



PERPUSTAKAAN NASIONAL
REPUBLIK INDONESIA

PEDOMAN TEKNIK MEMBACA CEPAT



PERPUSTAKAAN NASIONAL
REPUBLIK INDONESIA
2021

Perpustakaan Nasional RI. Data Katalog dalam Terbitan (KDT)

Pedoman Teknik Membaca Cepat/tim penyusun, Agung Cahya Karyadi... [et al.].;

Penyunting, Alfa Husna, Suryadi-- Jakarta: Perpustakaan Nasional RI, 2021.

80 hlm. ; 14,8 x21 cm.

Bibliografi: hlm. 80

ISBN 978-623-200-341-5

1. Minat baca -- Buku pegangan, pedoman, dsb. I. Agung Cahya Karyadi.

II. Alfa Husna III. Suryadi IV. Perpustakaan Nasional

TIM PENYUSUN PEDOMAN TEKNIK MEMBACA CEPAT TAHUN 2021

Pengarah	: 1. Drs. Muhammad Syarif Bando Kepala Perpustakaan Nasional RI 2. Drs. Deni Kurniadi M.Hum Deputi Bidang Pengembangan Sumber Daya Perpustakaan
Penanggung Jawab	: Dr. Adin Bondar, M.Si Kepala Pusat Analisis Perpustakaan Dan Pengembangan Budaya Baca
Ketua	: Rudi Hernanda, S.Sn Koordinator Kelompok Substansi Pengembangan Kegemaran Membaca Dan Literasi
Wakil Ketua	: Alfa Husna, SS.MP Koordinator Kelompok Substansi Analisis Perkembangan Semua Jenis Perpustakaan
Tim Penyusun	: Agung Cahya Karyadi, S.Pd, M.Pd Ana Widyastuti, M.Pd. Kons Tita Fathia Halida, SP., Dipl. Mont. Deasy R. Tirayoh S.Pd Rio Anas Bahtiar, S. I.Pust Kaesti Wiraningtyas, S.Hum Hikmah Nurida Mutia Jelita, S.Kom
Penyunting	: Alfa Husna, SS.MP
Editor	: Suryadi, ST
Penataletak	: Melliany Dwi Shinta, A.Md.
Narasumber	: Nelwaty, SS.M.Si



James Branch Cabell · BREYA

CAROL
JACKSON

RED SOFA

STANDARD

and the Murders at Reading Cool

FAM

CERBERUS
JACK L. CHAMBER

Kata Pengantar



Puji syukur kami panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, atas perkenan-Nya sehingga Perpustakaan Nasional Republik Indonesia melalui Pusat Analisis Perpustakaan dan Peembangan Budaya Baca telah berhasil melaksanakan penyusunan buku **Pedoman Teknik Membaca Cepat tahun 2021**.

Buku Pedoman ini merupakan upaya pemerintah dalam meningkatkan wawasan dan pengetahuan bagi masyarakat, guna memperkuat dan mengembangkan budaya baca dan literasi. Pemerintah telah menetapkan tujuh agenda pembangunan, diantaranya yaitu meningkatnya sumber daya manusia (SDM) yang berkualitas. Di mana nafas dari ketujuh agenda pembangunan adalah membangun SDM yang kreatif, dinamis, produktif, terampil, menguasai lptek, yang didukung talenta global.

Sebagaimana kita tahu seiring berkembangnya teknologi informasi saat ini, semakin memudahkan manusia dalam memenuhi kebutuhan sehari-hari. Informasi sangat dibutuhkan orang untuk menambah wawasan, memperbarui pengetahuan, dan sebagai bahan beropini. Bahkan, tak jarang informasi digunakan sebagai bahan dasar dalam membuat keputusan. Dalam perkembangan teknologi dan informasi sekarang ini, terjadinya “Banjir Informasi” telah banyak ditemukan dalam berbagai media, baik cetak maupun online, yang semakin beragam dalam menyajikan informasi. Namun tidak semua informasi-informasi tersebut merupakan informasi yang kita butuhkan.

Teknik Membaca Cepat merupakan suatu cara dalam kegiatan membaca, untuk mendapatkan informasi dengan langsung ke masalah atau fakta yang dicari. Membaca cepat dapat dilakukan dengan berbagai metode yang dapat dipraktikkan dan dilatih secara konsisten untuk mendapatkan tingkat pemahaman isi bacaan yang tinggi dalam waktu yang singkat. Sehingga kegiatan membaca dapat dilakukan secara efektif dan efisien tanpa mengabaikan substansi dan konteks bahan bacaan.

Buku **Pedoman Teknik Membaca Cepat** ini dapat diaplikasikan bagi masyarakat umum maupun para pelajar mulai dari jenjang pendidikan Sekolah Dasar hingga ke tingkat Perguruan Tinggi. Melalui pedoman ini, diharapkan pembaca dapat memahami dan menguasai teknik membaca cepat juga dapat mengukur secara mandiri tingkat kecepatan membaca secara efektif, sehingga dapat terus meningkatkan dan mengembangkan kemampuan dalam membaca.

Kami menyampaikan terima kasih dan penghargaan yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah mendukung dan berpartisipasi dalam menyukseskan kegiatan penyusunan pedoman ini. Kami berharap semoga Pedoman Teknik Membaca Cepat ini dapat bermanfaat bagi masyarakat umum, akademisi, mahasiswa, pelajar, orang tua, guru, pustakawan, pengelola perpustakaan, pegiat literasi, dan stakeholder terkait di tingkat provinsi dan kabupaten/kota. Segala kritik, saran, dan perbaikan bagi penyempurnaan buku pedoman ini, senantiasa dinanti.

Jakarta, Desember 2021
Kepala Perpustakaan Nasional RI



Muhammad Syarif Bando

Daftar Isi

Kata Pengantar	
Daftar Isi	
BAB 1 Pendahuluan.....	
Latar Belakang	3
Dasar Hukum	6
Maksud dan Tujuan	7
Sasaran	7
Sejarah Singkat Membaca Cepat	9
BAB 2 Membaca Cepat	
Apa itu Membaca Cepat?	13
Pola Dasar Membaca Cepat?	17
Mengapa Membaca Cepat itu Penting?	18
Apa Tujuan Membaca Cepat?	21
Apa Manfaat Membaca Cepat?	23
Aktivitas Pemahaman Membaca Cepat?	25
Kapan Teknik Membaca Cepat Diterapkan? ..	28
BAB 3 Teknik Membaca Cepat	
Dasar -dasar Teknik Membaca Cepat	33
Praktik Membaca Cepat	41
Teknik Membaca Skimming	41
Teknik Membaca Scanning	45
Teknik Membaca Selecting	46
Teknik Membaca Skipping	47
Teknik Membaca Previewing	48
Teknik Membaca SQ3R	48



BAB 4 Mengukur Keberhasilan Membaca Cepat Kecepatan Efektif Membaca (KEM)	53
Contoh Menghitung Standar Kecepatan Membaca	57
BAB 5 Kiat Sukses Membaca Cepat	61
BAB 6 Penutup	69
Daftar Pustaka	71

Bab 1

Pendahuluan





James Branch Cabell · NY

CAROL JACKSON

POP BOVA

and the Murders at Reading Hall

FAO

CERBERUS
JAMES L. GIBLIN



Membaca adalah membuka jendela dunia. Makin banyak membaca, makin banyak pula informasi dan pengetahuan yang didapatkan. Bagi seorang yang hobi, maka membaca menjadi salah satu kesenangan dan relaksasi yang bermanfaat. Lain halnya bagi seorang yang menjadikan aktivitas ini sebagai kewajiban, bisa jadi hal tersebut justru menjadi beban tersendiri. Terlebih jika aneka bahan bacaan wajib tersebut cukup tebal jumlahnya dan mengandung banyak informasi yang dibutuhkan, namun tidak punya waktu untuk merampungkannya. Tentu saja ini menjadi persoalan yang kerap menjangkiti masyarakat. Untuk itu perlu upaya atau trik khusus agar bisa menyelaraskan antara kebutuhan mengenai sebuah informasi secara efektif dalam waktu yang juga efisien.

Tidak bisa dipungkiri, di era sekarang banyak yang memerlukan informasi dalam waktu yang singkat. Misalnya ketika Anda sudah divaksin, maka harus dengan cepat mengetahui apakah sudah terdaftar sebagai penerima vaksin. Dikarenakan hal ini berhubungan dengan kebutuhan Anda ketika hendak menggunakan fasilitas umum. Contoh lainnya ialah ketika Anda membutuhkan informasi dari sejumlah buku atau artikel yang berhubungan dengan referensi kerja maupun situasi urgen lainnya, di mana ragam informasi tersebut harus diperoleh secara akurat dan cepat. Maka tentu saja membutuhkan teknik khusus agar bisa memenuhi ketepatan Anda dalam mengejar serta mendapatkan informasi dari berbagai sumber bacaan.

Oleh karena itu, perlu kiranya ada suatu panduan untuk meningkatkan kemampuan membaca sebab membaca terampil saja tidak cukup, namun juga mampu membaca cepat dengan cara yang menarik serta menyenangkan. Sehingga membaca bukan hanya hobi melainkan menjadikannya sebagai relaksasi. Kemampuan membaca seseorang berbeda-beda, khususnya ketika membaca cepat. Maka perlu ditekankan tujuan dari membaca cepat tersebut dan kebutuhannya untuk apa agar bisa disesuaikan dengan teknik yang akan dipakai. Di mana dalam penerapannya, semua teknik ini bisa dikuasai melalui latihan secara sungguh-sungguh. Karena seseorang bisa dikatakan mampu membaca cepat ketika telah mengerti tujuan dari dia membaca, sehingga tahu kapan harus menambah kecepatan membacanya.

Praktik membaca cepat sendiri dapat dipahami sebagai suatu kegiatan merespon lambang-lambang cetak atau lambang tulis dengan perhatian yang tepat dan cepat, dalam waktu yang sesingkat-singkatnya dengan tingkat pemahaman isi bacaan yang tinggi juga. Sehingga tetap bisa mendapatkan informasi secara langsung ke masalah ataupun fakta yang dicari tanpa mengabaikan isinya. Kecepatan dalam membaca cepat inipun harus fleksibel, tergantung dari bahan bacaan dan tujuannya yang bisa berbeda-beda.

Terdapat beberapa teknik membaca cepat yang sekarang ini banyak dipakai, yaitu:

1. Teknik Membaca **Skimming** (Baca - Layap)
2. Teknik Membaca **Scanning** (Membaca - Tatap)
3. Teknik Membaca **Selecting** (Baca - Pilih)

4. Teknik Membaca **Skipping** (Baca - Lompat)
5. Teknik **Previewing**
6. Teknik **SQ3R** dalam Membaca Cepat

Semua teknik membaca cepat akan dijelaskan lebih mendalam pada bab selanjutnya

Batasan Masalah

Buku panduan membaca cepat ini hanya diperuntukkan bagi yang sudah paham dan mahir membaca secara kalimat, alinea dan paragraf. Untuk anak usia dini dan anak yang baru bisa membaca maka diperlukan pendamping. Artinya yang akan membaca cepat itu adalah pendampingnya, bisa gurunya atau orang tuanya. Sehingga dalam praktiknya, membaca cepat belum disarankan bagi mereka yang tingkat keterbacaannya masih rendah.



DASAR HUKUM

1. Pembukaan Undang-Undang Dasar 1945;
2. Undang-Undang Nomor 43 Tahun 2007 tentang Perpustakaan (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2007 Nomor 129, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 4474);
3. Undang-Undang Nomor 17 Tahun 2007 tentang Rencana Pembangunan Jangka Panjang Nasional Tahun 2005-2025 (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2004 Nomor 2007, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 4700);
4. Undang-Undang Nomor 25 Tahun 2004 tentang Sistem Perencanaan Pembangunan Nasional (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2004 Nomor 104, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 4421);
5. Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional; Peraturan Pemerintah Nomor 24 Tahun 2014 tentang Pelaksanaan
6. Undang-Undang Nomor 43 Tahun 2007 tentang Perpustakaan (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2014 Nomor 76, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 5531);
7. Peraturan Presiden Nomor 18 Tahun 2020 tentang Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional Tahun 2020-2024 (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2020 Nomor 10);
8. Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Nomor 25 Tahun 2008 Tentang Standar Kompetensi Tenaga Perpustakaan Sekolah;
9. Peraturan Perpustakaan Nasional Nomor 7 Tahun 2020 Tentang Rencana Strategis Perpustakaan Nasional Tahun 2020-2024

Tujuan

1. Untuk mengetahui pengertian membaca cepat
2. Untuk mengetahui dasar-dasar teknik membaca cepat
3. Untuk mengetahui faktor penghambat dan cara mengatasinya
4. Untuk mengetahui praktik membaca cepat
5. Untuk mengetahui cara mengukur kecepatan membaca

Manfaat

1. Bagi penyusun, buku panduan teknik membaca cepat ini dapat berfungsi untuk mengetahui bagaimana sambutan dan penerimaan dari masyarakat terkait buku ini. Sehingga bisa diketahui saran dan kritik sebagai masukan.
2. Bagi pembaca, dapat dijadikan rujukan dan referensi yang tepat dalam membaca cepat. Selain itu, bisa menumbuhkan motivasi bagi pembacanya untuk menambahkan kompetensi membaca.

