

BAB II

LANDASAN TEORI

A. *Recall Memory*

1. Definisi *Recall Memory*

Recall Memory adalah salah satu cara yang digunakan untuk mengukur seberapa banyak ingatan yang ada dalam kepala kita. Cara-cara yang digunakan untuk mengukur ingatan terdiri dari tiga pendekatan, yaitu: *recall* (mengingat kembali apa yang diingat), *recognition* (mengenal kembali apa yang pernah dipelajari), dan *relearning* (mempelajari kembali materi untuk kesekain kalinya).¹

Recall Memory atau mengingat menurut Tulving adalah cara-cara yang dengannya kita mempertahankan dan menarik kembali pengalaman-pengalaman dari masa lalu untuk digunakan saat ini.² Sedangkan menurut Stenberg, *recall memory* adalah proses memproduksi sebuah fakta, sebuah kata, atau hal lain dari memori. Dalam proses ini, sebuah fakta dipilih dan diidentifikasi sebagai sesuatu yang pernah dipelajari sebelumnya.³

Highbee berpendapat bahwa *recall* adalah suatu usaha untuk mengeluarkan informasi dari dalam ingatan.⁴ Dari beberapa definisi dari para ahli diatas, dapat disimpulkan bahwa *recall memory* adalah proses

¹Kenneth L Highbee, *Memory Anda*, (Semarang: Effhar & Dahara,1991), 34.

² Tulving, "Memory: an Overview", *Encyclopedia of Psychology*, 5 (2000), 161-162.

³ Robert J Stenberg, *Psikologi Kognitif*, (Yogyakarta: Pustakan Pelajar, 2006), 148.

⁴Highbee, *Memory.*, 35.

mengambil kembali informasi yang telah tersimpan dalam ingatan sebelumnya.

2. Tipe *Recall Memory*

Pada eksperimen-eksperimen yang telah dilakukan, terdapat tiga tipe utama dalam *recall memory*. Pertama, mengingat secara berseri (pengingatan berseri) yaitu mengingat item-item dalam urutan yang tepat seperti yang sudah diperlihatkan sebelumnya. Kedua, mengingat secara bebas (pengingatan bebas) yaitu mengingat item-item dalam urutan yang sesuai pilihan pribadi. Ketiga, mengingat dengan menggunakan petunjuk (pengingatan berpentunjuk) yaitu mengingat item yang berpasangan, saat mengingat akan diberi petunjuk pasangan dari pertanyaan yang telah diingat sebelumnya.⁵

Dalam *recall memory*, terdapat tugas-tugas yang digunakan untuk mengukur memori. Jenis-jenis tugas dan contohnya diuraikan dalam penjelasan berikut:

a. Memori Eksplisit

Memori eksplisit merupakan tugas memori yang digunakan untuk mengingat memori secara sadar seperti mengingat nama penulis suatu buku atau mengingat nama artis dalam suatu film.

⁵ Robert J Strenberg, *Psikologi Kognitif*, (Yogyakarta: Pustakan Pelajar, 2006), 150.

b. Pengetahuan Deklaratif

Pengetahuan deklaratif adalah tugas memori yang dikhususkan untuk mengingat fakta yang terjadi pada diri sendiri seperti mengingat nama lengkap atau mengingat nomor telfon sendiri.

c. *Recall/Retrieval*

Recall/Retrieval merupakan tugas memori yang digunakan untuk mengingat beberapa item secara berurutan setelah menghafalkannya, seperti mengingat rangkaian angka 2-8-5-6-9-3.

d. Rekognisi Bebas

Rekognisi Bebas adalah suatu tugas memori yang tugasnya adalah mengulangi item sesuai urutan yang diingat. Berbeda dengan *recall/retrieval* yang mengingat item secara berurutan, rekognisi bebas tidak harus berurutan namun tetap mengingat secara keseluruhan. Contohnya adalah mengingat kata 'pensil, buku, kucing, genting' secara keseluruhan namun tidak memperhatikan urutan.

e. Peningatan Berpetunjuk

Peningatan Berpetunjuk merupakan tugas memori untuk mengingat kata berpasangan, kemudian mengingat dengan diberi petunjuk pasangan kata. Hal ini dapat dilakukan apabila terdapat kata 'mata-telinga', 'hidung-mulut', dan 'pipi-dahi' kemudian menyebutkan kata yang merupakan pasangannya setelah diberi petunjuk kata 'mata-', 'hidung-', dan 'pipi-'.

f. Rekognisi/Mengenali Kembali

Rekognisi atau mengenali kembali merupakan tugas memori yang digunakan untuk memilih atau mengidentifikasi suatu masalah. Seperti saat dihadapkan pada soal pilihan ganda atau soal pasangan. Memori bekerja untuk mengidentifikasi mana jawaban yang benar pada soal pilihan ganda dan mana pasangan yang tepat untuk soal pasangan.

