecuali orang-orang yang beriman dan mengerjakan amal saleh dan saling menasihati untuk kebenaran dan saling menasihati untuk kesabaran." Dalam mencapai pengetahuan dan pemahaman, kesabaran dan usaha yang konsisten sangat diperlukan."

Al-Qur'an memang mendorong umat Muslim untuk memiliki kesabaran dan berusaha keras dalam menghadapi kesulitan. Konsep kesabaran dalam Islam ditekankan sebagai sikap yang penting dalam menghadapi tantangan dan ujian dalam kehidupan.

Dalam Al-Qur'an, ada banyak ayat lain yang menekankan pentingnya kesabaran. Contohnya, dalam Surah Al-Baqarah ayat 153, Allah berfirman:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ

"Wahai orang-orang yang beriman, mintalah pertolongan (kepada Allah) dengan sabar dan salat. Sungguh, Allah beserta orang-orang yang sabar."

Ayat ini mengajarkan kepada umat Muslim untuk memohon pertolongan kepada Allah dengan bersabar dan tetap melaksanakan kewajiban salat. Kesabaran di sini merupakan bentuk kepasrahan diri kepada kehendak Allah dalam menghadapi cobaan dan kesulitan hidup. Dengan demikian, Al-Qur'an mendorong umat Muslim untuk memiliki kesabaran dan berusaha keras dalam menghadapi kesulitan. Sikap kesabaran dan usaha keras ini merupakan bagian dari keimanan dan tindakan yang diperintahkan oleh Allah untuk mencapai kesuksesan dan mendapatkan rahmat-Nya (Nurdin, 2021).

Dalam Islam, keuletan) dan kesabaran memiliki peran penting dan dianggap sebagai sifat-sifat yang sangat dihargai. Kedua sifat ini dianggap sebagai cara untuk menghadapi tantangan dan ujian dalam hidup serta sebagai bentuk ketaatan kepada Allah. Keuletan (sabar) dalam Islam mengacu pada kemampuan untuk tetap tenang dan tabah menghadapi kesulitan, rintangan, atau ujian yang kita alami. Hal ini termasuk sabar dalam menjalankan ibadah, menghadapi cobaan hidup, atau menahan diri dari melakukan dosa. Keuletan dalam Islam bukan berarti pasifitas atau penundaan, tetapi mencakup ketekunan, keberanian, dan ketabahan dalam menghadapi cobaan dengan niat yang baik dan mengandalkan Allah (Yulianti et al., 2022).

Dalam Al-Qur'an, Allah SWT berfirman:

وَاسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ إِنَّهَا لَكَبِيرَةٌ إِلَّا عَلَى الْخَاشِعِينَ

"Dan carilah pertolongan dengan sabar dan shalat. Dan sungguh, yang demikian itu sungguh berat, kecuali bagi orang-orang yang khusyu" (Al-Baqarah: 45).

Kesabaran juga ditegaskan dalam hadis-hadis Nabi Muhammad SAW. Beliau bersabda: "Sesungguhnya kekuatan dan keberhasilan itu datang bersama kesabaran." (HR. Ahmad) "Seorang muslim yang kuat adalah yang mampu menahan amarah dan menjaga dirinya pada saat yang sulit" (HR. Bukhari dan Muslim).

Selain itu, Allah SWT telah menjanjikan pahala yang besar bagi mereka yang bersabar dalam menghadapi cobaan dan kesulitan. Allah berfirman:

فَاصْبِرْ إِنَّ وَعْدَ اللَّهِ حَقٌّ وَلَا يَسْتَخِفُّكَ الَّذِينَ لَا يُوقِنُونَ

"Maka bersabarlah, sesungguhnya janji Allah adalah benar" (Ar-Rum: 60).

Dengan demikian, dalam Islam, keuletan dan kesabaran merupakan nilai-nilai penting yang dianjurkan untuk diaplikasikan oleh setiap Muslim dalam semua aspek kehidupan. Keuletan dan kesabaran membantu seseorang tetap teguh dalam menjalankan ajaran agama, menghadapi ujian hidup, serta meningkatkan ketakwaan dan kualitas kehidupan secara keseluruhan (Afrizal, 2016).

3. Mencari pengetahuan

Al-Qur'an mendorong umat Muslim untuk mencari pengetahuan dan mempelajari ayat-ayat-Nya. Dalam Surah Al-Mujadilah (58:11), Allah berfirman,

يَرْفَعُ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا مِنْكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ

"Allah akan meninggikan orang-orang yang beriman di antara kamu dan orang-orang yang diberi ilmu pengetahuan beberapa derajat."