Sasaran

Sasaran buku panduan membaca cepat adalah berbagai lapisan masyarakat, terutama yang sudah bisa membaca. Termasuk orang yang suka membaca atau yang perlu untuk membaca, namun mereka terkendala dengan waktu. Selain itu, ada banyak orang lebih suka dengan yang instan mudah yaitu membaca ringkasannya saja. Padahal, terdapat banyak informasi dalam sebuah buku yang tidak bisa diperoleh dari membaca ringkasannya saja. Untuk itu, solusinya adalah dengan meningkatkan kemampuan dan kecepatan baca.

Pembaca sasaran bisa dikategorikan :

Pendidik sebagai pedoman untuk membaca materi-materi yang akan disampaikan di depan kelas. Pendidik di sini termasuk pengajar di semua jenjang pendidikan sekolah hingga perguruan tinggi. Bagi pendidik anak usia dini dan pra sekolah, di mana anak didiknya belum bisa membaca, maka dengan menjadi role model serta konsisten diharapkan akan menjadi teladan. Bagi anak didik yang baru bisa membaca, pendidik pun bisa menjadi pendamping mereka.

Pelajar lanjutan/mahasiswa, sebagai pedoman dalam membaca artikel, buku atau literatur yang merupakan bacaan wajib selama menempuh pendidikan.



Orang tua ketika pandemi terjadi, orang tua dituntut untuk menjadi guru di rumah. Pada kenyataannya banyak orang tua yang bekerja dari rumah. Maka Buku Pedoman Teknik Membaca Cepat ini bisa bermanfaat untuk membaca pelajaran yang akan disampaikan ke anak di rumah. Dan diharapkan, anak juga dapat membaca cepat di kemudian hari agar bisa membaca secara efektif sekaligus paham dengan isi bacannya.

Para pekerja profesional, seperti tenaga kesehatan, pekerja proyek, orang bisnis, dan beragam profesi lainnya, yang juga banyak berkecukupan pada sumber informasi tertulis, baik itu artikel, modul dan literatur yang relevan.

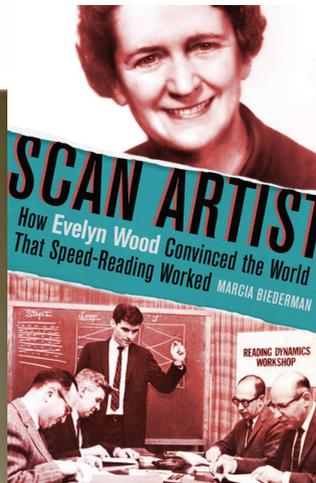
Masyarakat awam

yang gemar membaca, baik membaca buku fiksi maupun non fiksi. Di mana tidak ada batasan usia, jenis kelamin atau pekerjaan.



Sejarah Singkat Membaca Cepat

Kebutuhan membaca cepat di dunia modern pertama kali ditunjukkan oleh Royal Air Force. Selama Perang Dunia I, di mana mesin takhitoskop dibuat untuk menghasilkan cahaya penanda sebuah pesawat tempur. Pilot pesawat lain perlu mengenali tanda yang dihasilkan dengan cepat untuk mengetahui apakah pesawat tersebut milik lawan atau sekutu.] Dalam perkembangannya, teknik membaca cepat pertama kali diperkenalkan oleh Evelyn Wood sebagai “reading dynamics” dalam kuliahnya di Universitas Utah sejak 1959. Dia menemukan teknik ini ketika bekerja sebagai konselor siswi di sebuah SMA di Kota Salt Lake. Awalnya, dia mengadakan sebuah program untuk membantu meningkatkan kemampuan membaca siswanya agar dapat mengikuti pelajaran dengan baik. Program tersebut berhasil tetapi dia masih ingin mencari teknik mutakhir agar kemampuan membaca mereka lebih meningkat. Saat itu, para ahli menganggap kemampuan membaca tertinggi adalah 1000 kata per menit. Evelyn memberikan sebuah makalah kepada seorang profesor dan profesor tersebut langsung menyelesaikannya dalam waktu singkat.



Evelyn memperkirakan kemampuan baca profesor itu 2500 kata per menit. Dia kemudian mengadakan percobaan terhadap 53 pembaca tercepat pada masa itu tetapi tidak menemukan teknik yang berlaku universal.

Pada suatu hari di tahun 1958, Evelyn membaca sebuah tulisan. Dalam proses membaca, dia mendapati bahwa dia dapat membaca dengan cepat jika dia mengikuti gerakan tangannya. Lantas memperkenalkan tekniknyanya tersebut di kuliah-kuliah. Evelyn juga mendirikan Institut Dinamika Membaca Evelyn Wood di Washington D.C. pada tahun 1959. Sejalan dengan itu, Presiden AS John F. Kennedy mendukung teknik membaca cepat dan menganjurkan para staf Gedung Putih untuk mengikuti kursus. Diperkirakan, kemampuan bacanya adalah 1,200 kata per menit. Lebih lanjut, Presiden AS lainnya, Richard Nixon menugaskan beberapa stafnya untuk mengikuti kursus di Institut Dinamika Membaca Evelyn Wood.

Bab 2
Membaca Cepat



“

Sebuah buku
adalah mimpi
yang Anda pegang.

- Neil Gaiman

”



APA ITU MEMBACA CEPAT



Membaca cepat merupakan proses membaca dengan kecepatan tinggi, di mana hampir keseluruhan materi yang dibaca hanya membutuhkan waktu tertentu yang disertai dengan pemahaman isi. Materi yang dimaksud adalah jumlah kata yang terkandung dalam suatu bacaan, sedangkan waktu tertentu artinya untuk memahami materi bacaan memerlukan jangka waktu yang efisien, yakni menggunakan satuan kpm (kata per menit). Dalam kurun waktu tersebut, pembaca diharapkan mampu memahami isi bacaan sekitar 70%. Jadi, dalam penerapan teknik membaca cepat tujuannya adalah mendapatkan informasi secara cepat dalam waktu yang singkat.

Biasanya kecepatan itu dikaitkan dengan tujuan membaca, keperluan, dan bahan bacaan. Artinya, seorang pembaca cepat yang baik, tidak menerapkan kecepatan membacanya secara konstan di berbagai cuaca dan keadaan membaca. Penerapan kemampuan membaca cepat itu disesuaikan dengan tujuan membacanya, aspek bacaan yang digali .(keperluan) dan berat ringannya bahan bacaan.

Berikut ini rata – rata kecepatan baca yang disesuaikan dengan keperluan:

- a. Kecepatan 1000 kpm atau lebih digunakan pada saat membaca skimming atau scanning dengan tujuan mengenal bahan bacaan yang akan dibaca, mencari jawaban atas pertanyaan tertentu, mengetahui struktur organisasi bacaan, mencari gagasan pokok, mendapatkan kesan umum suatu bacaan dan lain-lain.
- b. Kecepatan baca 500-800 kpm (tinggi) digunakan untuk membaca bahan bacaan yang mudah/ringan atau yang sudah dikenal, seperti membaca novel ringan untuk mengetahui jalan ceritanya.
- c. Kecepatan antara 350-500 kpm (cepat) digunakan untuk membaca bacaan mudah yang bersifat deskriptif/informatif, seperti bacaan fiksi yang agak sulit untuk menikmati keindahan sastranya atau mengantisipasi akhir cerita.
- d. Kecepatan antara 250-350 kpm (rata-rata) digunakan untuk membaca fiksi yang kompleks guna menganalisis watak tokoh dan jalan cerita atau bahan-bahan nonfiksi yang agak sulit untuk mendapatkan detail informasi, mencari hubungan atau membuat evaluasi tentang ide penulis.
- e. Kecepatan antara 100-125 kpm (lambat) digunakan untuk mempelajari bacaan yang sukar, bahan bacaan ilmiah yang bersifat teknis, analisis nilai sastra klasik, memecahkan persoalan yang dirujuk bacaan yang bersifat instruksional (petunjuk).

Jadi, teknik membaca cepat tidak hanya dipengaruhi oleh faktor kemampuan pembaca dalam melahap penuh bahan bacaannya dengan ketepatan waktu tertentu. Sebab jenis serta tingkat kerumitan sebuah bacaan juga memengaruhi teknik yang digunakan dalam membaca dan memahaminya.





Sejumlah tokoh dunia diduga merupakan pelaku dari praktik membaca secara efektif, yakni cepat dan tepat. Diantaranya adalah **Bill Gates**. Pendiri Microsoft tersebut menerapkan kedisiplinan dengan membaca sekitar lima puluh buku dalam setahun. Bill Gates bukan

satu-satunya yang ada dalam daftar tokoh dunia yang menerapkan pola membaca secara efektif. Sebab rupanya tokoh terkenal seperti **Albert Einstein, Barack Obama, Oprah Winfrey, Elon Musk, Mark Zuckerberg**, hingga Sang Proklamator Bangsa, **Ir Soekarno** pun merupakan pembaca yang mendisiplinkan waktunya dengan cara menggali pengetahuan dan informasi melalui membaca.



Dari sederet tokoh-tokoh yang dikenal sebagai pemikir ulung di kancah dunia tersebut, bisa disimpulkan bahwasanya membaca adalah cara terbaik untuk belajar. Membaca sebagai keterampilan dasar tidak hanya berhenti pada pemahaman bentuk kata, melainkan rangkaian kalimat yang membentuk makna serta informasi. Membaca secara efektif menjadi salah satu teknik yang digunakan untuk mengefisienkan waktu tanpa mengesampingkan kualitas pembacaan dari sebuah buku atau

bahan bacaan lainnya. Dan cara inipun populer dengan istilah *speed reading* atau membaca cepat. Terkait dengan penerapannya tersebut, membaca cepat dapat diartikan sebagai kemampuan membaca dengan durasi waktu yang cukup singkat, yang dilakukan untuk mengetahui gambaran mengenai pembahasan yang terkandung dalam bahan bacaan. Namun, kendati dilakukan secara singkat, teknik ini tidak serta merta membuat pembaca kehilangan daya fokus. Justru konsentrasi tertuju kepada inti pembahasan saja. Sehingga dapat disimpulkan jika penerapan sistem membaca cepat adalah ketika waktu baca yang digunakan untuk membaca makin sedikit dan tingkat pemahamannya makin tinggi.

Sejalan dengan teknik itu, di era sekarang, di mana laju digitalisasi informasi hadir di ruang-ruang tak terbatas, maka perkembangan informasi yang sangat masiv meyergap di segenap lini dan lapisan kehidupan pun sangat membutuhkan pola membaca secara cepat. Hal ini disebabkan oleh gempuran perkembangan informasi yang melesat, yang tentunya juga harus diimbangi dengan kemampuan membaca secara efektif. Untuk itulah, teknik membaca yang mengutamakan kecepatan dengan tidak meninggalkan optimalisasi pemahaman terhadap bacaan, adalah cara praktis yang dibutuhkan untuk mendampingi laju arus yang melanda.

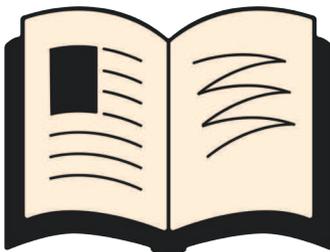
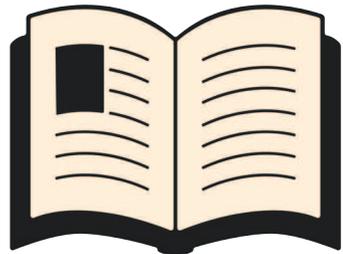
“Laju informasi
membutuhkan
pola membaca
secara cepat,,

Pola Dasar Membaca Cepat

Untuk meningkatkan kecepatan membaca, terdapat beberapa strategi pola membaca cepat yang bisa digunakan. Di mana setiap pembaca memiliki tingkat kecocokan yang berbeda dengan variasi strategi pola membaca cepat di atas. Oleh karenanya, setiap orang dapat memilih pola yang mana saja sesuai dengan tingkat kecocokannya dengan pola tersebut. Dalam penerapan metode membaca cepat, ada 3 pola atau model yang paling sering dipakai saat latihan atau praktik langsung, yaitu:

Model Line By Line

Dilakukan dengan membaca secara berurutan dari baris pertama sampai baris terakhir. Model ini biasa digunakan bagi mereka yang membaca bacaan yang bersifat padat, banyak terdapat istilah asing, atau untuk bacaan yang terbilang masih berupa bacaan baru bagi pembaca.