g. Memori Implisit

Memori Implisit adalah tugas memori yang berguna untuk menggambarkan informasi tanpa sadar. Contoh mudahnya adalah saat bermain *hangman game* terdapat suatu kata yang tidak lengkap huruf-hurufnya, namun permainan dapat diselesaikan karena tanpa sadar memori kita mengenali rangkain huruf pada kata tersebut.

h. Pengetahuan Prosedural

Pengetahuan prosedural merupakan suatu tugas memori yang diperlukan untuk mengingat keahlian yang telah dipelajari dan perilaku otomatis saat keahlian tersebut dibutuhkan. Contohnya adalah saat berhasil mempelajari cara bersepeda, memasak kue, dan membangun tenda. Ketika keahlian tersebut dibutuhkan, maka memori akan melakukan perilaku otomatis sesuai prosedur yang telah dipelajari sebelumnya.

3. Faktor yang Mempengaruhi *Recall Memory*

Menurut Highbee terdapat prinsip-prinsip untuk meningkatkan daya ingat antara lain⁶:

a. Kebermaknaan

Manusia lebih mudah mengingat apa yang bermakna dalam hidup mereka.

b. Organisasi

Ingatan lebih mudah dipanggil kembali dalam susunan yang teratur atau terorganisir.

c. Asosiasi

Ingatan yang tersimpan lebih mudah dipanggil kembali apabila disambungkan atau dikaitkan dengan ingatan lainnya.

d. Visualisasi

Untuk mengingat lebih mudah, dapat menggunakan cara penggambaran dalam khayalan dimana menempatkan informasi di tempat tertentu.

e. Perhatian

Dengan memperhatikan suatu informasi, maka proses storage akan semakin mudah. Apabila informasi tersimpan sempurna dalam proses storage, maka dalam proses *recall memory* tentu akan lebih mudah.

⁶Kenneth L Highbee, *Memory Anda*, (Semarang: Effhar & Dahara,1991), 61.

f. Minat

Perhatian dipengaruhi oleh minat. Sehingga apabila tidak ada minat maka perhatian tidak akan terpusat yang menyebabkan terganggunya proses *storage* dan *recall memory*.

Kemampuan *recall memory* dikendalikan oleh proses-proses netral yang mengatur seluruh proses tersebut secara sadar. Meskipun demikian, terkadang pada situasi tertentu kita menghafal untuk mencegah kelupaan yang artinya dalam situasi tertentu kita mengambil alih proses yang terjadi pada memori kita.⁷

Untuk memaksimalkan kemampuan *recall memory* dan mencegah kelupaan, hal yang harus diperhatikan adalah bagaimana informasi tersebut disimpan saat proses *storage*. Menurut Highbee, ada beberapa cara yang dapat digunakan untuk membuat ingatan lebih efektif, yaitu:

1. Mengurangi intervensi dengan cara tidak mencampur informasi satu dengan informasi lain.
2. Menentukan waktu untuk mempelajari suatu materi, apakah belajar menyeluruh dalam suatu waktu atau per bagian.
3. Membagi materi menjadi beberapa bagian.
4. *Repetition* (mengulang informasi berulang kali).
5. *Recitation* (membaca informasi diluar kepala).
6. SQ3R yang merupakan kepanjangan dari *survey* (meninjau materi sekilas), *question* (mengajukan pertanyaan seputar materi), *read*

⁷ Robert L. Solso, et. al., *Psikologi Kognitif*, (Jakarta: Erlangga, 2007), 225.

(membaca dari berbagai sumber), *recite* (menyebutkan kembali di luar kepala), *review*(meninjau kembali).⁸

Dalam proses menghafal al-Qur'an sendiri, terdapat beberapa cara untuk meningkatkan ingatan para hafiz, yaitu:

1. *Bin – nazhar* yaitu membaca dengan cermat ayat-ayat Al-Qur'an yang akan dihafalkan dengan melihat mushaf secara berulang-ulang.
2. *Tahfizh* yaitu melafalkan sedikit demi sedikit ayat-ayat Al-Qur'an yang telah dibaca berulang-ulang pada saat *Bin – nazhar* hingga sempurna dan tidak terdapat kesalahan. Hafalan selanjutnya dirangkai ayat demi ayat hingga hafal.
3. *Talaqqi* yaitu menyetorkan atau memperdengarkan hafalan kepada seorang guru atau instruktur yang telah ditentukan.
4. *Takrir* yaitu mengulang hafalan atau melakukan sima'an terhadap ayat yang telah dihafal kepada guru atau orang lain. *Takrir* ini bertujuan untuk mempertahankan hafalan yang telah dikuasai.
5. *Tasmi'* yaitu memperdengarkan hafalan kepada orang lain baik kepada perseorangan ataupun jama'ah.⁹

Dari beberapa cara yang dapat dilakukan untuk menghafal Al-Qur'an, terdapat cara *talaqqi* yang berarti memperdengarkan hafalan kepada guru atau instruktur yang telah ditentukan. Dalam memperdengarkan hafalan, seorang santri tentu harus mengambil ingatan dari dalam kepala. Mengambil ingatan

⁸Kenneth L Highbee, *Memory Anda*, (Semarang: Effhar & Dahara,1991), 87.

