

**PENGARUH LAYANAN INFORMASI UNTUK MENINGKATKAN
MEMORY TRAINING (DAYA INGAT) PADA SISWA KELAS VIII
MADRASAH TSANAWIYAH NEGERI 2 MEDAN
TAHUN PEMBELAJARAN 2017/2018**

SKRIPSI

*Diajukan untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi
Syarat Mencapai Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)
Pada Program Studi Bimbingan dan Konseling*

Oleh :

RAHIM SEKEDANG
NPM. 1402080032



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
MEDAN
2018**

ABSTRAK

Rahim Sekedang. 1402080032. Pengaruh Layanan Informasi Untuk Meningkatkan *Memory Training* (Daya Ingat) Pada Siswa Kelas VIII Madrasah Tsanawiyah Negeri 2 Medan Tahun Pembelajaran 2017/2018. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan. Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh layanan informasi untuk meningkatkan *memory training* (daya ingat) pada siswa kelas VIII Madrasah Tsanawiyah Negeri 2 Medan Tahun Pembelajaran 2017/2018. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Metode penelitian ini berupa *pre-eksperimen* dengan desain *one group pre and post test design*. Jumlah populasi penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VIII yang berjumlah 488 siswa, sedangkan yang menjadi sampel sebanyak 31 siswa dengan menggunakan *perposive sampling*. Instrumen dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan observasi dan angket. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebelum dilaksanakannya layanan informasi (*pre-test*) keadaan *memory training* (daya ingat) siswa dengan rata-rata 43,97 dan setelah dilaksanakan layanan informasi (*post-test*) keadaan *memory training* (daya ingat) siswa mengalami perubahan dengan rata-rata 79,85. Dari hasil perhitungan diperoleh $t_{hitung} = 5,370$ dengan menggunakan taraf signifikan nyata ($\alpha = 0,05$) dan dengan d.b = $n - 1$. Maka diperoleh $t_{tabel} = 2,039$. Karena nilai $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($5,370 > 2,039$) maka dapat dikatakan bahwa H_a diterima H_0 ditolak. Sehingga kesimpulannya adalah “terdapat pengaruh yang signifikan layanan informasi untuk meningkatkan *memory training* (daya ingat) pada siswa kelas VIII Madrasah Tsanawiyah Negeri 2 Medan Tahun Pembelajaran 2017/2018”.

Kata kunci : Layanan Informasi, *Memory Training* (Daya Ingat)

KATA PENGANTAR



Assalamu 'alaikum Wr.Wb.

Segala puji dan syukur penulis ucapkan kepada Allah SWT karena berkat rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang merupakan salah satu syarat dalam pencapaian gelar Sarjana Program Pendidikan Bimbingan dan Konseling di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. Shalawat dan salam penulis curahkan sepenuhnya kepada junjungan Nabi Besar Muhammad SAW yang telah membimbing umat manusia dari zaman kebodohan menuju zaman yang penuh dengan ilmu pengetahuan.

Berkat usaha dan Do'a akhirnya skripsi ini dapat terselesaikan walaupun masih ada kekurangan. Penulis menyadari bahwa proses penyelesaian skripsi ini bukan hanya bersandar pada kemampuan penulis tetapi tidak terlepas dari bantuan semua pihak yang telah diberikan kepada penulis. Terima kasih tak terhingga kedua malaikat tak bersayap yaitu Ayah dan Ibu. Ayah terhebat yang penulis miliki **Aludin Sekedang** yang selalu melindungi, dan menjadi motivasi. Tanpa ayah terhebat saya tidak akan pernah terlahir ke dunia ini. Dan untuk Ibu tercinta yang saya sayangi di dunia dan di akhirat nanti Ibu **Abu Esah** yang selalu memberikan Do'a, semangat, dukungan, motivasi, yang tidak pernah putus sampai saat ini. Tanpa Ibu saya tidak akan pernah bisa menjadi hidup yang berawal dari mengandung, melahirkan, membesarkan, membimbing, dan membekali saya dengan rasa cinta, kasih sayang yang tulus tak pernah pudar

sampai akhir hayat nanti. Kedua malaikat saya adalah motivator hidup untuk mencapai kesuksesan. Seyum keduanya menguatkan saya dalam setiap langkah.

Selain kedua orang tua penulis juga mengucapkan terima kasih yang tidak bertepi kepada :

- Bapak Dr. Agussani, M.AP. Sebagai Rektor Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara;
- Bapak Dr. Elfrianto Nasution S.Pd, M.Pd. Sebagai Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara;
- Ibu Dra. Jamilah, M.Pd. Sebagai Ketua Program Studi Pendidikan Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara;
- Bapak Drs. Zaharuddin Nur, M.M. Sekretaris Program Studi Pendidikan Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara;
- Ibu Sri Ngayomi.Y.W, S.Psi, M.Psi. Sebagai pembimbing materi skripsi yang telah banyak meluangkan waktunya untuk memberi bimbingan serta arahan kepada penulis sehingga selesai skripsi ini. Penulis tidak hanya menganggap beliau sebagai dosen tetapi juga sebagai sahabat dan saudara penulis yang paling baik dan bijaksana;
- Seluruh dosen khususnya kepada Program Studi Pendidikan Bimbingan dan Konseling beserta staf pegawai biro Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara atas kelancaran proses administrasinya;

- Bapak Drs. Muslianto M.A. Selaku Kepala Madrasah Tsanawiyah Negeri 2 Medan yang dapat memberikan waktu dan kesempatan serta seluruh guru dan staf Madrasah Tsanawiyah Negeri 2 Medan atas kerjasamanya selama proses penelitian;
- Teristimewa Kepada Abang Mahidin Sekedang, Kaman Sari Sekedang S.Pd dan Adik tersayang Rika Novita, yang telah banyak memberikan motivasi dan dukungan kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini, dengan harapan mereka semoga penulis bisa menjadi lebih baik terutama dalam dunia pendidikan;
- Teman-teman tersayang di kelas Bimbingan dan Konseling A Pagi 2014. Penulis mengucapkan beribu terima kasih, karena telah membantu penulis selama ini dan telah menjadi keluarga pengganti disaat penulis berada di Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara;
- Teman-teman penulis An Nashri Sohib, Sanjela, Winanda Ilham, Abdi Husein Nasution, Ulya Nurhamim, Era Ayu Pramudita, Maya Ervina, Dinda Anggi Cahyanti Siregar, Yuliandari, yang selama ini suka maupun duka selalu ada disisi penulis dan membantu penulis selama diperkuliahan. Penulis mengucapkan terima kasih atas dukungan maupun bantuan nya selama ini dan penulis berharap kita semua bisa menjadi kebanggaan orang tua kita maupun keluarga besar kita, amin.
- Abangda tersayang Harudin, S.Pd.I, M.Pd, Khairudin S.Pd, Rafi Abas S.Pd, Firmando Selian S.Sos. Penulis mengucapkan terima kasih atas bantuan dan dukungannya;

- Teman dekat penulis Riandra, Rika Darmayanti, Siska Eva Riyanti, Niati Imanda. Penulis mengucapkan terima kasih atas suport dan dukungannya selama ini;
- Sahabat terdekat penulis An Nashri Sohib, Sanjela, Ulya Nurhamim, Dinda Anggi Cahyanti Siregar, Era Ayu Pramudita, Yuliandari. Penulis mengucapkan terima kasih atas kesetiaannya kepada penulis yang selalu menemani dikala penulis mengerjakan skripsi;

Akhirnya pada semua pihak yang telah membantu dalam penulisan skripsi ini, penulis mengucapkan terima kasih, semoga Allah SWT dapat memberikan balasan atas jasa dan bantuan yang telah diberikan.

Penulis juga berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi yang membaca dan semoga ilmu yang penulis peroleh selama duduk dibangku perkuliahan dapat berguna bagi penulis sendiri, bagi masyarakat, satu bidang pendidikan.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Medan, Maret 2018

Penulis

Rahim Sekedang

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	6
C. Batasan Masalah.....	6
D. Rumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian.....	7
F. Manfaat Penelitian.....	7
BAB II LANDASAN TEORITIS.....	9
A. Kerangka Teoritis	9
1. Layanan Informasi	9
1.1 Pengertian Layanan Informasi.....	9
1.2 Tujuan dan Fungsi Layanan Informasi	10
1.3 Alasan Penyelenggaraan Layanan Informasi	12
1.4 Jenis - Jenis Informasi	14
1.5 Metode Layanan Informasi.....	17

1.6 Materi Layanan Informasi	18
1.7 Penyelenggara Layanan Informasi	18
2. <i>Memory Training</i> (Daya Ingat).....	19
2.1 Pengertian Daya Ingat	19
2.2 Tahap – Tahap Daya Ingat.....	20
2.3 Jenis – Jenis Daya Ingat	24
2.4 Model Daya Ingat	29
2.5 Faktor yang Mempengaruhi Daya Ingat.....	33
2.6 Indikator Daya Ingat.....	34
B. Kerangka Konseptual	34
C. Hipotesis.....	35
BAB III METODE PENELITIAN	36
A. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	36
B. Populasi dan Sampel	37
C. Jenis Penelitian.....	38
D. Desain Penelitian.....	39
E. Variabel Penelitian	40
F. Definisi Operasional Variabel.....	41
G. Instrumen Penelitian.....	41
H. Uji Coba Instrumen	43
I. Teknik Analisis Data	45
BAB IV PEMBAHASAN DAN HASIL PENELITIAN.....	47
A. Gambaran Umum Sekolah.....	47

B. Deskripsi Hasil Penelitian.....	61
C. Uji Hipotesis	70
D. Diskusi Hasil Penelitian.....	73
E. Keterbatasan Penelitian.....	74
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	76
A. Kesimpulan	76
B. Saran.....	77
DAFTAR PUSTAKA.....	79

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Waktu Penelitian	36
Tabel 3.2	Deskripsi Jumlah Populasi	37
Tabel 3.3	Sampel Penelitian	38
Tabel 3.4	Desain Penelitian	39
Tabel 3.5	Skala Likert	42
Tabel 3.6	Kisi-kisi Angket	42
Tabel 3.7	Kriteria Reliabilitas	44
Tabel 4.1	Hasil Validitas	61
Tabel 4.2	Hasil Reliabilitas	63
Tabel 4.3	Skor Pretest	63
Tabel 4.4	Skor Posttest	66
Tabel 4.5	Hasil Uji Normalitas	69
Tabel 4.6	Hasil Uji Homogen	69
Tabel 4.7	Uji Hipotesis	70

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Kerangka Konseptual	35
Gambar 4.1	Struktur MTs Negeri 2 Medan	59

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Angket Penelitian
- Lampiran 2 Tabulasi Angket Penelitian
- Lampiran 3 Validitas Angket Penelitian
- Lampiran 4 Validitas Angket Penelitian Menggunakan SPSS v22
- Lampiran 5 Perhitungan Reliabilitas Menggunakan SPSS v22
- Lampiran 6 Angket Penelitian Setelah di Uji
- Lampiran 7 Tabulasi Data Pre tes dan Post test
- Lampiran 8 Perhitungan Pre test
- Lampiran 9 Perhitungan post test
- Lampiran 10 Hasil Uji Normalitas
- Lampiran 11 Hasil Homogenitas
- Lampiran 12 Hasil Pengujian Hipotesis
- Lampiran 13 RPL
- Lampiran 14 RPL
- Lampiran 15 K1
- Lampiran 16 K2
- Lampiran 17 K3
- Lampiran 18 Berita Acara Bimbingan Proposal
- Lampiran 19 Berita Acara Seminar Proposal
- Lampiran 20 Lembar Pengesahan Seminar Proposal
- Lampiran 21 Surat Keterangan Seminar Proposal
- Lampiran 22 Surat Pernyataan Plagiat

Lampiran 23 Berita Acara Bimbingan Skripsi

Lampiran 24 Surat Izin Riset

Lampiran 25 Surat Balasan Riset

Lampiran 26 Daftar Riwayat Hidup

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan mempunyai peran yang sangat strategis dalam meningkatkan kualitas sumber daya manusia dan upaya mewujudkan cita-cita bangsa Indonesia, dalam mewujudkan kesejahteraan umum dan mencerdaskan kehidupan bangsa. Pendidikan adalah suatu usaha atau kegiatan yang dijalankan dengan sengaja, teratur, berencana dengan maksud menyiapkan, mengubah dan mengembangkan peserta didik melalui kegiatan bimbingan, pengajaran dan latihan. Usaha untuk meningkatkan pembangunan sumber daya manusia melalui pendidikan perlu mendapat perhatian khusus.

Menurut Undang - Undang No. 20 tahun 2003 pasal 1 Ayat (1) tentang Sistem pendidikan Nasional menyatakan bahwa: pendidikan adalah usaha dasar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan Negara. Disekolah tugas pelajar adalah belajar dan menerima materi pelajaran yang disampaikan oleh guru, dengan belajar siswa akan dapat mengembangkan potensi dan meraih prestasi. Akan tetapi, apa yang dipelajari tidak seluruhnya tersimpan dalam akal atau pikiran memori ingatan bias dikatakan lupa. Tidak sedikit pengalaman dan pelajaran yang diterima mudah melekat dalam ingatan.

Dengan demikian peristiwa lupa dapat terjadi pada siapa pun juga, tak peduli itu anak-anak, remaja, atau siapapun. Meskipun demikian, peristiwa lupa dapat dikurangi, dengan upaya meningkatkan daya ingat akal siswa dalam pelajaran dan memberikan penjelasan materi pelajaran yang bias dilakukan dalam kehidupan sehari-hari.

Peristiwa lupa dalam belajar ini, di latar belakang oleh adanya perubahan sikap dalam minat siswa belajar yang diperlihatkan saat waktu belajar. Winkel dalam Djamarah (2008: 207) menyatakan bahwa 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.

Layanan informasi adalah layanan yang memungkinkan peserta didik menerima dan memahami berbagai informasi (seperti: informasi belajar, pergaulan, karir, pendidikan lanjutan). Layanan informasi merupakan bentuk layanan yang sangat penting sehingga perlu dilakukan disekolah. Dengan dilaksanakan layanan informasi disekolah siswa diharapkan memiliki informasi bagaimana mengurangi peristiwa lupa dalam belajar. Agar dapat memperoleh hasil yang lebih baik dan tidak melupakan kendala dalam belajar, maka layanan informasi perlu dilaksanakan disekolah.

Dalam layanan informasi, pelayanan bimbingan dan konseling disekolah dapat membantu siswa mengembangkan diri, sikap dan mengurangi lupa dalam

belajar, untuk mendapatkan nilai yang bagus serta dapat menyiapkannya melanjutkan pada tingkatan yang tinggi. Menurut Sukardi (2008: 34) bahwa Layanan Informasi ini dapat dirinci menjadi pokok-pokok berikut: a. pemantapan sikap dan belajar yang efektif juga efisien serta produktif, baik dalam mencari informasi dari berbagai sumber lainnya, mengembangkan keterampilan belajar dan menjalani program penilaian hasil belajar. b. Pemantapan penialaian disiplin belajar dan berlatih, baik secara mandiri maupun berkelompok. c. Pemantapan penguasaan materi program belajar. d. Pemantapan pemahaman dan pemanfaatan kondisi fisik sosial dan budaya yang ada disekolah, pengetahuan dan kemampuan, serta pengembangan pribadi.

Dengan diberikan layanan informasi, diharapkan dapat membantu kemampuan kognitif siswa untuk lebih mudah dalam mengingat kembali pelajaran yang lalu. Kemampuan mengingat dan melupakan yang dimiliki manusia tersebut harus diorganisir dengan sebaik-baiknya, kemampuan mengingat harus dipertahankan, sedangkan kemampuan melupakan harus diminilisir, hal ini dilakukan untuk mendukung keberhasilan belajar seseorang individu dalam belajar. Banyak siswa yang tidak berhasil dalam belajar karena pengaruh lupa, siswa tidak mengetahui cara-cara untuk menjaga dan mempertahankan kemampuan mengingatnya.

Namun banyak siswa yang tidak memiliki usaha yang baik dalam belajarnya, sehingga siswa itu tidak dapat memiliki hasil usahanya. Mereka tidak menggunakan waktunya untuk belajar dan diantara mereka juga banyak yang

belajar dengan kebiasaan-kebiasaan yang salah, sehingga tidak memperoleh hasil yang baik dalam kegiatan pembelajaran.

Memori atau daya ingat merupakan sesuatu yang sangat penting bagi manusia, karena merupakan kekuatan jiwa manusia untuk menerima, menyimpan dan memproduksi kesan-kesan, pengertian-pengertian atau tanggapan-tanggapan, memori manusia dapat diolah secara sadar dan secara otomatis. Pengolahan secara sadar biasanya menimbulkan tindakan-tindakan baru sedangkan pengolahan secara otomatis biasanya menghasilkan tindakan reflek atau secara tiba-tiba dengan waktu yang pendek.

