

BAB II

LANDASAN TEORI

A. TINJAUAN TENTANG METODE MEMORY SKILLS

1. Pengertian metode memory skills

Menghafal adalah salah satu pekerjaan yang kurang disukai oleh kebanyakan orang termasuk para siswa. Hal ini disebabkan karena paradigma bahwa kebanyakan orang merasa bahwa tidak mempunyai ingatan yang kuat. Metode mengingat adalah suatu metode yang digunakan untuk mengingat kembali suatu yang pernah di baca secara benar dan apa adanya. Sebagian orang menghafal dengan cara melihat teks atau kata. Namun cara ini kurang efektif dan efisien. Menghafal dengan cara ini hanya menggunakan otak kiri dan mengakar memori sematik saja.¹

Metode memory skills adalah kemampuan menghafal lebih cepat dengan menggunakan otak kanan dan otak kiri. Dengan menggunakan teknik daya ingat yang disebut dengan manipulasi otak, sehingga daya ingat akan dapat meningkat dengan pesat dan tersimpan pada jangka waktu yang lama. Menghafal adalah proses menyimpan informasi kedalam informasi yang tersimpan di memori otak yang diperlukan.²

Teknik memori adalah teknik memasukkan informasi kedalam otak yang sesuai dengan cara kerja otak (brain based technique). Karena metode yang

¹ Adi W. Gunawan, *Genius Learning Strategy*, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2006),h.12

² Agus Ngermanto, *Quantum Quotient*, (Bandung: Nuansa, 2006), h. 108

digunakan sejalan dengan cara kerja otak , maka hal ini akan meningkatkan kreatifitas dan efesiensi otak dalam menyerap dan menyimpan informasi.³

Lalu bagaimana cara kita memasukkan informasi kedalam otak kita menurut cara yang sesuai dengan kerja otak ? berikut ini merupakan hal – hal yang di sukai oleh otak :

1. Tidak masuk akal
2. Seksi
3. Penuh warna
4. Multi sensori
5. Melibatkan emosi
6. Melibatkan irama dan music
7. Menggunakan asosiasi
8. Imajinasi

2. Sejarah memory skills

Memory skills berakar dari accelerated learning yang diupayakan oleh Dr. Georgi Lozanov, seorang pendidik kebangsaan Bulgoria yang berekspresi dengan apa yang disebut sebagai “ suggestology” atau suggestopedia. Prinsipnya adalah bahwa sugesti dapat dan pasti mempengaruhi hasil situasi belajar dan setiap apapun yang memberikan sugesti positif maupun negatif. Beberapa teknik yang di gunakan untuk memberikan sugesti positif adalah

³ Ibid.,h. 108

dengan mendudukan murid secara nyaman, memasang musik latar di dalam kelas, meningkatkan partisipasi individu, menggunakan poster- poster untuk memberikan kesan besar sambil menunjukkan informasi .

Pada tahun 1982 Bobbi Deporter mendirikan supercamp di Sandiego. Beliau mempelajari konsepnya Dr. Georgi Lozanov tentang konsep belajar cepat (accelerated learning) dan kemudian menerapkan metode dalam belajar cepat di sekolah yang didirikannya. Hasil yang di peroleh sangat menakjubkan, bertahun- tahun supercamp mampu membantu ribuan siswa untuk belajar kembali tentang cara belajar dan membentuk kembali tentang cara belajar dan cara menjalani hidup.⁴

Dan pada akhirnya banyak yang mengikuti untuk mengembangkan metode memory skills ini termasuk juga di Indonesia, walaupun pada perkembangannya dunia pendidikan di Indonesia belum sepenuhnya menjalankan metode ini. Masih banyak sekolah yang masih mementingkan otak kiri, hal ini disebabkan sekolah mengikuti standar yang telah ditetapkan oleh pemerintah dan disesuaikan dengan kurikulum yang berlaku.

3. Prinsip-prinsip pelaksanaan metode memory skills

Metode memory skills merupakan suatu metode yang lahir dari pembelajaran metode accelerated learning. Teknik – teknik penyampaian metode memory skills ini saling berkaitan dengan prinsi- prinsip accelerated learning. Yang antara lain :

⁴ Bobbi Deporter dan Mike Henarcki, *Quantum Learning*, (Bandung: Kaifa, 2001), h. 14

1. Belajar melibatkan seluruh pikiran dan tubuh.

Belajar tidak hanya menggunakan otak sadar, rasional, memakai otak kiri, sadar dan verbal tetapi juga melibatkan seluruh tubuh / pikiran dengan segala emosi, indra dan sarafnya.

Pengalaman- pengalaman yang melibatkan penglihatan, bunyi, sentuhan, rasa, atau gerakan umumnya sangat jelas dalam memori kita. Dan jika menyangkut lebih dari satu indra, suatu pengalaman bahkan menjadi lebih mudah di ingat.⁵

2. Belajar adalah berkreasi bukan mengonsumsi

Pengetahuan bukanlah suatu yang diserap oleh pembelajar, akan tetapi sesuatu yang diciptakan oleh pembelajar. Pembelajaran terjadi ketika seorang pembelajar memadukan pengetahuan dan keterampilan baru kedalam struktur dirinya sendiri yang telah ada. Belajar secara harfiah adalah menciptakan makna tubuh baru, jaringan saraf baru, dan pola interaksi elektrokimia baru di didalam sistem otak/ tubuh secara menyeluruh.