Ayat tersebut menunjukkan bahwa pencarian ilmu adalah suatu kewajiban bagi umat Muslim. Berdasarkan ajaran Islam, menuntut ilmu memiliki kedudukan yang

sangat penting. Allah SWT dalam Al-Qur'an menekankan pentingnya pengetahuan dan pendidikan bagi umat manusia. Beberapa ayat dalam Al-Qur'an dan hadis Nabi Muhammad SAW menyoroti pentingnya menuntut ilmu. Salah satu ayat yang sering dikutip adalah Surah Al-Zumar ayat 9, yang artinya: *"Apakah orang-orang yang mengetahui sama dengan orang-orang yang tidak mengetahui? Hanya orang yang berakallah yang dapat mengambil pelajaran."* Ayat ini menegaskan bahwa pengetahuan memiliki nilai yang jauh lebih tinggi daripada ketidaktahuan. Allah menghargai orang-orang yang memiliki pengetahuan dan memberikan kemuliaan kepada mereka (Bakri, 2016).

Selain itu, Rasulullah SAW juga sangat menekankan pentingnya menuntut ilmu. Beliau bersabda, *"Menuntut ilmu adalah wajib bagi setiap Muslim dan Muslimah"*. Hadis ini menegaskan bahwa umat Islam diwajibkan untuk mencari ilmu sepanjang hayat mereka. Ilmu dalam Islam meliputi berbagai aspek kehidupan, termasuk pengetahuan tentang agama, ilmu pengetahuan umum, keterampilan praktis, dan sebagainya. Menuntut ilmu juga dianggap sebagai ibadah dalam Islam. Rasulullah SAW bersabda, *"Barang siapa yang menempuh jalan untuk mencari ilmu, maka Allah akan mudahkan baginya jalan menuju surga."* Dengan menuntut ilmu, seseorang mendekati diri kepada Allah, karena ilmu yang diperoleh dapat digunakan untuk beribadah dengan cara yang benar dan menghormati perintah-Nya (Fahri & Zainuri, 2019).

Menuntut ilmu juga memberikan manfaat yang besar dalam kehidupan dunia. Dengan pengetahuan yang luas, seseorang dapat berkontribusi secara positif dalam masyarakat, mengembangkan potensi diri, mengatasi tantangan yang dihadapi, dan mencapai kesuksesan dalam kehidupan profesional. Islam mendorong umatnya untuk menjadi pembelajar sepanjang hayat dan memanfaatkan ilmu untuk kebaikan individu, masyarakat, dan umat manusia secara keseluruhan. Secara keseluruhan, menuntut ilmu dalam Islam memiliki kedudukan yang sangat penting. Hal ini karena pengetahuan memungkinkan individu untuk mendapatkan keberkahan dari Allah, memenuhi kewajiban agama, dan memberikan manfaat dalam kehidupan dunia. Oleh karena itu, umat Islam dianjurkan untuk selalu berusaha dalam mencari ilmu dan meningkatkan pengetahuannya sepanjang hayat (Husna, 2018).

4. Meminta pertolongan kepada Allah

Dalam situasi kesulitan belajar, seorang Muslim dianjurkan untuk meminta pertolongan dan bimbingan kepada Allah. Allah berfirman dalam Surah Al-Baqarah ayat 45, yang artinya: *"Mintalah pertolongan kepada Allah dengan sabar dan salat"*. Dalam keadaan sulit, doa dan hubungan yang kuat dengan Allah dapat memberikan dukungan, ketenangan, dan bimbingan yang diperlukan. Doa adalah cara untuk berkomunikasi dengan Tuhan, dan banyak orang percaya bahwa Allah mendengarkan doa mereka dan memberikan bantuan serta petunjuk dalam menghadapi masalah dan kesulitan hidup.

Doa dapat memberikan penghiburan spiritual dan kekuatan emosional ketika seseorang merasa terjebak dalam situasi sulit. Melalui doa, seseorang dapat mengungkapkan kekhawatiran, ketakutan, atau kebingungan mereka kepada Allah, dan merasa didengar serta diberi perhatian. Doa juga bisa menjadi sarana untuk memohon petunjuk dan hikmah agar dapat menemukan jalan keluar dari kesulitan yang dihadapi. Selain itu, hubungan yang kuat dengan Allah melalui praktek keagamaan, refleksi spiritual, dan pengamalan ajaran agama juga dapat memberikan bimbingan dan arahan dalam menghadapi masalah. Ketika seseorang hidup sesuai dengan nilai-nilai agama dan prinsip-prinsip moral yang diajarkan, mereka cenderung memiliki kerangka pikir

dan pandangan hidup yang membantu mereka dalam menghadapi tantangan hidup dengan bijaksana dan penuh harapan (Febriyani & Alex, 2022).