Berdasarkan jangka waktu dan tingkat penggunaannya, terdapat 2 (dua) jenis memori yaitu memori jangka pendek dan memori jangka panjang. Memori jangka pendek digunakan untuk informasi yang temporer, biasanya dalam beberapa detik. Secara konseptual, memori jangka pendek merupakan penyimpanan informasi yang aktif, sedangkan memori jangka panjang merupakan penyimpanan informasi yang relatif pasif. Memori jangka pendek merupakan gerbang dari jempol memori jangka panjang.

Ada hal yang perlu di luruskan dalam paradigma mengukur kecerdasan siswa. Dalam masyarakat, kecerdasan seringkali diukur dengan nilai atau angka bahkan rangking, sementara angka dan rangkingpun belum tentu menjamin apakah siswa tersebut benar-benar cerdas. Bisa saja angka dan rangking diperoleh dengan cara mencontek, sistem kebut semalem (SKS), kolusi, dan lain-lain.

Namun demikian dalam memecahkan masalah diperlukan logika dan kata kunci kecerdasan siswa adalah daya ingat yang lama bukan dengan angka atau

rangking. Bahkan ilmu eksakta saja tidak cukup untuk menjawab fenomena alam. Padahal untuk menjawab masalah yang sedang berkembang diperlukan seperangkat ilmu dan daya ingat yang sangat tinggi.

Madrasah Tsanawiyah Negeri 2 Medan adalah salah satu sekolah yang memiliki peraturan yang bagus. Namun masih ada pelanggaran-pelanggaran yang dilakukan oleh siswa. Seperti bolos sekolah, terlambat, tidak mengerjakan PR dan lainnya.

Berdasarkan pengamatan di lapangan kegiatan pembelajaran yang terjadi di Madrasah Tsanawiyah Negeri 2 Medan, penulis memperoleh informasi bahwa siswa kelas VIII memiliki kendala dalam mengingat kembali pelajaran yang baru dijelaskan oleh guru bidang studi. Informasi yang penulis lihat dilapangan yaitu: masih adanya siswa yang lupa dengan materi pelajaran yang baru saja hal itu dipelajari. Siswa tidak biasa mengulang kembali materi pelajaran yang baru dijelaskan oleh guru, pemberian layanan bimbingan dan konseling kurang dimanfaatkan dan berkembang karena tidak ada jam Bimbingan dan Konseling. Layanan informasi tentang mencegah peristiwa lupa dan juga belum pernah diberikan kepada siswa.

Dari uraian-uraian diatas, penulis merasa sangat tertarik melaksanakan suatu penelitian sehubungan dengan peristiwa lupa dalam belajar judul penelitian: **“Pengaruh Layanan Informasi Untuk Meningkatkan *Memory Training* (Daya Ingat) Pada Siswa Kelas VIII Madrasah Tsanawiyah Negeri 2 Medan Tahun Pembelajaran 2017/2018”**.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah diatas, maka penulis mengidentifikasi permasalahan yang ada yaitu :

1. Masih adanya siswa yang lupa dengan materi pelajaran yang baru saja dipelajari.
2. Kurangnya kesadaran siswa untuk belajar dirumah.
3. Lemahnya ingatan siswa dalam pembelajaran.
4. Materi yang diterima oleh siswa kurang jelas sehingga mudah terlupakan.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah serta menghindari kesimpangsiuran dalam penelitian ini, maka penulis hanya membatasi permasalahan mengenai “Layanan Informasi untuk Meningkatkan *Memory Training* (Daya Ingat) pada siswa kelas VIII Madrasah Tsanawiyah Negeri 2 Medan Tahun Pembelajaran 2017/2018”.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah dan batasan masalah yang dikemukakan diatas, masalah pokok dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:
Apakah ada Pengaruh Layanan Informasi dalam Meningkatkan *Memory Training* (Daya Ingat) pada siswa kelas VIII Madrasah Tsanawiyah Negeri 2 Medan Tahun Pembelajaran 2017/2018 ?

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah diatas, adapun tujuan penelitian ini adalah: Untuk Mengetahui Pengaruh Layanan Informasi dalam Peningkatan *Memory Training* (Daya Ingat) pada Siswa Kelas VIII Madrasah Tsanawiyah Negeri 2 Medan Tahun Pembelajaran 2017/2018.

F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan manfaat antara lain sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis

- a. Diharapkan dapat menambah wawasan dalam bidang pendidikan, Psikologi serta Bimbingan dan Konseling terutama pada tingkat SMP/MTs.
- b. Memperluas pemahaman siswa tentang kemampuan serta kompetensi yang ada di dalam dirinya agar dapat mengaktualisasikan dirinya secara baik.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi siswa, sebagai bahan informasi dan masukan untuk siswa kelas VIII Madrasah Tsanawiyah Negeri 2 Medan untuk meningkatkan *Memory Training* (Daya Ingat).
- b. Bagi Guru BK, dapat meningkatkan dan mengembangkan kualitas pelayanan BK di sekolah demi meningkatnya kemampuan siswa dalam menghadapi dan mengatasi permasalahannya sendiri.

- c. Bagi Kepala Sekolah, sebagai masukan dalam mendukung program BK dalam upaya meningkatnya kemampuan siswa dalam menghadapi dan mengatasi permasalahannya sendiri.
- d. Bagi Sekolah tempat penelitian, sebagai pemahaman untuk mengetahui cara mengatasi permasalahan siswa dan meningkatkan *Memory Training* (Daya Ingat).
- e. Studi BK, mempersiapkan dan meningkatkan kualitas dan mutu calon guru BK/Konselor dalam lingkungan pendidikan terutama dalam pelayanan BK.

BAB II

LANDASAN TEORITIS

A. Kerangka Teori

1. Layanan Informasi

1.1. Pengertian Layanan Informasi

Layanan informasi yaitu layanan Bimbingan dan Konseling yang memungkinkan peserta didik (klien) menerima dan memahami berbagai informasi (seperti: informasi pendidikan dan informasi jabatan) yang dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan dan pengambilan keputusan untuk kepentingan peserta didik (klien). Klien tidak hanya peserta didik tetapi bisa juga orang tua atau wali.

Banyak pendapat para ahli mengenai layanan informasi diantaranya adalah: menurut Prayitno (2004: 259-260): Layanan Informasi adalah kegiatan memberikan pemahaman kepada individu-individu yang berkepentingan tentang berbagai hal yang diperlukan untuk menjalani suatu tugas atau kegiatan, atau untuk menentukan arah suatu tujuan atau rencana yang dikehendaki. Dengan demikian, layanan informasi itu pertama-tama merupakan perwujudan dari fungsi pemahaman dalam bimbingan dan konseling.

Menurut Budi Purwoko (2008: 52) :

“Penyajian informasi dalam rangka program bimbingan ialah kegiatan membantu siswa dalam menggali lingkungannya, terutama tentang kesempatan-kesempatan yang ada di dalamnya, yang dapat dimanfaatkan siswa baik untuk masa kini maupun masa yang akan datang. Penyajian informasi dimaksudkan untuk memberi wawasan kepada para siswa, sehingga ia dapat menggunakan informasi itu baik untuk mencegah atau

mengatasi kesulitan yang dihadapinya, serta untuk merencanakan masa depan. Perencanaan kehidupan ini mencakup kehidupan dalam studinya, dalam pekerjaannya, maupun dalam membina keluarga”.

Sedangkan menurut Tohirin (2007: 147) :

“Mengungkapkan bahwa “layanan informasi merupakan layanan yang berupaya memenuhi kekurangan individu akan informasi yang mereka perlukan. Layanan informasi juga bermakna usaha-usaha untuk membekali siswa dengan pengetahuan serta pemahaman tentang lingkungan hidupnya dan tentang proses perkembangan anak muda”.

Dari beberapa pengertian tentang layanan informasi diatas, maka dapat dipahami bahwa layanan informasi adalah suatu kegiatan atau usaha untuk membekali para siswa tentang berbagai macam pengetahuan supaya mereka mampu mengambil keputusan secara tepat dalam kehidupannya.

1.2. Tujuan dan Fungsi Layanan Informasi

Layanan informasi bertujuan untuk membekali individu dengan berbagai hal yang berguna untuk mengenali diri, merencanakan dan mengembangkan pola kehidupan sebagai pelajar, anggota keluarga dan masyarakat. Pemahaman yang diperoleh melalui layanan informasi, digunakan sebagai bahan acuan dalam meningkatkan kegiatan dan prestasi belajar, mengembangkan cita-cita, menyelenggarakan kehidupan sehari-hari dalam mengambil sebuah keputusan.

Ada beberapa pendapat para ahli mengenai tujuan layanan informasi, diantaranya :

Menurut Budi Purwoko (2008: 52) :

“Tujuan yang ingin dicapai dengan penyajian informasi adalah sebagai berikut :

- a. Para siswa dapat mengorientasikan dirinya kepada informasi yang diperolehnya terutama untuk kehidupannya, baik semasa masih sekolah maupun setelah tamat sekolah.
- b. Para siswa mengetahui sumber-sumber informasi yang diperlukan.

- c. Para siswa dapat menggunakan kegiatan kelompok sebagai sarana memperoleh informasi.
- d. Para siswa dapat memilih dengan tepat kesempatan-kesempatan yang ada didalam lingkungannya sesuai dengan minat dan kemampuannya”.

Menurut Winkel & Sri Hastuti (2006: 316) :

“Mengatakan bahwa layanan pemberian informasi diadakan untuk membekali para siswa dengan pengetahuan tentang data dan fakta dibidang pendidikan disekolah, bidang pekerjaan dan bidang perkembangan pribadi-sosial, supaya mereka dengan belajar tentang lingkungan ungan hidupnya lebih mampu mengatur dan merencanakan kehidupannya sendiri”.

Program bimbingan yang tidak memberikan layanan pemberian informasi akan menghalangi peserta didik untuk berkembang lebih jauh, karena mereka membutuhkan kesempatan untuk mempelajari data dan fakta yang dapat mempengaruhi jalan hidupnya. Namun, mengingat luasnya informasi yang tersedia dewasa ini, mereka harus mengetahui pula informasi manakah yang relevan untuk mereka dan mana yang tidak relevan, serta informasi macam apa yang menyangkut data dan fakta yang tidak berubah dan ada yang dapat berubah dengan beredarnya roda waktu.

Perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi yang begitu pesat mengakibatkan corak kehidupan masyarakat terus berubah, sehingga sebagian dari fakta dan data yang kemarin merupakan kenyataan, besok lusa sudah bukan kenyataan lagi. Maka, disamping mendapatkan informasi tentang kenyataan lingkungan hidup yang berlaku sekarang ini, peserta didik harus memperoleh informasi tentang berbagai cara mengikuti perubahan dalam lingkungan hidupnya, dan dari sumber-sumber yang mana dapat digali pengetahuan tentang hal-hal yang telah berubah atau kiranya akan berubah dikemudian hari.

Dari beberapa pendapat di atas, maka peneliti dapat menyimpulkan bahwa tujuan layanan informasi adalah supaya para siswa memperoleh informasi yang relevan dalam rangka memilih dan mengambil keputusan secara tepat, guna pencapaian pengembangan diri secara optimal. Dalam penelitian ini tujuan dari layanan informasi adalah membekali siswa dengan berbagai informasi tentang potensi diri, sehingga siswa mampu meningkatkan pemahaman potensi diri guna mencapai kualitas hidup yang lebih baik.

Layanan informasi berfungsi untuk pemahaman dan pencegahan. Selain itu juga, bisa diartikan sebagai penyampaian berbagai informasi kepada sasaran agar individu dapat mengolah dan memanfaatkan informasi tersebut demi kepentingan hidup dan perkembangannya atau bisa juga layanan informasi merupakan layanan bimbingan dan konseling yang ditujukan untuk memberikan berbagai informasi. Agar wawasan para siswa tentang berbagai hal lebih terbuka, seperti informasi cara belajar yang efektif, bahayanya penggunaan narkoba atau informasi tentang pendidikan dan dunia kerja dan informasi tentang bagaimana mengurangi kelupaan dalam belajar dan meningkatkan daya ingat siswa.

1.3. Alasan Penyelenggaraan Layanan Informasi

Ada beberapa pendapat para ahli mengenai alasan penyelenggaraan layanan informasi, antara lain: Menurut Prayitno & Erman Amti (2004: 260-261) ada tiga alasan utama mengapa layanan informasi di selenggarakan.

- a. Membekali individu dengan berbagai macam pengetahuan tentang lingkungannya yang di perlukan untuk memecahkan masalah yang di hadapi

berkenaan, dengan lingkungan sekitar, pendidikan, jabatan, maupun sosial budaya.

- b. Kemungkinan individu dapat menentukan arah hidupnya “kemana dia ingin pergi”. Syarat dasar untuk dapat menentukan arah hidup adalah apabila ia mengetahui apa (informasi) yang harus dilakukan serta bagaimana bertindak secara kreatif dan dinamis berdasarkan atas informasi-informasi yang ada itu.
- c. Setiap individu adalah unik.

Menurut Winkel & Sri Hastuti (2006: 317) :

“Ada tiga alasan pokok mengapa layanan pemberian informasi merupakan usaha vital dalam keseluruhan program bimbingan yang terencana dan terorganisasi.

1. Siswa membutuhkan informasi yang relevan sebagai masukan dalam mengambil ketentuan mengenai pendidikan lanjut sebagai persiapan untuk memangku suatu jabatan dimasyarakat dengan memiliki pengetahuan yang tepat mungkin bahwa jumlah pilihan yang dapat mereka pertimbangkan bertambah.
2. Pengetahuan yang tepat dan benar membantu siswa untuk berpikir lebih rasional tentang perencanaan masa depan dan tuntutan penyesuaian diri dari pada mengikuti sembarang keinginan saja tanpa memperhitungkan kenyataan dalam lingkungan hidupnya. Informasi yang relevan dapat membebaskan siswa dari keterkaitan pada pola pikir yang kaku, dan sekaligus memperluas cakrawal pandangannya.
3. Informasi yang sesuai dengan daya tangkapnya menyadarkan siswa akan hal-hal yang akan berubah dengan bertambahnya umur dan pengalaman. Misalnya, siswa yang bercita-cita dan berkemampuan untuk menjadi seorang ahli geofisika dan mempunyai informasi tentang berbagai institusi pendidikan tinggi yang memiliki program studi yang sesuai, tidak terpikat pada satu institusi saja; dia dapat memilih diantara beberapa institusi pendidikan tinggi dan menjatuhkan pilihannya atas salah satu diantaranya, mana yang paling cocok baginya dan paling memberikan harapan akan mencapai cita-citanya. Sekaligus siswa itu akan tergolong untuk meninjau kembali keinginannya diterima diinstitusi yang favorit dan bergengsi, bila dia mengetahui bahwa kemungkinan untuk diterima disitu kecil karena saingannya banyak.

Dari beberapa pendapat tentang alasan penyelenggara layanan informasi diatas, maka peneliti dapat menyimpulkan bahwa alasan penyelenggara layanan informasi adalah karena siswa membutuhkan informasi yang relevan sebagai bekal dalam menghadapi berbagai macam dinamika kehidupan secara positif dan rasional, baik sebagai pelajar maupun anggota masyarakat. Terkait dengan penelitian ini, ada dua alasan penyelenggara layanan informasi. pertama, untuk membuktikan bahwa layanan informasi bisa meningkatkan pemahaman siswa terhadap potensi diri. Kedua disadari atau tidak siswa sangat membutuhkan informasi tentang pemahaman potensi diri sebagai modal awal dalam menggapai cita-cita dan tujuan hidup yang mereka inginkan.

1.4. Jenis - Jenis Informasi

Banyak pendapat para ahli mengenai jenis-jenis layanan informasi diantaranya adalah: Menurut Prayitno & Erman Amti (2004: 261-268) pada dasarnya jenis dan jumlah informasi tidak terbatas. Namun, dalam rangka pelayanan bimbingan dan konseling hanya akan dibicarakan tiga jenis informasi, yaitu: a) Informasi pendidikan, b) informasi pekerjaan, c) informasi sosial budaya.

1) Informasi pendidikan

Dalam bidang pendidikan banyak individu yang berstatus siswa atau calon siswa yang dihadapkan pada kemungkinan timbulnya masalah atau kesulitan.

Diantara masalah atau kesulitan tersebut berhubungan dengan (a) pemilihan program studi, (b) pemilihan sekolah fakultas dan jurusannya, (c) penyesuaian diri dengan program studi, (d) penyesuaian diri dengan suasana

belajar, dan (e) putus sekolah. Mereka membutuhkan adanya keterangan atau informasi untuk dapat membuat pilihan dan keputusan yang bijaksana.

2) Informasi jabatan

Saat-saat transisi dari dunia pendidikan dunia kerja sering merupakan masa yang sangat sulit bagi banyak orang muda. Kesulitan itu terletak tidak saja dalam mendapatkan jenis pekerjaan yang cocok, tetapi juga dalam penyesuaian diri dengan suasana kerja yang baru dimasuki dan perkembangan diri selanjutnya.

