

**MENINGKATKAN KEMAMPUAN MENINGGAT MELALUI
PEMBERIAN LAYANAN PENGUASAAN KONTEN TEKNIK LOCI
PADA SISWA KELAS X
SMA NEGERI 6 MEDAN T.A 2014/2015**

Imam Syuhada Akbar, Milfayeti

PPB-BK FIP Universitas Negeri Medan

ABSTRACT

The purpose of this study is to examine the effectiveness of the technique loci in improving memory in class X SMAN 6 Academic Year 2014/2015. The method used is action research counseling (PTBK). The population of this study were students of class X-3 SMA Negeri 6 Medan which numbered 40 people. Data analysis techniques in this study using descriptive qualitative data analysis techniques. Based on the results obtained before the service is 26% and is still in the category of "less" and is still in the analysis were not good, therefore it is necessary for the application of the use of techniques loci were done through the implementation of content services in order to resolve the problem remembering. After the use of techniques loci in remembering which is done through the implementation of content services using two cycles obtained results of the analysis has reached 87.50% and is in the category of "Good". So the hypothesis which states that "by using the loci technique can improve the ability to remember in class X SMAN 6 Academic Year 2014/2015 is implemented through the provision of content services" accepted.

Keyword: *Content Service, Memory, Loci technique*

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat keefektifan teknik loci dalam meningkatkan kemampuan mengingat pada siswa kelas X SMA Negeri 6 Medan Tahun Ajaran 2014/2015. Metode yang digunakan adalah penelitian tindakan bimbingan konseling (PTBK). Populasi penelitian ini adalah siswa kelas X-3 SMA Negeri 6 Medan yang berjumlah 40 orang. Teknik analisis data pada penelitian ini menggunakan teknik analisis data deskriptif kualitatif. Berdasarkan hasil yang diperoleh sebelum melakukan layanan adalah mencapai 26% dan masih di dalam kategori "kurang" dan masih dalam analisis yang belum baik, oleh karena itu perlu dilakukan penerapan penggunaan teknik loci yang dilakukan melalui pelaksanaan layanan konten guna menyelesaikan masalah mengingat. Setelah dilakukan penerapan penggunaan teknik loci dalam mengingat yang dilakukan melalui pelaksanaan layanan konten dengan menggunakan 2 siklus diperoleh hasil analisis yang sudah mencapai 87,50% dan sudah dalam kategori "Baik". Maka hipotesa yang menyatakan bahwa "dengan menggunakan teknik loci dapat meningkatkan kemampuan mengingat pada siswa kelas X SMA Negeri 6 Medan Tahun Ajaran 2014/2015 yang dilaksanakan melalui pemberian layanan konten" dapat diterima.

Kata kunci: *Layanan Penguasaan Konten, Kemampuan mengingat, Teknik Loci*

PENDAHULUAN

Belajar dalam arti luas merupakan perubahan yang dilakukan banyak orang. Ada juga belajar semata-mata mengumpulkan atau menghafalkan fakta-fakta yang tersaji dalam bentuk informasi/materi pelajaran. Namun ada juga sebagai latihan belaka seperti yang tampak pada latihan membaca dan menulis.

Morgan (dalam Purwanto, 2007) mengemukakan bahwa belajar adalah setiap perubahan yang relatif menetap dalam tingkah laku yang terjadi sebagai suatu hasil dari latihan atau pengalaman. Pada sisi lain Gestalt (dalam Suryabrata, 2010) mengatakan bahwa inti dari belajar adalah memperoleh *insight*. *Insight* adalah didapaknya pemecahan problem atau dimengertinya persoalan.