Berdasarkan prinsip-prinsip moral yang diajarkan dalam Al-Qur'an, doa dan hubungan dengan Allah bukanlah jaminan bahwa semua masalah akan segera teratasi atau bahwa hidup akan bebas dari kesulitan. Terkadang, Tuhan mungkin memberikan jawaban atau bimbingan yang berbeda dengan yang kita harapkan, atau mungkin meminta kita untuk melalui proses yang sulit sebagai bagian dari perkembangan dan pembentukan karakter kita. Selain berdoa dan memperkuat hubungan dengan Allah, penting juga untuk mengambil tindakan yang sesuai dalam menghadapi masalah. Tuhan dapat memberikan bimbingan, tetapi kita juga harus bertanggung jawab dan bekerja secara aktif untuk mencari solusi dan mengatasi kesulitan yang dihadapi (Yeni, 2015).

5. Menghargai keberagaman kemampuan

Islam mengajarkan pentingnya menghormati dan menghargai keberagaman kemampuan individu. Setiap individu diberikan potensi yang unik, dan tidak ada yang lebih baik atau lebih rendah dalam pandangan Allah kecuali melalui ketakwaan. Dalam Surah Al-Hujurat ayat 13, Allah berfirman,

إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتْقَاهُمْ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ

"Sesungguhnya orang yang paling mulia di antara kamu di sisi Allah ialah orang yang paling bertakwa di antara kamu."

Islam mengajarkan pentingnya menghormati dan menghargai keberagaman kemampuan di dalam masyarakat. Prinsip-prinsip ini tercermin dalam ajaran-ajaran Islam yang menganjurkan saling menghormati, tolong-menolong, dan memperlakukan semua orang dengan adil tanpa memandang perbedaan kemampuan mereka. Dalam Islam, setiap individu dianggap bernilai dan dihormati karena mereka adalah ciptaan Allah. Semua manusia diberikan hak-hak yang sama, termasuk hak untuk dihormati dan dihargai, tanpa memandang kemampuan fisik atau kecerdasan mereka. Al-Qur'an mengajarkan pentingnya sikap saling menghormati antara sesama manusia. Selain itu, dalam hadis-hadis Nabi Muhammad SAW, juga terdapat penekanan pada pentingnya menghormati dan menghargai kemampuan yang berbeda. Nabi Muhammad SAW bersabda, *"Allah tidak melihat rupa dan harta kalian, tetapi Dia melihat hati dan amal kalian"* (HR. Muslim). Hal ini menunjukkan bahwa di mata Allah, nilai seseorang tidak terletak pada kemampuan fisik atau kecerdasan mereka, tetapi lebih pada kebaikan hati dan perbuatan mereka (Maskuri, 2020).

Dalam konteks sosial, Islam juga mendorong umatnya untuk saling membantu dan mendukung satu sama lain, terutama kepada mereka yang membutuhkan bantuan ekstra karena kemampuan mereka yang terbatas. Konsep zakat, infak, dan sedekah dalam Islam merupakan salah satu cara untuk mewujudkan sikap menghargai keberagaman kemampuan dan membantu sesama dalam masyarakat. Dengan demikian, Islam secara jelas mengajarkan pentingnya menghormati dan menghargai keberagaman kemampuan dalam masyarakat. Ini adalah nilai-nilai yang mendasari sikap inklusif, saling menghormati, dan keadilan sosial di dalam komunitas Muslim. Dalam perspektif Al-Qur'an, kesulitan belajar tidak dianggap sebagai kelemahan, tetapi sebagai ujian dan peluang untuk belajar dan berkembang. Dengan kesabaran, usaha, pencarian ilmu, doa, dan menghargai keberagaman kemampuan, seseorang dapat mengatasi kesulitan belajar dan mencapai pengetahuan yang diinginkan (Rahmat et al., 2023).

Solusi yang ditawarkan

1. Gaya Belajar Berbeda

Setiap individu memiliki gaya belajar yang berbeda-beda. Beberapa orang lebih suka belajar melalui pendekatan visual, sementara yang lain lebih suka belajar melalui

pendekatan auditori atau kinestetik. Berikut adalah beberapa solusi untuk mengatasi perbedaan gaya belajar individu:

- a. Mengidentifikasi gaya belajar individu; penting untuk mengenali gaya belajar masing-masing individu. Anda dapat menggunakan tes atau kuesioner gaya belajar yang tersedia secara online untuk membantu mengidentifikasi preferensi belajar seseorang. Dengan mengetahui gaya belajar mereka, Anda dapat menyesuaikan metode pengajaran yang lebih sesuai.
- b. Variasi dalam metode pengajaran; gunakan berbagai metode pengajaran yang berbeda untuk memenuhi berbagai gaya belajar. Misalnya, jika Anda memiliki siswa yang lebih suka belajar secara visual, gunakan diagram, grafik, dan gambar untuk membantu mereka memahami konsep. Untuk siswa auditori, adakan diskusi kelompok atau berikan ceramah yang terstruktur. Bagi siswa yang lebih kinestetik, berikan aktivitas praktis atau simulasi yang memungkinkan mereka bergerak dan berinteraksi dengan materi pelajaran.
- c. Berikan sumber daya yang beragam; sediakan berbagai sumber daya belajar yang memenuhi kebutuhan berbagai gaya belajar. Misalnya, sediakan buku teks, video pembelajaran, rekaman audio, dan materi interaktif online. Hal ini akan memungkinkan siswa untuk memilih metode yang paling sesuai dengan gaya belajar mereka.
- d. Kelompokkan siswa berdasarkan gaya belajar; saat melakukan kerja kelompok atau proyek, Anda dapat mempertimbangkan untuk mengelompokkan siswa berdasarkan gaya belajar mereka. Hal ini akan memungkinkan mereka untuk saling mendukung dan belajar dari gaya belajar yang berbeda-beda.
- e. Dukungan individual: Berikan dukungan individual kepada siswa dengan gaya belajar yang berbeda. Anda dapat mengadakan sesi konseling atau bimbingan dengan siswa secara individu untuk membantu mereka mengidentifikasi gaya belajar mereka dan memberikan strategi belajar yang sesuai.
- f. Fleksibilitas dalam penilaian; ketika mengevaluasi pemahaman siswa, pertimbangkan untuk menggunakan berbagai metode penilaian. Selain ujian tertulis, Anda dapat memberikan tugas proyek, presentasi lisan, atau penugasan praktis. Hal ini akan memberikan kesempatan bagi siswa dengan gaya belajar yang berbeda untuk menunjukkan pemahaman mereka dengan cara yang sesuai bagi mereka.
- g. Melibatkan siswa dalam proses pembelajaran; ajak siswa untuk aktif terlibat dalam proses pembelajaran dan memilih metode yang mereka temukan efektif. Ini akan memberi mereka rasa kepemilikan terhadap pembelajaran mereka sendiri dan memungkinkan mereka mengembangkan strategi belajar yang sesuai dengan gaya belajar mereka (Sham, 2016).

Ingatlah bahwa setiap individu unik, dan kombinasi gaya belajar bisa berbeda-beda. Oleh karena itu, penting bagi pendidik untuk menjadi responsif dan fleksibel dalam menyediakan pengalaman pembelajaran yang beragam bagi siswa.

2. Gangguan Konsentrasi

Gangguan konsentrasi, gangguan perhatian, dan kecemasan dapat menyebabkan kesulitan dalam mempertahankan konsentrasi saat belajar. Berikut ini adalah beberapa solusi yang dapat membantu mengatasi masalah tersebut:

- a. Buatlah jadwal belajar yang teratur; menetapkan jadwal belajar yang konsisten dapat membantu meningkatkan fokus dan konsentrasi. Pilih waktu yang optimal bagi Anda untuk belajar dan usahakan untuk menjaga konsistensi dalam menjalankan jadwal tersebut.

- b. Ciptakan lingkungan belajar yang tenang; carilah tempat yang tenang dan minim gangguan untuk belajar. Hindari lingkungan yang bising atau penuh dengan gangguan agar Anda dapat fokus sepenuhnya pada materi yang sedang dipelajari.
- c. Gunakan teknik relaksasi; latihan relaksasi seperti pernapasan dalam-dalam, meditasi, atau yoga dapat membantu mengurangi kecemasan dan meningkatkan konsentrasi. Luangkan waktu sejenak sebelum belajar untuk melakukan teknik-teknik ini.
- d. Bagi tugas menjadi bagian yang lebih kecil; menghadapi tugas yang besar atau kompleks dapat membuat Anda merasa terbebani dan sulit berkonsentrasi. Membagi tugas menjadi bagian-bagian yang lebih kecil dan lebih terkelola dapat membuatnya terasa lebih mudah dan meningkatkan konsentrasi Anda.
- e. Gunakan teknik fokus seperti Pomodoro; teknik Pomodoro melibatkan pembagian waktu belajar menjadi interval-interval yang lebih pendek, misalnya 25 menit belajar dan 5 menit istirahat. Dengan cara ini, Anda dapat mempertahankan konsentrasi selama periode yang lebih singkat dan memberikan waktu istirahat yang diperlukan untuk merilekskan pikiran.
- f. Hindari gangguan dari perangkat elektronik; matikan pemberitahuan atau notifikasi di ponsel, tablet, atau komputer Anda saat sedang belajar. Hindari godaan untuk memeriksa media sosial atau aplikasi lain yang dapat mengganggu fokus Anda.
- g. Cari dukungan dan bantuan; jika masalah konsentrasi atau kecemasan yang Anda hadapi sangat mengganggu, penting untuk mencari bantuan dari ahli atau profesional terkait. Psikolog atau konselor dapat memberikan strategi dan dukungan yang lebih spesifik sesuai dengan kebutuhan Anda (Mardiah & Syarifudin, 2019).