3) Informasi sosial budaya

Hal ini dapat dilakukan melalui penyajian informasi sosial budaya yang meliputi, macam-macam suku bangsa, adat istiadat, agama dan kepercayaan, bahasa, potensi-potensi daerah dan kekhususan masyarakat atau daerah tertentu.

Budi Purwoko (2008: 53) juga menjelaskan, jenis-jenis informasi yang penting bagi siswa waktu masih sekolah, misalnya informasi tentang :

- a. Kondisi fisik sekolahnya, fasilitas yang tersedia, guru-gurunya, para karyawan bagi administrasi, dan sebagainya.
- b. Informasi tentang program studi disekolahnya, yang bersumber dari kurikulum yang berlaku.
- c. Informasi tentang cara belajar efisien, yang bersumber dari para pembimbingnya.
- d. Informasi tentang usaha kesehatan sekolah yang bersumber dari dokter, para perawat sekolah.

Sedangkan pendapat lain yang dikemukakan oleh Gunawan (2001: 91)

layanan informasi dikelompokkan menjadi 3 jenis, yaitu :

- a. Informasi pendidikan
Informasi pendidikan sebagai data yang valid berguna tentang semua jenis

pendidikan sekarang dan yang akan datang serta kesempatan-kesempatan latihan dan tuntutan. Informasi yang diberikan meliputi peraturan dan jam sekolah, kegiatan kurikuler yang tersedia dan mata pelajaran, organisasi sekolah dan aktivitas sosialnya, nilai pendidikan, kredit yang diambil, program pendidikan setelah tamat sekolah, mata pelajaran yang dituntut untuk memasuki perguruan tinggi, biaya untuk memasuki perguruan tinggi, surat menyurat disekolah dan lain sebagainya.

a. Informasi pekerjaan

Informasi pekerjaan sebagai informasi yang valid dan berguna tentang posisi pekerjaan dan lapangan kerja. Termasuk di dalam tugas-tugas tuntutan dan persyaratan masuk, kondisi pekerjaan, imbalan pekerjaan, pola kemajuan, kebutuhan tenaga kerja dan informasi yang lebih lanjut.

b. Informasi sosial pribadi

Informasi pribadi berkaitan dengan pemahaman diri sendiri dan pemahaman orang lain. Informasi sosial pribadi sebagai data yang valid dan berguna tentang kesempatan dan pengaruh dari manusia dan lingkungan fisik terhadap pertumbuhan pribadi dan hubungan internasionalnya dengan orang lain. Informasi ini berkaitan dengan faktor-faktor diantaranya sebagai berikut: mencapai pemahaman diri, mencapai tingkat kematangan hubungan baik dengan lawan jenis, mengerti peranan pria dan wanita, pengembangan kepribadian yang sehat, mengerti sifat dan tingkah laku orang lain, perkembangan fisik dan mental yang sehat.

Dari berbagai pendapat diatas, dapat di pahami bahwa materi layanan informasi pada dasarnya tidak terbatas khusus dalam pelaksanaan bimbingan dan konseling, layanan yang diberikan kepada siswa dibedakan menjadi empat tipe yaitu, informasi dalam bidang pribadi, sosial, belajar dan karier. Namun demi tercapainya tujuan dari layanan informasi, maka materi informasi sebaiknya disesuaikan dengan tujuan dari pelaksanaan layanan informasi itu sendiri. Kaitannya dengan penelitian ini, maka materi layanan informasi yang akan diberikan adalah informasi tentang berbagai jenis potensi diri yang dimiliki oleh siswa yang sangat mungkin untuk dikembangkan guna mencapai prestasi dan kualitas hidup yang terbaik.

1.5. Metode Layanan Informasi

Layanan informasi dapat diselenggarakan secara langsung dan terbuka oleh pembimbing atau konselor kepada seluruh siswa di sekolah. Metode yang digunakan bervariasi serta fleksibel dapat digunakan tergantung jenis informasi dan karakteristik peserta layanan. Beberapa teknik yang biasa digunakan untuk layanan informasi menurut beberapa ahli, diantaranya sebagai berikut :

1. Prayitno & Emran Anti (2004: 275) menjelaskan bahwa dalam pemberian layanan informasi kepada siswa dapat dilakukan dengan berbagai cara seperti “metode ceramah, diskusi, wawancara, karya wisata, alat-alat peraga, dan alat-alat bantu lainnya, buku panduan, kegiatan sanggar karier dan sosiodrama”.
2. Tohirin (2007: 149-150) menyatakan bahwa layanan informasi dapat diberikan melalui :
 - a. Ceramah, tanya jawab, dan diskusi. Melalui teknik ini, para peserta (klien) mendengarkan atau menerima ceramah dari guru bimbingan konseling. Selanjutnya diikuti dengan tanya jawab. Untuk pendalaman diikuti diskusi.
 - b. Melalui media. Penyimpanan informasi bisa dilakukan melalui media tertentu seperti alat peraga, media tertulis, media gambar, poster, dan media elektronik lainnya.
 - c. Acara khusus. Layanan informasi melalui cara ini dilakukan dengan acara khusus di sekolah. Dalam acara hari tersebut, disampaikan dengan berbagai informasi berkaitan dengan hari-hari tersebut dan dilakukan berbagai kegiatan yang terkait yang diikuti oleh seluruh siswa.
 - d. Narasumber. Layanan informasi juga bisa diberikan kepada peserta didik dengan mengundang narasumber. Dengan perkataan lain tidak semua informasi diketahui oleh pembimbing. Untuk informasi yang tidak diketahui oleh pembimbing, harus didatangkan atau diundang pihak lain yang lebih mengetahui. Pihak yang diundang, tentu disesuaikan dengan jenis informasi yang akan diberikan.

Dengan demikian dapat diketahui bahwa, pemberian layanan informasi kepada siswa dapat dilakukan melalui beberapa metode seperti ceramah, tanya jawab dan diskusi. Melalui metode ini diharapkan agar para peserta mendengarkan atau menerima ceramah dari guru bimbingan konseling, selanjutnya diikuti dengan tanya jawab serta untuk pendalaman diikuti dengan diskusi.

1.6. Materi Layanan Informasi

Materi yang dapat diangkat melalui layanan informasi ada berbagai macam, yaitu meliputi: informasi pengembangan pribadi, informasi kurikulum dan proses belajar mengajar, informasi jabatan, informasi kehidupan keluarga, sosial kemasyarakatan, keberagaman, sosial budaya, lingkungan dan juga informasi pendidikan tinggi.

1.7. Penyelenggaraan Layanan Informasi

Layanan informasi dapat diselenggarakan melalui ceramah, Tanya jawab, dan diskusi yang dilengkapi dengan peragaan. Selebaran, tayangan foto, film atau video, kunjungan perusahaan-perusahaan. Berbagai narasumber, baik dari sekolah sendiri, atau dari sekolah lain, dari lembaga-lembaga pemerintahan, maupun dari berbagai kalangan dimasyarakat dapat diundang guna memberikan informasi kepada peserta didik. Namun perlu diingat bahwa semua kegiatan hendaknya direncanakan secara matang. Layanan informasi dapat dilaksanakan secara individual, klasikal dan ataupun diselenggarakan secara umum. Dapat juga diberikan secara lisan seperti jurnal, majalah dan leaflet.

2. *Memory Training* (Daya Ingat)

2.1 Pengertian Daya Ingat

Daya Ingat merupakan alih bahasa dari *memory*. Daya Ingat merupakan unsur inti dari perkembangan kognitif anak, sebab segala bentuk belajar selalu melibatkan memori.

Ada beberapa pendapat para ahli mengenai Daya Ingat, diantaranya: menurut Walgito (2004: 144) Para ahli memandang ingatan sebagai hubungan antara pengalaman dengan masa lampau.

Menurut Suharman dalam Desmita (2009: 121) menyatakan ingatan (memori) adalah proses penyimpanan atau pemeliharaan informasi sepanjang waktu. Aktivitas dan pribadi manusia tidak hanya ditentukan oleh pengaruh dan proses-proses yang berlangsung waktu kini, tetapi juga oleh pengaruh-pengaruh dan proses-proses di masa lalu.

Sedangkan menurut Drever dalam Bimo Walgito (2004: 145) :

memori adalah salah satu karakter yang dimiliki oleh makhluk hidup, pengalaman berguna untuk apa yang kita lupakan yang akan mempengaruhi perilaku dan pengalaman yang akan datang, yang mana ingatan itu meliputi *recall* (mengingat) dan *recognition* (mengenali) atau apa yang disebut dengan menimbulkan kembali ingatan.

Daya ingat sebagai unsur perkembangan kognitif, yang memuat seluruh situasi yang di dalamnya individu menyimpan informasi yang diterima sepanjang waktu. Daya ingat merujuk kepada kemampuan individu untuk memiliki dan mengambil kembali suatu informasi dan juga struktur yang mendukungnya serta

suatu bentuk kompetensi. Memori juga memungkinkan individu memiliki identitas diri.

Berdasarkan dari uraian di atas, maka peneliti dapat menyimpulkan bahwa Daya Ingat (memori) adalah kemampuan dalam menerima, menyimpan dan mengingat kembali informasi-informasi yang telah dilaluinya yang tersimpan di dalam memori otak untuk dapat dimunculkan kembali ketika dibutuhkan dan ingatan manusia akan selalu berkembang sejalan dengan informasi yang didapat dan disimpannya.

2.2. Tahap - Tahap Daya Ingat

Sebelum seseorang mengingat suatu informasi atau sebuah kejadian dimasa lalu, ada beberapa tahapan yang harus dilalui ingatan tersebut untuk dapat muncul kembali.

Ada beberapa pendapat para ahli mengenai Tahap-tahap Daya Ingat, diantaranya: Richard Atkinson dan Richard Shiffrin dalam Baharuddin (2010: 113), Para ahli psikologi membagi tiga tahapan ingatan, yaitu :

a. Mencamkan (*Learning*)

Mencamkan atau memahami dapat diartikan sebagai melekatkan kesan-kesan sehingga kesan-kesan itu dapat disimpan sewaktu-waktu dapat direproduksi atau dapat ditimbulkan kembali.

b. Menyimpan (*Retaining*).

Tahap menyimpan yaitu dimana siswa menyimpan simbol-simbol hasil olahan yang telah diberi makna ke *long-term memory* atau gudang ingatan jangka-panjang. Pada tahap ini hasil belajar sudah diperoleh, baik baru sebagian maupun

keseluruhan. Menyimpan kesan-kesan ingatan berhubungan dengan emosi seseorang akan mengingat sesuatu yang lebih baik, apabila peristiwa itu menyentuh perasaan-perasaan sedang kejadian yang tidak menyentuh emosi akan diabaikan.

Dari sinilah kesan-kesan itu disimpan di otak seseorang siswa apabila sangat suka dengan suatu mata pelajaran, maka ingatan pada mata pelajaran tersebut sangatlah kuat dan memungkinkan dapat disimpan lama. Pada umumnya kemampuan untuk mengingat tersebut bergantung pada hal-hal seperti tubuh (sakit), usia seseorang (tua), intelegensi seseorang, pembawaan seseorang, derajat dan minat seseorang terhadap suatu masalah. Setelah seseorang menyandikan informasi, seseorang perlu mempertahankan atau menyimpan informasi. Di antara aspek yang paling menonjol di penyimpanan memori setelah tiga simpanan utama, yaitu: *memory* sensorik, *memory* jangka-pendek, dan *memory* jangka-panjang.

c. Reproduksi (*Recalling*)

Memproduksi adalah pengaktifan kembali hal-hal yang telah dicamkan dalam ingatan, alam reproduksi ada dua bentuk, yaitu :

- 1) Mengingat kembali (*recall*) yaitu proses mengingat informasi yang dipelajari dimasa lalu tanpa petunjuk yang dihadapan pada organisme. Dalam mengingat kembali, individu dapat mengingat kembali kesan-kesan yang diingat tanpa adanya obyek tertentu. Dengan demikian, mengingat kembali ini disebabkan sesuatu dari dalam bukan karena pengaruh obyek tertentu. Misalnya, minggu lusa siswa diberikan materi hukum bacaan mad pada mata pelajaran tajwid dan hari berikutnya siswa ditanyak hal yang

sama, maka siswa akan mengingat kembali materi minggu lusa. Dalam hal ini, tidak ada obyek yang di pakai untuk merangsang reproduksi.

2) Mengenal Kembali (*recognition*)

Proses mengingat informasi yang sudah dipelajari melalui suatu petunjuk yang dihadapkan pada organisme. Pada individu dapat menimbulkan kembali disebabkan oleh adanya obyek dari luar untuk mencocokkannya. Dalam hal ini, ada suatu obyek dipakai sebagai perangsang untuk mengadakan reproduksi. Obyek yang dimaksudkan sebagai bahan untuk mencocokkan kembali ciri-ciri kesan tentang benda sejenisnya. Misalnya, siswa kehilangan sebuah peci, lantas diperlihatkan sebuah peci, maka siswa akan mencocokkan kesan yang telah tersimpan dengan peci yang diperlihatkan di depannya.

Menurut Walgito (2004: 153) yang menjelaskan bahwa ada tiga tahapan mengingat, yaitu mulai dari memasukkan informasi (*learning*), menyimpan (*retention*), menimbulkan kembali (*remembering*), lebih jelasnya lagi adalah sebagai berikut :

a. Memasukkan (*learning*).

Cara memperoleh ingatan pada dasarnya dibagi menjadi dua, yaitu: (1) secara sengaja. Seseorang dengan sengaja memasukan informasi, pengetahuan dan pengalaman-pengalaman kedalam ingatannya. (2) secara tidak sengaja. Seseorang secara tidak sengaja memasukkan pengetahuan, pengalaman dan informasi kedalam ingatannya. Misalnya: jika gelas kaca terjatuh maka akan pecah. Informasi ini disimpan sebagai pengertian-pengertian.

b. Menyimpan (*retention*)

Tahapan kedua dari ingatan adalah penyimpanan atau (*retention*) apa yang telah dipelajari. Apa yang telah dipelajari biasanya akan tersimpan dalam bentuk jejak-jejak (*traces*) dan dapat ditimbulkan kembali. Jejak-jejak tersebut biasanya juga disebut dengan *memory traces*. Walaupun disimpan namun jika tidak sering digunakan maka *memory traces* tersebut mungkin sulit untuk ditimbulkan kembali bahkan juga hilang, dan ini juga disebut dengan kelupaan.

c. Menimbulkan kembali (*remembering*)

Menimbulkan kembali ingatan yang sudah disimpan dapat ditempuh dengan mengingat kembali (*to recall*) dan mengenal kembali (*to recognize*). Pemanggilan kembali informasi terkait suatu peristiwa atau suatu objek secara sadar dapat diukur melalui dua metode. Metode pertama adalah *recall*, yakni kemampuan menggali kembali dan memproduksi informasi yang telah dimiliki sebelumnya. Metode kedua ada *recognition*, yakni kemampuan mengenali informasi yang telah di observasi, di baca atau di dengarkan sebelumnya.

Sedangkan menurut Davis dalam (Hamberg, 2006: 174-177) Para ahli sepakat bahwa proses memori tidak hanya seperti yang dijelaskan diatas tergantung dari mana memori itu dilihat, menurutnya informasi yang masuk harus melalui tiga tahapan yang belum disimpan dalam waktu yang lama. Tiga tahapan tersebut adalah :

- a. Sebagian besar aliran diterima alat indera-percakapan, sensasi sentuhan ataupun bau yang masuk kehidung, semuanya mampir ke otak hanya sedetik

saja dan selanjutnya lenyap lagi. Dapat dikatakan kesan tersebut tampak lenyap.

- b. Tahap kedua disebut memori jangka pendek (*short term memory*). Memori ini terpilih untuk disimpan karena individu memberikan perhatian padanya. Ketertarikan, kegelisahan dan kegembiraanlah yang membedakannya.
- c. Tahap selanjutnya adalah memori jangka panjang (*long term memory*). Memori jangka panjang biasanya rentang terhadap kelemahan otak seiring usia beranjak tua.

Jadi dapat dipahami bahwa, tahapan daya ingat (*memory*) terbagi dalam proses memasukkan informasi ke daya ingat, lalu menyimpannya dan kemudian membangkitkan kembali informasi yang tersimpan.