3. Kerjasama membantu proses belajar.

Semua usaha yang baik mempunyai landasan sosial. Kita biasanya belajar lebih banyak dengan berinteraksi dengan kawan- kawan dari pada kita pelajari dengan cara yang lain. Persaingan diantar pembelajar memperlambat pembelajaran sedangkan kerjasama diantar mereka mempercepatnya.

⁵ Ibid., h. 214

4. Pembelajaran berlangsung pada banyak tingkatan secara simultan.

Belajar bukan hanya menyerap suatu hal kecil pada satu waktu secara linear, melainkan menyerap banyak hal sekaligus. Pembelajaran yang baik melibatkan orang pada banyak tingkat simultan (sadar dan bawah sadar, mental dan fisik) dan memanfaatkan seluruh saraf reseptor indra jalan dalam sistem otak / tubuh seseorang.

5. Belajar dari mengerjakan pekerjaan itu sendiri (umpan balik)

Belajar paling baik adalah belajar dalam konteks. Hal- hal yang dipelajari secara terpisah akan sulit diingat dan menguap. Pengalaman yang nyata dan konkret dapat menjadi guru yang jauh lebih baik dari pada sesuatu yang hipotesis dan abstrak asalkan didalamnya tersedia peluang untuk terjun langsung secara total, mendapatkan umpan balik, merenung, menerjunkan diri kembali

6. Emosi positif sangat membantu pembelajaran

Perasaan menentukan kualitas dan juga kuantitas belajar seseorang. Perasaan negatif menghalangi belajar, perasaan positif mempercepatnya. Gunakan iringan musik yang sesuai dan pengaturan yang rapi, sehingga siswa dalam menerima pelajaran menjadi semangat dan tekun belajar. Pikiran non sadar mendukung pelajaran, kombinasi ini mendorong emosi positif dan pembelajaran yang efektif.⁶

⁶ Ibid., h. 65

7. Otak citra menyerap informasi secara langsung dan otomatis.

Sistem saraf manusia lebih merupakan prosesor citra dari pada prosesor kata. Gambar yang konkret jauh lebih mudah ditangkap dan disimpan dari pada abstraksi verbal. Menerjemahkan abstraksi itu lebih cepat dipelajari dan lebih mudah diingat.⁷

4. Teknik- teknik memory skills

1. Sistem cantol

Sistem cantol adalah sistem dasar yang harus dikuasai. Dalam sistem cantol ini menggunakan teknik bayangan. Dengan teknik ini kita menggabungkan aktifitas otak kanan dan otak kiri dengan membayangkan benda yang diingat.

Suatu teknik dari variasi ini adalah penggunaan kalimat yang kreatif dalam menggabungkan kata-kata yang ingin dihafalkan sehingga berbentuk suatu cerita.⁸ Cara menggunakan metode ini adalah dengan membuat cantolan, mengasosiasikan dengan materi yang dihafal, mengimajinasi secara kreatif.

Langkah-langkah dalam sistem cantol antar lain :

1. Gabungkan dua benda atau kata yang ingin dihafal menjadi cerita singkat.
2. Cerita singkat tersebut haruslah mempunyai aksi atau tindakan.

⁷ Dave Meiver, *The Accelerated Learning*, (Bandung: kaifa, 2002), h. 55

⁸ Bobbi Deporter dan Mike Miever ,(Bandung: Kaifa,), h. 236

3. Cerita tersebut haruslah mempunyai unsur lucu, tidak masuk akal, aneh sehingga mudah untuk di ingat.
4. Buatlah cerita yang sederhana. Semakin sederhana semakin baik dan efektif. Cerita yang rumit akan membuat pusing dan membingungkan otak.

Sistem ini memiliki keuntungan ganda. Pertama, menghafal lebih cepat dan tahan lama. Kedua, melatih kreatifitas yaitu dengan membuat cerita semaunya. Ketiga, menambah keberanian memunculkan ide baru. Tiga keberuntungan ini mungkin akan lebih berpengaruh besar kepada kreatifitas, cara hidup, dan cara berpikir dari pada tujuan awal yaitu sekedar menghafal itu sendiri.⁹

Di banding dengan cara menghafal lama, sistem ini lebih menyenangkan dan lebih kreatif. Jika dahulu, menghafal lebih identik dengan melihat teks atau kata, mengucapkan kata tersebut dan mengulang-ulang kata- kata tersebut serta bersifat monoton, kini dapat diubah menjadi kreatifitas yang menantang dan kreatif.