Apa yang dipelajari tidak seluruhnya tersimpan dalam memori ingatan atau bisa dikatakan lupa. Tidak sedikit pengalaman dan pelajaran yang diterima mudah melekat dalam ingatan. Untuk dapat mengetahui peristiwa lupa dalam belajar ini, dilatar belakangi oleh adanya perubahan sikap dan minat siswa dalam belajar siswa yang di perlihatkan saat waktu belajar. Seorang ahli pendidikan Winkel (dalam Djamarah 2008) mengemukakan sejumlah kesan yang telah didapat sebagai buah dari pengalaman belajar tidak akan pernah hilang, tetapi kesan-kesan itu mengendap ke alam bawah sadar. Bila diperlukan kembali kesan-kesan terpilih ke alam sadar. Pengalihan kesan-kesan terpilih bisa karena kekuatan “asosiasi” atau bisa juga karena kemauan yang keras melakukan “reproduksi” dengan pengendalian konsentrasi.

Kemampuan mengingat merupakan hal yang sering kita anggap sebagai hal yang mudah, namun pada kenyataannya mengingat merupakan kegiatan otak yang melalui beberapa proses yang tidak sesederhana yang kita pikirkan. Ormrod (2009) mengemukakan bahwa proses mengingat informasi yang telah disimpan sebelumnya yaitu menemukan memori disebut pemanggilan (*retrival*). Pada dasarnya kegiatan mengingat diawali

dengan adanya informasi yang diterima oleh indera kita, yaitu indera penglihatan, pendengaran, kinestetik, dan taktil. Selanjutnya stimulus tersebut akan diolah, diproses, dan akhirnya disimpan di otak yaitu dibagian *storage* (penyimpanan). *Storage* (penyimpanan) yaitu proses menempatkan informasi baru ke dalam memori. Informasi tersebut yang telah tersimpan apabila dibutuhkan suatu kali waktu maka akan dengan cepat kita dapat mengungkapkannya.

Kemampuan mengingat pada setiap diri manusia berbeda-beda. Ada beberapa faktor-faktor yang mempengaruhi kemampuan mengingat salah satunya adalah pendidikan. Dalam pendidikan kemampuan mengingat sangatlah penting untuk kelancaran proses belajar mengajar. Bimbingan dan Konseling merupakan salah satu unsur yang ada didalam pendidikan. Bimbingan dan Konseling dilaksanakan melalui berbagai layanan, dengan mempertimbangkan kehidupan pribadi, kehidupan sosial dan perkembangan kehidupan pembelajaran serta perencanaan karir.

Layanan Konten merupakan salah satu jenis layanan didalam bimbingan dan konseling. Layanan konten juga merupakan bentuk layanan yang sangat penting sehingga perlu dilakukan di sekolah. Dengan dilaksanakan layanan penguasaan konten di sekolah siswa diharapkan memiliki kompetensi kemampuan mengingat. Agar dapat memperoleh hasil yang lebih baik dan tidak mendapatkan kendala dalam belajar.

Bertitik tolak dari hal itu layanan konten, meningkatnya kemampuan mengingat merupakan kompetensi yang akan dikembangkan melalui layanan konten dengan menggunakan teknik loci. Teknik loci merupakan salah satu teknik yang dapat digunakan untuk meningkatkan kemampuan mengingat. Loci berasal dari bahasa latin yang berarti lokasi atau tempat.

Menurut Cicero (Turkington, 2005) metode ini dikembangkan dari puisi *Simeonides of Ceos*, satu-satunya orang yang selamat ketika gedung tempat pertunjukan runtuh. Simonider mampu

mengenali seluruh mayat dengan mengingat tempat duduk. Buzan (2002) mengemukakan teknik loci sangat erat kaitannya dengan penggunaan *cortex* bagian kiri dan kanan, dengan kata lain, metode ini menggabungkan kekuatan imajinasi dan sensualitas yang merupakan kekuatan fungsi otak kanan dengan pengurutan tempat yang akurat sebagai fungsi dari kekuatan otak kiri.

Lapp (2003) mengemukakan bahwa teknik loci memiliki beberapa aturan main untuk mempermudah proses ingatan. Aturan tersebut meliputi :

1. Jangan mengambil dua benda yang serupa.
2. Jangan meletakkan benda-benda tersebut secara zigzag.
3. Keyakinan akan kemampuan diri untuk memvisualisasikan rumah sendiri akan membantu mempermudah ingatan dengan metode loci.