2.3 Jenis - Jenis Daya Ingat

Secara umum, banyak konsep yang dikemukakan oleh para ahli mengenai macam-macam daya ingat. Hal ini tergantung dari mana ingatan tersebut dilihat, sebagian ada yang melihat dari sudut pandang jenis tugas mengingatnya, lamanya waktu mengingat, atau jenis informasi yang diingat. Berikut beberapa macam ingatan yang sering dibahas oleh beberapa ahli, yaitu : (a) Memori Sensorik, (b) Memori Jangka Pendek (*Short Term Memory*), (c) Memori Jangka Panjang (*Long Term Memory*), (d) Memori Kerja, (e) Memori Implisit atau Prosedural, (f) Memori Eksplisit atau Deklaratif, (g) Memori Flashbulb.

a. Memori Sensorik

Informasi baru yang diterima indera harus menjalani pemberhentian singkat deregister sensorik, gerbang masuk ke memori. Register sensorik

mencakup beberapa subsistem memori yang memiliki jumlah yang sama dengan jumlah indera yang kita miliki. Kesan visual akan tetap berada dalam subsistem sedikit lebih lama dari subsistem visual, yakni kira-kira selama dua detik. Memori sensorik (penyimpanan serapan indera) adalah tempat penyimpanan awal dari sebagian besar informasi, namun pada akhirnya ia akan memasuki tempat penyimpanan memori jangka pendek dan jangka panjang. Pada memori ini terdapat dua jenis penyimpanan yaitu :

- 1) Penyimpanan ikonik. Penyimpanan ikonik adalah sebuah register penyerapan visual yang sangat unik dalam dirinya sendiri, mengelola informasi untuk periode waktu yang sangat singkat. Informasi disimpan dalam bentuk ikon-ikon. Semua ikon-ikon akhirnya menjadi imaji-imaji visual yang mempresentasikan sesuatu.
- 2) Penyimpanan eikonik. Penyimpanan eikonik menyimpan input auditorik dengan durasi sekitar 2-4 detik. Informasi auditorik disimpan dalam ruang penyimpanan agar dapat diolah lebih lanjut.

b. Memori Jangka Pendek (*Short Term Memory*)

Semua individu memiliki akses menuju memori jangka pendek. Memori ini menahan data memori selama beberapa detik dan terkadang juga bisa mencapai beberapa menit. Menurut model Atkinson dan Shiffrin, simpanan jangka pendek hanya ingat beberapa hal saja. Ia juga dapat diakses oleh sejumlah proses pengontrolan yang mengatur aliran informasi kepada dan dari simpanan jangka panjang. Biasanya, materi masih tetap bertahan didalam memori jangka pendek kira-kira 30 detik saja, kecuali dilatih untuk mempertahankannya lagi.

Informasi tersebut disimpan secara akustik (lewat bunyi yang dikeluarkannya) lebih dari pada secara visual (lewat penampakannya). Secara umum, kapasitas memori jangka pendek dibagi berdasarkan luas stimulusnya, kira-kira 7 ± 2 stimulus. Kapasitas kita untuk menyimpan informasi dalam suatu area penyimpanan sementara bersifat sangat terbatas dan rentan terhadap mudarnya informasi dengan cepat.

c. Memori Jangka Panjang (*Long Term Memory*)

Ingatan jangka panjang adalah suatu tipe memori yang relatif tetap dan tidak terbatas. Memori jangka panjang bertambah seiring bertambahnya usia selama masa pertengahan dan akhir kanak-kanak. Sistem memori jangka panjang memungkinkan kita hidup dalam dua dunia, yaitu masa lalu dan masa sekarang. Kemampuan untuk dapat mengingat masa lalu dan menggunakan informasi tersebut untuk dimanfaatkan saat ini merupakan fungsi dari memori jangka panjang.

Kapasitas yang dimiliki memori jangka panjang sepertinya tidak terbatas, informasi dalam jumlah yang sangat besar yang tersimpan dalam memori jangka panjang. Memungkinkan individu untuk belajar, menyesuaikan diri dengan lingkungan, serta mengembangkan identitas diri dan sejarah kehidupan. Memori jangka panjang tempat menyimpan memori-memori yang terus tinggal dalam pikiran selama periode yang panjang, beberapa teoritis menyarankan bahwa kapasitas memori jangka panjang tidak terbatas, minimal dalam sudut praktis tertentu.

Lokasi tempat memori tersimpan adalah di seluruh bagian otak, meskipun juga terpusat dibagian-bagian tertentu, beberapa region otak memiliki fungsi penting dalam pembentukan memori seperti hipokampus dan korteks serta thalamus.

c. Memori Kerja

Memori kerja lazim didefinisikan secara luas seperti retensi informasi ketika memproses informasi yang sama atau lainnya. Hal ini juga digambarkan sebagai ruang kerja pengolahan informasi atau sebuah pintu gerbang antara memori jangka panjang atau jangka pendek. Memori kerja merupakan proses kognitif yang fungsi utamanya adalah untuk memfasilitasi dan meningkatkan kapasitas pengodean, penyimpanan, dan fungsi pencarian yang penting untuk belajar pada tingkat pengolahan informasi.

d. Memori Implisit atau Prosedural

Memori prosedural merupakan memori mengenai cara melakukan sesuatu, seperti menyisir, menggunakan pensil, dan lain sebagainya. Memori prosedural ini juga disebut memori implisit karena apabila suatu kemampuan telah dimiliki seseorang, maka kemampuan tersebut tidak lagi memerlukan pemrosesan secara sadar.

Memori implisit adalah pemanggilan kembali informasi terkait suatu peristiwa atau suatu objek yang mempengaruhi tindakan dan pikiran yang dilakukan tanpa usaha secara sadar. Jadi, memori implisit dipanggil kembali secara tidak sadar. Cara mengukur memori ini adalah dengan cara priming.

Metode ini meminta subjek membaca atau mendengarkan suatu informasi dan kemudian mengkaji apakah informasi tersebut mempengaruhi kinerja subjek.

e. Memori Eksplisit atau Deklaratif

Pemanggilan kembali informasi terkait suatu peristiwa atau suatu objek secara sadar disebut dengan memori eksplisit. Contohnya, ketika seseorang ingin menceritakan masa lalunya kepada orang lain, maka yang dilakukannya adalah secara sadar memanggil kembali informasi-informasi masa lalu didalam ingatannya. Cara mengukur memori ini adalah dengan menggunakan metode recall dan recognition.

Memori eksplisit terbagi atas dua macam yaitu :

- 1) Memori Episodik. Memori episodik adalah memori yang berisi pengalaman-pengalaman sendiri yang biasanya berhubungan dengan riwayat hidup.
- 2) Memori Semantik. Memori semantic berisikan jumlah total pengetahuan yang dimiliki seperti pembendaharaan kata, pemahaman matematika dan segala fakta yang diketahui.

f. Memori Flashbulb

Memori Flashbulb merupakan memori pada situasi dimana seseorang untuk pertama kalinya belajar/mencoba sesuatu yang sangat berkesan baginya atau yang secara emosional menyentuh perasaannya.

Berdasarkan beberapa jenis memori yang telah disebutkan diatas, maka dapat dipahami bahwa memori terdiri dari beberapa macam diantaranya memori sensorik, jangka pendek, jangka panjang, memori kerja, memori eksplisit dan

implisit dan memori flashbulb. Penelitian ini mengukur bagaimana informasi dapat bertahan di memori jangka pendek dan dapat di panggil kembali dalam beberapa detik atau menit serta peran memori flashbulb dalam mengingat.

2.4. Model Daya Ingat

Secara umum banyak teori yang membahas tentang model memori, yang paling populer sampai saat ini adalah model Atkinson dan Shiffrin. Berikut beberapa model memori yang dipaparkan oleh para ahli diantaranya :

a. Model Tradisional

Struktur daya ingat tradisional terbagi atas tiga sistem, yaitu: (a) system ingatan sensorik (*sensory memory*), (b) sistem ingatan jangka pendek atau *short term memory (STM)*, dan (c) sistem ingatan jangka panjang *long term memory (LTM)*. Sistem ingatan tersebut dikenal dengan model paradigma Atkinson dan Shiffrin yang telah disempurnakan oleh Tulving dan Madigan dalam Solso (2007: 75).

Memori sensori mencatat informasi atau stimulus yang masuk melalui salah satu atau kombinasi dari panca indera, yaitu secara visual melalui mata, pendengaran melalui telinga, bau melalui hidung, rasa melalui kulit. Bila informasi atau stimulus tersebut diperhatikan akan langsung terlupakan, namun bila diperhatikan maka informasi tersebut ditransfer ke sistem ingatan jangka pendek. Sistem ingatan jangka pendek menyimpan informasi atau stimulus selama 30 detik, dan hanya sekitar tujuh bongkahan informasi (*chunk*) dapat disimpan dan dipelihara di sistem memori jangka pendek. Setelah berada disistem memori jangka pendek, informasi tersebut dapat ditransfer lagi dengan proses

pengulangan kesistem ingatan jangka panjang untuk disimpan, atau dapat juga informasi tersebut hilang/terlupakan karena tergantikan oleh informasi yang baru.

Beberapa pengertian yang terkandung dalam memori jangka pendek antara lain adalah :

- 1) Pengelompokan item-item kedalam beberapa bongkahan.
- 2) Pemberian kode terhadap informasi. Masing-masing stimulus diberi kode secara berlainan berdasarkan sifat-sifat khas yang dimiliki oleh rangsangan itu sendiri.

Masing-masing stimulus dapat diberi kode secara auditif (akustik), visual, maupun secara semantic. Namun pemberian kode terhadap informasi di memori jangka pendek akan sebagian besar secara auditif atau akustik dan dilengkapi secara visual. Oleh sebab itu dikenal beberapa jenis ingatan antara lain ingatan auditif dan ingatan visual.

Secara konstan individu menggunakan memori jangka pendek diseluruh aktivitas sehari-hari. Namun, ketika sebagian besar dari individu berbicara tentang memori, biasanya membicarakan tentang memori jangka panjang. Individu menahan didalamnya informasi yang dibutuhkan untuk menjalani hidup sehari-hari. Contohnya nama orang, tempat penyimpanan barang, jadwal kegiatan sehari-hari dan lain sebagainya.

b. Model Tingkat Pemrosesan

Sebuah pemisahan yang radikal dari model tiga memori yang telah disebutkan adalah kerangka tingkat-tingkat pemrosesan, yang merumuskan bahwa memori tidak terdiri atas tiga atau berapa pun jumlah simpanan yang terpisah-

pisah, namun lebih beragam di sepanjang dimensi yang berkelanjutan berdasarkan kedalam pengkodeannya. Tidak ada batas yang tegas antar suatu tingkat ketinggian berikutnya. Penekanan pada model ini adalah yang merupakan kunci dari penyimpanan; Chark & Brown dalam Sternberg (2006: 87).

c. Model Broadbent

Bertolak dari penelitian mengenai pengindraan, model ini pada intinya mempelajari tanggung jawab pengolahan informasi yang saling berhubungan, seperti perhatian, persepsi dan memori; Kuswana (2011: 112).

d. Model Tingkat Pemrosesan Craik dan Lockhart

Craig dan Lockhart merupakan psikolog kognitif yang mengkhususkan perhatiannya pada proses dan struktur memori. Melalui usulan teorinya mengenai tingkat pengolahan informasi yang mengkolaborasikan proses dengan pengkodean dan mempengaruhi keawetan hasil belajar jangka panjang; Kuswana (2011: 122).

e. Model Baddeley

Hitch dan Baddeley mengusulkan suatu model multikomponen, memori jangka pendek dan beberapa fungsi komponen sebagai buffer penyimpanan informasi sementara dan yang lainnya sebagai proses pasif. Baddeley telah melakukan berbagai penyelidikan dan menambahkan subkomponen lain yang disebut *episodic buffer* (penyangga episodik). Hasil penelitian memberikan bukti empiris bahwa pembagian memori kerja ke penyimpanan berbasis modalitas jangka pendek dan eksekutif pusat merupakan pengolahan modalitas bebas yang dilakukan memori kerja; Kuswana (2011: 125).

f. Model Daneman dan Carpenter

Danerman dan Carpenter memformulasikan konstruksi memori kerja dan mengutamakan pengolahan bahasa untuk tingkat kompleks dengan mengembangkan fungsi memori kerja. Danamen dan Carpenter menekankan dimensi proses memori kerja dengan alasan apa yang tampak lebih kecil dari kapasitas penyimpanan sebenarnya mungkin merupakan hasil pengolahan yang tidak efisien dan mengurangi sumber daya yang tersedia untuk retensi memori. Model ini pada dasarnya merupakan teori memori kerja yang sesuai dengan teori eksekutif pusat Baddeley. Berdasarkan sudut pandangnya, kinerja memori kerja pada jarak tugas-tugas yang kompleks memerlukan efisiensi proses; Kuswana (2011: 133).

g. Model Kane dan Engle

Kane dan Engle menggambarkan memori kerja sebagai fungsi perhatian eksekutif yang dibedakan dari memori jangka pendek. Kane dan Engle menetapkan bahwa bukanlah jarak jangka pendek melainkan kemampuan mengendalikan perhatian yang menjaga informasi yang tersimpan, secara aktif dan cepat. Perbedaan model memori Kane dan Engle dengan Baddeley terletak pada kapasitas memori kerja. Alasan tentang jangka pendek menurun ketika beban memori kerja meningkat adalah kemampuan untuk melakukan pengendalian hambatan atas menurunnya unit yang tidak relevan; Kuswana (2011: 134).

h. Model Proses Cowan

Cowan merupakan seorang psikologi kontemporer Amerika yang telah

mengembangkan konsep dan mengubah tampilan kapasitas memori kerja lalu menghubungkannya dengan memori jangka panjang. Menurut Cowan interaksi yang dekat dan saling ketergantungan antara memori kerja dan memori jangka panjang pada awalnya menunjukkan bahwa ada sistem penyimpanan memori tunggal yang terdiri dari unsur-unsur pada berbagai tingkat pengaktifan. Sebagai sistem penyimpanan memori-memori tunggal jangka panjang, teori memori kerja tergabung dalam memori jangka panjang; Kuswana (2011: 141).

i. Model Oberauer

Menurut Oberauer pada memori kerja terdapat dimensi fungsional yang terdiri dari tiga proses umum. Sejalan dengan pandangan Baddeley, dilihat dari isi terdiri dari dua faktor, yaitu: (1) verbal dan numeric, (2) spasial dan figural. Tiga faktor fungsional model ini adalah penyimpanan dalam rangka konteks pengolahan, koordinasi, dan supervise. Sudah ada konsensus bahwa penyimpanan dalam konteks pengolahan, juga disebut sebagai penyimpanan dan mengolahan adalah kemampuan untuk membangun hubungan baru antara unsur-unsur dan mengintegrasikan hubungan ke dalam struktur; Kuswana (2011: 142).

2.5 Faktor yang Mempengaruhi Daya Ingat

Proses mengingat atau memori banyak dipengaruhi oleh beberapa faktor Ahmad (2004: 71) yaitu :

- a. Faktor individu. Proses mengingat dari dalam individu seperti sifat, keadaan jasmani, keadaan rohani dan umur. Mengingat akan lebih efektif apabila individu memiliki minat yang besar, motivasi yang kuat, memiliki metode

tertentu dalam pengamatan dan pembelajaran, dan memiliki kondisi fisik dan kesehatan yang baik.

- b. Faktor objek yang diingat. Sesuatu yang dimiliki organisasi dan struktur yang jelas, mempunyai arti, mempunyai keterkaitan dengan individu, mempunyai intensitas rangsangan yang cukup kuat lebih mudah diingat oleh seseorang.
- c. Faktor Lingkungan. Proses mengingat akan lebih efektif apabila ada lingkungan yang menunjang dan terhindar dari adanya gangguan-gangguan.

2.6. Indikator *Memory Training* (Daya Ingat)

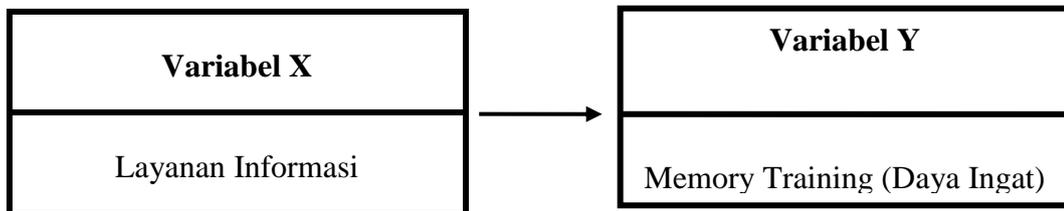
- a. Kemampuan meresapkan atau men-camkan stimulus-stimulus di indranya.
- b. Kemampuan menyimpan materi yang telah di-cam-kan.
- c. Kemampuan mereproduksinya.

B. Kerangka Konseptual

Layanan Informasi adalah layanan yang menyampaikan informasi yang dapat dimanfaatkan oleh para peserta didik untuk mengembangkan kemampuan peserta didik.

Daya ingat adalah kemampuan individu untuk menyimpan, memproses dan memunculkan kembali pengalaman, data, informasi yang telah didapatkan pada masa lalu untuk masa yang datang dengan mempertimbangkan situasi dan kondisinya sendiri. Dalam layanan informasi langsung maupun tidak langsung diharapkan kurangnya masalah dalam pembelajaran. Oleh karena itu layanan informasi dapat membuat siswa mengerti tentang pemahaman belajar dengan baik.