2. Sistem pasak lokasi

Sistem pasak lokasi merupakan sistem ingatan yang telah dipakai sejak 2500 tahun yang lalu. Sistem pasak lokasi sangat berguna terutama untuk membagi ingatan seperti perpustakaan sehingga informasi yang kita simpan dapat terarsip rapi tanpa ada kekacauan. Sitem ini berguna untuk

⁹ Agus Ngermanto, *Quantum Quotient*, op.cit, h. 61

mengingat informasi secara teratur dan berurutan.¹⁰ Sistem pasak lokasi sangat efektif bekerja karena teknik ini mengaktifkan dan mengakses memori sematik dan episodik. Saat kita berusaha hafal suatu informasi, kita mengaktifkan memori sematik. Informasi ini lalu kita cantolkan pada suatu lokasi. Ini mengaktifkan memori

Langkah- langkah sistem pasak lokasi:

1. Tentukan lokasi yang akan digunakan sebagai alat utama dalam sistem ini. Pastikan lokasi yang dipilih ada lokasi yang mudah di ingat atau yang sering didatangi misalnya rumah, sekolah, kantor
2. Letakkan kata- kata atau informasi yang akan diingat pada lokasi yang telah ditentukan. Sesuaikan antara informasi

Contoh : pada saat kita SMA, kita sering menempelkan rumus- rumus yang ingin dihafalkan di sudut ruang kelas dan ketika kita lewat sengaja atau tidak kita pasti akan membaca dan mengahafalkannya.

Contoh dalam materi fiqih

Sub bahasan (calon suami, calon istri, wali, sanksi, ijab qobul)

Lokasi (pintu, ruang kelas, di depan papan tulis, dinding, lantai)

1. Bayangkan ada pengantin laki yang sedang berjalan di depan pintu dengan membawa baju pengantin.

¹⁰ Tim SMS Konsorium Pendidikan Islam, *Super Memory System*, (Surabaya: Konsorium Pendidikan Islam, 2004), h. 18

2. Bayangkan ada pengantin wanita yang sedang menunggu di ruang kelas
3. Bayangkan didinding ada tali (wali) yang bergelantungan
4. Ada seorang anak sedang meakukan keributan, kemudian diberi sanksi (saksi)
5. Bayangkan di lantai ada kotoran yang berkebal kebul (ijab qobul)

5. Kelebihan dan kekurangan metode memory skills

1. Kelebihan metode memory skills
 - a. Siswa lebih kreatif dalam menghafal kata- kata
 - b. Meningkatkan kecepatan menghafal siswa
 - c. Meningkatkan kemampuan otak
 - d. Menciptakan pembelajaran siswa lebih bermakna
 - e. Melatih siswa untuk lebih kreatif
 - f. Melatih siswa belajar mandiri
2. Kekurangan metode memory skills
 - a. Tidak semua guru dapat menggunakan metode ini karena guru dituntut untuk lebih kreatif
 - b. Metode memory skills ini hanya dapat dilakukan terhadap siswa yang memiliki kemampuan mendengar dan menghafal dengan cepat

- c. Keberhasilan metode memory skills ini sangat bergantung kepada apa yang dimiliki guru, seperti persiapan, pengetahuan, rasa percaya diri, semangat, motivasi, dan berbagai kemampuan seperti kemampuan berkomunikasi, dan kemampuan mengelola kelas

B. TINJAUAN TENTANG DAYA INGAT SISWA

1. Pengertian daya ingat

Daya ingat yang baik akan membawa manfaat dalam seluruh kehidupan. Diantaranya akan dapat menyempurnakan peluang memperoleh kemajuan dalam sekolah. Orang akan menghargai diri sendiri perasaan jati diri kita akan dipercaya dengan beragam pengalaman kenangan.

Oleh karena itu sebelum membahas lebih jauh tentang tahap- tahap mekanisme daya ingat, jenis- jenis memori, faktor- faktor yang mempengaruhi daya ingat dan prinsip- prinsip meningkatkan daya ingat, maka di sini penulis terlebih dahulu mengemukakan definisi tentang daya ingat.

Pertama- pertama kita harus memahami apa sebenarnya ingatan dan bagaimana cara kerjanya, untuk itu kita akan memulai dengan mengulas beberapa gambaran umum tentang pengertian daya ingat.

Ingatan merupakan proses biologis, yakni informasi diberi kode dan dipanggil kembali. Pada dasarnya ingatan adalah hal yang membentuk jati diri manusia dengan makhluk hidup lainnya. Muhibbin syah mengatakan bahwa ingatan adalah proses mental yang meliputi pengkodean, penyimpanan, dan pemanggilan kembali informasi dan pengetahuan dan pemanggilan kembali informasi dan pengetahuan yang semuanya berpusat pada otak.¹¹

Ingatan dalam kamus psikologi diartikan sebagai fungsi mental yang kompleks untuk mengingat kembali apa yang pernah dialami dan di pelajari dan bias melakukan retention. Retention sendiri memiliki makna sebagai penyimpanan dalam ingatan terhadap sesuatu yang telah di pelajari supaya dapat recall. Recall artinya suatu tipe pengembalian ingatan di mana dengan isyarat minimum . seorang dapat mengingat kembali pengalaman atau informasi yang di pelajari sebelumnya.¹²

Menurut Abu Ahmadi ingatan adalah suatu daya yang dapat menerima, menyimpan dan memproduksi kembali kesan/ tanggapan/ pengertian.¹³

¹¹ Muhibbin Syah, *Psikologi Bekajar* , (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2004), h. 72

¹² Dali Gulo, *Kamus Psikologi*, (Bandung: Tonis, 1982), h. 156

¹³ Abu Ahmadi dan Widodo Supriyono, *Psikologi Belajar* ,(Jakarta: PT Rineka Cipta,1991),h.