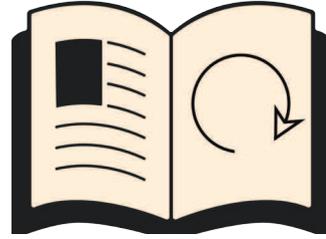


Model Spiral / Zig-zag

Ketika membaca dengan pola ini, maka Anda tidak membaca seluruh isi bacaan, tetapi dibaca secara zig-zag seperti spiral. Penggabungan kata atau kalimat dalam bacaan menggunakan rasio dan pemikiran Anda, sehingga dapat menyimpulkan sendiri dari kata-kata kunci yang dibaca.

Model Melingkar/ Mencari Kata Kunci

Model melingkar atau mencari kata kunci. Melalui pola ini, Anda tidak membaca semua kata atau kalimat dalam bacaan, tetapi hanya menemukan kata kunci saja. Kata-kata kunci ini menjadi acuan untuk memahami isi bacaan dan dihubungkan melalui logika dan pemikiran Anda. Model ini biasanya digunakan untuk membaca informasi yang sifatnya ringan. Misalnya membaca koran, majalah, artikel hiburan dan lain sebagainya.

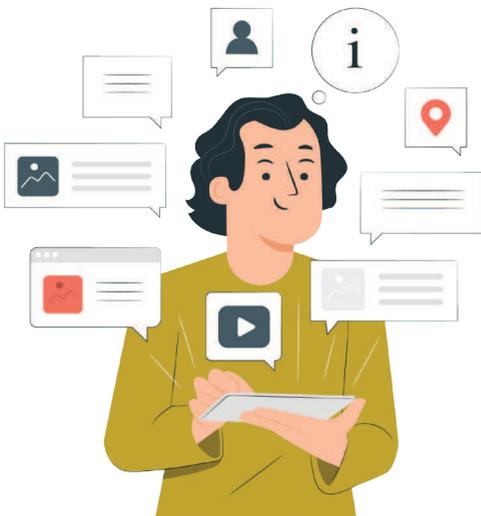


Mengapa Membaca Cepat itu Penting?

Zaman telah berubah. Sejumlah kanal informasi dapat diperoleh dari mana saja. Mulai dari digital hingga yang konvensional berupa buku bacaan cetak. Dengan banyaknya sumber informasi tersebut maka dibutuhkan kemampuan memilah informasi mana yang

sesuai kebutuhan dan dianggap penting, sebab komposisi informasi yang membludak tanpa mampu dikendalikan, hanya akan menguras energi serta waktu menjadi tidak efektif.

Pada praktiknya membaca cepat juga menjadi hal yang penting karena beberapa komponen berikut :



1. Menangkal Ledakan Informasi

Kemampuan menyerap informasi yang sudah dipilah secara cepat, dapat menjadi modal besar dalam mengimbangi arus ledakan informasi, terlebih dalam menghadapi tantangan era *post truth*. Aktivitas membaca cepat tidak hanya terbatas pada pencarian informasi secara cepat, melainkan juga memahaminya dengan lebih efektif. Misalnya, ketika dihadapkan dengan beberapa pilihan sumber informasi berupa buku-buku di perpustakaan, maupun sumber bacaan digital seperti google, maka dengan menguasai teknik membaca cepat, keputusan untuk memilah bacaan penting dan tidak penting. Dengan demikian, Anda akan menjadi tuan dan bukan budak informasi.

2. Melatih Otak

Selain efektif, membaca cepat juga merupakan salah satu usaha yang bisa dilakukan untuk memberantas kebodohan. Sebab melalui teknik ini, Anda bisa memperoleh pengetahuan baru yang secara tidak sadar dapat meningkatkan *soft* dan *life skill*. Di mana dengan membaca cepat Anda juga turut menjaga kesehatan otak. Sebab saat membaca cepat, stimulasi mental membuat aliran darah dalam tubuh mengalir ke otak, sehingga dapat merangsang otak untuk mengingat dan berpikir. Dalam jangka panjang, keterampilan membaca cepat dapat melatih otak agar terhindar dari penyakit Alzheimer (hilangnya kemampuan intelektual dan sosial).



3. Merangsang Kreativitas

Membaca cepat juga dapat membuat daya kreativitas jadi lebih meningkat. Hal ini dikarenakan saat membaca cepat, maka secara tidak langsung bisa menginspirasi Anda untuk berpikir jauh lebih banyak sehingga tidak jarang melahirkan kreativitas-kreativitas yang baru. Membaca cepat juga dapat memberikan Anda ketengangan secara emosional sehingga sesekali dapat melatih untuk berpikir secara kritis. Saat otak terlatih untuk berpikir secara aktif dapat menstimulasi munculnya ide-ide cemerlang serta gagasan yang kreatif. Proses membaca cepat mendukung Anda bisa memiliki wawasan yang luas dari beragam ilmu pengetahuan yang akan saling dihubungkan, dengan demikian kreativitas pun lahir karena kemampuan tersebut.

4. Wahana Eksplorasi

Saat membaca cepat Anda juga mempunyai kesempatan lebih banyak untuk mengeksplorasi berbagai macam pengetahuan dari tulisan-tulisan yang dipaparkan penulis. Hal ini dapat mengubah kebiasaan menjadi lebih fleksibel, terperinci, hemat waktu, terstruktur, tegas, jelas, dan aktif. Tidak jarang pula saat membaca cepat, Anda bisa menemukan pengalaman menarik tersendiri ketika menemukan suatu hal menarik dari sebuah pembahasan. Selanjutnya Anda berpotensi menciptakan sudut pandang baru dengan beragam eksplorasi.



Apa Tujuan Membaca Cepat?

Bayangkan Anda sedang melakukan sebuah perjalanan dengan tujuan pasti, namun dalam menempuhnya Anda mengeluarkan waktu juga energi ekstra, karena harus berputar pada jalur yang justru menjadikan perjalanan jadi bertele-tele atau malah justru tidak tepat sasaran. Pada akhirnya tujuan tidak tercapai, bahkan Anda memilih untuk menyerah di tengah jalan. Analogi ini bisa menggambarkan situasi yang marak dialami oleh pembaca yang kurang paham strategi dalam membaca.

Tujuan dari membaca cepat bukan hanya soal menghemat waktu baca, melainkan juga ada beberapa hal yang menjadi bagian penting dari proses membaca melalui teknik ini, di antaranya yaitu:

1. **Mengenali topik bacaan.** Jika Anda pergi ke toko buku atau perpustakaan, Anda ingin mengetahui materi yang dibahas dalam buku yang Anda pilih. Untuk keperluan tersebut, Anda melakukan membaca cepat sekadar untuk mengetahui isi bacaan.
2. **Mendapatkan bagian penting yang diperlukan.** Anda perlu melihat semua bahan bacaan untuk mendapat ide yang bagus, tetapi tidak perlu membaca setiap kata, kalimat, bahkan alinea secara lengkap.
3. **Mengetahui organisasi penulisan.** Dengan teknik membaca cepat maka dapat segera mengetahui urutan ide pokok dan cara semua materi disusun dalam kesatuan pikiran, serta mencari hubungan antar bagian dalam bacaan.
4. **Memperoleh kesan umum** dari suatu buku, artikel, atau tulisan singkat untuk menemukan hal tertentu dari suatu bahan bacaan.
5. **Menemukan atau menempatkan bahan** yang diperlukan dalam perpustakaan.

Untuk itu, membaca cepat bisa digunakan oleh sejumlah kalangan terutama bagi Anda yang membutuhkan metode praktis untuk merampungkan banyak buku dalam waktu singkat. Pada praktiknya, teknik ini menitikberatkan pada inti sari bahan bacaan dalam upaya memperoleh informasi. Dan durasi membaca yang singkat tidak serta merta mengabaikan konsep penting yang dibutuhkan pembaca. Melainkan dengan membaca cepat semua kebutuhan terkait informasi dapat diperoleh, seraya tetap mengefisienkan waktu dan juga energi.

*“Membaca adalah alat
paling dasar untuk meraih
hidup yang baik”*

-Joseph addison



Apa Manfaat Membaca Cepat?

Menghemat waktu menjadi manfaat paling mengemuka dari membaca cepat, karena Anda tidak perlu memperhatikan bagian yang tidak diperlukan. Anda juga menjadi lebih fleksibel dalam mencari tahu informasi-informasi yang dibutuhkan. Berikut ini beberapa manfaat lainnya yang bisa Anda peroleh dari penerapan metode ini:

1. Efisiensi penggunaan waktu membaca, karena Anda tidak perlu memperhatikan atau membaca bagian yang tidak diperlukan.
2. Anda mempunyai kesempatan untuk membaca kembali, sehingga bisa mengingat sejumlah pembahasan penting dari bahan bacaan.
3. Mendapatkan bagian penting yang diperlukan, karena Anda hanya menAndai bagian-bagian yang merupakan pokok dari pembahasan.
4. Meningkatkan keterampilan komunikasi yang efisien karena langsung poin per poin.
5. Dapat melatih konsentrasi, karena lebih fokus pada hal-hal yang penting saja.
6. Mengetahui pendapat orang lain. Ketika Anda sudah mengetahui topik yang dibahas, dan ingin mengetahui permasalahannya, maka



Anda cukup membaca paragraf pertama dan paragraf terakhir yang biasanya memuat kesimpulan yang dibuat oleh penulisnya.

7. Mengetahui organisasi penulisan, karena dapat segera mengetahui urutan ide pokok dan semua materi disusun dalam kesatuan pikiran, serta mencari hubungan antar bagian dalam bacaan.
8. Membuat kinerja otak meningkat dan stabil, sehingga informasi diproses lebih cepat dan efisien. Hal ini adalah salah satu metode efektif yang bisa dipraktikkan saat membaca cepat guna mengasah pemahaman dan critical thinking Anda saat merespon suatu bacaan.
9. Melatih otak juga sehingga kemampuan organ ini dapat tumbuh makin kuat. Otak akan terbiasa menerima dan mengatur begitu banyak informasi dengan sangat cepat sehingga proses berpikir akan meningkat.
10. Membaca cepat juga dapat meningkatkan disiplin karena Anda bisa meluangkan waktu secara rutin untuk mengasah keterampilan tersebut.
11. Membaca cepat juga membantu mengurangi kelelahan mata akibat terlalu lama membaca.
12. Jika sudah terbiasa dengan teknik membaca cepat, maka Anda akan mudah untuk mengenali topik bacaan.



Aktivitas Pemahaman Membaca Cepat

Pemahaman membaca merupakan suatu proses untuk mengenali atau mengidentifikasi teks, kemudian mengingat kembali isi teks dan mengevaluasinya. Hal tersebut berhubungan lurus dengan kecepatan serta kemampuan membaca, sekaligus mengerti ide pokok, detail penting, dan seluruh pengertian yang termasuk dalam sebuah bahan bacaan. Dalam konteks membaca cepat tingkat pemahaman dapat diukur berdasarkan kemampuan dalam menyerap bacaan secara singkat. Saat melakukan aktivitas pemahaman membaca cepat secara tidak langsung Anda juga telah memobilisasi pengetahuan. Konsep pemahaman inilah yang menyatukan antara apa yang Anda ketahui dari materi pendukung dan materi bukan pendukung yang terdapat pada sebuah tulisan.

Kendati demikian, aktivitas pemahaman membaca cepat juga dapat dipengaruhi oleh beberapa hal diantaranya kondisi psikologis serta lingkungan sekitar. Sebab kedua komponen dasar itu menjadi bagian tak terpisahkan dari tingkat pemahaman. Psikologi dan lingkungan yang baik dapat membentuk motivasi diri yang positif dalam interpretasi seseorang. Selain kedua hal tersebut, ada juga faktor fisiologis di mana hal tersebut mencakup kesehatan fisik serta pertimbangan neurologis. Hal lain yang juga dapat memengaruhi pemahaman membaca adalah gangguan pada indra penglihatan.

Meski dalam pengembangan pemahaman diperlukan waktu, namun jika mempraktikkannya secara rutin maka bisa lebih mudah melalui tahapan-tahapannya. Tentu saja, tantangan serta kemampuan ini dikaitkan dengan keaktifan pembaca yang menggiring pemikiran dengan isi bahan bacaan serta pengetahuan awal dimiliki. Selain itu, secara umum kemampuan individu memahami teks bacaan juga dipengaruhi oleh kecakapan mengolah informasi. Bila pengenalan kata sulit, maka pembaca menggunakan terlalu banyak kapasitas mengolah mereka pada membaca tiap kata, yang mengganggu kemampuan dalam mengerti bacaan. Hal ini tentunya sangat dihindari dalam proses membaca cepat. Untuk itu, terdapat sejumlah strategi dasar untuk meningkatkan pemahaman bacaan:

- **Pemahaman Litoral**

Pemahaman litoral secara umum adalah tingkatan mendasar dalam pemahaman pembaca menginterpretasikan sebuah bahan bacaan. Dalam konteks membaca cepat, hal ini dilakukan untuk memuat pokok-pokok pembahasan atau rangkuman secara detail dan juga efektif. Tanpa mengurangi kata per kata maupun frasa yang terdapat dalam bacaan. Pada jenis pemahaman litoral, pembaca hanya diarahkan pada jawaban atas pertanyaan harfiah yang mana hal tersebut juga menuntut untuk mengingat konteks yang dikemukakan penulis dalam bahan bacaan secara tersurat. Dalam pemahaman litoral ini juga ada beberapa hal yang perlu diperhatikan, diantaranya, keterampilan mengenal kata, kalimat, paragraf, serta unsur detail untuk menjawab pertanyaan apa, siapa, kapan, dan di mana. Hal ini dilakukan guna mendukung proses pemahaman litoral yang Anda lakukan saat membaca cepat.