Dalam pelaksanaan layanan konten teknik loci ini akan ada komponen di dalamnya seperti yang dikemukakan oleh Prayitno (2004), komponen yang terkait dalam layanan penguasaan konten yaitu:

1) Konselor

Konselor adalah tenaga ahli pelaksana layanan konten ini dengan menggunakan berbagai modus dan media layanannya. Konselor disini akan menguasai konten teknik loci yang menjadi isi layanan konten yang diselenggarakan.

2) Individu

Individu adalah subjek yang menerima layanan, Individu penerima layanan konten teknik loci ini adalah siswa disekolah yang secara khusus memerlukan bantuan konselor dalam masalah kemampuan mengingatnya.

3) Konten

Konten merupakan isi layanan konten, dan yang menjadi konten dari layanan ini adalah “teknik loci”.

Adapun tahapan yang dapat dilakukan oleh guru bimbingan konseling untuk meningkatkan kemampuan mengingat dengan teknik teknik loci melalui pelaksanaan layanan konten sebagai berikut :

1) Tahap awal /Pembukaan

Proses utama selama tahap pembukaan adalah pengenalan dan pengembangan. Pada tahap ini konselor berperan untuk memotivasi siswa untuk berperan aktif mengikuti layanan yang akan dilaksanakan. Langkah – langkah pada tahap awal layanan konten adalah :

- a) memberikan salam dan mengucapkan terima kasih serta perkenalan,
- b) Berdoa,
- c) Menjelaskan pengertian dari layanan konten yaitu:

Mulyadi (2008) mengemukakan “Layanan Penguasaan Konten adalah layanan bimbingan yang memberikan bantuan kepada siswa dalam memecahkan kesulitan-kesulitan yang berhubungan dengan masalah belajar. Adapun tujuan bimbingan ini adalah membantu siswa-siswi agar mendapat penyesuaian yang baik dalam situasi belajar dan dalam kehidupan sehari-hari.”

- d) Menjelaskan tujuan dari layanan konten yaitu: (1) Tujuan umum terkuasainya konten atau kompetensi tertentu serta menambah pemahaman, mengarahkan sikap dan kebiasaan tertentu, memenuhi kebutuhan dan mengatasi masalahnya.(2) Tujuan khusus: a) Pemahaman yaitu memahami konten/kompetensi yang diperlukan. b) Pencegahan yaitu konten yang dipelajari akan mengarahkan individu kepada terhindarinya dari masalah c) Pengentasan yaitu penguasaan konten diarahkan untuk mengatasi masalah yang sedang dialami d) Pengembangan dan pemeliharaan yaitu penguasaan konten akan mengembangkan individu dan memelihara potensi yang dimilikinya. e) Advokasi yaitu individu dapat membela diri terhadap ancaman atau pelanggaran terhadap hak-haknya.

2) Tahap kegiatan

Pada tahap ini adalah proses penyampaian materi layanan yang akan diberikan diiringi dengan game untuk penyegaran. Dalam tahap ini konselor

menyampaikan materi satu persatu dengan melibatkan siswa untuk berperan aktif membahas materi layanan dengan menggunakan media tambahan. Langkah-langkah pada tahap kegiatan ini adalah :

- a) Memberikan games untuk penyegaran
Teknik loci memanfaatkan permainan psikologis ini untuk mengasosiasikan benda yang perlu diingat kembali dengan gambaran mental mengenai tempat-tempat yang diketahui. ('tempat' berasal dari kata latin, yaitu *locus*-jamaknya loci). Yang diperlukan hanyalah memilih serangkaian tempat yang akan digunakan terus menerus untuk membantu menerapkan nama-nama dan data penting ke dalam memori atau ingatan, misalnya lima tempat yang umumnya ada di ruang tamu: (1) pintu masuk, (2) sofa, (3) pesawat televisi, (4) lampu, (5) lukisan di dinding. Stine (2002) mengemukakan proses sederhana dalam melakukan teknik loci, yaitu:
 - 1) Pilih fakta, angka, atau data lain yang ingin diingat,
 - 2) Pilih elemen-elemen yang berkaitan dengan kelima loci atau tempat di ruang tamu, seperti: pintu masuk, sofa, TV, lampu, lukisan dinding,
 - 3) Ciptakan gambaran visual yang menghubungkan informasi dengan barang-barang dari ruang tamu tadi,
 - 4) Munculkan gambaran-gambaran ini di kepala beberapa kali sehari selama tiga atau empat hari.