Gambar 2.1
Kerangka Konseptual



C. Hipotesis

Menurut Sugiyono (2013: 96) menyatakan bahwa hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, dimana rumusan masalah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan. Sebagai dugaan sementara, maka belum tentu benar dan karenanya perlu dibuktikan kebenarannya. Hipotesis dalam penelitian ini adalah “Terdapat pengaruh yang signifikan Layanan Informasi untuk Meningkatkan *Memory Training* (Daya Ingat) pada siswa kelas VIII Madrasah Tsanawiyah Negeri 2 Medan Tahun Pembelajaran 2017/2018”.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian ini dilakukan di Madrasah Tsanawiyah Negeri 2 Medan, beralamatkan di Jl. Peraturan No. 3 Medan sebelah Universitas Negeri Medan. Adapun yang menjadi pertimbangan peneliti memilih lokasi ini adalah karena lokasi tersebut belum pernah dilakukan penelitian pada masalah yang sama.

2. Waktu Penelitian

Adapun waktu yang diperlukan dalam penelitian ini dilaksanakan setelah seminar proposal terhitung dari bulan Oktober 2017 sampai bulan Maret 2018. Untuk lebih jelasnya tentang rincian waktu penelitian dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 3.1
Jadwal Waktu Penelitian

No	Jenis kegiatan	Bulan/Minggu																							
		Okto				Nov				Des				Jan				Feb				Mar			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4				
1.	Pengajuan Judul	■																							
2.	Penulisan Proposal		■	■	■																				
3.	Bimbingan Proposal					■	■	■	■																
4.	Seminar Proposal									■															
5.	Perbaikan Proposal									■	■	■	■												
6.	Riset													■	■										
7.	Penulisan Skripsi														■	■									
8.	Bimbingan Skripsi														■	■	■								
9.	Acc Skripsi															■	■								
10.	Sidang Meja Hijau																	■	■	■	■				

B. Populasi dan Sampel

1. Populasi Penelitian

Menurut Arikunto (2006: 130) bahwa “Populasi merupakan keseluruhan subjek penelitian”. Adapun populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VIII Madrasah Tsanawiyah Negeri 2 Medan yang berjumlah 12 kelas sehingga populasinya berjumlah 488 siswa.

Tabel 3.2
Populasi Penelitian

No	Kelas	Populasi
1.	VIII- P1	30
2.	VIII- P2	29
3.	VIII- 1	42
4.	VIII- 2	44
5.	VIII- 3	44
6.	VIII- 4	44
7.	VIII- 5	43
8.	VIII- 6	42
9.	VIII- 7	42
10.	VIII- 8	44
11.	VIII- 9	43
12.	VIII- 10	41
Jumlah		488

Jumlah Populasi 488 siswa dari 12 kelas, yang di observasi diperbolehkan untuk dijadikan populasi penelitian ada 3 kelas yaitu kelas VIII-5, VIII-6 dan VIII-8.

2. Sampel Penelitian

Menurut Arikunto (2013: 174) “Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti”. Peneliti mengambil siswa dari keseluruhan populasi untuk dijadikan sampel, seperti tabel berikut :

Table 3.3
Sampel Penelitian

No.	Kelas	Jumlah Siswa	Jumlah Objek
1.	VIII- 5	43 Siswa	10 Siswa
2.	VIII- 6	42 Siswa	10 Siswa
3.	VIII- 8	44 Siswa	11 Siswa
Jumlah		129 Siswa	31 Siswa

Adapun teknik pengambilan sampel yang penulis gunakan untuk penelitian ini adalah teknik *purposive sampling*. Menurut Arikunto (2013: 183) bahwa “Sampel bertujuan (*purposive sampling*) dilakukan dengan cara mengambil subjek bukan didasarkan atas strata, random atau daerah tetapi didasarkan atas adanya tujuan tertentu”.

Dengan demikian, Total subjek 129 orang siswa, maka penulis mengambil sampel atau objek berdasarkan siswa yang mengalami masalah tentang daya ingat dari setiap kelas sehingga total objek keseluruhan adalah 31 siswa.

C. Jenis Penelitian

Adapun jenis penelitian ini adalah eksperimen, yaitu penelitian yang dilakukan dengan memberikan perlakuan kepada sekelompok orang yang dijadikan subjek penelitian. Menurut Sugiyono (2008: 72) metode penelitian *eksperimen* dapat diartikan sebagai metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan.

Menurut Sugiyono (2008: 74) design yang digunakan dalam penelitian ini adalah *one group pre and posttest design*. *One group pre and posttest design*

merupakan desain eksperimen yang hanya menggunakan satu kelompok subyek (kasus tunggal) serta melakukan pengukuran sebelum diberikan perlakuan (*pretest*) dan sesudah diberikan perlakuan (*posttest*).

D. Desain Penelitian

Desain satu kelompok mempunyai kelebihan dan kelemahan, kelebihan dari desain ini adalah merupakan desain yang banyak digunakan karena dalam kehidupan sehari-hari sering kali peneliti tidak mempunyai kuasa atau sangat sulit untuk membentuk kelompok-kelompok penelitian dan melakukan randomisasi. Sedangkan kelemahannya adalah bahwa desain ini kurang baik (*full design*) karena tidak memenuhi prasyarat utama untuk dilakukan penelitian, yaitu tidak ada kontrol terhadap variabel sekunder, tidak ada randomisasi, serta tidak ada kelompok pembanding.

Secara skematis dapat dilihat dengan pola sebagai berikut :

Tabel 3.4
Desain Penelitian (*one group pre and posttest design*)

O₁	X	O₂
----------------------	----------	----------------------

Keterangan :

O₁ : *Pre-test* diberikan sebelum melakukan Layanan Informasi

X : Perlakuan (Layanan Informasi)

O₂ : *Post-test* dilakukan setelah melakukan Layanan Informasi

E. Variabel Penelitian

Variabel adalah objek penelitian atau suatu yang menjadi titik fokus dalam penelitian. Ada 2 (dua) jenis variabel dalam penelitian ini yaitu: variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas adalah yang mempengaruhi atau yang menjadi penyebab, yaitu layanan informasi, variabel bebas atau yang disebut variabel X, yakni variabel yang diteliti pengaruhnya. Sedangkan variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi atau akibat yang sering disebut variabel Y, yaitu *Memory Training* (Daya Ingat). Maka dapat dirumuskan penelitian adalah sebagai berikut :

1. Variabel X : Layanan Informasi

Indikator :

- a. Informasi dapat meningkatkan pemahaman siswa
- b. Informasi dapat menambah wawasan siswa.
- c. Informasi dapat membantu dalam menentukan arah hidup.

1. Variabel Y : *Memory Training* (Daya Ingat)

Indikator :

- a. Kemampuan meresapkan atau men-camkan stimulus-stimulus di indranya.
- b. Kemampuan menyimpan materi yang telah di-cam-kan.
- c. Kemampuan mereproduksinya.

F. Defenisi Operasional Variabel

Dalam penelitian ini ada dua variabel yang akan di gunakan variabel independen (bebas) yaitu variabel X dan dependen (terikat) variabel Y. Adapun Variabel bebas yaitu layanan informasi dan Variabel terikat yaitu *Memory Training* (Daya Ingat).

1. Variabel bebas (X) : Layanan Informasi

Layanan Informasi adalah memberikan pemahaman kepada individu yang berkepentingan tentang berbagai hal yang diperlukan untuk menjalani suatu tugas atau kegiatan untuk menentukan arah suatu tujuan atau rencana yang diketahui.

2. Variabel (Y) : *Memory Training* (Daya Ingat)

Daya ingat adalah kemampuan individu untuk menyimpan, memproses dan memunculkan kembali pengalaman, data, informasi yang telah didapatkan pada masa lalu untuk masa yang datang dengan mempertimbangkan situasi dan kondisinya sendiri.

G. Instrumen Penelitian

Untuk memperoleh data yang sesuai dengan penelitian ini digunakan alat atau disebut juga sebagai instrumen dalam penelitian, meliputi :

1. Observasi

Menurut Arikunto (2006: 229) observasi atau yang disebut dengan pengamatan yang meliputi kegiatan pemuatan perhatian terhadap suatu objek dengan menggunakan seluruh alat indra. Jadi, mengobservasi dapat dilakukan melalui penglihatan, penciuman, pendengaran, peraba dan pengecap.

2. Angket

Angket adalah alat pengumpulan data yang berupa serangkaian pertanyaan yang diajukan kepada sejumlah responden untuk diisi. Tujuan pembuatan angket adalah untuk memperoleh informasi yang relevan dengan penelitian dan kesahan yang cukup tinggi.

Instrumen penelitian yang digunakan dalam pengumpulan data siswa adalah angket yang diberikan kepada masing-masing siswa. Arikunto (2006: 151) menyatakan bahwa “angket atau kusioner adalah sejumlah pertanyaan tertulis yang diberikan kepada responden dalam arti laporan tentang pribadinya, atau hal-hal yang diketahui”. Bentuk angket yang digunakan disusun berdasarkan skala likert. Skala likert yang disusun berbentuk pernyataan pemberian skor sebagai berikut :

Tabel 3.5
Skala Likert

Pertanyaan	Bobot
Sangat setuju	5
Setuju	4
Kurang setuju	3
Tidak setuju	2
Sangat tidak setuju	1

Tabel 3.6
Kisi-Kisi Angket

No	Variabel	Indikator	Item Pertanyaan +
1.	Variabel (Y) <i>Memory Training</i> (Daya Ingat)	Kemampuan meresapkan atau men-cam-kan stimulus-stimulus di indranya. Kemampuan menyimpan materi yang telah di-cam-kan. Kemampuan mereproduksi nya.	2, 6, 10, 11, 12, 13, 3, 4, 5, 7, 8, 16, 1, 9, 14, 15, 17, 18, 19, 20

H. Uji Coba Instrumen

1. Uji Validitas

Menurut Sugiyono (2013: 363) Validitas merupakan derajat ketetapan antara data yang terjadi pada objek penelitian dengan data yang dapat dilaporkan oleh peneliti.

Adapun analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif yaitu mengumpulkan, merangkum, serta menginterpretasikan data-data yang diperoleh dan selanjutnya diolah kembali sehingga diharapkan dapat menghasilkan gambaran yang jelas, terarah, dan menyeluruh dari masalah yang di bahas. Hasil pengolahan data analisis dengan menggunakan rumus kolerasi product moment sbb :

$$r_{xy} = \frac{N \sum xy - \sum x \sum y}{\sqrt{\{N \sum x^2 N \sum y^2 - (\sum y)^2\}}}$$

Keterangan :

- r_{xy} : Koefesien Korelasi
- N : Jumlah responden
- X : Skor responden untuk tiap item
- Y : Total skor tiap responden dari seluruh item
- $\sum X$: Jumlah standar distribusi X
- $\sum Y$: Jumlah standar distribusi Y
- $\sum X^2$: Jumlah Kuadrat masing-masing skor X
- $\sum Y^2$: Jumlah Kuadrat masing-masing skor Y

2. Reliabilitas

Menurut Suharsimi Arikunto (2013: 104) reliabilitas adalah ketetapan suatu tes dapat diteskan pada objek yang sama untuk mengetahui ketetapan ini pada dasarnya melihat kesejajaran hasil. Rumus yang digunakan untuk menguji reliabilitas sebagai berikut :

$$r_{11} = \left(\frac{n}{n-1} \right) \left(1 - \frac{\sum b^2}{\sigma^2 t} \right)$$

Keterangan :

r_{11} : Reliabilitas Instrument

n : Banyaknya butir pertanyaan atau banyaknya soal

$\sum \sigma b^2$: Jumlah varians butir

$\sigma^2 t$: Varians total

Arikunto (2013: 122) untuk menentukan reliabilitas yaitu menggunakan kriteria sebagai berikut :

Tabel 3.7
Kriteria Reliabilitas

Koefisien Reliabilitas (r ₁₁)	Kriteria
0,80 < r ₁₁ ≤ 1,00	Sangat Tinggi
0,60 < r ₁₁ ≤ 0,80	Tinggi
0,40 < r ₁₁ ≤ 0,60	Cukup
0,20 < r ₁₁ ≤ 0,40	Rendah
0,00 < r ₁₁ ≤ 0,20	Sangat Rendah

Kriteria suatu instrumen penelitian dikatakan reliabel dengan menggunakan teknik ini bila koefisien reliabel (r_{11}) > 0,60 .

I. Teknik Analisis Data

Menurut Nasir, (2005: 146). “Analisis merupakan bagian yang teramat penting dalam penelitian, karena dengan analisis data tersebut dapat diberi arti dan makna yang berguna dalam memecahkan masalah penelitian”.

1. Uji Normalitas

Uji normalitas tidak lain sebenarnya adalah mengadakan pengujian terhadap normal tidaknya sebaran data yang akan dianalisis. Pengujian dilakukan tergantung variabel yang akan diolah. Pengujian normalitas sebaran data menggunakan *Kolmogrov-Smirnov Test* dengan bantuan SPSS v22.

Menurut metode *Kolmogrov-Smirnov*, kriteria pengujian adalah sebagai berikut :

1. Jika signifikansi dibawah 0,05 berarti data yang akan diuji mempunyai perbedaan yang signifikan dengan data normal baku, berarti data tersebut tidak normal.
2. Jika signifikansi diatas 0,05 maka berarti tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara data yang akan diuji dengan data normal baku, berarti data tersebut normal (Gempur Safar, 2010: <http://exponensial.wordpress.com/2010/04/21/metode-kolmogrov-smirnov-untuk-uji-normalitas/>).

2. Uji Homogenitas

Menurut Sudjana (2005: 250) Uji homogenitas dilakukan untuk memperoleh informasi apakah kedua kelompok sampel memiliki varians yang homogen atau tidak. Uji homogenitas dua varians terhadap hasil data *pretest* dan

posttest menggunakan uji Levene dengan SPSS v22. Dengan kriteria pengujian adalah sebagai berikut :

- a) Jika nilai signifikansi $< 0,05$ berarti data tersebut dinyatakan tidak homogen.
- b) Jika nilai signifikansi $> 0,05$ berarti data tersebut dinyatakan homogen.

3. Uji Hipotesis

Menurut Arikunto (2006: 243) untuk menganalisis hasil eksperimen yang menggunakan *pretest* dan *posttest* ,maka rumusnya adalah :

$$t = \frac{Md}{\sqrt{\frac{\sum x^2d}{N(N-1)}}$$

Keterangan :

Md : Mean dari perbedaan pre-test dengan post test

Xd : Deviasi masing – masing subjek (d- Md)

$\sum x^2d$: Jumlah kuadrat deviasi

N : Sampel

d.b : Ditentukan dengan

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN

A. Gambaran Umum Sekolah

1. Sejarah Berdiri MTs Negeri 2 Medan

MTsN 2 Medan lahir dari cikal bakal MTsN Medan yang awalnya berlokasi di jalan Pancing, Karena dihapuskan jurusan pendidikan yakni PGAP dan PGAA tahun 1979. Karena gedung jalan Pancing tersebut dijadikan lokasi MAN 2 Medan, maka MTsN Medan di bangun di lokasi baru di Patumbak, maka MTsN di jalan Pancing menjadi jauh sejak tahun 1984.