- **Pemahaman Interpretatif**

Pada pemahaman ini, Anda dituntut aktif meramu makna yang terdapat dalam bahan bacaan. Tidak jauh berbeda dari pemahaman litoral, pada tingkatan pemahaman ini pun aktivitas membaca cepat yang Anda lakukan akan menggiring pada suatu simpulan dari tulisan. Namun, jika dalam pemahaman litoral Anda merangkum secara langsung, maka pada tahapan ini Anda dapat mencari makna atau gagasan-gagasan yang disampaikan penulis secara tidak langsung. Simpulan yang dimaksud pada pemahaman ini pun, tidak terbatas hanya pada pandangan saja. Melainkan membuatnya berdasarkan bahasa yang digunakan penulis. Sehingga dapat membangkitkan daya imajinasi Anda secara kreatif.

- **Pemahaman Kritis**

Pemahaman kritis mempunyai tingkatan yang lebih dibandingkan dengan dua pemahaman sebelumnya. Dalam pemahaman kategori ini, Anda dituntut untuk dapat mengevaluasi bahan bacaan, kemudian memberi penilaian secara pribadi. Hal ini tentu saja bisa menimbulkan perbedaan dari setiap individu yang memaknai tulisan. Pada tingkat pemahaman kritis, Anda dapat memahami gagasan lain dari penulis dengan melakukan analisis mandiri, yang kemudian mengkategorisasikannya berdasarkan tingkat kesesuaiannya. Pada tingkatan pemahaman ini, Anda harus

mampu mengelola materi bacaan. Kegiatan mengelola materi tersebut meliputi aktivitas memahami secara kritis sehingga dapat diperoleh pemahaman secara menyeluruh tentang isi bacaan.

• **Pemahaman Kreatif**

Dalam konsep membaca cepat, pemahaman kreatif juga menjadi tingkat pemahaman paling tinggi. Sebab, pada tingkatan ini dalam mencari pemahaman, dibutuhkan daya kreativitas dalam upaya memaknai konteks yang terkandung dalam sebuah bacaan. Tentunya, untuk mencapai hal ini, Anda tetap harus memotivasi diri agar tetap berimajinasi secara mandiri dan berkreasi menemukan pemahan dari gagasan-gagasan penulis. Muara dari semua hal tersebut ialah, lahirnya ide atau gagasan-gagasan baru dari proses pemahaman yang dilakukan. Dalam pemahaman ini juga, Anda dituntut untuk bisa menemukan solusi serta alternatif baru yang nantinya dapat menjembantani Anda dalam proses pemahaman sekaligus penemuan tindakan ataupun tanggapan. Hal ini bisa Anda lakukan dengan menyatukan antara pengetahuan pribadi dengan gagasan yang dimaksud penulis. Pada tingkatan pemahaman ini Anda tidak hanya menangkap makna tersurat, makna antar baris, dan makna di balik baris, tetetapi juga harus mampu kreatif menerapkan hasilnya untuk kepentingan sehari-hari.

Seseorang dikatakan memiliki pemahaman kreatif jika dapat memenuhi kriteria-kriteria berikut:

1. Kegiatan membaca tidak berhenti sampai pada saat menutup buku.
2. Mampu menerapkan hasil untuk kepentingan hidup sehari-hari.
3. Munculnya perubahan sikap dan tingkah laku setelah proses membaca selesai.
4. Hasil membaca berlaku sepanjang masa.
5. Mampu menilai secara kritis dan kreatif bahan-bahan bacaan.
6. Mampu memecahkan masalah kehidupan sehari-hari berdasarkan hasil bacaan yang telah dipahami.



Pemahaman kreatif juga merupakan sebuah proses untuk menemukan hal lain yang bernilai positif dari pengetahuan yang terdapat dalam bahan bacaan dengan cara mengidentifikasi ide ataupun gagasan yang menonjol. Selain itu, Anda juga bisa mengkombinasikan pengetahuan dan pemahaman yang pernah didapatkan sebelumnya. Pada pemahaman ini, kegiatan membaca cepat yang Anda lakukan tidak hanya berfokus pada teknik menangkap makna tersurat, makna antara baris tetapi juga mampu secara kreatif menerapkan hasil membacanya untuk sehari-hari. Di mana proses terpenting dari kegiatan pemahaman ini bukan sekadar menangkap makna dan maksud bahan bacaan, tetapi juga menerapkannya.

Kapan Teknik Membaca Cepat Diterapkan ?

Kategori umur bukan hal mutlak yang membatasi teknik membaca cepat bisa diterapkan. Akan tetapi, tentu saja penerapannya khusus diberikan kepada mereka yang secara usia telah matang untuk menerima teks dan konteks keterbacaan. Sebab membaca cepat adalah sebuah pilihan praktis yang bisa dilakukan, hanya bagi mereka yang tahapan membacanya sudah berada di level mampu membaca secara lebih kompleks dan memaknai berbagai perspektif. Pada tahap ini, membaca cepat dapat berfungsi secara tepat jika Anda telah memiliki kemampuan menganalisis, juga bersikap kritis terhadap sebuah bacaan serta mampu mengintegrasikan pengetahuannya dengan pengetahuan orang lain.

Ketika tahapan kedewasaan membaca telah dimiliki, lantas kapankah membaca cepat dapat dilakukan? Membaca cepat dapat dilakukan, kapan pun dan dengan teknik yang sangat fleksibel. Sebab, makin sering mengulang bacaan dari penulis maka makin besar kesempatan Anda untuk meramu ide pokok atau nilai-nilai yang dapat dikembangkan. Dengan syarat pembaca tetap fokus dan tidak keluar dari penyimpulan kata kunci dan ide-ide pokok yang dijabarkan dalam sebuah bacaan.

Bab 3
Teknik Membaca Cepat



“Makin aku banyak membaca,
makin aku banyak berpikir;
makin aku banyak belajar,
makin aku sadar bahwa aku tak
mengetahui apa pun.”

– Voltaire



Barangkali Anda pernah merasa bingung menghadapi buku tebal atau tumpukan buku yang harus dipahami dalam waktu cepat. Biasanya ini dialami saat Anda menghadapi ujian sekolah atau kuliah, membuat karya ilmiah, menyiapkan bahan presentasi, atau mempelajari dokumen-dokumen penting dalam pekerjaan dalam waktu yang sangat terbatas. Rasanya mustahil seluruh halaman buku dapat dibaca seluruhnya. Sementara Anda dituntut harus paham isi buku tersebut. Kondisi ini tak jarang membuat Anda panik bahkan mungkin stres.

Di balik situasi tersebut, tahukan Anda jika kekuatan mata manusia sangat luar biasa dalam menangkap simbol-simbol verbal dan non verbal dalam tulisan. Bahkan indra penglihatan yang menjadi anugerah dari Tuhan Yang Mahakuasa itu, mampu mengalahkan kecanggihan kamera apapun. Sebab mata manusia mampu menangkap cepat tulisan yang berupa simbol-simbol.

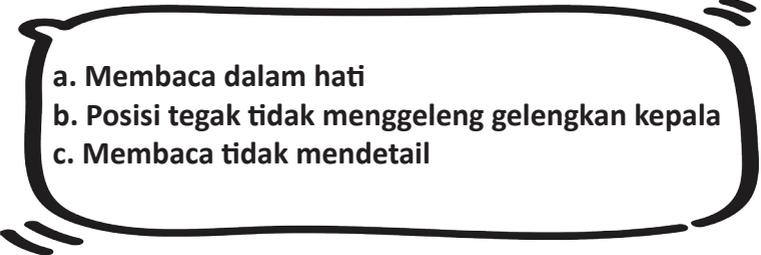
Memang tidak semua orang bisa langsung mahir dalam membaca cepat. Keterampilan ini membutuhkan latihan berulang-ulang untuk menguasai teknik penerapannya. Latihan-latihan ini dipandang penting untuk dilakukan karena biasanya seseorang yang baru pertama kali belajar membaca cepat kerap menemui beberapa masalah yang menjadi penghambat. Adapun syarat utama untuk dapat membaca cepat adalah mengetahui dengan persis bahan yang sedang dicari. Hal ini dapat dicapai dengan melakukan pemindaian secara cepat, yakni dengan hanya mencari bagian-bagian yang dibutuhkan.

Beberapa orang membaca untuk sekadar mengisi waktu luang, misalnya: sedang di kereta, menunggu pesawat, atau sebagai teman meminum kopi. Ada pula yang sudah mulai dijadikan suatu kebiasaan yang diterapkan dalam kehidupannya, misalnya: ada target capaian buku dalam seminggu. Namun sebagian besar dari mereka masih menggunakan teknik membaca pada umumnya yaitu membaca kata per kata, halaman per halaman, atau bab per bab. Padahal ada cara efektif yang dapat memudahkan proses membaca, dengan kondisi bahwa sudah mengetahui terlebih dahulu kebutuhan apa yang ingin diperoleh dari aktivitas membaca tersebut.

Setiap orang pun memfungsikan membaca secara berbeda-beda. Misal ada yang ingin menamatkan buku bacaan dengan cepat, ada yang hanya mencari informasi tertentu untuk keperluan tugas atau pekerjaan, bahkan mungkin membaca karena ingin mencari fakta-fakta menariknya saja. Itu tidak jadi persoalan, selagi paham tentang isi bacaan yang dimaksud. Dan tentunya akan lebih baik jika beragam cara tersebut dapat disertai dengan teknik-teknik yang tepat.

Dasar-Dasar Teknik Membaca Cepat

Dalam penerapannya, teknik membaca cepat dapat teridentifikasi melalui 3 ciri-ciri ini:

- 
- a. Membaca dalam hati
 - b. Posisi tegak tidak menggeleng gelengkan kepala
 - c. Membaca tidak mendetail

Sebelum mempelajari bagaimana teknik dasar dalam membaca cepat, Anda perlu mengidentifikasi lebih dahulu beberapa hal yang menjadi faktor penghambatnya. Hal ini dikarenakan praktik membaca cepat cukup sulit dilakukan jika tantangan ini belum dikenali untuk kemudian disiasati.

Berikut ini beberapa faktor penghambat dalam proses membaca cepat:

- **Sulit Konsentrasi**

Konsentrasi merupakan komponen penting dalam membaca. Karena daya konsentrasi menentukan kemampuan Anda menangkap dan memahami isi bacaan. Terlebih saat membaca cepat. Dengan konsentrasi yang baik dapat memastikan bahwa kecepatan baca berbanding lurus dengan pemahaman dan bukan sebaliknya. Jika tidak konsentrasi maka informasi yang diterima oleh dan diteruskan ke otak pun tidak mendapat perhatian cukup, sehingga menyebabkan hilangnya pemahaman.

Tidak jarang hal ini membuat seseorang harus mengulang bahan bacaan berulang. Pengulangan ini disebut regresi, dan merupakan salah satu kebiasaan yang perlu dihilangkan jika Anda ingin memperbaiki kecepatan membaca.

Penyebab:

Kesulitan berkonsentrasi bisa disebabkan beberapa faktor diantaranya: kelelahan fisik dan mental, bosan, atau banyak hal lain yang sedang dipikirkan. Konsentrasi juga dapat terganggu karena adanya hal-hal yang dapat mengalihkan perhatian seperti suara musik yang terlalu keras, TV yang menyala, orang lalu-lalang, dan lain sebagainya. Kesulitan konsentrasi membuat pikiran melayang entah ke mana dan huruf-huruf yang dibaca pun ikut menguap terbang. Dalam praktik membaca cepat, konsentrasi sangat penting karena menentukan kemampuan Anda menangkap dan memahami isi bacaan.

Solusi:

carilah tempat yang tenang, memiliki penerangan yang cukup, suhu ruangan yang nyaman, dan tempat duduk yang nyaman. Setelah itu, menyelaraskan kemampuan konsentrasi, seperti kerja sama antara mata dan otak. Mata bekerja menangkap kata dengan cepat dan otak menerjemahkan, mengomentari dan memahami kata demi kata yang ditangkap.



- **Rendahnya Motivasi**

Hambatan atau gangguan ini lazim dialami, khususnya mahasiswa ketika harus membaca buku teks tebal yang tidak disukai. Rendahnya motivasi kerap muncul ketika Anda hendak membaca suatu buku, tetapi tidak terlalu tahu mengenai materi pembahasannya. Maka Anda cenderung membaca sekadarnya saja dan tidak terlalu berminat untuk membaca dengan pemahaman yang baik.