Sedangkan Winkle berpendapat bahwa ingatan adalah suatu aktifitas kognitif, dimana manusia menyadari bahwa pengetahuannya berasal dari masa lampau.¹⁴

Jadi definisi dari daya ingat siswa adalah fungsi otak yang terdiri dari menerima, memasukkan, menyimpan dan mengeluarkan kembali informasi yang diperoleh oleh siswa dan mengingat sendiri itu dapat didefinisikan sebagai pengetahuan sekarang tentang masa lampau.

2. Tahap- tahap mekanisme daya ingat siswa

Menurut Kenneth L. Higbee, proses mengingat pada umumnya dipandang terdiri atas tiga tahap yaitu sebagai berikut :

a. Menerima cepat (acquisition)

Yakni tahap memakai bahan / materi pertama kali menghadapi bahan tersebut memakai berarti memasukkan informasi ke dalam otak. Dalam tahap memasukan, kesan- kesan yang diterima dan dipelajari baik secara langsung maupun secara sadar / tidak sadar.¹⁵

Pada tahap memasukkan informasi terjadi pula proses encoding. Encoding adalah proses untuk mengubah sinyal ke dalam bentuk yang dioptimasi untuk keperluan transmisi data atau penyimpanan data.¹⁶

b. Menyimpan (storage)

¹⁴ Winkle, *psikologi pengajaran* , (Jakarta: PT Gramedia, 1987), h. 42

¹⁵ Kenneth L. Higbee, *Your Memory*, (Semarang: Dahara Prize, 2003), h. 157

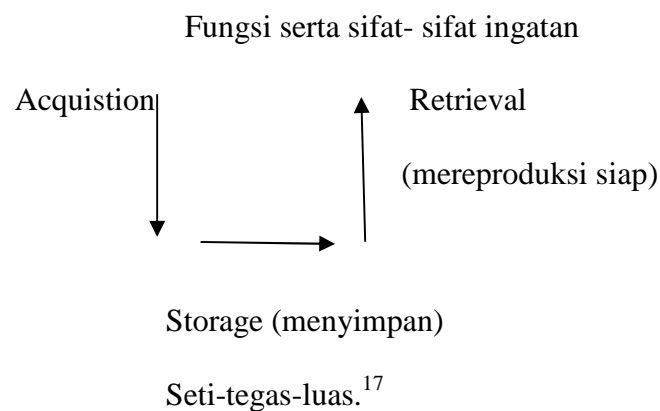
¹⁶ Wikipedia Indonesia, *Ensiklopedia Bebas Berbahasa Indonesia*, memori <http://id.Wikipedia.Org/wiki/memori>

Yaitu menyimpan materi tersebut waktu diperlukan. Setelah encoding selesai dilakukan, maka penyimpanan dapat dilakukan pada waktu tertentu. Pada tahap ini terjadi penyimpanan beberapa catatan, kesan-kesan yang telah diterima dari pengalaman sebelumnya.

c. Memproduksi (retrieval)

Yakni mengeluarkan kembali materi tersebut pada waktu di perlukan. Tahap ini merupakan tahap mengulang atau mengingat kembali pengalaman yang telah disimpan dalam otak, batasan tersebut menunjukkan informasi tidak hanya disimpan saja, tetapi harus dipanggil kembali dan bisa disebut juga pengaktifan kembali hal- hal yang telah didapatkan.

Untuk mendapatkan gambaran yang lebih jelas, mak apa yang telah di kemukakan itu dapat di selesaikan seperti pada bagan yang terdapat di bawah ini.



¹⁷ Sumadi Surya Brata, *Psikologi Pendidikan*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 1998), h.44

3. Jenis- jenis memori

Secara umum, hanya konsep yang di kemukakan oleh para ahli mengenai macam- macam ingatan. Hal ini tergantung dari mana ingatan tersebut di lihat, sebagian ada yang melihat dari sudut pandang jenis tugas mengingat. Lamanya waktu mengingat atau jenis informasi yang di ingat. Di sini penulis menjelaskan 6 macam ingatan yang sering di bahas oleh beberapa ahli yaitu:

a. Ingatan jangka pendek (short term memory)

Santrock menyatakan bahwa memori jangka pendek membutuhkan penyimpanan informasi selama 15 hingga 20 detik dengan asumsi tidak ada latihan pengulangan.¹⁸ Dalam buku suharman ingatan jangka pendek diproses oleh indra(ingatan sensorik) menuju pada ingatan jangka panjang akan dikendalikan oleh perhatian. Jika proses informasi dalam ingatan jangka pendek sudah dikendalikan, maka informasi itu akan melakukan fungsi ingatan.¹⁹

Adapula yang menyatakan ingatan jangka pendek dapat menyimpan suatu informasi sampai 20 detik atau bisa juga lebih dari 20 detik apabila informasi tersebut diberi tanda- tanda khusus atau di ulang- ulang.²⁰