Dan selanjutnya menjelaskan penggunaan Teknik loci dalam meningkatkan kemampuan mengingat.

3) Tahap akhir / Penutup

Pada tahap ini proses pelaksanaan layanan konten ditandai dengan adanya penarikan kesimpulan yang langsung dikemukakan oleh para siswa. Adapun langkah-langkah dalam tahap ini yaitu :

- a) Mengajak siswa untuk menarik kesimpulan dari materi yang disampaikan

- b) Tanya jawab dengan siswa serta meminta pengalaman siswa tentang teknik apa yang digunakan untuk mengingat materi pelajaran,
- c) Melakukan penilaian segera (*laissez*) dengan menanyakan langsung pada siswa apa yang mereka ketahui tentang materi layanan yang disampaikan,
- d) Ucapan terimakasih, dan
- e) Berdoa dan salam penutup.

Kemampuan mengingat merupakan kecakapan setiap manusia. Berikut ini beberapa pendapat ahli mengenai pengertian kemampuan mengingat. Richard Atkinson dan Richard Shiffrin (dalam Matlin, 1998) mengemukakan bahwa kemampuan mengingat merupakan bagian penting dari semua proses kognitif, karena informasi dapat disimpan hingga sewaktu-waktu digunakan. Dalam proses mengingat informasi ada 3 tahapan yaitu memasukkan informasi (*encoding*), penyimpanan (*storage*), dan mengeluarkan kembali (*retrieval stage*). Begitu juga dengan Bruno (dalam Syah, 2004), ia mengemukakan bahwa mengingat ialah proses mental yang meliputi pengkodean, penyimpanan, dan pemanggilan kembali informasi dan pengetahuan yang semuanya terpusat dalam otak.

Tujuan umum layanan penguasaan konten adalah dikuasainya suatu konten tertentu, untuk menambah wawasan, pemahaman, mengarahkan penilaian dan sikap, menguasai cara-cara atau kebiasaan tertentu, untuk memenuhi kebutuhannya dan mengatasi masalah-masalahnya serta lebih mampu menjalani kehidupannya secara efektif. Dalam hal ini konten yang akan dikuasai adalah kemampuan mengingat. Untuk menguasai konten tersebut perlu kiranya menggunakan teknik yang ada. Salah satu teknik untuk meningkatkan kemampuan mengingat adalah teknik loci.

Teknik loci adalah suatu cara mengasosiasikan informasi ke dalam lokasi. Loci berasal dari bahasa latin yakni *locus* yang berarti tempat/ lokasi. Teknik loci ini juga bisa disebut sebagai teknik tempat, sebab cara ini mengkombinasikan antara