Banyak orang membaca tetapi tidak memiliki motivasi yang kuat atas bahan yang dibaca. Motivasi yang kurang ini secara mental berpotensi memperlambat daya baca, dan otak tidak dirangsang untuk bekerja optimal. Salah satu penyebab rendahnya motivasi karena tidak tahu topik yang ingin diperoleh dari bahan bacaan. Seseorang yang memiliki motivasi rendah seperti seorang pengendara yang terus berjalan tetapi tidak tahu hendak ke mana tujuan yang mau dicapai.

Mengapa motivasi penting dalam membaca? Saat Anda membaca teks yang panjang, motivasi inilah yang berfungsi dalam mempertahankan stamina untuk terus membaca hingga selesai. Tanpa motivasi, Anda bisa membaca sampai beberapa halaman, tetapi sesudah itu bosan dan malas meneruskannya. Motivasi menjadi pendukung konsentrasi dan saling membantu dalam menciptakan pemahaman yang utuh, baik secara bernalar maupun emosional.





Adapun solusi terhadap rendahnya motivasi Anda dalam membaca cepat, yakni:

1. Jika buku tersebut text book perkuliahan yang tebal dan membosankan, coba bayangkan topik yang menarik dari judulnya, gagasan yang dibahas di dalamnya, dan ide dari sumber bacaan yang bisa Anda aplikasikan setelah menguasai isinya.
2. Jika buku tersebut biografi, coba bayangkan betapa hebatnya orang yang dibahas, hal-hal penting yang telah dia lakukan dapat menjadi pelajaran bagi hidup Anda.
3. Jika buku tersebut merupakan buku panduan (self help), bayangkan apa dan siapa saja yang menginspirasi bahkan

bisa terbantu ketika Anda berhasil menguasainya. Apabila Anda mempunyai otak cemerlang dan konsentrasi tinggi, maka Anda bisa memahami materi dengan sangat mudah.

- **Khawatir Tidak Memahami Materi Bacaan**

Barangkali Anda sering merasa khawatir jika buku yang hendak dibaca terlalu berat dan sulit dipahami. Rasa khawatir ini ternyata bisa menjadi kenyataan jika Anda terus membawanya saat membaca. Kekhawatiran bahwa Anda tersebut akhirnya dapat benar-benar menjadi kenyataan. Terlebih menjelang ujian yang mewajibkan untuk membaca berbagai literatur. Rasa khawatir tersebut harus dihilangkan agar Anda membaca tanpa beban, tanpa paksaan. Proses membaca harus dilakukan dengan rileks sehingga menjadi aktivitas yang menyenangkan sekaligus menyegarkan. Yakinkan jika buku yang hendak dibaca mungkin cukup bisa dipahami. Ibarat batu yang keras sekalipun akan berlubang oleh air yang terus menerus menetesinya.

- **Kebiasaan Buruk Membaca**

Banyak sekali orang memiliki kebiasaan buruk dalam membaca sehingga memperlambat kecepatan termasuk membuat tingkat pemahaman lebih rendah. Pada umumnya, orang yang belum pernah mendapat latihan membaca pasti mempunyai kecepatan baca yang lebih rendah dari kemampuannya. Beberapa hambatan tersebut yakni, sebagai berikut:

- a. Vokalisasi**

Banyak pembaca yang melafalkan apa yang dibacanya. Tingkat vokalisasi ini berbeda-beda pada tiap orang termasuk tinggi rendahnya bunyi yang dilafalkan. Vokalisasi dapat menyebabkan kecepatan membaca menurun drastis menjadi setara kecepatan berbicara.

- b. Gerakan bibir**

Gerakan bibir sangat mirip dengan vokalisasi. Bedanya adalah jika vokalisasi mengeluarkan suara, maka pada gerakan bibir hanya ada gerakan saja tanpa disertai suara. Karena alat berbicara yang digunakan pada dasarnya sama yakni menggunakan bibir dan lidah, dapat dipastikan kecepatan membaca dengan cara ini juga setara dengan kecepatan berbicara.

- c. Gerakan kepala**

Banyak orang ketika membaca, kepalanya pun ikut bergerak mengikuti kata demi kata dalam bahan bacaan. Dengan demikian kepala bergerak secara teratur dari kiri ke kanan kembali lagi ke kiri dan seterusnya. Kebiasaan ini berpotensi menghambat kecepatan baca karena pergerakan kepala sebenarnya kalah jauh dengan pergerakan mata

- d. Regresi**

Anda mungkin pernah membaca suatu kalimat atau paragraf kemudian tidak yakin dengan isinya atau merasa kurang paham, lantas memilih untuk balik lagi dan mengulang kalimat atau paragraf tersebut. Bayangkan jika dalam satu halaman saja Anda melakukannya 10-15 kali, berapa banyak waktu yang telah terbuang.

e. *Back skippin*

Ketika membaca secara tidak sadar kadang-kadang Anda mengulang-ulang bahan bacaan (kata atau kalimat) sebelum topik yang dibaca diselesaikan. Kesalahan membaca ini disebut sebagai *back skippin*. Cara seperti ini dapat mengakibatkan penglihatan mata Anda terhadap bahan bacaan menjadi lamban, sehingga sulit melakukan teknik membaca cepat.

f. **Subvokalisasi**

Subvokalisasi adalah melafalkan kata di dalam hati sedemikian rupa sehingga otak dapat mendengarkan ucapan tersebut. Seseorang disebut sedang melakukan subvokalisasi yaitu ketika melafalkan kata di dalam hati, bukan disuarakan, sehingga orang lain tidak dapat mendengarnya. Subvokalisasi sangat familier dalam aktivitas membaca buku. Subvokalisasi yang terjadi saat membaca buku bisa berupa menggerakkan mulut (*komat-kamit*), bisa juga hanya dengan melafalkan kosakata satu per satu (dalam hati). Subvokalisasi merupakan suatu kebiasaan yang menghambat dan penyebab lambatnya membaca. Alasannya, dalam memroses kata-kata, otak Anda bekerja lebih cepat dibanding saat Anda mengucapkannya.

Setelah Anda mengetahui hambatan dalam membaca cepat seperti yang dijelaskan di atas, mulai sekarang hilangkanlah hambatan tersebut satu per satu agar Anda bisa menjadi pembaca cepat. Ingat Anda tidak akan dapat meningkatkan kecepatan baca secara signifikan jika kebiasaan-kebiasaan yang menghambat masih tetap dilakukan.

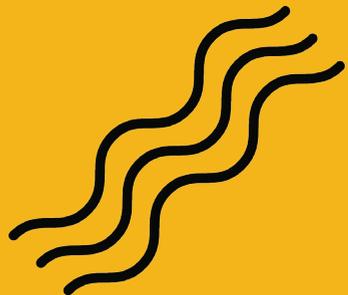
Dan berikut ini beberapa solusi praktis untuk mengatasi hambatan dalam penerapan teknik membaca cepat:

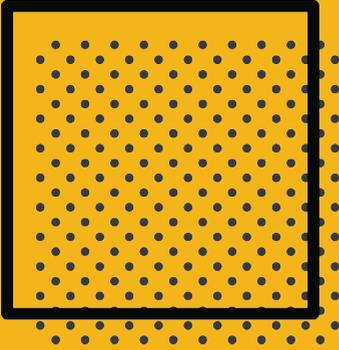
1. Memiliki kosakata yang luas
2. Sikap tubuh
3. Membaca sepintas
4. Konsentrasi
5. Retensi atau mengingat kembali informasi dari bacaan
6. Tujuan dari membaca itu sendiri
7. Motivasi

Hal-hal yang Perlu Diperhatikan dalam Membaca Cepat

Adapun hal-hal yang perlu untuk diperhatikan dalam membaca cepat ialah:

1. Membaca kesatuan kalimat, bukan kata demi kata.
2. Tidak mengulang kata atau kalimat yang sudah dibaca
3. Tidak terlalu lama berhenti di awal baris ataupun kalimat karena dapat memutuskan hubungan makna antarkalimat maupun antarparagraf.
4. Mencari kata kunci yang menjadi tanda awal terdapatnya sebuah gagasan utama pada sebuah kalimat.
5. Mengabaikan kata-kata lugas yang sifatnya berulang misalnya kepada, yang, di, dari, dan lain sebagainya.





Hal-hal yang Diperhatikan dalam Praktik Membaca Cepat

Untuk bisa memahami dan membaca suatu tulisan secara cepat serta waktunya pun tepat. Maka langkah-langkah cermat dalam membaca sekaligus memahami maknanya antara lain:

1. Mempersiapkan secara fisik dan psikologis sebelum membaca.
2. Membaca tulisan dengan tenang, namun cepat.
3. Sambil membaca, memberikan tanda yang merupakan salah satu gagasan pokok serta gagasan utamanya.
4. Menyiapkan stopwatch atau bisa juga jam tangan untuk mengukur kecepatan serta ketepatan dalam membaca.
5. Membaca dengan penuh konsentrasi.

Praktik Membaca Cepat

Ada 6 metode membaca cepat yang lumrah diketahui, yakni:

Teknik Membaca *Skimming* (Baca-Layap)

Skimming atau yang biasa disebut baca-layap merupakan teknik membaca dengan mengambil inti sari atau ide pokok tentang suatu hal atau teks, bukan detailnya. Teknik membaca yang secara garis besar (sekilas) untuk mendapatkan gambaran umum isi buku. Setelah itu melacak informasi yang ingin diketahui secara mendalam. Untuk memperlancar proses *skimming* maka yang perlu Anda lakukan terlebih dahulu adalah membaca daftar isi, kata pengantar, pendahuluan, judul atau sub judul, serta kesimpulan. Dari bagian-bagian buku tersebut, minimal Anda bisa menafsirkan inti dari isi buku yang akan dibaca.

Dengan kata lain, Anda tidak butuh membaca kata per kata seperti ketika membaca normal. Kecepatan membaca mampu mencapai 3-4 kali lebih cepat dari biasanya. Orang sering memakai teknik ini apabila menemui banyak bacaan yang harus dirampungkan dengan waktu yang terbatas. Anda dapat menggunakan teknik *skimming* untuk melihat apakah teks yang Anda baca sesuai dengan yang Anda butuhkan.

Skimming dikatakan berhasil jika Anda dapat memperoleh ide utama dan dapat membayangkan secara umum inti pembahasan dalam keseluruhan isi buku. Proses *skimming* sangat penting sebelum Anda membaca secara mendalam dalam setiap halaman. Dengan melakukan *skimming*, Anda mempersiapkan otak untuk menghadapi bahan bacaan yang sesungguhnya. *Skimming* juga bermanfaat untuk menumbuhkan rasa ingin tahu, memastikan apakah bacaan sesuai dengan yang diharapkan.

Tujuannya, mempermudah mengetahui secara cepat isi buku dengan hanya melacak informasi yang sekiranya menarik dan ingin diketahui secara mendalam. Yang terpenting runutkan tahapan membaca, yakni

dari mulai daftar isi hingga pada akhir halaman yang memuat kesimpulan. Kalau pada buku bacaan tentunya ada di sampul belakang yang memuat sedikit gambaran tentang yang ada di isi buku. Contohnya: membaca berita di koran atau media online, membaca ensiklopedia, kamus, index, daftar telepon, dan sumber bacaan sejenis lainnya. Secara garis besar, ada 4 hal penting yang perlu diperhatikan saat melakukan proses membaca dengan teknik *skimming*:

1. Mengenali topik bacaan dalam buku
2. Mengetahui pendapat atau opini orang tentang buku
3. Mendapatkan bagian penting buku
4. Mengetahui pola pikir penulis, organisasi penulisan, urutan ide pokok, dll.

Kiat Membaca *Skimming* : Sebagai langkah awal, Anda perlu memeriksa satu bagian atau kesatuan bab di dalam buku. hal ini dilakukan sebelum mempelajarinya secara serius agar dapat memperoleh inti gagasan mengenai cakupan secara umumnya. Kemudian menyampel beberapa halaman untuk dapat menentukan apakah tulisan yang Anda baca itu merupakan bacaan yang bernilai atau berkesesuaian dengan kebutuhan. Selain itu, Anda juga perlu memeriksa dengan secara cepat sebuah artikel tentang isu kontroversial dalam menemukan pandangan pengarang, tanpa harus memperhatikan argumen penulis yang spesifik. Sampai akhirnya Anda bisa menganalisis apakah bahan bacaan tersebut bisa dipahami atau terlalu sulit.

Gerakan mata saat membaca dengan teknik *skimming* ini hampir seperti jika membaca lengkap, kecuali jika Anda ingin melompati bagian-bagian tertentu. Cara yang efektif adalah menelusuri awal paragraf yang memuat ide pokok. Lalu cepat bergerak (melompat atau *skipping*) ke bagian lain paragraf itu dan berhenti (*fixate*) jika menemukan detail dalam memahami isi, kemudian bergerak cepat lagi dan berhenti lagi untuk memungut detail atau gagasan yang penting. Detail penting dapat ditunjukkan oleh tipografi atau tanda-tanda rincian yang biasanya dengan mudah Anda kenali. *Skimming* juga disebut sebagai *review* atau tinjauan balik.