Pengulangan informasi di dalam ingatan dapat juga disebut aktifitas mengingat- ingat kembali saja yang telah diterima oleh pikiran (rehearsal) yang memiliki dua fungsi antara lain:

¹⁸ John W. Santrock, *Perkembangan Masa Hidup*, (Jakarta: Erlangga, 1995), jilid 2, h. 35

¹⁹ Suharnan, *Psikologi Kognitif*, (Surabaya: Srikandi, 2005), h. 69

²⁰ Erick Jensen, *Otak Sejuta Gigabyte* , (Bandung: Kaifa, 2002), h. 22

- a. Untuk memelihara atau mempertahankan informasi dalam ingatan
- b. Untuk memindahkan ingatan jangka pendek ke ingatan jangka panjang.

Fungsi ingatan jangka pendek adalah menjadi tempat pemberhentian untuk informasi menuju ke memori jangka panjang, salah satu teori yang membahas proses pentrasferan ini dinamakan dual model. Model ini berpendapat jika informasi telah disimpan dalam ingatan jangka pendek, maka informasi tersebut akan bertahan dengan pengulangan atau hilang karena pergeseran. Meskipun banyak cara meningkatkan daya ingat salah satu yang paling banyak digunakan adalah pengulangan.²¹

- b. Ingatan jangka panjang [long term memory]

Ingatan jangka panjang adalah suatu tipe memori yang relatif tetap dan tidak terbatas. Ada dua aspek memori yang terkait dengan pengangkatan memori jangka panjang adalah pengendalian (control processes) dan karakteristik murid. Control processes ialah proses kognitif yang tidak terjadi secara otomatis, tetapi memerlukan usaha dan upaya. Proses itu ada di bawah kendali kesadaran murid- murid dan dapat digunakan untuk memperbaiki memori, proses ini juga secara tepat disebut strategi- strategi.²²

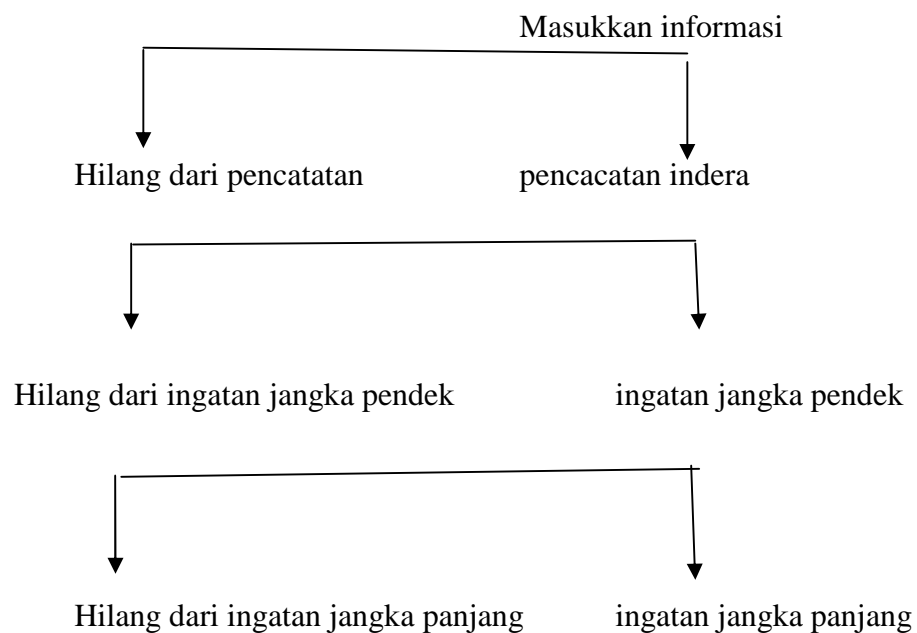
Ingatan jangka pendek dirancang hanya untuk menyimpan informasi sementara. Para peneliti menemukan bahwa informasi perlu diulang- ulang

²¹ Rita L. Atkinson, dkk, *Introduction To Psychology* , (Surabaya: Interaksi, 2000), h. 492

²² Ibid., jilid 2, h.313

atau didemonstrasikan agar dapat dipindahkan dari ingatan jangka pendek ke jangka panjang dan jangka pendek ke ingatan jangka panjang.²³

Berikut ini disajikan gambar model ingatan jangkapanjang dan ingatan jangka panjang untuk mempermudah pemahaman.