Selain saran-saran di atas, penting juga untuk menjaga gaya hidup sehat secara umum. Tidur yang cukup, makan makanan bergizi, dan berolahraga secara teratur dapat mempengaruhi kemampuan konsentrasi dan mengurangi kecemasan.

3. Masalah Kesehatan

Kesulitan belajar dapat memiliki banyak penyebab, termasuk masalah kesehatan yang mempengaruhi kemampuan seseorang untuk fokus, berkonsentrasi, dan memproses informasi dengan baik. Berikut ini adalah beberapa solusi yang mungkin membantu mengatasi masalah kesehatan yang memengaruhi kesulitan belajar:

- a. Dapatkan perawatan medis: Jika Anda memiliki masalah kesehatan yang mungkin mempengaruhi kemampuan belajar, penting untuk mencari perawatan medis. Misalnya, jika Anda memiliki gangguan tidur, penglihatan yang buruk, atau masalah pendengaran, berkonsultasilah dengan dokter untuk mendapatkan diagnosis dan perawatan yang tepat.
- b. Atur pola tidur yang baik: Tidur yang cukup dan berkualitas sangat penting untuk fungsi kognitif yang optimal. Usahakan untuk tidur setidaknya 7-8 jam setiap malam dan coba untuk menjaga rutinitas tidur yang konsisten.
- c. Perhatikan pola makan yang sehat: Gizi yang baik dapat berpengaruh pada konsentrasi dan kinerja belajar. Pastikan Anda mengonsumsi makanan yang seimbang, kaya akan nutrisi, seperti buah-buahan, sayuran, biji-bijian, dan protein. Hindari makanan olahan yang tinggi gula dan lemak jenuh.
- d. Lakukan olahraga secara teratur: Aktivitas fisik dapat meningkatkan aliran darah ke otak, meningkatkan konsentrasi, dan mengurangi stres. Coba untuk melakukan olahraga ringan atau berjalan kaki setidaknya 30 menit setiap hari.

- e. Atur waktu istirahat dan relaksasi: Memberi waktu untuk istirahat dan relaksasi penting untuk menghindari kelelahan mental. Cobalah teknik-teknik seperti meditasi, pernapasan dalam, atau yoga untuk membantu mengurangi stres dan meningkatkan fokus.
- f. Gunakan teknologi secara bijak: Terlalu banyak paparan pada layar elektronik dapat mengganggu tidur dan konsentrasi. Atur batasan waktu untuk penggunaan perangkat elektronik dan hindari menggunakannya sebelum tidur.
- g. Minta dukungan: Jangan ragu untuk mencari dukungan dari orang-orang di sekitar Anda, seperti keluarga, teman, atau guru. Mereka dapat memberikan dukungan emosional dan praktis yang dibutuhkan untuk mengatasi kesulitan belajar. (Nurjanah et al., 2013)

Selain itu, jika kesulitan belajar terus berlanjut atau sangat mengganggu, penting untuk berkonsultasi dengan profesional kesehatan atau psikolog pendidikan yang dapat membantu mengevaluasi dan merancang strategi belajar yang sesuai dengan kebutuhan individu Anda.

4. Lingkungan Tidak Kondusif

Lingkungan belajar yang tidak mendukung seperti kebisingan yang tinggi, kurangnya dukungan dari keluarga atau teman, atau kurangnya sumber daya pendukung di sekolah dapat mempengaruhi kemampuan seseorang untuk belajar dengan efektif. Berikut adalah beberapa solusi untuk mengatasi masalah tersebut:

- a. Mengurangi kebisingan; jika kebisingan di sekitar lingkungan belajar Anda mengganggu, cobalah untuk mencari tempat yang lebih tenang seperti perpustakaan atau ruang studi yang terisolasi. Menggunakan *headphone* atau *earplug* juga bisa membantu mengurangi gangguan suara. Jika memungkinkan, bicarakan masalah kebisingan dengan pihak sekolah atau pengelola fasilitas untuk mencari solusi jangka panjang.
- b. Mencari dukungan dari keluarga dan teman; jika Anda merasa kurang mendapatkan dukungan dari keluarga atau teman, cobalah untuk terbuka dan berkomunikasi dengan mereka tentang kebutuhan Anda. Jelaskan betapa pentingnya dukungan mereka dalam membantu Anda belajar dengan efektif. Jika keluarga atau teman tidak dapat memberikan dukungan yang memadai, Anda dapat mencari dukungan dari mentor, guru, atau komunitas belajar di luar lingkungan Anda.
- c. Mencari sumber daya pendukung di luar sekolah; jika sekolah tidak menyediakan sumber daya yang memadai, carilah sumber daya pendukung di luar sekolah. Anda dapat mencari program belajar tambahan, kursus online, atau sumber daya pendidikan lainnya yang dapat membantu Anda meningkatkan kemampuan belajar. Perpustakaan umum atau pusat belajar komunitas juga dapat menjadi sumber daya yang berharga.
- d. Membuat lingkungan belajar yang sesuai; jika lingkungan belajar Anda kurang mendukung, cobalah untuk membuat perubahan yang dapat meningkatkan efektivitas belajar Anda. Buat jadwal belajar yang teratur dan tetapkan tempat khusus di rumah yang tenang dan bebas gangguan untuk belajar. Pastikan Anda memiliki akses ke bahan-bahan belajar yang diperlukan seperti buku, internet, atau peralatan lain yang diperlukan.
- e. Mengembangkan keterampilan belajar mandiri; jika dukungan eksternal terbatas, penting untuk mengembangkan keterampilan belajar mandiri. Pelajari strategi belajar yang efektif seperti pengaturan tujuan, pengaturan waktu, pembagian materi, dan teknik pemahaman. Dengan keterampilan ini, Anda dapat belajar

dengan efektif meskipun dalam lingkungan yang tidak mendukung. (Dian, Rizky Utari, 2023)

Selain itu, penting juga untuk mencari bantuan dari guru atau konselor di sekolah. Mereka dapat memberikan nasihat dan saran yang lebih spesifik berdasarkan situasi Anda.

5. *Kurangnya Motivasi*

Ketika seseorang mengalami kurangnya motivasi dalam subjek yang dipelajari, ada beberapa solusi yang dapat dicoba:

- a. Mencari makna dan relevansi: Coba cari tahu mengapa subjek tersebut penting dan bagaimana dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Menyadari manfaatnya yang nyata dapat membantu meningkatkan motivasi.
- b. Tetapkan tujuan yang spesifik: Tentukan tujuan yang jelas dan terukur untuk diri sendiri. Tujuan-tujuan ini harus dapat dicapai dalam jangka waktu yang realistis. Memiliki target yang terukur dapat memberikan dorongan dan fokus yang diperlukan.
- c. Cari metode pembelajaran yang sesuai: Eksplorasi berbagai metode pembelajaran yang berbeda untuk menemukan yang paling sesuai dengan gaya belajar Anda. Cobalah berbagai pendekatan, seperti belajar melalui gambar, diskusi kelompok, atau eksperimen langsung, untuk menjaga pembelajaran tetap menarik.
- d. Dapatkan dukungan dari orang lain: Bicaralah dengan teman, guru, atau orang dewasa yang dapat memberikan dukungan dan motivasi. Mereka mungkin memiliki perspektif yang berbeda atau dapat memberikan saran untuk membantu Anda mengatasi kurangnya motivasi.
- e. Jaga keseimbangan: Penting untuk menjaga keseimbangan antara belajar dan aktivitas lain yang menyenangkan. Luangkan waktu untuk melakukan kegiatan yang Anda nikmati agar tetap termotivasi dan terhindar dari kejenuhan.
- f. Rencanakan reward: Tetapkan reward bagi diri sendiri setelah mencapai tujuan tertentu. Reward ini dapat berupa waktu luang tambahan, hobi yang disukai, atau hal lain yang memberikan kepuasan pribadi.
- g. Ubah pendekatan: Jika metode belajar yang Anda gunakan tidak efektif, coba ubah pendekatan atau mencari sumber pembelajaran yang berbeda. Terkadang, kurangnya motivasi dapat disebabkan oleh ketidakcocokan antara gaya belajar dan metode yang digunakan.
- h. Mengidentifikasi dan atasi hambatan: Kenali hambatan yang mungkin menghalangi motivasi Anda, seperti ketakutan akan kegagalan atau kecemasan berlebihan. Setelah mengidentifikasi hambatan tersebut, cari cara untuk mengatasi atau mengurangi dampaknya, seperti dengan memecah tugas menjadi bagian yang lebih kecil dan terkelola. (Kusaeri, 2013)

Selalu ingat bahwa motivasi adalah hal yang dapat berubah dari waktu ke waktu. Jika Anda tetap berusaha dan mencoba solusi yang berbeda, Anda mungkin dapat mengatasi kurangnya motivasi dan menemukan cara yang lebih baik untuk belajar dan berkembang dalam subjek yang Anda pelajari.