Praktik Membaca *Skimming*:

Sebagai langkah awal, teknik ini cenderung sama dengan *previewing*, yakni baca cepat judul, subjudul dan lalu baca kalimat pertama atau terakhir arena biasanya ide pokok atau gagasan terdapat pada posisi itu. Ingat selalu bahwa teknik membaca *skimming* untuk mencari informasi khusus, bukan hanya pemahaman secara menyeluruh. Ide pokok juga tergambar pada fakta yang disampaikan pada table, grafik maupun bagan. Teknik baca *skimming* ini merupakan salah satu teknik membaca cepat. Teknik membaca *skimming* artinya Anda secara cepat membaca sekilas teks untuk memilih ide-ide penting dari teks (tindakan untuk mengambil inti sari atau saripati suatu hal). Dan agar lebih efektif, beberapa hal penting berikut ini menjadi kunci dalam mempraktikkan teknik membaca *skimming*, diantaranya:

1. Membuat pertanyaan tentang hal-hal yang akan Anda cari dari suatu buku.
2. Menelusuri daftar isi atau pun kata pengantar, apakah informasi yang Anda butuhkan itu ada di dalam bacaan tersebut.
3. Fokus, telusuri dengan kecepatan tinggi tiap-tiap paragraf atau juga sub-bab.
4. Berhenti jika sudah menemukan konsep yang Anda cari.
5. Membaca sekaligus memahami dengan cepat setiap pokok pembacaan yang dianggap penting.

Langkah-langkah Membaca *Skimming*:

Secara signifikan, beberapa langkah ini dapat Anda terapkan ketika hendak membaca melalui metode ini:

1. Baca secara vertikal maupun horizontal. Saat membaca *skimming*, gerakkan mata secara vertikal sebanyak Anda menggerakkan mata secara horizontal. Dengan kata lain, Anda menggerakkan mata ke bawah halaman sebanyak Anda memindahkannya dari sisi ke sisi.
2. Mengidentifikasi pola pikir penulisnya. Setiap artikel, buku, dan halaman web ditulis untuk menjelaskan maksud tertentu, dan jika Anda dapat mendeteksi strategi penulis untuk menyampaikan maksudnya, maka Anda dapat memisahkan yang penting dari materi yang tidak penting selama membaca. Anda pun dapat lebih fokus pada materi asli dan bermakna. Serta melewatkan materi yang hanya mendukung argumen penulis.

3. Mendeteksi ide utama dalam paragraf pengantar. Paragraf pengantar biasanya mengungkapkan ide utama, argumen, dan tujuan dari sebuah bacaan. Selanjutnya deteksi paragraf ini dengan cermat untuk mengetahui tujuan penulis. Cara ini dapat membantu Anda memutuskan sejak awal apakah bacaan tersebut layak dibaca secara mendetail.
4. Membaca kalimat pertama di setiap paragraf. Kalimat pengantar setiap paragraf biasanya menjelaskan pokok utama yang mengikuti dalam paragraf. Saat Anda membaca sepintas, baca kalimat pertama di setiap paragraf, lalu putuskan apakah paragraf lainnya layak dibaca atau tidak.
5. Melompati bagian terkait contoh dan bukti. Penulis sering memberikan contoh untuk membuktikan suatu hal, tetapi jika Anda yakin poin tersebut tidak perlu dibuktikan, maka Anda dapat mengabaikan bagian tersebut.

“
Skimming adalah teknik membaca untuk mendapatkan gambaran umum dari isi buku
”

Teknik Membaca *Scanning* (Membaca-Tatap)

Scanning atau disebut juga dengan membaca-tatap atau memindai, merupakan teknik membaca cepat dan teliti terhadap informasi yang Anda kehendaki. Tanpa membaca yang lain-lain, jadi langsung ke masalah yang dicari, yaitu fakta khusus dan informasi tertentu. Di mana Anda mencari ide atau kata kunci saja. Tekniknya yaitu dengan membaca cepat suatu informasi secara loncat-loncat dengan melibatkan asosiasi dan imajinasi pada bagian yang dianggap penting, sehingga dalam memahami bacaan tersebut seseorang dapat menghubungkan kalimat yang satu dengan kata-kata sendiri. Sejumlah hal yang harus ditekankan dalam membaca *scanning* ialah di samping membaca secara cepat, mencari hal terpenting, Anda juga harus melibatkan daya kemampuan berimajinasi sehingga perpaduan dari komponen itu tetap merujuk pada pemahaman isi bacaan.

Scanning sendiri berarti menggerakkan mata dengan cepat di setiap lembar halaman seperti saat men-scan atau memindai. Teknik ini sering digunakan dalam kehidupan sehari-hari, misalnya untuk mencari: nomor telepon, arti kata pada Andas, entri pada indeks, angka-angka statistik, acara siaran TV, dan melihat daftar perjalanan. Membaca *scanning* tidak mewajibkan Anda untuk membaca seluruh kata maupun kalimat. Cukup kata kunci pentingnya saja yang menjadi perhatian. Membaca dengan teknik ini biasa dipakai oleh orang yang gemar membaca koran atau buku. Jenis teknik membaca ini bertujuan untuk memperoleh fakta atau informasi tertentu.

Dalam kehidupan sehari-hari *scanning* digunakan antara lain untuk: mencari nomor telepon, mencari kata pada kamus, mencari entri pada indeks, mencari angka-angka statistik, mencari daftar perjalanan, mencari daftar belanjaan.

Kiat Membaca *Scanning*:

Gerakan mata dalam *scanning* tidak jauh berbeda dengan *skimming*. Untuk mengetahui tempat informasi tertentu, bantuan yang baik

adalah judul-judul bab dan subjudulnya. Jika yang dicari itu suatu angka, gerakan mata dengan cepat dan berhentilah pada setiap angka yang kiranya mirip, jika kiranya bukan, jangan ditunda lagi, teruskan bergerak ke bawah. Demikian juga untuk mencari suatu nama. Jadi, kegiatan scanning adalah untuk mencari informasi khusus. Karena itu kita perlu terlebih dahulu mengetahui apa yang akan kita cari.

Praktik Membaca *Scanning*:

Langkah-langkah membaca *scanning*, jika Anda ingin memperoleh hasil yang memuaskan dari teknik membaca cepat ini, ikutilah langkah-langkah berikut ini:

1. Melihat daftar isi dan kata pengantar secara sekilas
2. Menelaah dengan secara singkat latar belakang penulisan buku
3. Membaca bagian pendahuluan dengan secara singkat
4. Mencari dalam daftar isi bab-bab yang penting
5. Membaca bagian kesimpulan (jika ada)
6. Melihat secara sekilas daftar pustaka, daftar indeks, atau juga apendiks

Teknik Membaca *Selecting* (Baca-Pilih)

Biasa disebut juga teknik baca-pilih. Teknik membaca yang satu ini cukup terbilang sangat mengutamakan kebutuhan, artinya memilih teks dan bagiannya yang dibaca berdasar pada kebutuhan. Teknik ini biasanya dilakukan sebelum kegiatan membaca, misalnya saat membaca judul berita. *Selecting* biasanya digunakan oleh orang yang ingin mengembangkan tulisannya hingga menjadi menarik. Dalam mengembangkan tulisan dibutuhkan setidaknya banyak monitoring berita yang memuat informasi sama dengan yang ingin penulis kembangkan.

Umumnya, *selecting* digunakan oleh seseorang yang ingin menemukan literatur atau referensi untuk mengembangkan tulisannya. Sehingga, tulisan yang diciptakan akan lebih berbobot dan informatif.

Teknik Membaca *Skipping* (Baca-Lompat)

Skipping merupakan teknik membaca yang mengabaikan atau melompati bagian yang tidak diperlukan atau bagian yang sudah dimengerti. Sempelnya, jika tulisan yang dibaca sudah tidak relevan dengan keinginan maka abaikan atau lompat saja. Teknik membaca *skipping* dapat digunakan di semua jenis bacaan. Singkatnya, apabila bahan bacaan yang dibaca sudah tidak berkesinambungan dengan kebutuhan Anda, maka sebaiknya Anda menggunakan teknik *skipping*. Jika kelak Anda sudah memahami maka ke depan akan terasa mudah, membaca bacaan sesuai dengan kebutuhan. Akan sangat menyenangkan jika sudah tahu teknik-teknik membaca. Sehingga setiap orang akan gemar membaca, dari setiap orang terbangun simpul-simpul budaya membaca dan pada akhirnya membaca dapat menjadi tonggak utama dalam meningkatkan literasi masyarakat.

Kiat Membaca *Skipping*:

Dengan teknik ini, pembaca yang mengabaikan atau melompati bagian yang tidak diperlukan atau bagian yang sudah dimengerti. Sederhananya, jika tulisan yang dibaca sudah tidak relevan dengan keinginan maka abaikan atau lompat saja. Teknik membaca *skipping* dapat digunakan di semua jenis bacaan. Bagian-bagian bacaan yang dianggap tidak relevan atau bagian yang sudah dikenal atau sudah dipahami diabaikan dan dilompati saja. Contoh: membaca daftar iklan baris.



Teknik Membaca *Previewing*

Teknik membaca cepat secara *previewing* diartikan sebagai membaca untuk memperoleh gambaran umum dari bahan bacaan. Untuk mendapatkan gambaran umum dengan teknik ini, Anda dapat membaca buku yang sedang berada dalam tahap terbaru, update terbaru. Informasi-informasi yang ingin didapat dalam teknik ini adalah judul buku, penulis buku, interpretasi, jenis bacaan dan prediksi mengenai bacaan itu. Beberapa hal ini merupakan informasi yang sangat penting. Setelah diperhatikan bagian dalam buku yang sedang Anda lihat, seperti tahun terbit, jumlah halaman, pengantar, jumlah bab, daftar isi, kesimpulan, lampiran, indeks, bibliografi, tabel, grafik, dan bagan.

Teknik Membaca *SQ3R*

Teknik *SQ3R* dipopulerkan oleh Francis P. Robinson pada tahun 1941. Cara membaca ini lebih mudah dipahami dalam konteks membaca cepat. Di mana pemahaman yang diperoleh dalam membaca cepat lebih dalam daripada metode-metode lainnya. *SQ3R* merupakan proses membaca yang terdiri dari lima langkah: *Survey*, *Question*, *Read*, *Recite*, dan *Review*. Membaca dengan metode *SQ3R* ini sangat baik untuk kepentingan membaca secara intensif dan rasional. Berikut penjelasan rinci tentang proses membaca dalam *SQ3R* tersebut.

Survey:

Fokus pada tahap *survey* ini adalah dengan mengamati sepintas sebuah bacaan atau buku. Hal-hal yang dilihat diantaranya, judul utama, subjudul, sinopsis, kata pengantar, dan daftar isi. Survei ini merupakan langkah awal sebelum membaca keseluruhan sebuah buku. Setelah melihat bagian-bagian itu, selanjutnya adalah melihat bagian dalam buku seperti bab, subjudul, huruf-huruf yang dicetak miring, tabel, dan lain-lain. Dari penglihatan ini bisa diperoleh pesan buku yang hendak dibaca. Tujuan survei ini adalah untuk membuat Anda cepat menangkap

arti, mendapatkan abstrak, mengetahui ide-ide penting, melihat susunan bacaan sehingga menimbulkan minat terhadap sebuah buku.

Question:

Dalam membaca cepat, *Question* digunakan untuk menanyakan masalah, isi, atau ruang lingkup buku yang hendak dibaca. Pertanyaan ini berguna untuk membantu pikiran terfokus pada pencarian jawaban pada sebuah buku. Dalam praktiknya, bertanya ini disatukan ketika hendak melakukan survei sebuah bacaan. Dengan bertanya berarti bersikap aktif. Sikap aktif ini mencakup soal analitis, sintetis maupun argumentasi terhadap pokok pikiran yang disampaikan oleh penulis. Agar lebih efektif, pertanyaan yang ditanyakan adalah pertanyaan yang sungguh berguna berdasarkan rasa keingintahuan Anda sebelum membaca.

Read:

Setelah tahap *Survey* dan *Question*, selanjutnya adalah *Read*. Seluruh tahapan metode SQ3R ini saling berkaitan, untuk itu Anda harus melakukan dua tahap selanjutnya sebelum membaca cepat. Jika belum melakukan dua tahap sebelumnya, maka cukup sulit untuk membaca cepat dan menemukan ide pokok dalam sebuah bacaan. Semua pertanyaan yang diajukan di dalam hati sebelum membaca bisa terjawab ketika Anda mulai membaca.