Keterangan:

Informasi yang masuk ke dalam pencatatan indera terlebih dahulu yang didalamnya ada proses pengkodean, tetapi jika tidak ada pengulangan untuk mempertahankan ingatan maka informasi itu akan hilang. Sebaiknya jika terjadi pertahanan terhadap ingatan tersebut, maka ingatan tersebut akan

²³ Collin Rose, *Master It Faste,r* (Bandung: Kaifa, 1999), h.111

menjadi ingatan jangka panjang. Inipun masih perlu ada pertahanan untuk menjaga ingatan atau akan hilang, rusak oleh usia dan waktu.

c. Ingatan episodik

Ingatan episodik menyimpan informasi mengenai kejadian dan hubungan masing-masing kejadian itu. Ingatan episodik berhubungan dengan hal-hal yang bersifat temporer dan perubahan-perubahan peristiwa.²⁴ Ingatan episodik dipicu oleh tempat dan lingkungan. Dengan menggunakan konteks suatu peristiwa sebagai pemicu, kita mengaktifkan kembali ingatan tersebut sebagai kejadian, kegiatan, perasaan, wajah dan tempat yang terkait akan kemunculan dan membentuk ingatan.²⁵

Dari pendapat di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa ingatan episodik adalah jenis ingatan yang sangat dipengaruhi oleh kondisi lingkungan fisik serta emosi dan perasaan dalam proses penerimaan informasi.

d. Ingatan semantik

Ingatan semantik merupakan pengetahuan yang terorganisasi mengenai segala sesuatu yang ada dalam kehidupan. Ingatan semantik berisikan susunan pengetahuan yang bersifat lebih konstan atau hampir tidak berubah sepanjang waktu, yang meliputi pengetahuan mengenai kata-

²⁴ Ibid., h. 76

²⁵ Ibid., h. 25

kata yang memiliki makna.²⁶ Dalam buku “ otak sejuta Gigabyte” Eric Jensen dan Karen Markowitz bahwa ingatan semantik adalah hampir semua hal yang berkaitan dengan pengetahuan akademis dan profesional gagasan, fakta, pernyataan, nama dan tanggal.²⁷

Berbeda dengan ingatan episodic, ingatan semantic lebih mendasarkan pada arti-arti informasi atau ide-ide tanpa terpengaruhi dengan kondisi emosi seperti yang dikatakan oleh E. Tolving, menurutnya ingatan semantic merupakan ingatan bagi arti dari konsep- konsep tanpa menyebutkan bilamana dan dimana pengetahuan tersebut di peroleh.

e. Memori implisit

Ingatan implisit disebut juga non deklaratif artinya ingatan tersebut dicapai secara organis atau secara otomatis, ingatan ini bersifat mendasar, yang membantu manusia agar tetap selamat dan menjamin kelangsungan hidup mereka.²⁸

Atkinson menjelaskan memori implisit dimanifestasikan sebagai kecakapan yang menunjukkan kemajuan dalam tugas perspektual motorik atau kognitif tanpa pengingatan sadar pengalaman yang menyebabkan kemajuan.²⁹ Kesimpulannya ingatan implisit merupakan jenis ingatan yang

²⁶ Suharnan, *Psikologi Kognitif*, op. cit, h. 76

²⁷ Eric Jensen, *Otak Sejuta Gigabyte*, op. cit, h. 25

²⁸ Eric Jensen, *Otak Sejuta Gigabyte*, op. cit, h. 23

²⁹ *Ibid.*, h. 519

berhubungan dengan hal-hal yang bersifat mendasar, sehingga memori ini dapat dimanifestasikan tanpa harus ada upaya mengingat yang sadar.

f. Memori Eksplisit

Ingatan eksplisit artinya ingatan yang diperoleh melalui suatu usaha dan maksud tertentu, misalnya belajar yang membutuhkan perhatian, pemusatan perhatian dan pelatihan mengingat.³⁰ Berbeda dengan memori implisit yang dimanifestasikan secara otomatis, sebaliknya memori eksplisit membutuhkan usaha tertentu untuk dapat mengingat dan menggunakannya. Dengan begitu jenis memori yang paling dipahami adalah yang diingat secara sadar akan pengalaman masa lalu, dimana pengingatan itu dialami dan terjadi diwaktu dan tempat tertentu, jenis ini yang dinamakan ingatan eksplisit.³¹

4. faktor- faktor yang mempengaruhi daya ingat

Suharnan menjelaskan ada beberapa faktor- faktor yang mempengaruhi daya ingat antara lain:

a. Efek posisi serial

Sejumlah informasi, objek yang disajikan secara berurutan mempengaruhi ingatan seseorang. Objek yang berada pada posisi awal dan akhir akan cenderung diingat lebih baik dari pada item-item atau objek yang berada diurutan tengah. Informasi atau item-item yang terletak di bagian

³⁰ Eric Jensen, *Otak Sejuta Gigabyte*, loc. It, h. 23

³¹ Rita L. Atkinson, dkk, *Introduction to Psychology*, op. cit, h. 981

awal akan lebih dulu memasukkan ingatan jangka pendek, sehingga memungkinkan dilakukan pengulangan di dalam pikiran secara memadai untuk kemudian dipindahkan dalam ingatan jangka panjang.