memori visual/ asosiasi fakta dengan tempat.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian tindakan bimbingan konseling (PTBK) merupakan suatu kegiatan untuk mempelajari suatu masalah, mencari solusi, serta melakukan perbaikan dengan menerapkan suatu tindakan nyata yaitu diberikannya layanan penguasaan konten teknik loci untuk meningkatkan kemampuan mengingat siswa kelas X SMA Negeri 6 Medan. Subjek penelitian untuk memperoleh asesmen yang dilakukan dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas X SMA Negeri 6 Medan. Namun dalam hal ini pengambilan sampel berdasarkan pada ciri – ciri yaitu siswa yang memiliki tingkat kemampuan mengingat rendah, hal ini juga diungkap dari hasil observasi yang dilakukan peneliti bahwa kelas ini memiliki kemampuan mengingat rendah, siswa yang menjadi subjek dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas X-3 SMA Negeri 6 Medan sebanyak 40 orang siswa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Langkah pertama yang dilakukan peneliti adalah melakukan penjajakan atau identifikasi terhadap masalah yang akan diteliti dengan melakukan penilaian pada hasil instrumen tes kemampuan mengingat yang telah diberikan pada tanggal 23 Januari 2015 hanya di 1 kelas, dan siswa yang menjadi respondennya yaitu siswa kelas X-3 yang berjumlah 40 orang siswa. Setelah instrumen tes kemampuan mengingat terkumpul dan dianalisis, didapatkan siswa yang memiliki skor terendah yang dapat dijadikan sebagai subjek penelitian. Akan tetapi karena keseluruhan siswa mendapatkan nilai yang cenderung rendah dalam kemampuan mengingat dan dikarenakan juga peneliti yang menggunakan layanan konten maka peneliti menetapkan keseluruhan siswa kelas X-3 menjadi subjek penelitian dan akan diberikan layanan. Berikut dipaparkan hasil analisis instrumen tes kemampuan mengingat sebelum diberikan layanan.

Tabel 1. Hasil analisis instrumen tes mengingat sebelum pemberian layanan

No	Kriteria	Jumlah Siswa	%
1	Amat Baik	0	0
2	Baik	0	0
3	Cukup	0	0
4	Kurang	40	100%
5	Jumlah Keseluruhan	40	100%

Keterangan :

- a) Amat Baik (A) = 86-100
- b) Baik (B) = 71-85
- c) Cukup (C) = 51-70
- d) Kurang (K) \leq 50

Berdasarkan tabel hasil tes kemampuan mengingat pada siswa kelas X-3 SMA Negeri Medan menunjukkan bahwasanya secara keseluruhan siswa memiliki tingkat kemampuan mengingat yang rendah. Hal ini terbukti dengan hasil tes siswa yang menunjukkan bahwa keseluruhan

siswa mendapatkan nilai \leq 50 dengan kriteria kurang.

1.1. Hasil Siklus II

Tabel 2. hasil siklus II penggunaan teknik loci dalam kemampuan mengingat siswa

No	Kriteria	Jumlah Siswa	%
1	Amat Baik	22	42,5
2	Baik	18	57,5
3	Cukup	0	0
4	Kurang	0	0
Jumlah Keseluruhan		40	100%

Keterangan :

- Amat Baik (A) = 86-100
- Baik (B) = 71-85
- Cukup (C) = 51-70
- Kurang (K) \leq 50

Setelah dilakukannya tindakan sebelum layanan, tindakan pada siklus

I dan Siklus II maka telah didapatkan skor siswa yang terus meningkat disetiap pertemuannya. Berikut hasil rekapitulasi nilai tes kemampuan mengingat sebelum dan sesudah dilakukannya layanan konten teknik loci :