Recite:

Tahap ini disebut juga resitasi atau refleksi. Dalam membaca cepat, *Recite* berarti mencoba mengingat kembali inti gagasan yang sudah dibaca. Ingatan ini berupa ingatan mengenai ide pokok yang ditemukan selama membaca. Di sinilah kemampuan dalam membaca dapat dilihat, apakah sudah memahami isi bacaan atau belum. Tahap ini dapat dilakukan setelah membaca satu bab dalam sebuah buku atau satu buku sekaligus. Ingatan terkait ide-ide pokok yang ditemukan dalam bacaan, dibahasakan kembali. Bahasakan dengan gaya bahasa Anda sendiri. Jika belum bisa menangkap ide pokoknya cobalah untuk membacanya sekali lagi. Katika Anda mampu menceritakan kembali inti sari bacaan, maka kemampuan membaca Anda dapat dikatakan baik. Sebaliknya, jika tidak maka kemampuan membaca Anda masih kurang.

Review:

Mengulang kembali inti dari bacaan yang sudah dibaca. Mengulang berarti mengungkapkan kembali sesuatu yang telah dibaca atau dipelajari. Pada tahap ini Anda dapat menggugat kembali informasi dengan membaca ulang teks. Hal-hal yang diulang adalah hal-hal yang penting saja. Review dilakukan setelah Anda membaca keseluruhan isi buku dengan harapan bahwa ingatan itu bersifat jangka panjang sehingga saat dibutuhkan tinggal memanggilnya saja. Tahap ini mirip dengan survei, terutama ketika Anda hendak membolak-balik buku yang sudah dibaca. Anda tidak akan mengalami kesulitan karena sudah tahu di mana letak gagasan utama dalam bacaan yang sudah dibaca.



Bab 4
Mengukur Keberhasilan
Membaca Cepat



“

**Orang yang tidak banyak membaca
pasti tidak banyak tahu.**

**Orang yang tidak banyak tahu
sangat dekat dengan kebodohan.**

Dan kebodohan akan sangat dekat dengan kemiskinan.

- Helmy Yahya

”



Salah satu faktor yang memengaruhi kesuksesan dalam belajar adalah kemampuan membaca buku dengan cepat, ketika Anda dihadapkan pada banyaknya buku atau bahan belajar maka membaca cepat sangat dibutuhkan untuk menangkap dan memahami bacaan secara lebih tepat dan efisien. Lantas apakah kemampuan membaca Anda sudah sesuai dengan standar pendidikan maupun kemampuan? Apakah sudah sangat cepat, biasa-biasa saja, atau malah sangat kurang. Berikut penjelasan lebih rinci untuk menjawab pertanyaan-pertanyaan tersebut.

1. Kecepatan Efektif Membaca (KEM)

KEM (Kecepatan Efektif Membaca) merupakan tolok ukur kemampuan membaca yang sesungguhnya, yang melibatkan pengukuran kemampuan visual dan kemampuan kognisi. Kemampuan visual adalah kemampuan mata melihat lambang-lambang tertulis dalam satuan waktu tertentu yang akan menghasilkan rata-rata kecepatan baca; sedangkan kemampuan kognisi adalah kemampuan otak menangkap makna lambang-lambang yang akan menghasilkan persentase pemahan isi bacaan. Paduan dari kecepatan mata melihat lambang-lambang dan ketepatan otak menangkap makna lambang-lambang itulah yang disebut KEM.

Adapun perangkat yang perlu disiapkan untuk menghitung Kecepatan Efektif Membaca (KEM) adalah:

1. Teks/wacana sebagai bahan bacaan;
2. Alat pengukur waktu: jam atau stopwatch;
3. Perangkat tes (tes bacaan)

Sebelum melakukan penghitungan guna memperoleh hasil kecepatan membaca dalam satuan waktu. Maka Anda perlu mengetahui terlebih dahulu berapa jumlah kata yang sudah dibaca. Sebagai pedoman untuk menghitung jumlah kata yang terdapat dalam bacaan digunakan cara sebagai berikut:

1. Menghitung jumlah kata yang terdapat satu baris penuh dari pinggir kiri ke pinggir kanan pada satu halaman bacaan. Dengan catatan bahwa kata yang bersambung ke baris berikutnya dihitung pada baris yang kedua.
2. Menghitung jumlah baris yang terdapat pada halaman yang bersangkutan dari baris pertama sampai baris terakhir. Dengan ketentuan bahwa baris yang kurang dari setengah baris dari panjang baris tidak termasuk hitungan baris.
3. Mengalikan jumlah kata dengan jumlah baris yang terdapat dalam bacaan.

Uraian di atas dapat dirumuskan sebagai berikut:

Cara Menghitung Jumlah Kata

Jumlah Kata Per-Baris X Jumlah Baris Halaman = Jumlah Kata

Pengukuran selanjutnya adalah pemahaman terhadap isi bacaan

Untuk mengetahui kemampuan pemahaman terhadap isi bacaan secara komprehensif digunakan rumus prosentasi tingkat pemahaman, yaitu jumlah soal tes yang harus dijawab dengan benar dibagi dengan banyaknya soal tes yang harus dijawab. Hasil pembagian ini kemudian dikalikan dengan 100%, dapat dilihat pada rumus:

Rumus Mengukur Prosentasi Pemahaman Membaca

$$\frac{\text{Jumlah Jawaban Benar}}{\text{Jumlah Soal}} \times 100 \% = \text{Kemampuan Pemahaman}$$

Rumus Mengukur Prosentasi Pemahaman Membaca

$$\frac{\text{Jumlah Kata}}{\text{Waktu (Menit)}} \times \frac{\text{Skor Benar}}{\text{Skor Ideal}} = \dots \text{ Kpm}$$

Jika seseorang berhasil menyelesaikan 10 halaman bacaan yang per halamannya memuat 150 kata dalam tempo 3 menit dengan pemahaman 70%; artinya pembaca tersebut memiliki KEM 350 kata per menit. Atau dapat dijabarkan seperti berikut ini:

Jumlah kata : 150 x 10
 : 1.500
Waktu : 3
Skor Benar : 70
Skor ideal : 100

Untuk memperoleh hasil perhitungan kecepatan per menitnya, maka digunakan rumus berikut:

$$\frac{1.500}{3} \times \frac{70}{100} = 350 \text{ Kpm}$$

Rumus lainnya yang dapat diterapkan adalah:

$$\text{KPM} = \text{Q/T} \times 60$$

Keterangan:

KPM = kecepatan permenit

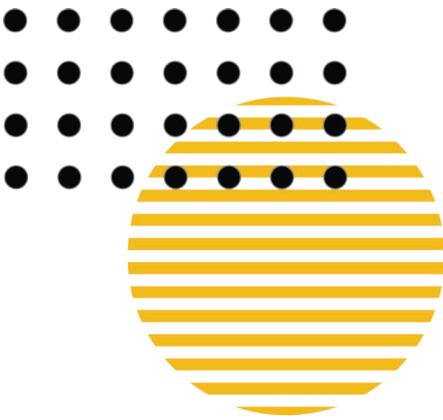
Q = Jumlah kata yang dibaca

T = Waktu dalam detik

60 = satuan detik dalam satu menit

Setelah diketahui kemampuan membaca, langkah selanjutnya yaitu mengklasifikasikan tingkat kemampuan membaca berdasarkan kategori usia secara umum dengan menggunakan klasifikasi jenjang pendidikan, sebagai berikut:

No.	Usia	Kategori Kecepatan Membaca		
		Rendah	Sedang	Tinggi
1.	Tingkat Akhir SD	<100 kpm	100-200 kpm	200 kpm
2.	Tingkat SMP	<200 kpm	200-250 kpm	>250 kpm
3.	Tingkat SMA	<250 kpm	250 - 325 kpm	325 kpm
4.	Mahasiswa	<325 kpm	325 - 350 kpm	350 kpm
5.	Pascasarjana dan Program Doktor	<400 kpm	400 - 450 kpm	> 450 kpm



CONTOH MENGHITUNG STANDAR KECEPATAN MEMBACA

Contoh 1:

Tita adalah siswa Sekolah Dasar (SD). Ia membaca sebuah buku dengan jumlah kata sebanyak 1000 kata. Kecepatan membacanya yakni 5 menit 10 detik.

Maka:

$$Q = 1000 \text{ kata}$$

$$T = 5 \text{ menit } 10 \text{ detik atau } (5 \times 60) + 10 = 310 \text{ detik}$$

$$Kpm = 1000 / 310 \times 60$$

$$\text{Hasilnya} = 193,5 \text{ kpm.}$$

Berdasarkan perhitungan di atas, maka hasil kecepatan membaca Tita, termasuk **kategori sedang** untuk usia siswa Sekolah Dasar (SD).

Contoh 2:

Deasy adalah siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP). Ia membaca sebuah buku dengan jumlah kata sebanyak 1200 kata. Kecepatan membacanya yakni 4 menit 40 detik.

Maka:

$$Q = 1200 \text{ kata}$$

$$T = 4 \text{ menit } 40 \text{ detik atau } (4 \times 60) + 40 = 280 \text{ detik}$$

$$Kpm = 1200 / 280 \times 60$$

$$\text{Hasilnya} = 257 \text{ kpm.}$$

Berdasarkan perhitungan di atas, maka hasil kecepatan membaca Deasy termasuk **kategori tinggi** untuk usia siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP).

Contoh 3:

Cahyo adalah siswa Sekolah Menengah Atas (SMA). Ia membaca sebuah buku dengan jumlah kata sebanyak 1400 kata. Kecepatan membacanya yakni 4 menit 20 detik.

Maka:

$$Q = 1400 \text{ kata}$$

$$T = 4 \text{ menit } 20 \text{ detik atau } (4 \times 60) + 20 = 260 \text{ detik}$$

$$\text{Kpm} = 1400 / 260 \times 60$$

$$\text{Hasilnya} = 311 \text{ kpm.}$$

Berdasarkan perhitungan di atas, maka hasil kecepatan membaca Cahyo termasuk **kategori sedang** untuk usia siswa Sekolah Menengah Atas (SMA).

Contoh 4:

Rio adalah Mahasiswa di sebuah Perguruan Tinggi Swasta. Ia membaca sebuah buku dengan jumlah kata sebanyak 1400 kata. Kecepatan membacanya yakni 3 menit 20 detik.

Maka:

$$Q = 1400 \text{ kata}$$

$$T = 3 \text{ menit } 20 \text{ detik atau } (3 \times 60) + 20 = 200 \text{ detik}$$

$$\text{Kpm} = 1400 / 200 \times 60$$

$$\text{Hasilnya} = 420 \text{ kpm.}$$

Berdasarkan perhitungan di atas, maka hasil kecepatan membaca Rio, termasuk **kategori tinggi** untuk Mahasiswa di Perguruan Tinggi.



Contoh 5:

Anna adalah Mahasiswa Pascasarjana di sebuah Perguruan Tinggi Swasta. Ia membaca sebuah buku dengan jumlah kata sebanyak 1500 kata. Kecepatan membacanya yakni 3 menit 50 detik.

Maka:

$$Q = 1500 \text{ kata}$$

$$T = 3 \text{ menit } 50 \text{ detik atau } (3 \times 60) + 50 = 230 \text{ detik}$$

$$\text{Kpm} = 1500 / 230 \times 60$$

$$\text{Hasilnya} = 391 \text{ kpm.}$$

Berdasarkan perhitungan di atas, maka hasil kecepatan membaca Anna, termasuk **kategori rendah** untuk Mahasiswa Pascasarjana/Doktor di Perguruan Tinggi.

Standar Kecepatan Efektif Membaca

Secara umum, kategorisasi pembaca mahir secara rata-rata dapat dilihat dari Kecepatan Efektif Membaca dengan patokan berikut:

Kategori KEM	Angka KEM
Kecepatan rendah	≤ 250 kpm
Kecepatan sedang (memadai)	251 – 350 kpm
Kecepatan tinggi (efektif)	≥ 351 kpm



Pembaca efektif ditandai oleh ciri-ciri berikut:

1. Membaca dengan kecepatan tinggi: lebih dari 351 kpm
2. Membaca dengan fleksibel bergantung pada tujuan, keperluan, bahan bacaan, dll
3. Membaca satuan unit ide
4. Tidak melakukan regresi
5. Menggerakkan bola mata paling banyak 3-4 kali untuk setiap baris bacaan
6. Membaca senyap, tidak mengikutsertakan gerakan fisik
7. Mampu mengidentifikasi informasi fokus
8. Membaca dengan sikap kritis, aktif, dan kreatif
9. Berkonsentrasi penuh
10. Memandang membaca sebagai suatu kebutuhan.



Pembaca tidak efektif ditandai oleh hal-hal berikut:

1. Membaca dengan kecepatan rendah: 100 – 200 kpm
2. Membaca secara konstan untuk berbagai situasi dan tujuan
3. Membaca kata demi kata
4. Melakukan banyak regresi
5. Menggerakkan bola mata 8 kali atau lebih untuk setiap baris bacaan
6. Memvokalisasikan bacaan dan melibatkan aktivitas fisik selain mata
7. Mendahulukan pemahaman makna literal (fakta-fakta) ketimbang gagasan utama
8. Membaca secara pasif
9. Kurang berkonsentrasi
10. Membaca bukan sebagai kebutuhan.