6. *Manajemen Waktu*

Kesulitan dalam mengatasi kurangnya belajar dapat diatasi dengan beberapa langkah praktis. Berikut adalah beberapa solusi yang dapat membantu dalam meningkatkan keterampilan belajar:

- a. Buat jadwal belajar; aturlah jadwal belajar yang teratur dan konsisten. Tetapkan waktu khusus setiap hari untuk belajar dan patuhi jadwal tersebut. Ini akan

- membantu Anda mengatur waktu dengan lebih efisien dan menghindari penundaan.
- b. Prioritaskan tugas; identifikasi tugas atau materi pelajaran yang paling penting atau yang membutuhkan lebih banyak waktu dan perhatian. Prioritaskan tugas-tugas ini dan selesaikan mereka terlebih dahulu.
 - c. Bagi waktu belajar menjadi sesi yang lebih kecil. Daripada mencoba belajar dalam waktu yang lama, pecahlah menjadi sesi belajar yang lebih kecil. Misalnya, belajarlah selama 25-30 menit, kemudian istirahat selama 5-10 menit. Pemecahan waktu ini akan membantu menjaga fokus dan daya tahan Anda.
 - d. Gunakan teknik belajar yang efektif; eksplorasi berbagai strategi belajar yang berbeda, seperti membuat rangkuman, membuat catatan, mempraktikkan ulang, atau mengajar orang lain. Temukan teknik yang paling cocok bagi Anda dan gunakanlah secara konsisten.
 - e. Cari lingkungan belajar yang cocok. Temukan tempat yang tenang dan bebas dari gangguan untuk belajar. Pastikan Anda memiliki akses ke sumber daya yang diperlukan, seperti buku, materi referensi, atau peralatan komputer.
 - f. Kelola gangguan; identifikasi faktor-faktor yang dapat mengganggu fokus Anda saat belajar, seperti media sosial atau perangkat elektronik lainnya. Batasi atau matikan gangguan-gangguan ini selama sesi belajar agar Anda dapat berkonsentrasi sepenuhnya.
 - g. Manfaatkan sumber daya pendukung; jika memungkinkan, manfaatkan sumber daya tambahan seperti tutor, mentor, atau grup belajar. Mereka dapat memberikan wawasan dan dukungan tambahan untuk meningkatkan pemahaman Anda.
 - h. Evaluasi dan refleksi; secara berkala, evaluasi keterampilan belajar Anda dan refleksikan apa yang telah Anda pelajari. Tinjau strategi belajar yang efektif dan identifikasi area yang perlu ditingkatkan (Asrul, 2022).

Hal yang terpenting adalah mengingat bahwa pengembangan keterampilan belajar membutuhkan waktu dan dedikasi. Terus berlatih dan bersabarlah dengan diri sendiri saat kita mengatasi kesulitan tersebut.

KESIMPULAN

Dalam perspektif Al-Qur'an, tidak ada ketentuan atau penjelasan khusus tentang diagnosis kesulitan belajar seperti yang ditemukan dalam literatur medis atau psikologis modern. Al-Qur'an memberikan penekanan pada pemahaman, pengetahuan, dan kebijaksanaan sebagai cara untuk memahami dunia dan menghadapi tantangan kehidupan. Namun, ada beberapa prinsip umum dalam Al-Qur'an yang dapat diterapkan dalam konteks kesulitan belajar:

1. Keunikan dan potensi setiap individu

Al-Qur'an mengajarkan bahwa setiap individu memiliki keunikan dan potensi yang berbeda. Setiap orang diberi bakat dan kemampuan yang unik, dan ini termasuk dalam kemampuan belajar mereka. Oleh karena itu, penting untuk menghormati keunikan dan potensi setiap individu dalam memahami dan mengatasi kesulitan belajar.

2. Pendidikan dan pengetahuan

Al-Qur'an memberikan penekanan yang besar pada pentingnya pendidikan dan pengetahuan. Mencari pengetahuan, mengembangkan kemampuan intelektual, dan belajar merupakan nilai yang dihargai dalam Islam. Dalam menghadapi kesulitan belajar, penting bagi individu untuk mencari pendidikan yang sesuai, termasuk dukungan pendidikan khusus jika diperlukan.

3. Kesabaran dan ketekunan

Al-Qur'an mengajarkan pentingnya kesabaran dan ketekunan dalam menghadapi tantangan kehidupan. Dalam konteks kesulitan belajar, individu mungkin dihadapkan pada hambatan dan rintangan yang memerlukan ketekunan dan kesabaran untuk mengatasinya. Dengan tekad yang kuat dan kerja keras yang gigih, individu dapat mengatasi kesulitan belajar mereka.

4. Dukungan dan empati

Islam mengajarkan pentingnya memberikan dukungan dan empati kepada individu yang menghadapi kesulitan. Dalam konteks kesulitan belajar, keluarga, teman, dan masyarakat dapat memberikan dukungan yang diperlukan untuk individu tersebut. Memberikan bantuan, dorongan, dan empati dapat membantu individu mengatasi kesulitan belajar dan mencapai potensinya.