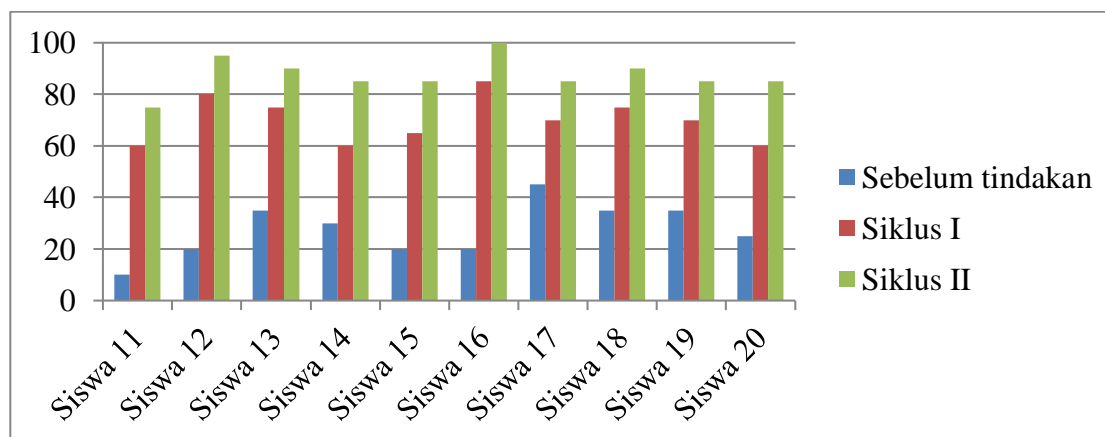
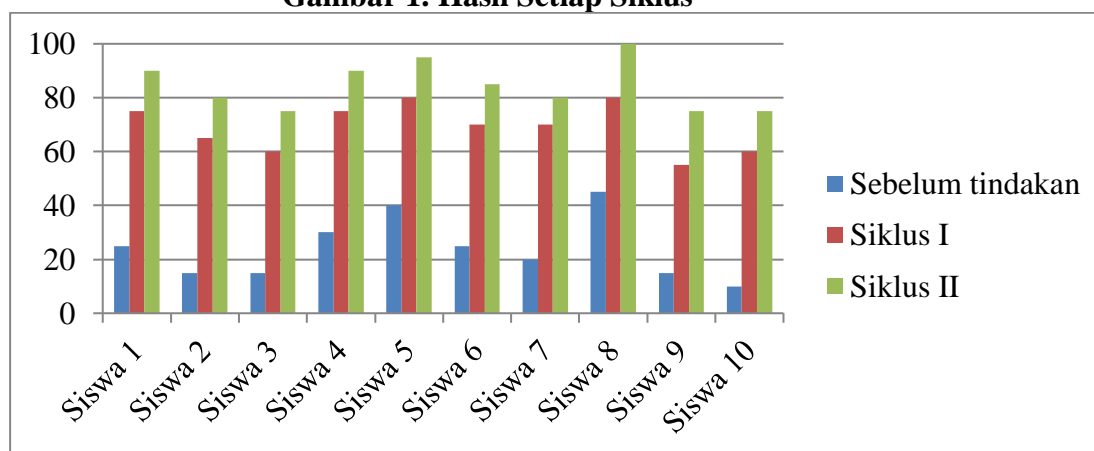
Tabel 3. Rekapitulasi hasil analisis tes kemampuan mengingat

Nama siswa	NILAI					
	Sebelum layanan		Siklus I		Siklus II	
	Skor instrum en tes	% instrum en tes	Skor instrumen tes	% instrumen tes	Skor instrumen tes	% instrumen tes
Siswa 1	25	25	75	75	90	90
Siswa 2	15	15	65	65	80	80
Siswa 3	15	15	60	60	75	75
Siswa 4	30	30	75	75	90	90
Siswa 5	40	40	80	80	95	95
Siswa 6	25	25	70	70	95	95
Siswa 7	20	20	70	70	90	90
Siswa 8	45	45	80	80	100	100
Siswa 9	15	15	55	55	75	75
Siswa 10	10	10	60	60	75	75
Siswa 11	20	20	60	60	75	75
Siswa 12	35	35	80	80	95	95
Siswa 13	30	30	65	65	90	90
Siswa 14	20	20	60	60	85	85
Siswa 15	20	20	65	65	85	85
Siswa 16	45	45	85	85	100	100
Siswa 17	35	35	70	70	90	90
Siswa 18	35	35	75	75	90	90
Siswa 19	25	25	70	70	85	85
Siswa 20	15	15	60	60	85	85
Siswa 21	10	10	60	60	75	75
Siswa 22	20	20	60	60	80	80
Siswa 23	20	20	75	75	90	90
Siswa 24	25	25	80	80	95	95
Siswa 25	20	20	65	65	85	85
Siswa 26	20	20	70	70	90	90
Siswa 27	15	15	55	55	80	80