Pada tahun 1984 dibangun ruang kelas di jalan Peratun No. 3 Komplek Medan Estate. Pada tahun 1996 dari upaya, usaha dan perjuangan para tokoh dan senior para pendidik MTsN Medan tersebut maka kelas MTsN Medan yang berada di jalan Peratun No. 3 Komplek Medan Estate dijadikan MTsN 2 Medan. Pada awal berdirinya MTsN 2 Medan sebagai pusat sumber belajar hanya memiliki 8 kelas, berkat upaya dan usaha serta kerja keras dari Madrasah yang ada maka sekarang ruang belajar sudah mencapai 29 ruang dan disusul ruang-ruang lainnya. Sejak tahun 1996 s/d sekarang MTsN 2 Medan telah dipimpin oleh beberapa kepala Madrasah :

1. Drs. Marahalim Srg (Tahun 1996 s/d 1997)
2. Drs. F. Farid Ilyas (Tahun 1997 s/d Desember 2002)
3. Dra. Hj Nani Ayum (Januari 2003 s/d Desember 2006)
4. Dra. Hj. Nursalimi, M.Ag (Desember 2006 s/d 2016)

5. Drs. H. Musianto MA (Maret 2016 sampai sekarang)

2. Identitas Sekolah

- | | |
|-------------------------------|-----------------------------------|
| 1) Nama Sekolah | : MTS NEGERI 2 MEDAN |
| 2) Nomor Statistik /NSS | : 211127503071 |
| 3) Provinsi | : Sumatera Utara |
| 4) Otonomi Daerah | : Kemenag Pusat |
| 5) Kecamatan | : Percut Sei Tuan (Medan Tembung) |
| 6) Desa / Kelurahan | : Medan Estate |
| 7) Jalan Dan Nomor | : Jl.Peratun, No.3 |
| 8) Daerah | : Deli Serdang |
| 9) Status Sekolah | : Negeri |
| 10) Akreditasi | : A |
| 11) Penerbit SK | : Kementrian Agama |
| 12) Tahun berdiri | : 1995 |
| 13) Kegiatan Belajar mengajar | : Pagi hingga Siang Hari |
| 14) Bangunan Sekolah | : Milik sendiri |
| 15) Lokasi Sekolah | : Kota |
| 16) Terletak Pada Lintasan | : Kota |

3. Visi, Misi dan Tujuan Madrasah Tsanawiyah Negeri 2 Medan

a) Visi

Perkembangan dan tantangan masa depan seperti : perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi, globalisasi yang sangat cepat, informasi dan berubahnya kesadaran masyarakat dan orangtua terhadap pendidikan memicu

sekolah untuk merespon tantangan sekaligus peluang itu. Madrasah Tsanawiyah Negeri 2 Medan memiliki citra moral yang menggambarkan profil sekolah yang di inginkan dimasa yang akan datang yang diwujudkan dalam visi sekolah tersebut:

**Mewjutkan Madrasah Tsanawiyah Negeri 2 Medan yang Populis,
Islami, Berkualitas, dan Berwawasan Lingkungan**

b) Misi

- 1) Menerapkan prinsip-prinsip keimanan, ketaqwaan dan akhlakul karimah dalam kehidupan sehari-hari.
- 2) Menerapkan IPTEK secara islami
- 3) Mampu berkompetisi dan meraih prestasi di bidang IPTEK dan Seni, Budaya dan Olah Raga bersifat regional, nasional dan internasional.
- 4) Melengkapi sarana dan prasarana pendidikan, rapi dan pendidikan yang sesuai dengan standar BSNP.
- 5) Mewjutkan lingkungan bestari (bersih, sehat, rapi dan indah) yang kondusif serta memiliki tekad mencegah pencemaran dan kerusakan lingkungan hidup secara berkesinambungan.

c) Tujuan

- 1) Meningkatkan dan mengembangkan serta membiasakan sikap dan perilaku yang sesuai dengan akhlakul karimah dalam koridor keimanan dan ketaqwaan.
- 2) Mengembangkan kemampuan ilmu pengetahuan dan teknologi IPTEK.

- 3) Meningkatkan pelaksanaan kegiatan pembelajaran yang efektif, kreatif dan inovatif.
- 4) Meningkatkan dan mengembangkan potensi peserta didik sesuai dengan bakat dan minatnya.
- 5) Menghasilkan lulusan yang berkualitas dan mampu berkompetisi pada jenjang pendidikan lanjutan, baik yang di kelola Departemen Agama dan Departemen Pendidikan Nasional.
- 6) Mewujudkan suasana lingkungan pendidikan yang sehat, kondusif dan Islami.
- 7) Memenuhi konsep pembelajaran sesuai Standar Isi dan Standar Proses.
- 8) Memiliki sarana dan prasarana berdasarkan Standar Nasional Prasarana.
- 9) Memiliki Team, dan pengkaderan untuk dipersiapkan sebagai peserta berbagai lomba dan kompetisi mata pelajaran termasuk Olimpiade Matematika dan Fisika yang diharapkan mampu menjadikan juara tingkat Provinsi dan Nasional.
- 10) Mengembangkan berbagai wadah/program penghayatan dan pengamalan agama antara lain: manasik haji, sholat jenazah/mengurus jenazah, tahtim, tahlil, bintal untuk guru dan pegawai, tahfidz Al-Qur'an, Mubaliqh cilik, pembinaan qori dan qoriah.
- 11) Mengembangkan berbagai potensi yang dimiliki siswa melalui berbagai kegiatan ekstrakurikuler antara lain: Keterampilan pidato Bahasa Arab, Keterampilan pidato Bahasa Inggris, Keterampilan Menjahit, Melukis,

Kaligrafi, Seni Tari, Nasyid, Paskibra, PMR, Futsal, Basket, Hoki,
Pencak Silat, Volly dan Dram Band.

4. Fasilitas Sekolah Keadaan Fisik Sekolah

a. Luas Tanah		: 2318 m ²
b. Jumlah Ruang Kelas		: 33 ruang kelas
c. Ukuran Ruang Kelas		: 8 x 8 m ²
d. Bangunan lain yang ada		: -
1) Ruang Kepala Sekolah		: luasnya : 8x8 m ²
2) Ruang Guru	luasnya	: 8x24 m ²
3) Perpustakaan	luasnya	: 50 m ²
4) Tata Usaha	luasnya	: 8x8 m ²
5) Laboratorium MIPA	luasnya	: 54 m ²
6) Laboratorium Bahasa	luasnya	: 50 m ²
7) Laboratorium Komputer	luasnya	: 8x8 m ²
8) UKS	luasnya	: 8x8 m ²
9) MGMP	luasnya	: 8x8 m ²
10) Lab Volt	luasnya	: 8x8 m ²
11) Ruang Keterampilan	luasnya	: 8x8 m ²
12) Ruang Komite	luasnya	: 5x5 m ²
13) Kamar Mandi	luasnya	: 1,5 x 2
14) Kantin	luasnya	: 25 m ²
15) Ruang BK	luasnya	: 8x8 m ²
16) Lapangan Olahraga	luasnya	: 15x50 + 20x30 m ²

- 3) Kualitas : Baik
- e. Ruang Tata Usaha : Ada
 - 1) Jenis : Permanen
 - 2) Kuantitas : Memadai
 - 3) Kualitas : Baik dan Nyaman
- f. Laboratorium Komputer : Ada
 - (1) Jenis : Permanen
 - (2) kuantitas : Memadai
 - (3) Kualitas : Baik
- g. Lab Volt : Ada
 - (1) Jenis : Permanen
 - (2) kuantitas : Memadai
 - (3) Kualitas : Baik

6. Penggunaan Sekolah

Jumlah Sekolah yang menggunakan bangunan ini 1 (satu) unit sekolah yaitu Mts Negeri 2 Medan.

7. Guru dan Siswa

- a. Jumlah Guru : 99 Guru
- b. Jumlah Kelas : 35 Kelas
- c. Jumlah Siswa Per Kelas : 40 – 41 Perkelas
- d. Jumlah Siswa Seluruhnya : 1.380 Siswa

8. Tata Tertib

a. Untuk Siswa

- 1) Siswa hadir disekolah 10 menit sebelum pukul 07.15 WIB (masuk).
- 2) Siswa diwajibkan memakai seragam sekolah yang rapi dan memakai atribut sekolah serta memakai sepatu hitam dan kaos kaki hitam.
- 3) Siswa berambut pendek dan rapi (tidak dibenarkan memakai jeli atau diwarnai).
- 4) Pada jam pertama dan terakhir rombongan kelas berdoa bersama dan memberi salam kepada guru.
- 5) Siswa tidak dibenarkan memakai perhiasan (rantai, cincin dan gelang) dalam bentuk apapun.
- 6) Siswa yang berhalangan atau tidak hadir harus ada pemberitahuan dari orang tua.
- 7) Setiap siswa yang meninggalkan sekolah harus mendapatkan izin dari guru piket.
- 8) Siswa harus membina rasa kekeluargaan dan saling menghormati.
- 9) Siswa wajib memberi salam bila bertemu dan berpisah kepada guru, teman dan tamu yang hadir.
- 10) Siswa harus menjaga inventaris sekolah, apabila rusak, tercoret atau menip-ex meja dan kursi berikut dinding sekolah dengan sengaja diwajibkan memperbaiki dan atau mengganti.
- 11) Siswa wajib menciptakan iklim kondusif di sekolah meliputi :

- a) Beredikasi/karya/bertata karma yang bermanfaat bagi dirinya sendiri dan sekolah.
- b) Mengaktifkan kelompok diskusi dan pembahasan materi peserta didik.
- c) Mengikuti ekstrakurikuler yang ditugaskan guru dengan dibuktikan portofolio.
- d) Siswa yang bermasalah terhadap berbagai bidang wajib berkonsultasi dengan guru BK bekerja sama dengan wali kelas, guru bidang studi ataupun orang tua siswa.
- e) Tertib memanfaatkan WC, fasilitas berwudhu, baik waktu istirahat, belajar maupun beribadah (Shalat).

12) Seluruh siswa mentaati peraturan sekolah meliputi :

- a) Setiap hari efektif, siswa harus siap mempersiapkan fasilitas pembelajaran (alat tulis, buku catatan/latihan, buku paket/referensi, rol, jangka, penghapus, dan lain-lain).
- b) Siswa yang cabut dan alfa pada jam peserta didik dan aktif diberikan sanksi oleh sekolah.
- c) Pembayaran uang SPP dibayar paling lambat pertengahan bulan melalui bendahara sekolah.

13) Sanksi terhadap siswa :

- a) Mendapat bimbingan dan konseling, dan diberisanksi Teguran lisan/peringatan tertulis.
- b) Panggilan terhadap orang tua.

- c) Diskorsing (dirumahkan)
- d) Dikeluarkan dari sekolah (diberhentikan)

b. Untuk Guru dan Pegawai

- 1) Hadir disekolah minimal 10 menit sebelum jam pembelajaran dimulai dan pulang setelah jam pembelajarannya selesai (bel berbunyi)
- 2) Mengisi daftar hadir guru di kantor sebelum dan sesudah melaksanakan kegiatan belajar mengajar.
- 3) Sebelum kegiatan pembelajaran dalam satu semester dimulai setiap pengajar harus menyerahkan perangkat pembelajaran kepada kepala sekolah melalui wakil kepala sekolah.
- 4) Setiap pendidik yang mengajar pada jam pertama :
 - a) Membimbing peserta didik membacado'a.
 - b) (Raditubillahirobba) sebelum belajar.
 - c) Mengabsensi peserta didik.
 - d) Memeriksa kebersihan kelas dan kelengkapan pakaian siswa.
 - e) Mengeluarkan peserta didik yang absen atau tidak berpakaian seragam untuk diproses oleh piket atau BK.
- 5) Pendidik pada jam terakhir :
 - a) Mengabsen siswa
 - b) Sebelum pulang, siswa membaca doa penutup.
 - c) Memeriksa kebersihan kelas yang ditinggalkan (dalam keadaan bersih).
 - d) Menerima salam peserta didik.

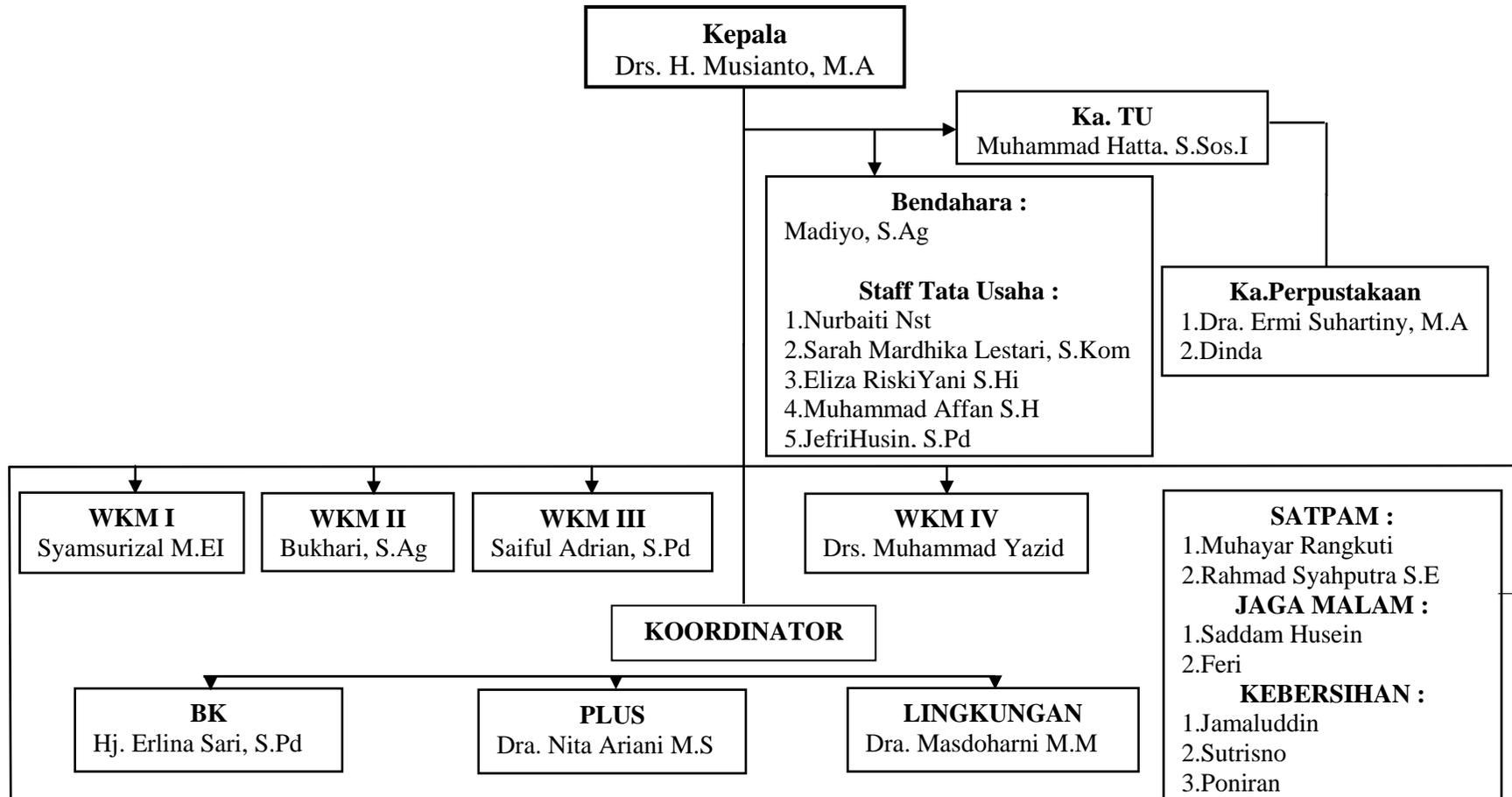
- 6) Setiap pembelajaran selesai pendidik harus mengisi buku batasan pengajaran dengan teliti.
- 7) Pendidik dilarang meninggalkan kelas disaat KBM berlangsung.
- 8) Setiap pendidik wajib melaksanakan tugas/amanah apabila ditunjuk menjadi piket, Pembina upacara, wali kelas, panitia dan lain-lain yang berkaitan dengan pendidikan.
- 9) Membimbing serta memberi tauladan yang baik kepada peserta didik tentang penjabaran 7K secara perorangan maupun perkelas.
- 10) Setiap pendidik mempunyai kewajiban menegur peserta didik yang tidak berpakaian rapi dan melanggar disiplin serta dapat menindak lanjuti ke guru piket atau BK.
- 11) Setiap pendidik harus senantiasa :
 - a) Berbusana yang sopan rapi tidak ketat dan menutup aurat menurut ketentuan Islam.
 - b) Memberikan contoh tauladan yang baik setiap gerak geriknya, tutur katanya, bergaul sesama pendidik serta tindak tanduknya di dalam maupun di luar kelas.
 - c) Tidak makan di ruang belajar selama kegiatan belajar mengajar berlangsung.
 - d) Menonaktifkan ponsel disaat KBM berlangsung.
- 12) Setiap pendidik tidak dibenarkan memberikan hukuman sanksi dengan mengeluarkan peserta didik dari kelas tanpa tindak lanjut (solusi).

- 13) Izin karena sakit yang memerlukan istirahat beberapa hari harus melampirkan surat keterangan yang sah dari dokter.
- 14) Izin karena sesuatu hal yang mendesak, kemalangan, keluarga yang sakit hendaknya melaporkan kepada pihak sekolah baik lisan maupun tulisan serta mengirimkan bahan pelajaran sesuai dengan kelas dan bahan pelajaran pada saat ketidakhadiran.
- 15) Bagi pendidik yang akan menjalani cuti bersalin harus menyelesaikan administrasi izin cuti sebelum menjalani cutinya dan mencari pengganti selama cuti berlangsung.
- 16) Setiap pendidik berkewajiban menjalankan tugasnya serta keaktifan dalam rapat dan mengikuti kegiatan.
- 17) Hal-hal lain yang belum termaktub dalam ketentuan di atas dan segala perubahan dapat ditentukan kemudian.