Dalam perspektif Al-Qur'an, mengatasi kesulitan belajar melibatkan pemahaman, pengetahuan, keunikan individu, pendidikan, kesabaran, ketekunan, dan dukungan. Dengan menghormati nilai-nilai ini dan memperoleh dukungan yang diperlukan, individu dapat menghadapi dan mengatasi kesulitan belajar mereka dengan keyakinan dan tekad yang kuat.

DAFTAR PUSTAKA

- Afrizal, L. H. (2016). Metodologi Tafsir Nasr Hamid Abu Zaid dan Dampaknya terhadap Pemikiran Islam. *Tsaqafah*, 12(2), 299–324. <https://doi.org/10.21111/tsaqafah.v12i2.758>
- Asrul, M. (2022). *Evaluasi Pembelajaran* (Perdana Publishing).
- Bakri, S. (2016). Asbabul Nuzul: Dialog Antara Teks dan Realitas Kesejarahan. *At-Tibyan*, 1(1), 2.
- Cahyono, H. (2019). Faktor-Faktor Kesulitan Belajar Siswa Min Janti. *Jurnal Dimensi Pendidikan Dan Pembelajaran*, 7(1), 1. <https://doi.org/10.24269/dpp.v7i1.1636>.
- Dian, Rizky Utari, D. (2023). Analisis Kesulitan Belajar Matematika Dalam Menyelesaikan Soal Cerita. *Jurnal Pendidikan Dasar Flobamorata*, 4(1), 421–423. <https://doi.org/10.51494/jpdf.v4i1.845>.
- Fahri, M., & Zainuri, A. (2019). Moderasi Beragama di Indonesia. *Intizar*, 25(2). <https://doi.org/10.19109/intizar.v25i2.5640>
- Febriyani, N. A., & Alex, A. G. (2022). Ganjaran Dalam Pendidikan Perspektif Al-Qur'an. In *Jurnal Asy-Syukriyyah* (Vol. 23, Issue 1, pp. 103–127). <https://doi.org/10.36769/asy.v23i1.236>.
- Husna, F. (2018). Aliran Psikoanalisis Dalam Perspektif Islam. *SALAM: Jurnal Sosial Dan Budaya Syar-I*, 5(2), 99–112. <https://doi.org/10.15408/sjsbs.v5i2.9411>.
- Kusaeri, K. (2013). Menggunakan Model Dina Dalam Pengembangan Tes Diagnostik Untuk Mendeteksi Salah Konsepsi. *Jurnal Penelitian Dan Evaluasi Pendidikan*, 16(1), 281–306. <https://doi.org/10.21831/pep.v16i1.1118>.
- Mardiah, M., & Syarifudin, S. (2019). Model-Model Evaluasi Pendidikan. *MITRA ASH-SHIBYAN: Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 2(1), 38–50. <https://doi.org/10.46963/mash.v2i1.24>.
- Maskuri, S. (2020). QUO VADIS LEMBAGA PENDIDIKAN DAYAH PASCA KEMERDEKAAN DAN PASCA REFORMASI. *As-Salam*, 4(2), 284–300.
- Nurdin, F. (2021). Moderasi Beragama menurut Al-Qur'an dan Hadist. *Jurnal Ilmiah Al Muashirah*, 18(1), 59–70. <https://jurnal.ar-raniry.ac.id/index.php/almuashirah/>
- Nurjanah, R., Estiwidani, D., & Purnamaningrum, Y. E. (2013). Penyuluhan dan Pengetahuan Tentang Pernikahan Usia Muda. *Kesmas: National Public Health Journal*, 8(2), 56. <https://doi.org/10.21109/kesmas.v8i2.343>
- Rahmat, A., Rudi, A., & Kariman. (2023). Quo vadis pendidikan pesantren di era digital. *Kariman*, 11, 99–118.
- Sham, F. M. (2016). Elemen Psikologi Islam dalam Silibus Psikologi Moden : Satu Alternatif. *Global Journal Al Thaqafah*, 6(1), 75–86.
- Sholichah, A. S. (2018). Teori-Teori Pendidikan dalam Al-Qur'an. *Edukasi Islami : Jurnal Pendidikan Islam*, 7(01), 23. <https://doi.org/10.30868/ei.v7i01.209>.
- Suryani, Y. E. (2010). Kesulitan belajar. *Magistra*, 73, 33–47.
- Yeni, E. M. (2015). Kesulitan Belajar Matematika Di Sekolah Dasar. *Jupendas: Jurnal Pendidikan Dasar*, 2(2), 1–10. jkip.umuslim.ac.id.
- Yulianti, Winda Cahya Wati, & Adiyono. (2022). Analisis Standar Hasil Evaluasi Melalui Proses Belajar. *Soko Guru: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 2(2), 170–176. <https://doi.org/10.55606/sokoguru.v2i2.815>.