Siswa 28	15	15	65	65	85	85
Siswa 29	30	30	70	70	95	95
Siswa 30	25	25	70	70	90	90
Siswa 31	40	40	80	80	95	95
Siswa 32	40	40	85	85	100	100
Siswa 33	35	35	70	70	90	90
Siswa 34	30	30	65	65	85	85
Siswa 35	15	15	55	55	75	75
Siswa 36	20	20	60	60	80	80
Siswa 37	20	20	70	70	95	95
Siswa 38	35	35	80	80	95	95
Siswa 39	45	45	85	85	100	100
Siswa 40	20	20	60	60	75	75
Rata-Rata	25,5	26%	69	69,00%	87,5	87,50%

Berikut ini data hasil setiap siklus dalam bentuk diagram :

Gambar 1. Hasil Setiap Siklus



PENUTUP

Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa kemampuan mengingat siswa kelas X-3 SMA Negeri 6 Medan Tahun Ajaran 2014/2015 meningkat dengan diterapkannya teknik loci yang dilakukan melalui pelaksanaan layanan konten. Dapat dilihat dari hasil

instrumen tes kemampuan mengingat pada siklus II, pada tahap ini nilai yang didapat siswa sudah mencapai kategori baik yaitu 87,50%. Dengan hasil yang didapat maka hipotesa yang menyatakan bahwa dengan menggunakan teknik loci dapat meningkatkan kemampuan mengingat pada siswa kelas X SMA Negeri 6 Medan Tahun Ajaran 2014/2015 yang

dilaksanakan melalui layanan penguasaan konten benar adanya dan dapat diterima.

Berdasarkan kesimpulan diatas, maka sebagai tindak lanjut penelitian ini disarankan hal-hal sebagai berikut :

1. Bahwasanya penerapan penggunaan teknik loci yang dilaksanakan melalui pemberian layanan penguasaan konten dapat meningkatkan kemampuan mengingat. Maka guru BK dapat mempertimbangkan dan lebih mengembangkan program penerapan penggunaan teknik loci ini.
2. Diharapkan siswa lebih serius dalam mengikuti layanan-layanan bimbingan dan konseling di sekolah yang diberikan oleh guru BK, agar siswa dapat mengantisipasi permasalahan-permasalahan individu dan sosialnya terutama dalam kemampuan mengingat.
3. Diharapkan Kepala sekolah lebih mendukung dan memfasilitasi kegiatan layanan bimbingan dan konseling di sekolah agar tujuan yang diharapkan lebih maksimal.
4. Hasil penelitian ini agar dijadikan sebagai bahan masukan, sumber informasi atau referensi dalam mengembangkan dan memperkaya ilmu pengetahuan terkait pelaksanaan bimbingan dan konseling di sekolah khususnya dalam pelaksanaan layanan penguasaan konten teknik loci.

DAFTAR PUSTAKA

- Afiatin, T.(2001).Belajar Pengalaman Untuk Meningkatkan Memori. *Anima, Indonesian Psychological Journal*. 17, 26-35.
- Agung, Iskandar. (2012). *Panduan Penelitian Tindakan Kelas Bagi Guru*. Jakarta: Bestari Buana Murni
- Buzan, T. (2002). *Use Your Perfect Memory: Teknik Optimalisasi Daya Ingat, Temuan Terkini Tentang Otak Manusia*. Yogyakarta: Ikon Teralitera.
- Dalyono, M. (2005). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Djamarah, Syaiful Bahri.2008. *Psikologi Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Matlin, M.W. (1998). *Cognition*. Fourth Edition. Florida: Harcourt Brase & Company.
- Prayitno. (2012). *Jenis Layanan dan Kegiatan Pendukung Konseling, Bagian Kedua Jenis Layanan*. Universitas Negeri Padang.
- Slameto. (2010). *Belajar dan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhinya*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Stine, Jean Marine. (2003). *Brain Power*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Sugiarto, Iwan. (2011). *Mengoptimalkan Daya Kerja Otak*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- <http://tipsmotivasi.com/2012/05/17/tips-mengingat-dengan-teknik-memori-metode-loci/> diakses Rabu 20 Agustus 2014 pukul 20.03 WIB.
- Konselingindonesia.com/layanan-penguasaan-konten-dalam-bimbingan-dan-konseling/ diakses Rabu 20 Agustus 2014 pukul 20.10 WIB.