Bab 5
Riat Sukses
Membaca Cepat



**Membaca semua buku yang bagus
layaknya sebuah percakapan
dengan pemikiran terbaik di
abad-abad sebelumnya**

- Rene Descartes



Membaca cepat adalah salah satu teknik dalam membaca dan memahami suatu materi dengan waktu seefektif mungkin. Teknik membaca ini memungkinkan Anda membaca banyak bacaan dalam waktu yang lebih singkat. Ada beberapa kiat yang bias diterapkan untuk mendukung keberhasilan Anda dalam menerapkan teknik membaca cepat, yaitu:

1. Rileks

Kondisi tubuh dan pikiran yang rileks sebelum membaca akan membantu Anda dalam proses membaca yang tanpa tekanan. Caranya yakni dengan mengendorkan otot-otot tubuh yang tegang, buat diri Anda senyaman mungkin untuk membaca. Hilangkan rasa khawatir karena melihat buku yang hendak dibaca tampak terlalu tebal, bahasanya sulit, atau bahkan tidak menarik sama sekali.

2. Fokus dan Konsentrasi

Dalam membaca cepat, Anda memerlukan konsentrasi tinggi pada sebuah bacaan. Sebab jika tidak berkonsentrasi, itu hanya membuat pemahaman menjadi berkurang dan memperlambat waktu selesai Anda. Pilih tempat atau suasana yang membantumu untuk lebih berkonsentrasi. Misalnya perpustakaan, kafe belajar, atau ruangan dalam rumah yang bebas dari suara-suara yang membuatmu kurang berkonsentrasi.

3. Hindari Gangguan

Gangguan (*distraction*) kerap kali muncul dan mengganggu konsentrasi yang sudah Anda bangun. Ciptakan suasana di mana gangguan-gangguan yang dirasa dapat memengaruhi fokusmu dapat dihindarkan. Jika perlu, ketika Anda sudah berada pada tempat yang cocok, beri peringatan pada orang sekitar bahwa Anda butuh fokus saat itu. Beberapa tempat mungkin menyediakan peringatan langsung seperti perpustakaan, hal ini dapat Anda lakukan pada tempat lain yang tidak memiliki peringatan langsung.

4. Tentukan Tujuan

Malu bertanya sesat di jalan. Pepatah itu tidak jauh beda dengan membaca. Apabila Anda tidak memiliki tujuan yang jelas, maka jangan heran jika tersesat dalam membaca. Tentukan tujuan Anda dalam membaca buku dan camkan baik-baik tujuan tersebut. Misalnya Anda membaca buku tentang keuangan, maka tentukan tujuan Anda ingin mengatur keuangan bulanan rumah tangga sehingga menabung minimal Rp 500 ribu sebulan.

5. Kenali Materi Bacaan

Kenali materi yang hendak Anda baca sebelum membaca. Periksa ada berapa bab buku tersebut. Bagaimana bab disusun. Apakah ada diagram dalam setiap bab yang membantu penjelasan. Mungkin, ada tabel yang disajikan untuk menjelaskan fakta dan data. Lihat sekilas kosakata yang dipakai apakah tergolong mudah, sedang, atau sulit. Perhatikan pula apa yang dituliskan dalam kata pengantar dan sampul belakang buku.

6. Jarak Bacaan dengan Mata

Ketika membaca cepat, Anda butuh waktu sesingkat mungkin untuk menyelesaikan kalimat dari satu sisi kalimat ke sisi kalimat yang lain. Dengan sempitnya jarak baca, tentunya mata kesusahan menjangkau satu kalimat dengan ujung kalimat yang lain. Sebaliknya jika terlalu jauh, mata berusaha lebih keras untuk memfokuskan objek yang letaknya jauh di depan. Ciptakan jarak sekitar 30-40 cm antara bacaan dan matamu. Selain untuk meningkatkan fokus agar mata tidak cepat lelah, sekaligus juga dapat menjaga kesehatan mata.

7. Hindari Mengulang Kata/Kalimat yang Sudah Dibaca

Terkadang, satu topik bisa beberapa kali diulang dalam suatu bacaan. Hindari membaca topik/bagian yang sama secara berulang. Karena hal ini membuat Anda kembali pada topik sebelumnya dan hanya akan memperlambat waktu selesai membaca.

8. Jangan Ragu dengan Apa yang Sudah Anda Baca

Salah satu kelemahan seseorang dalam membaca cepat adalah keraguan dengan pemahamannya. Hal ini membuat Anda tidak fokus dengan topik yang saat ini sedang Anda baca dan hanya memikirkan apa yang sudah Anda baca. Terkadang situasi seperti ini hanya timbul dari sikap khawatir berlebihan. Oleh karena itu, penting untuk meminimalisir rasa khawatir sebelum Anda mulai membaca cepat.

9. Kenali Ide Pokok, Tidak Terjebak dalam Detail

Tujuan utama dalam membaca adalah untuk memahami, bukan menghafal. Hal yang dipahami dapat terus diingat sementara apa yang dihafal akan gampang sekali lupa. Untuk itu, kenali ide pokok dan dapatkan pemahaman. Mungkin ada beberapa detail di dalamnya. Kuasai detail tersebut secukupnya dan tinggalkan sementara jika membuat Anda bingung. Banyak orang langsung terjebak dengan detail dan kesulitan menyelesaikan satu paragraf dan terus menerus mengulangnya. Dengan menguasai ide pokok bacaan, setidaknya Anda memahami 80 persen isi. Sisanya adalah detail yang bersifat referensi yang dapat Anda cari kembali dengan cepat dan mudah jika menguasai ide besarnya.

10. Hindari Kebiasaan Buruk dalam Membaca

Supaya dapat membaca cepat dan efektif, semua kebiasaan buruk dalam membaca harus dihilangkan mulai dari membaca sambil bersuara, bibir yang bergerak, gerakan kepala, dan mengulang-ulang kembali apa yang dibaca (regresi). Apabila Anda masih memiliki kebiasaan buruk tersebut, maka latihlah untuk menghilangkannya. Anda akan memiliki kecepatan baca yang signifikan jika dapat menghilangkan seluruh kebiasaan buruk tersebut.

11. Kenali Beberapa Kata Sekaligus

Membaca cepat dilakukan dengan mengenali beberapa kata sekaligus dalam sekali lihat. Jika kebanyakan orang membaca kata per kata, maka usahakan agar Anda membaca dua kata sekaligus. Apabila sudah lancar, tingkatkan dengan 3, 4, bahkan 5 kata sekaligus. Dengan demikian, kecepatan baca Anda menjadi sangat tinggi dan Anda dapat membaca dengan efisien.

12. Lakukan Pergerakan Mata dengan Cepat

Selain jumlah kata yang bisa dikenali dalam sekali lihat, faktor penting berikutnya dalam menentukan kecepatan baca seseorang adalah seberapa cepat mata bergerak menyusuri baris demi baris, halaman demi halaman. Otak memiliki kapasitas dan kemampuan yang luar biasa. Jika saja mata Anda bergerak lebih cepat dan mengenali kata-kata yang dibaca, otak sangat mampu untuk memprosesnya menjadi sebuah pengertian. Lakukan latihan untuk membuat pergerakan mata menjadi teratur dan berirama serta cepat.



13. Perhatikan Kata-kata Penting

Hanya kata-kata penting yang dibaca seperti judul, subjudul, kata bercetak tebal, bergaris miring, dan buat peta pikiran.

14. Coba Hubungkan

Renungkan apa yang telah diperoleh dari langkah pertama, hubungkan masing-masing subjudul dengan judul. Pikirkan dengan cara menerka-nerka apa yang kira-kira dibahas dalam judul. Dengan menerka-nerka berarti mengaktifkan fungsi kerja otak.

15. Baca Ulang

Ulangilah dengan membaca kembali kata-kata penting satu kalimat pertama untuk setiap paragraf karena biasanya ide utama setiap paragraf ada di kalimat utama, yakni kalimat pertama masing-masing paragraf, terutama untuk tulisan karya ilmiah.

16. Pahami Isi

Setelah memahami isi tulisan secara umum dan menyeluruh, akan muncul pertanyaan dalam tulisan yang sedang Anda baca untuk mengetahui detail lagi, tebaklah jawaban-jawaban yang mungkin menurut Anda benar atau salah. Hal ini bisa membuat pemahaman anda jadi lebih tajam dan otak menjadi jauh lebih aktif.

17. Baca Bagian yang Menarik

Selanjutnya, bacalah bagian yang menurut Anda perlu atau menarik. Renungkan kembali apa yang telah Anda peroleh. Ulangi langkah ini, lengkapi dengan membuat mind mapping atau peta pikiran.

18. Berlatih, Berlatih, Berlatih!

Pada saat awal-awal mempraktikkan teknik ini, mungkin Anda bisa merasa bosan. Terutama untuk Anda yang baru tahu teknik ini. Hari ini memang butuh untuk dilatih. Tidak apa-apa merasa bosan, yang terpenting adalah ketekunan Anda untuk mencoba.

19. Lihat Perkembangan

Setiap berlatih, lihat apakah kecepatan dan pemahaman terhadap sebuah materi sudah sesuai dengan yang Anda targetkan. Jika dirasa kurang, maka cari tahu hal yang membuat target tidak terpenuhi dan perbaiki di latihan berikutnya. Karena membaca cepat adalah sebuah skill yang harus terus dilatih untuk meningkatkan hasil yang sesuai dengan harapan.

*“Teruslah membaca.
Ini adalah satu diantara petualangan
paling menakjubkan yang bisa
dimiliki siapa pun”*

- Lloyd Alexander





Bab 6

Penutup



Berdasarkan uraian dari bab-bab sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa membaca cepat merupakan satu teknik yang bisa diaplikasikan bagi pembaca yang sudah mahir membaca teks maupun konteks dari bahan bacaan. Kegunaan dari teknik ini adalah pembaca dapat memahami informasi atau isi sebuah bacaan dalam waktu yang relatif singkat, sehingga tidak akan ketinggalan informasi yang terbaru. Selain itu, wawasan pun bisa bertambah luas seiring lesatnya laju teknologi dan arus informasi yang berkembang. Kemampuan membaca cepat dapat ditingkatkan dengan cara mengatasi faktor-faktor yang dapat menghambat kecepatan membaca yang berasal dari faktor internal dan eksternal. Selain itu kecepatan membaca juga tergantung dari bahan dan tujuan membaca, serta sejauh mana keakraban dengan bahan bacaan. Kemampuan untuk membaca cepat merupakan keterampilan yang dapat dilatih, dan melalui Buku Pedoman Teknik Membaca Cepat ini diharapkan dapat menjadi rujukan dalam latihan dan evaluasi proses membaca cepat yang dilakukan.

Daftar Pustaka

Buku:

Ade Asih Susiari Tantri. (2017). *Cara Memaksimalkan Kemampuan Membaca Cepat*. Universitas Pendidikan Ganesha.

Ahmad, Listyanto. 2010. *Speed Reading, Teknik dan Metode Membaca Cepat*. Yogyakarta: Aplaus Books.

Nurhadi. 2016. *Teknik Membaca*. Jakarta: Bumi Aksara

Muhammad Noer. (2010). *Speed Reading For Beginners*. (Jakarta). Gramedia Pustaka Utama.

Soedarso. 2001. *Speed Reading Sistem Membaca Cepat Dan Efektif*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.

Setiawan, Agus. 2010. *Baca Kilat, Kiat Membaca 1 Halaman/Detik*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.

Internet:

<https://journal.uny.ac.id/index.php/pelita/article/view/4304>.

https://www.researchgate.net/publication/333156831TeknikSkimming_dalam_Membaca_Cepat

<https://ejournal.iainkendari.ac.id/al-munzir/article/view/263>.

https://www.wikiwand.com/id/Membaca_cepat#/Referensi

<https://www.bacatangerang.com/4-teknik-membaca-yang-efektif>

<https://ranahresearch.com/teknik-membaca-cepat>

<https://mantrasukabumi.pikiran-rakyat.com/lifestyle/pr-20717558/fixriaupesisir.pikiran-rakyat.com?page5>

<https://mantrasukabumi.pikiran-rakyat.com/lifestyle/pr-20717558/fixriaupesisir.pikiran-rakyat.com?page5>

<https://coretan-pena-pemula.blogspot.com/2013/07/macam-macam-teknik-membaca.html>

<https://kuliahdimana.id/news/read/349/Teknik-Membaca-Cepat-Skimming>

<https://campuspedia.id/news/teknik-membaca-cepat>

<https://pendidikan.co.id/pengertian-membaca-cepat-tujuan-dan-teknik>

<https://pengajar.co.id/membaca-cepat>

<https://www.kompas.com/skola/read/2020/12/15/181555669/teknik-membaca-untuk-menemukan-isi-pokok-buku>

<https://visiuniversal.blogspot.com/2014/02/cara-mengukur-kemampuan-dan-kecepatan.html>

<https://visiuniversal.blogspot.com/2014/02/cara-mengukur-kemampuan-dan-kecepatan.html>