9. Struktur MTs Negeri 2 Medan

Berikut struktur MTs Negeri 2 Medan yang akan dipaparkan pada gambar 4.1 dibawah ini :

Gambar 4.1
STRUKTUR MTs N 2 MEDAN



KELAS VII	KELAS VIII	KELAS IX
VII- 1	VIII- P1	IX- P1
VII- 2	VIII- P2	IX- P2
VII- 3	VIII- 1	IX- 1
VII- 4	VIII- 2	IX- 2
VII- 5	VIII - 3	IX- 3
VII- 6	VIII - 4	IX- 4
VII- 7	VIII- 5	IX- 5
VII- 8	VIII - 6	IX- 6
VII- 9	VIII- 7	IX- 7
VII- 10	VIII- 8	IX- 8
VII-11	VIII- 9	IX-9
VII-12	VIII-10	

B. Deskripsi Hasil Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Madrasah Tsanawiyah Negeri 2 Medan Tahun Pembelajaran 2017/2018. Yang menjadi subjek penelitian ini adalah 31 siswa. Sebelum melakukan penyebaran angket terlebih dahulu peneliti melakukan observasi di sekolah. Penyebaran angket dilakukan peneliti dengan membuat jawaban alternatif yang berupa SS (Sangat Setuju), S (setuju), KS (Kurang Setuju), TS (Tidak Setuju), STS (Sangat Tidak Setuju). Hal ini dimaksud untuk mempermudah siswa dalam menentukan pilihan jawaban yang sesuai dengan keadaan mereka. Data yang diuraikan dalam sub bahasa ini adalah hasil dari jawaban 31 orang responden atau siswa dalam 20 butir pernyataan mengenai Daya Ingat.

1. Uji Validitas

Uji coba dilakukan di sekolah tempat penelitian namun diluar sampel yang akan diteliti yaitu 31 siswa yang dianggap memiliki kriteria yang sama dengan yang akan diteliti, data uji instrumen diolah dengan menggunakan bantuan software Ms Excel dan SPSS v22. Tabulasi data daya ingat akan dipaparkan pada lampiran 2-4.

Rangkuman uji validitas angket daya ingat akan disajikan pada tabel di bawah ini :

Tabel 4.1
Hasil Validitas Angket Daya Ingat

No Soal	r_{hitung}	r_{tabel}	Keterangan
1.	0,4433	0,3541	Valid
2.	0,4327	0,3541	Valid
3.	0,3953	0,3541	Valid
4.	0,4119	0,3541	Valid

5.	0,5695	0,3541	Valid
6.	0,5518	0,3541	Valid
7.	0,4586	0,3541	Valid
8.	0,5092	0,3541	Valid
9.	0,4302	0,3541	Valid
10.	0,4402	0,3541	Valid
11.	0,4495	0,3541	Valid
12.	0,3751	0,3541	Valid
13.	0,0669	0,3541	Tidal Valid
14.	0,4111	0,3541	Valid
15.	0,3771	0,3541	Valid
16.	0,5453	0,3541	Valid
17.	0,4634	0,3541	Valid
18.	0,4227	0,3541	Valid
19.	0,4299	0,3541	Valid
20.	0,3584	0,3541	Valid

Berdasarkan tabel di atas, maka dapat diketahui bahwa dari 20 item soal angket daya ingat sebanyak 19 butir dinyatakan valid dengan nilai $r_{hitung} > r_{tabel}$ yaitu butir nomor 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 14, 15, 16, 17, 18, 19, dan 20 sedangkan 1 butir lagi dinyatakan tidak valid dengan $r_{hitung} < r_{tabel}$ yaitu butir angket nomor 13.

2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas menunjukkan pada suatu pengertian bahwa suatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpulan data sehingga mampu mengungkapkan data yang bisa dipercaya. Reliabilitas tes adalah ketepatan alat tersebut dalam menilai apa yang dinilainya.

Untuk menafsirkan realibitas angket daya ingat menggunakan bantuan program SPSS v22, dilihat pada tabel titik product momen pada taraf signifikan $\alpha = 0,05$ dan $n = 31$ dengan kriteria jika $r_{hitung} > r_{tabel}$, maka instrumen tersebut reliabel. Sehingga diperoleh hasil sebagai berikut :

Tabel 4.2
Hasil Reliabilitas Angket Daya Ingat
Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
,763	,765	20

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa angket daya ingat dikatakan reliabel atau handal karena $r_{11} > 0,60$ ($0,763 > 0,60$) yang tergolong kriteria reliabilitas tinggi.

3. Data Pre-test Angket Daya Ingat

Tabel 4.3
Skor Pre-test Daya Ingat

No Res	No Item																			Total Skor
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	
1.	2	3	2	3	4	2	2	2	2	4	3	3	1	3	3	3	2	3	1	48
2.	2	1	3	2	2	1	3	1	2	3	3	2	2	2	1	2	2	2	2	38
3.	2	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	1	2	3	3	2	1	45
4.	1	2	1	2	2	1	1	1	2	4	3	2	1	2	2	2	1	2	2	34
5.	2	1	2	2	1	3	2	2	1	3	2	2	2	2	3	2	2	2	1	37
6.	2	2	1	2	2	2	1	1	1	4	3	3	2	2	2	2	2	1	2	37
7.	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	3	2	1	2	2	2	2	36
8.	1	2	1	2	2	1	2	1	2	3	2	2	1	2	3	3	2	2	2	36
9.	2	2	1	2	3	3	2	2	1	4	2	2	2	2	2	3	1	2	2	40
10.	2	1	2	2	2	2	1	1	1	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	40
11.	2	2	1	2	3	2	1	3	2	3	3	2	2	2	2	2	1	2	2	39
12.	2	2	2	4	3	1	2	1	1	3	2	3	2	2	2	3	2	2	1	40
13.	2	1	2	2	3	2	2	3	3	4	2	3	1	2	2	2	1	2	2	41

14.	2	3	2	3	3	3	3	3	2	4	3	2	2	3	3	3	2	3	3	52
15.	2	2	1	2	3	1	1	3	3	3	3	4	1	1	2	1	3	2	1	39
16.	1	2	2	3	3	2	2	3	2	4	2	3	1	3	3	2	3	3	2	46
17.	3	2	1	1	3	2	1	2	2	3	3	3	2	1	2	3	3	2	2	41
18.	1	1	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	1	3	3	1	43
19.	1	3	1	2	3	2	1	2	3	4	2	3	2	2	2	2	3	3	2	43
20.	3	3	1	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	2	3	2	1	44
21.	3	2	1	2	3	2	2	3	1	4	3	3	2	2	2	2	4	2	2	45
22.	4	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	1	51
23.	3	3	2	1	3	2	1	2	1	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	45
24.	2	2	1	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	2	2	3	52
25.	2	1	2	1	3	1	1	3	4	3	3	3	3	2	2	3	1	3	2	43
26.	2	2	2	1	3	3	3	1	2	4	2	3	2	2	3	3	4	2	3	47
27.	3	3	2	3	3	3	1	3	3	3	4	3	3	1	3	2	2	2	2	49
28.	2	2	3	4	3	2	2	2	3	4	3	3	3	2	2	3	3	3	3	52
29.	2	2	2	3	4	2	3	3	3	4	2	3	2	2	3	4	2	3	3	52
30.	3	3	2	3	3	2	2	3	2	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	55
31.	2	2	3	3	2	3	3	2	4	4	4	3	3	3	3	2	4	1	2	53
Σ																				1363

Dari hasil tabel di atas mengenai hasil angket *Pre-test* pada siswa kelas VIII Madrasah Tsanawiyah Negeri 2 Medan Tahun Pembelajaran 2017/2018, sebanyak 31 siswa dengan 19 butir pertanyaan penelitian. Hasil Perhitungan data *pre-test* yang setelah dilakukan perhitungan diperoleh jumlah skor terendah = 34 dan skor tertinggi = 55 dengan rata-rata (M) = 43,97 dan *standard deviasi* (SD) = 5,90. Hal ini memiliki arti bahwa keadaan kemampuan daya ingat siswa berada

pada tingkat rendah yaitu hanya pada skor rata-rata sebesar 43,97 Perhitungan selengkapnya dapat dilihat pada lampiran 8.

4. Identifikasi Tingkat Kecenderungan Variabel Penelitian

Untuk menentukan kecenderungan setiap variabel digunakan criteria sebagai berikut :

1. Jika $M_o \geq M_i$, maka variabel tersebut cenderung tinggi
2. Jika $M_o \leq M_i$, maka variabel tersebut cenderung rendah

Untuk menghitung mean Hipotik (M_o) digunakan rumus :

$$M_o = \frac{\sum X_i}{N}$$

Untuk menghitung mean Hipotik (M_o) digunakan rumus :

$$M_o = \frac{\text{Skor tertinggi ideal} + \text{skor terendah ideal}}{2}$$

Dengan menggunakan data penelitian untuk variabel daya ingat siswa dapat dihitung Mean Empirik (M_o) yaitu :

$$M_o = \frac{1363}{31} = 43,97$$

Sedangkan Mean Hipotik (M_i) $M_o < M_i$ yaitu $43,97 < 44,5$.

$$M_i = \frac{55 + 34}{2} = \frac{204}{2} = 44,5$$

Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh $M_o = 43,97$ dan $M_i = 44,5$. Jadi kesimpulannya bahwa $M_o < M_i$ yaitu $43,97 < 44,5$. Berdasarkan hasil tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa kemampuan daya ingat siswa yang ditunjukkan siswa berada dalam keadaan yang cenderung **rendah**. Sehingga dapat ditarik

kesimpulan bahwa sebagian atau secara keseluruhan harus mendapatkan layanan yang salah satunya layanan informasi untuk meningkatkan kemampuan daya ingat siswa dalam kehidupannya.

5. Data Post-test Angket Daya Ingat

Tabel 4.4
Skor Post-test Daya Ingat

No Res	No Item																			Total Skor
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	
1.	5	5	4	5	4	4	5	5	2	3	4	3	4	4	3	5	4	4	4	77
2.	4	5	3	5	4	5	5	5	5	4	5	2	5	3	5	4	3	4	3	79
3.	4	3	4	4	3	4	5	4	5	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	73
4.	4	5	4	5	4	5	5	5	5	4	5	2	5	4	5	5	3	5	5	85
5.	4	3	4	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	2	3	4	65
6.	4	4	4	3	3	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	3	4	82
7.	5	5	4	5	4	4	5	5	5	5	5	3	3	3	5	5	3	3	5	82
8.	3	4	3	3	4	3	5	4	3	4	4	3	2	2	3	4	4	3	4	65
9.	4	3	4	5	3	5	4	4	5	5	5	1	5	5	5	5	4	4	5	81
10.	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	3	2	3	2	5	5	4	4	5	81
11.	4	4	4	5	3	4	4	4	4	4	4	5	1	5	4	5	4	4	4	76
12.	5	4	5	3	4	5	5	5	5	4	4	4	4	4	4	5	5	4	4	83
13.	4	5	4	3	4	3	4	4	5	3	5	3	4	4	5	4	3	3	5	75
14.	5	5	4	5	3	5	5	5	5	4	5	4	4	5	5	5	3	3	5	85
15.	5	4	5	5	4	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	4	5	4	90
16.	5	3	3	5	4	5	4	4	5	4	5	3	4	5	5	5	5	5	5	84
17.	5	5	5	5	4	4	5	4	5	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	81
18.	5	2	4	5	4	5	5	5	5	4	5	4	2	5	5	3	3	4	5	80
19.	5	5	5	5	4	5	5	5	5	4	4	4	5	4	5	4	4	4	4	86
20.	4	3	4	4	2	4	3	4	4	4	4	2	3	4	4	4	4	4	3	68

21.	5	3	5	5	4	5	4	5	5	4	4	5	3	4	5	5	5	5	4	85
22.	4	5	3	5	4	5	5	4	4	4	3	5	4	4	3	4	4	4	4	78
23.	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	5	5	4	5	4	5	4	3	4	80
24.	5	4	4	5	5	5	3	4	4	4	5	3	4	5	5	5	5	5	4	84
25.	4	5	3	4	5	5	5	5	5	4	5	5	3	5	5	4	4	4	5	85
26.	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	5	4	3	4	4	4	4	4	74
27.	4	4	4	3	4	5	4	4	4	4	5	4	3	4	4	5	4	4	4	77
28.	3	3	5	4	5	5	5	5	4	5	3	3	2	5	5	4	4	4	3	77
29.	4	4	4	3	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	5	4	4	4	4	78
30.	5	5	4	5	5	5	5	4	5	5	5	4	5	5	5	4	5	3	5	89
31.	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	4	5	4	5	4	5	5	5	4	90
Σ																				2475

Dari hasil tabel di atas mengenai hasil angket *post-test* pada siswa kelas VIII Madrasah Tsanawiyah Negeri 2 Medan Tahun Pembelajaran 2017/2018, sebanyak 31 siswa dengan 19 butir pertanyaan penelitian. Hasil Perhitungan data *post-test* yang setelah dilakukan perhitungan diperoleh jumlah skor terendah = 65 dan skor tertinggi = 90 dengan rata-rata (M) = 79,84, dan *standard deviasi* (SD) = 6,39. Hal ini memiliki arti bahwa keadaan kemampuan daya ingat siswa berada pada tingkat **tinggi** yaitu pada skor rata-rata sebesar 79,85. Perhitungan selengkapnya dapat dilihat pada lampiran 9.

6. Identifikasi Tingkat Kecenderungan Variabel Penelitian

Untuk menentukan kecenderungan setiap variabel digunakan criteria sebagai berikut :

1. Jika $M_o \geq M_i$, maka variabel tersebut cenderung tinggi
2. Jika $M_o \leq M_i$, maka variabel tersebut cenderung rendah

Untuk menghitung mean Hipotik (M_o) digunakan rumus :

$$M_o = \frac{\sum X_i}{N}$$

Untuk menghitung mean Hipotik (M_o) digunakan rumus :

$$M_o = \frac{\text{Skor tertinggi ideal} + \text{skor terendah ideal}}{2}$$

Dengan menggunakan data penelitian untuk variabel daya ingat siswa dapat dihitung Mean Empirik (M_o) yaitu :

$$M_o = \frac{2475}{31} = 79,84$$

Sedangkan Mean Hipotik (M_i)

$$M_i = \frac{90 + 65}{2} = \frac{155}{2} = 77,5$$

Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh $M_o = 79,84$ dan $M_i = 77,5$. Jadi kesimpulannya bahwa $M_o > M_i$ yaitu $79,84 > 77,5$. Berdasarkan hasil tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa kemampuan daya ingat siswa mengalami peningkatan yang berada pada tingkat kecenderungan yang **tinggi**, namun perlu dilakukan tindakan yang konsisten terhadap pelayanan yaitu layanan informasi atau dengan teknik lainnya kepada siswa agar kemampuan daya ingat siswa menjadi terus mengalami peningkatan.

7. Uji Normalitas

Uji normalitas menggunakan uji *Kolmogrov-smirnov*, kriteria pengujian satu sampel menggunakan pengujian satu sisi yaitu dengan membandingkan probabilitas dengan tingkat signifikan tertentu. Hasil dari uji normalitas dengan

menggunakan SPSS v22 *Kolmogrov-smirnov*, untuk data *pre-test* menunjukkan angka 0,200 sedangkan *post-test* menunjukkan angka 0,200 dengan taraf signifikansi yang berarti berada di atas 0,05. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa data telah berdistribusi secara normal dapat lihat pada tabel 4.5 berikut :

Tabel 4.5
Hasil Uji Normalitas
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Pretest	Posttest
N		31	31
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	43,97	79,84
	Std. Deviation	5,902	6,388
	Most Extreme Differences		
	Absolute	,112	,103
	Positive	,112	,081
	Negative	-,109	-,103
Test Statistic		,112	,103
Asymp. Sig. (2-tailed)		,200 ^{c,d}	,200 ^{c,d}

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

8. Uji Homogen

Uji homogenitas dua varians terhadap hasil data *pre-test* dan *post-test* menggunakan uji Levene SPSS v22 menunjukkan angka 0,056 dengan taraf signifikansi yang berarti berada di atas 0,05. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa data telah berdistribusi secara homogen. dapat lihat pada tabel 4.6 berikut :

Tabel 4.6
Hasil Uji Homogen
Test of Homogeneity of Variances

Pretest			
Levene Statistic	df1	df2	Sig.
2,667	8	13	,056

C. Uji Hipotesis

Uji hipotesis pada penelitian ini dilakukan dengan melihat apakah ada perbedaan skor angket daya ingat siswa disaat sebelum diberikan perlakuan dengan skor setelah diberikan perlakuan. Pengujian hipotesis dilakukan untuk melihat apakah perubahan dari skor yang dihasilkan sejalan dengan hipotesis yang ditetapkan. Sebelum dilakukan pengujian hipotesis, terlebih dahulu dicari mean dan beda simpangan baku yaitu membuat tabel tabulasi *pretest* dan *posttest* sebagai berikut :

Tabel 4.7
Uji Hipotesis Data *Pretest* dan *Posttest* Angket Daya Ingat

No.	<i>Pre-test</i> (XA)	<i>Pos-test</i> (XB)	XB-XA (D)	Xd (D-Md)	Σx^2d
1	48	77	29	-6,87	841
2	38	79	41	5,13	1681
3	45	73	28	-7,87	784
4	34	85	51	15,13	2601
5	37	65	28	-7,87	784
6	37	82	45	9,13	2025
7	36	82	46	10,13	2116
8	36	65	29	-6,87	841
9	40	81	41	5,13	1681
10	40	81	41	5,13	1681
11	39	76	37	1,13	1369
12	40	83	43	7,13	1849
13	41	75	34	-1,87	1156
14	52	85	33	-2,87	1089
15	39	90	51	15,13	2601
16	46	84	38	2,13	1444
17	41	81	40	4,13	1600

18	43	80	37	1,13	1369
19	43	86	43	7,13	1849
20	44	68	24	-11,87	576
21	45	85	40	4,13	1600
22	51	78	27	-8,87	729
23	45	80	35	-0,87	1225
24	52	84	32	-3,87	1024
25	43	85	42	6,13	1764
26	47	74	27	-8,87	729
27	49	77	28	-7,87	784
28	52	77	25	-10,87	625
29	52	78	26	-9,87	676
30	55	89	34	-1,87	1156
31	53	90	37	1,13	1369
Σ	1363	2475	1112		41618

$$\text{Mean beda (Md)} = \frac{\Sigma(\text{XB} - \text{XA})}{N}$$

$$\begin{aligned} \text{Md} &= \frac{1112}{31} \\ &= 35,87 \end{aligned}$$

Jumlah kuadrat deviasi $\Sigma x^2 d = 41618$

Maka harga t_{hitung} adalah sebagai berikut :

$$t = \frac{Md}{\sqrt{\frac{\Sigma x^2 d}{N(N-1)}}}$$

$$\begin{aligned}
 t &= \frac{35,87}{\sqrt{\frac{41618}{930}}} \\
 &= \frac{35,87}{\sqrt{44,75}} \\
 &= \frac{35,87}{6,68} \\
 &= 5,370
 \end{aligned}$$

Pengujian hipotesis dilakukan dengan perhitungan uji perbedaan (t). Dari hasil uji perhitungan itu diperoleh $t_{hitung} = 5,370$, jumlah responden (N) = 31, $t_{tabel} = 2,039$ dengan d.b = n - 1 = 31 - 1 pada taraf nyata $\alpha = 0,05$ diperoleh sebesar 5,370. Maka $t_{hitung} > t_{tabel}$ (5,370 > 2,039).