⁹ S.Q. Sadulloh, *9 Cara Praktis Menghafal Al-Quran* (Jakarta: Gema Insani, 2008), 41.

menurut teori di atas termasuk proses *recall memory*. Jadi, dapat disimpulkan bahwa *talaqqi* mempunyai kesamaan dengan *recall memory*.

B. Mnemonik

1. Definisi Mnemonik

Mnemonik (dibaca ne-mahn'-ick) menurut Solso dkk. merupakan suatu teknik yang dapat meningkatkan penyimpanan dan pengambilan informasi dalam memori.¹⁰ Menurut Best, peranti mnemonik (umumnya dikenal metode menghafal 'jembatan keledai') adalah beberapa teknik khusus untuk membantu mengingat daftar kata-kata.¹¹ Sedangkan menurut Stenberg, mnemonik adalah peranti yang dapat menambahkan makna kepada daftar item lain yang tidak terlalu bermakna atau gamang.¹² Jadi yang dimaksud dengan mnemonik menurut pendapat dari para ahli diatas adalah suatu teknik yang dapat memudahkan untuk mengingat.

2. Teknik Mnemonik

Teknik Mnemonik sendiri terdiri dari beberapa teknik yang diuraikan dalam penjelasan dibawah ini:

a. Pengelompokan Kategoris

Pengelompokan kategoris adalah suatu teknik untuk mengorganisasikan sejumlah item menjadi kategori. Contohnya adalah apabila terdapat kata 'apel, susu, anggur, roti, keju' dapat dikategorikan menjadi buah: apel, anggur; sarapan: susu, roti, keju.

¹⁰ Robert L. Solso, et. al., Psikologi Kognitif (Jakarta: Erlangga, 2007), 226.

¹¹ Best, "Memory Mnemonik", *Encyclopedia of Cognitive Science*, 2 (2003), 1081-1084.

¹² Robert J Stenberg, *Psikologi Kognitif*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2006), 187.

b. Imajinasi interaktif

Imajinasi interaktif merupakan sebuah teknik yang mengaitkan kata dengan imajinasi interaktif. Seperti kata ‘kucing, Jakarta, meja, pensil, hujan’ dapat dihafalkan dengan membayangkan ‘kucing memegang pensil di meja pada saat hujan di kota Jakarta’.

c. Sistem Birama

Sistem birama adalah teknik yang mengasosiasikan kata baru dengan kata yang telah ada sebelumnya, dan membentuk imajinasi interaktif di antara dua kata tersebut. Misalnya terdapat kata seperti contoh sebelumnya yaitu ‘kucing, Jakarta, meja, pensil, hujan’. Sistem birama yang digunakan dapat berupa lagu anak-anak yang berjudul ‘Kring-Kring’ yang liriknya:

Kring kring kring ada sepeda

Sepedaku roda tiga

Kudapat dari ayah

Karena rajin sekolah

Kring kring kring ada sepatu

Sepatuku kulit lembu

Kudapat dari ibu

Karena rajin membantu

Kata-kata yang harus dihafalkan di atas dikaitkan dengan lagu kring-kring sehingga dapat diimajinasikan menjadi Kring kring kring ada sepeda = sepeda untuk pergi ke Jakarta dan kehujanan, Karena

rajin sekolah = sekolah membawa pensil, Sepatuku kulit lembu = lembu dan kucing sama-sama berkaki empat, Karena rajin membantu = membantu membersihkan meja.

d. Metode tempat

Metode tempat adalah sebuah teknik yang menggunakannya harus membayangkan suatu tempat untuk mengaitkan beberapa item yang harus diingat. Misalnya kata-kata diatas yang berupa ‘kucing, Jakarta, meja, pensil, hujan’ dibayangkan menjadi suatu seting tempat: di Kota Jakarta ada kucing duduk di meja membawa pensil di hari hujan.

e. Akronim

Akronim adalah teknik dimana mengambil awalan kata untuk diingat dan menyusunnya menjadi kata baru. Seperti *Local Area Network* menjadi LAN, *World Wide Web* menjadi www.