Bagi informasi yang terletak di bagian tengah, ketika memasuki ingatan jangka pendek bersamaan waktunya dengan proses pengulangan informasi dibagian awal, sehingga hanya sedikit kapasitas pengulangan informasi kembali yang terletak dibagian tengah. Dengan demikian informasi tersebut belum diulang kembali diingatan jangka panjang.

b. Keahlian

Orang akan lebih mudah mengingat informasi baru dengan baik apabila memiliki latar belakang pengetahuan yang cukup baik di bidang tersebut.

c. Pemberian kode khusus

Prinsip pemberian kode khusus adalah seorang akan mudah mengingat kembali suatu peristiwa yang terjadi hanya jika sesuai dengan bekas yang ditemukan dalam ingatannya.

d. Emosi dan efek

Pertama “ Pollyanna Principles “ yaitu suatu informasi yang secara emosi menyenangkan biasanya diproses lebih efisien dan tepat dari pada informasi yang mengandung kesedihan. Kedua, kesamaan suasana hati (mood constuence) yaitu ingatan menjadi lebih baik jika bahan yang dipelajari sama dengan suasana hati yang berlangsung pada saat itu. Ingatan seseorang dipengaruhi oleh perhatian , minat, daya konsentrasi, emosi dan

kelelahan. Semakin kuat minat dan atensi maka semakin melekat informasi yang diterima.

Douglas menjelaskan bahwa perhatian merupakan proses penting dari sistem daya ingat dan ada tiga hal yang mempengaruhi perhatian saat proses mengingat yaitu kekuatan dari luar, informasi dan kemauan.³²

Kekuatan dari luar sendiri terdiri dari empat golongan:

1. Keadaan mental dan fisik, jika berada dalam keadaan pikiran yang positif, senang ia akan mudah mengingat informasi baru dibandingkan jika dalam keadaan lelah, negatif dan tertekan.
2. Lingkungan sosial, kehadiran orang lain sering kali dapat memotivasi untuk berusaha lebih keras mengingat dari pada kalau seorang diri.
3. Lingkungan fisik, banyak orang yang dapat merasakan bahwa belajar akan lebih baik kalau dilakukan diluar ruangan atau sambil mendengarkan musik tertentu.
4. Keterbatasan mental, banyaknya informasi dan caranya ditampilkan mempengaruhi seberapa efektifitasnya memori untuk menanganinya.

5. Prinsip-Prinsip Meningkatkan Daya Ingat

Prinsip-prinsip dasar belajar dan memori meliputi, kebermanaknaan, organisasi, asosiasi, visualisasi, perhatian, minat dan umpan balik:

³² Douglas J. Herman, *Daya Ingat Super*, (Jakarta: Pustaka Delaprasata, 1996), h. 9

a. Kebermaknaan

Salah satu hal yang menentukan sulit tidaknya suatu materi yang dipelajari adalah besarnya makna materi tersebut bagi orang yang mempelajarinya, jika materi itu tidak masuk akal, ia sulit untuk mempelajarinya.³³ Oleh karena itu sudah banyak yang menyadari bahwa untuk mengingat, orang harus membuat materi tersebut bermakna demikian halnya pada materi pelajaran fiqih dalam meningkatkan daya ingat, guru harus membuat materi tersebut lebih bermakna. Karena apabila dengan mengetahui maknanya dan mengetahui materi, maka semakin mudah kita mempelajari materi baru. Hal- hal yang berkaitan dengan prinsip kebermaknaan antara lain:

1. Keakraban

Pada umumnya semakin banyak kita tahu tentang suatu materi tertentu, semakin mudah kita mempelajari informasi baru yang berkaitan dengan materi fiqih, apabila guru membuat materi tersebut lebih akrab dengan murid, maka ini merupakan salah satu untuk meningkatkan daya ingat siswa.

2. Pola

Apabila kita dapat menemukan suatu pola, keteraturan atau prinsip umum dalam suatu materi, kita akan memahami dan mengingatnya lebih mudah.³⁴

³³ Kenneth L. Higbee, *Your Memory*, h. 80

³⁴ Kennet L. Higbee, *your Memory*, h. 80

3. Akronim dan Akrostik

Metode akronim dan akrostik adalah kata yang dibentuk dari huruf atau huruf-huruf awal, masing-masing bagian dari kelompok kata atau istilah gabungan.³⁵

Berbagai hasil penelitian telah menunjukkan pertama, akronim dan akrostik sangat membantu sesuatu menjadi bermakna untuk diingat. Kedua, akronim dan akrostik mengelompokkan item-item suatu informasi, sehingga orang tidak perlu mengingat terlalu banyak. Ketiga, akronim dan akrostik mengubah kegiatan menjadi kegiatan terbimbing.³⁶

b. Organisasi

Pentingnya kategori-kategori atau organisasi dalam aktivitas menghafal, telah dibuktikan oleh suatu riset, mengorganisasikan apa yang kita pelajari kedalam kelompok-kelompok/ kategori yang jelas adalah pekerjaan yang sangat bermanfaat.³⁷ Herman mengatakan bahwa informasi yang diorganisasikan dapat dihafalkan empat kali lebih cepat dari pada informasi yang ditayangkan secara acak.³⁸

³⁵ Ibid., h. 236

³⁶ Kenneth L. Higbee, op. cit, h. 87&88

³⁷ Colin Rose dan Malcom J. Nicholl, *Accelerated Learning*, (Jakarta: Nuansa, 2006),h. 83

³⁸ Ibid..., h. 82

c. Asosiasi

Dalam aktivitas ingatan sering terjadi sangkutan aktivitas asosiasi. Asosiasi ini sebenarnya erat pula dengan masalah tanggapan. Asosiasi dapat diartikan sebagai hubungan antar tanggapan. Mengasosiasikan adalah menghubungkan tanggapan yang satu dengan tanggapan yang lain dalam jiwa. Asosiasi baru terjadi apabila tanggapan-tanggapannya kuat.³⁹ Asosiasi adalah mengaitkan suatu informasi dengan sesuatu yang telah tertanam dalam benak kita akan memudahkan kita memanggil ulang kembali informasi itu dan menggunakannya dalam konteks lain.⁴⁰

Asosiasi merupakan prinsip yang sangat penting dalam meningkatkan daya ingat, karena kunci untuk mendapatkan daya ingat yang istimewa adalah bagaimana cara kita mengasosiasikan berbagai hal dalam memori kita.