f. Akrostik

Akrostik adalah teknik yang penggunaannya dengan membentuk kalimat dari huruf awal setiap kata. Contohnya untuk mengingat tabel periodik menjadi kata He LiNa Mengapa Rubi Cs Frustrasi dari kata He, Li, Na, Mg, Rb, Cs, Fr.

g. Kata Kunci

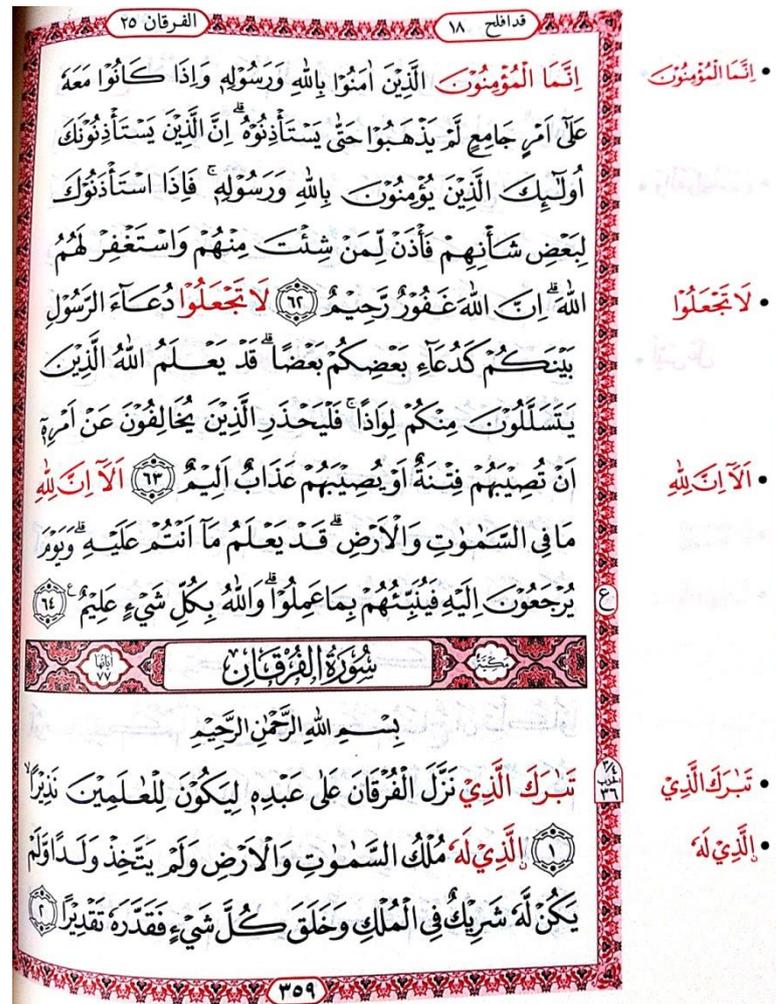
Kata Kunci merupakan teknik yang digunakan dengan cara membentuk imajinasi terkait bunyi dan makna yang sudah dikenal

sebelumnya. Seperti Libro dalam bahasa Spanyol yang berarti buku dikaitkan dengan liberti yang memegang buku.

3. Al-Qur'an Mnemonik

Metode-metode mnemonik di atas kemudian diadaptasikan dalam penyusunan mushaf al-Qur'an, yang kemudian tersusunlah al-Qur'an mnemonik. Al-Qur'an mnemonik sudah dirancang dan dicetak khusus dengan pemberian warna (hijau atau merah) pada satu kata di setiap awal ayat dan di luar bingkai diberikan potongan awal ayat yang sudah diberi warna untuk memberikan kunci hafalan untuk pembaca. Keunggulan dari al-Qur'an mnemonik ini adalah untuk memudahkan hafalan pembaca dengan mengingat bagian awal ayat sehingga subjek dapat menghafal keseluruhan ayat.¹³ Al-Qur'an ini mengusung konsep yang dapat memudahkan hafalan seperti dalam konsep mnemonik. Contoh dari al-Qur'an mnemonik dapat dilihat pada gambar berikut:

¹³ Diani Akmalia, "Efektivitas Penggunaan Metode Mnemonic sebagai Cara Cepat Menghafal Al-Qur'an Secara Mandiri pada Anak Usia 7-11 Tahun", (Proposal, Universitas Sebelas Maret Surakarta, 2015).



Gambar 1. Desain bingkai luar ayat dan kata kunci awal

Dari gambar diatas, terlihat ayat yang diberi warna merah di awal ayat. Potongan ayat yang diberi warna kemudian diletakkan diluar bingkai al-Qur'an. Proses menghafal dilakukan dengan cara mengingat potongan awal surat yang telah diberi warna.