Dapat disimpulkan bahwa asosiasi dapat membantu kita dalam belajar, oleh karena itu semakin banyak fakta yang berkaitan dengan suatu hal atau materi dalam pikiran kita, semakin kuat materi tersebut tertanam di dalam ingatan kita.

d. Visualisasi

According to the ancient greek philosopher Aristotle, magination and memory are inexorably unked, because they belong to the same part of the soul, like memory, imagination use both sides of the barain. We employ our

³⁹ Wasty Soemanto, *Psikologi Pendidikan*, (Jakarta: Rineka Cipta, 1998), h. 30

⁴⁰ Joyce Wycoff, *Menjadi Super Kreatif*, (Bandung: Mizan Media Utama, 2003), h. 40

imagination as kind of symbolic converter, transforming the linear, systematic information that is processed by our left brain into vivid, creative information to which our right brain responds.⁴¹

Oleh karena itu dalam mengingat perlu adanya visualisasi, karena memvisualisasikan informasi abstrak menjadi lebih konkret.

e. Minat/ interes

Perhatian seseorang dipengaruhi oleh minat. Kita menaruh perhatian pada hal-hal yang menarik minat kita, dengan demikian hal-hal tersebut yang paling kita ingat. Apabila suatu hal tidak penting bagi kita, kita cenderung tidak mengingatnya. Oleh karena itu setiap upaya untuk meningkatkan daya ingat kita hingga tingkat potensi, maka harus dimulai dengan tingkat minat kemauan.⁴²

f. Umpan balik

Umpan balik adalah cara pembelajaran alami dan penting yang membantu kita meminimalisasi kesan yang salah sehingga tidak terbentuk ingatan yang tidak akurat.⁴³

Umpan balik dalam proses belajar ini menjelaskan dua fungsi. Pertama, mengetahui bagaimana kita membuat kemajuan dalam mempelajari sesuatu yang akan membantu memelihara minat kita dalam

⁴¹ Dominic O'Brien, *Learn To Remember*, (London: Duncan Baird Publishers, 2000), h. 68

⁴² Kenneth L. Higbee, *Your Memory*, loc.it, h. 98

⁴³ Donald H. Weiss, *Meningkatkan Daya Ingat Anda*, (Jakarta: Binarupa Aksara, 1990), h.

kegiatan itu. Kedua, dengan umpan balik memungkinkan kita untuk mencari langkah/ cara guna memperbaiki kesalahan/ meningkatkan hasil belajar.

C. Pengaruh Metode Memory Skills Terhadap Peningkatan Daya Ingat Siswa

Siswa akan menguasai materi pelajaran dengan optimal, apabila dalam belajarnya menggunakan sebanyak mungkin indera untuk berinteraksi dengan isi pembelajaran. Jadi selain menggunakan metode yang mengasah aspek pendengaran, guru hendaknya juga mempersiapkan dan menggunakan metode belajar yang mempertajam siswa dari aspek penglihatan atau praktek langsung secara fisik agar materi belajar lebih berkesan pada diri mereka.

Metode memory skills merupakan salah satu metode yang tidak hanya bisa mengasah kemampuan siswa dari aspek pendengaran saja, tapi juga aspek penglihatan bahkan praktek langsung secara fisik. Metode memory skills ini bisa menambah pengetahuan siswa dan wawasan yang lebih luas, disamping itu juga bisa melatih kreativitas siswa dalam belajar. Metode memory skills merupakan salah satu metode yang melibatkan siswa secara langsung. Dalam metode ini guru hanya berperan sebagai fasilitator saja yakni menciptakan kondisi kelas yang merangsang siswa melakukan kegiatan belajar.

Mengingat ulang apa yang ada difikiran atau yang sedang dikerjakan merupakan kegiatan penting dalam meningkatkan daya ingat. Proses mengingat ulang ini akan berjalan dengan baik jika dengan metode tertentu yang bisa merangsang daya ingat siswa, yaitu dengan metode yang melibatkan siswa secara

langsung, jadi disini guru hanya perlu menyiapkan metode yang secara langsung melibatkan siswa sehingga siswa lebih mudah mengingat pelajaran.

Metode memory skills salah satu metode yang melibatkan siswa secara langsung. Dalam metode ini guru memberikan materi yang dihafalkan. Dan guru memberi fasilitas kepada siswa dalam pencapaian tujuan melalui pengalaman yang memadai. Dengan metode seperti ini siswa lebih mudah mengingat-ingat apa yang mereka pelajari.