Dengan demikian hipotesis yang diperoleh, menyatakan bahwa ada pengaruh layanan informasi untuk meningkatkan memory training (daya ingat) pada siswa kelas VIII Madrasah Tsanawiyah Negeri 2 Medan Tahun Pembelajaran 2017/2018. Jadi kesimpulannya hipotesis yang ditetapkan itu diterima. Hal ini terlihat dari perolehan skor rata-rata yang meningkat tentang daya ingat siswa pada saat *pre-test* adalah 43,97 sedangkan pada saat *post-test* diperoleh skor rata-rata 79,84. Dari kedua skor memiliki selisih yang menampakkan peningkatan sebesar 35,87. Perhitungan selengkapnya dapat dilihat pada lampiran 12.

D. Diskusi Hasil Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada pengaruh layanan informasi untuk meningkatkan memory training (daya ingat) pada siswa kelas VIII Madrasah Tsanawiyah Negeri 2 Medan Tahun Pembelajaran 2017/2018. Dari hasil observasi daya ingat siswa yang telah penulis lakukan pada saat layanan informasi sedang berlangsung, maka penulis mendapati hasil yang telah dikumpulkan selama penulis. Bahwa pada hari pertama penulis memberikan layanan informasi kepada siswa, masih banyak siswa yang tidak peduli, masih banyak siswa yang tidak acuh, serta kurangnya antusias mereka untuk mengikuti kegiatan tersebut. Ini dikarenakan pemikiran mereka yang beranggapan bahwa kegiatan tersebut serta informasi yang diberikan tidak penting bagi mereka.

Pada hari selanjutnya penulis memberikan layanan informasi kembali kepada siswa, disinilah mulai sedikit ada perubahan terhadap tingkah laku mereka, yang pada awalnya kurang antusias kini berubah menjadi sedikit lebih antusias. Selanjutnya penulis memberikan layanan informasi kembali kepada siswa dan dengan materi yang berbeda, disinilah mulai tampak perubahan yang sangat signifikan terhadap tingkah laku mereka. Dari yang antusiasnya kurang, ketidakpedulian mereka, dan sifat acuhnya serta pola pikir mereka yang beranggapan bahwa semuanya itu tidak penting bagi mereka.

Sebelum diberikan perlakuan, pada kelas yang diteliti diberikan *pre-test* dengan tujuan untuk mengetahui kemampuan awal masing-masing siswa tersebut. Hasil penelitian yang telah dilakukan didapatkan hasil kemampuan awal rata-rata siswa adalah sebesar 43,97 dengan *standard deviasi* 5,90. Hal ini menunjukkan

bahwa pada kelas tersebut siswa mempunyai kemampuan awal yang relatif rendah. Setelah diberikan *pre-test* pada kelas tersebut, kemudian diberikan *treatment* atau sebuah perlakuan yaitu dengan menggunakan layanan informasi. Setelah diberikan perlakuan, maka kelas tersebut diberikan *post-test* yang bertujuan untuk mengetahui kemampuan akhir siswa setelah diberikan sebuah perlakuan. Hasil penelitian yang telah dilakukan didapatkan hasil kemampuan akhir rata-rata siswa adalah sebesar 79,84 dengan *standard deviasi* 6,39. Hal ini menunjukkan bahwa pada kelas tersebut siswa mempunyai kemampuan akhir yang relatif tinggi dibandingkan dengan kemampuan awal siswa.

Hal ini ditunjukkan pada uji t dengan menggunakan taraf signifikan nyata ($\alpha = 0,05$) dan dengan d.b = $n - 1$. maka diperoleh perhitungan dengan nilai $t_{hitung} = 5,370$ dan nilai $t_{tabel} = 2,039$ karena nilai $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($5,370 > 2,039$) maka dapat di simpulkan H_a diterima dan H_0 ditolak. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa untuk meningkatkan Memory Training (daya ingat) pada siswa kelas VIII Madrasah Tsanawiyah Negeri 2 Medan Tahun Pembelajaran 2017/2018, dapat digunakan layanan informasi sehingga mengalami peningkatan yang signifikan.

E. Keterbatasan Penelitian

Pelaksanaan penelitian telah dilakukan secermat mungkin yaitu dengan mengupayakan kondisi-kondisi yang mendukung dalam proses penelitian, namun dengan demikian penelitian ini tidak terlepas dari kekurangan dan kelemahan karena hal yang tidak dapat dihindari sehingga dapat mempengaruhi hasil penelitian.

Adapun kekurangan dan kelemahan penelitian antara lain :

1. Keterbatasan kemampuan yang dimiliki oleh penulis baik moril maupun material dari awal proses pembuatan proposal, pelaksanaan penelitian hingga pengolahan data.
2. Dalam pelaksanaan penelitian mengumpulkan sampel relatif rumit karena waktu yang singkat yang diberikan pihak sekolah kepada peneliti. Sehingga mungkin terdapat kesalahan dalam menafsirkan data yang di dapat dari lapangan.
3. Penulis juga menyadari kekurangan pengetahuan dalam penulisan pembuatan angket yang baik, ditambah dengan kekurangan buku pedoman tentang penyusunan teori-teori yang sesuai dengan pokok bahasan, merupakan keterbatasan peneliti yang tidak dapat dihindari.

Dengan demikian peneliti menyadari dengan sepenuh hati, bahwa hasil penelitian masih jauh dari kesempurnaan, untuk itu peneliti akan mendiskusikan lebih lanjut dalam upaya penyempurnaan dan pengembangan penelitian.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang penulis laksanakan mengenai Pengaruh Layanan Informasi Untuk Meningkatkan *Memory Training* (Daya Ingat) Pada Siswa kelas VIII Madrasah Tsanawiyah Negeri 2 Medan Tahun Pembelajaran 2017/2018. Maka sebagai akhir penelitian ini, penulis menarik kesimpulan dan menyampaikan beberapa saran berdasarkan hasil penelitian sebagai berikut :

1. Tingkat daya ingat siswa di kelas VIII Madrasah Tsanawiyah Negeri 2 Medan Tahun Pembelajaran 2017/2018, sebelum diberikan layanan informasi dapat dikatakan keadaan daya ingat siswa berada pada tingkat yang cenderung rendah berada pada skor rata-rata 43,97 yang memiliki arti perlu dilakukan tindakan dan pelayanan.
2. Setelah diberikan layanan informasi, daya ingat siswa kelas VIII Madrasah Tsanawiyah Negeri 2 Medan Tahun Pembelajaran 2017/2018 mengalami perubahan yang signifikan dalam arti positif dengan perubahan rata-rata menjadi 79,84.
3. Dari hasil perhitungan diperoleh $t_{hitung} = 5,370$ dengan menggunakan taraf signifikan nyata ($\alpha = 0,05$) dan dengan derajat kebebasan $dk = n - 1$. maka diperoleh $t_{tabel} = 2,039$. karena nilai $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($5,370 > 2,039$) maka dapat dikatakan bahwa H_a diterima dan H_0 ditolak. Sehingga kesimpulannya adalah “Terdapat Pengaruh Layanan Informasi Untuk Meningkatkan Memory

4. Training (Daya Ingat) Pada Siswa Kelas VIII Madrasah Tsanawiyah Negeri 2 Medan Tahun Pembelajaran 2017/2018.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang telah dikemukakan maka penulis memberikan beberapa saran :

1. Bagi Orang Tua

Diharapkan dari beberapa hasil penelitian, penulis yang mengatakan bahwa orang tua adalah pendidik yang paling utama bagi anak, kalau boleh memberi saran sebaiknya sebagai orang tua harus lebih memperhatikan anaknya, karena seorang anak tidak hanya membutuhkan materi saja tetapi juga perhatian dan kasih sayang yang tak ternilai harganya.

2. Bagi Pihak Sekolah

Diharapkan kepada pihak sekolah dari penelitian yang dilakukan, para guru agar memberikan pengarahan kepada siswa-siswinya akan pentingnya bersosialisasi dengan teman, serta memberikan mereka perhatian yang baik agar mereka tidak merasakan tersisih dan merasa percaya diri lagi seperti tidak ada masalah apa-apa lagi yang membuat para siswa merasa tertekan terhadap dirinya.

3. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Diharapkan kepada guru Bimbingan dan Konseling yang sangat berperan dalam mengarahkan, membantu dan membimbing para siswa. Hal ini dapat dilakukan dengan cara pengembangan konsep diri melalui paket pelatihan pengembangan konsep diri yang antara lain, bagaimana sikap seseorang ketika

menghadapi masalah, bagaimana remaja mampu melihat dan menerima kenyataan tentang dirinya sendiri dan lingkungan, dan juga yang pelengkap dari pelatihan itu adalah pemecahan masalah.

4. Bagi Siswa

Diharapkan kepada siswa agar dapat mengetahui bahwa mereka memiliki kemampuan untuk terus belajar sendiri dan meninggalkan perilaku yang tidak baik, karena jika kita bisa merubah kebiasaan tersebut akan berpengaruh pada prestasi belajar kita.

5. Bagi Peneliti Lain

Diharapkan kepada peneliti lain untuk menggunakan metode yang berbeda dan lebih intensif dalam melakukan penelitian serta lebih dispesifikasikan dalam melakukan penelitian agar pembahasannya tidak terlalu lebar dan terkesan tidak menjurus pada permasalahannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- . 2013. *Dasar-Dasar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Baharuddin, 2010 *Psikologi Pendidikan*, Yogyakarta: Ar Ruzz Media.
- David M. Hamberg, 2006. *Strategi Meningkatkan Kecerdasan, Memori dan Kreatifitas, terjemahan*. Jakarta: Prestasi Pustaka.
- Departemen Pendidikan Nasional, 2003. *Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003, Tentang Sistem Pendidikan Nasional*, Jakarta: Depdiknas.
- Desmita. 2009. *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: Remaja Rosda Karya.
- Djamarah, Syaiful Bahri. 2008. *Psikologi Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Fauzi, Ahmad. 2004. *Psikologi Umum*. Bandung: Pustaka Setia.
- Gempur Safar, 2010: <http://exponensial.wordpress.com/2010/04/21/metode-kolmogrov-smirnov-untuk-uji-normalitas/>). di unduh pada tanggal 10 Desember 2017.
- Gunawan, Y. (2001). *Pengantar Bimbingan dan Konseling: Buku Panduan Mahasiswa*. Jakarta: Prehalindo.
- Kuswana. 2011. *Taksonomi Berpikir*. Bandung: Remaja Rosda Karya.
- Nazir, Moh. 2005. *Metodologi Penelitian*. Bogor: Ghalia Indonesia.
- Prayitno, Erman. 2004. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Purwoko, Budi. 2008. *Organisasi dan Manajemen Bimbingan Konseling*. Surabaya: Unesa University Press.
- Solso, R.L, 2007. *Cognitive Psychology*. (4th ed). Boston. Alliy and Bacon, Inc.
- Sugiyono. 2008. *Metode Penelitian Kuantitatif dan R & D*. Bandung : Alfabeta.
- . 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta
- Sudjana. 2005. *Metode Statistika. Edisi keenam*. Bandung: Tarsito.

Sukardi, Ketut D. (2008). *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.

Tohirin, 2007. *Bimbingan dan Konseling di sekolah Madrasah (Berbasis Intergrasi)* Pekan baru: Raja Gafindo Persada.

Walgito, Bimo 2004. *Pengantar Psikologi Umum*. Yogyakarta: Andi.

Winkel & Hastuti, Sri. 2006. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Yogyakarta: Media Abadi.

Lampiran 1

ANGKET PENELITIAN DAYA INGAT

A. Petunjuk Pengisi

1. Bacalah terlebih dahulu seluruh petunjuk pengisian sebelum membaca pernyataan.
2. Tulislah identitas anda pada tempat yang tersedia.
3. Angket ini hanya digunakan untuk penelitian dan bukan untuk di publikasikan.
4. Setiap pernyataan pilihlah satu jawaban yang paling sesuai dengan keadaan dan, berilah tanda ceklist (\checkmark) pada kolom yang tersedia.
5. Bacalah setiap pernyataan di bawah ini.
6. Mohon setiap pernyataan di isi seluruhnya.

B. Identitas Responden

1. Nama :
2. Jenis kelamin :
3. Kelas :

C. Keterangan

1. SS : Sangat setuju
2. S : Setuju
3. KS : Kurang Setuju
4. TS : Tidak Setuju
5. STS : Sangat tidak setuju

No	Pertanyaan	SS	S	KS	TS	STS
1.	Saya lebih berani mengungkapkan ide/pendapat dan bertanya mengenai materi yang belum saya pahami ?					

2.	Diawal pembelajaran saya sulit memahami pelajaran, tetapi lama-lama mengasikkan ?					
3.	Daya ingat saya terhadap pelajaran lebih lama (apa yang dipelajari tidak cepat lupa) ?					
4.	Apakah dengan Metode diskusi, daya ingat saya terhadap materi yang disampaikan menjadi lebih baik ?					
5.	Ketika guru menjelaskan pelajaran, saya mendengarkan tetapi tidak mencatat ?					
6.	Pelajaran yang belum saya kuasai, selalu saya pelajari lagi pada malam hari, karena dengan pengulangan maka materi pelajaran lebih tertanam dalam ingatan saya ?					
7.	Saya mencatat hal-hal yang tidak tahu ?					
8.	Saya mencatat hal-hal yang kurang mengerti ?					
9.	Saya menanyakan hal-hal yang tidak tahu ?					
10.	Sebelum belajar saya berdoa, agar pelajaran mudah masuk kedalam ingatan saya ?					
11.	Ketika guru menjelaskan saya diam, agar tidak terganggu teman yang lain ?					
12.	Guru kurang memperhatikan siswa yang ribut, sehingga suasana belajar tidak nyaman ?					
13.	Guru kurang menggunakan bahasa yang sederhana ketika menjelaskan, sehingga saya kurang mengerti ?					
14.	Dalam menjawab soal saya tipe tekstual (menjawab dengan cara tulisan) ?					
15.	Dalam menjawab soal saya tipe kontekstual (lebih suka menjawab soal langsung tanpa tulisan) ?					
16.	Saya lebih cepat mengingat pelajaran dengan					

	menggunakan metode praktek atau praga ?					
17.	Apabila guru bertanya kepada saya, saya menjawab ?					
18.	Apabila guru bertanya siapakah yang bisa menjelaskan, saya menjawab secepat mungkin ?					
19	Apabila guru bertanya, siapakah yang bisa menyimpulkan hasil pembelajaran kita pada hari ini, saya menjawab secepat mungkin ?					
20.	Setelah pembelajaran selesai, saya selalu mengablikasikan dalam kehidupan sehari-hari ?					

Lampiran 2

TABULASI ANGKET PENELITIAN DAYA INGAT

No Resp	No Item																				Y	Y^2
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20		
1	2	3	2	3	4	2	2	2	2	4	3	3	3	1	3	3	3	2	3	1	51	2601
2	2	1	3	2	2	1	3	1	2	3	3	2	2	2	2	1	2	2	2	2	40	1600
3	2	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	1	2	3	3	2	1	48	2304
4	1	2	1	2	2	1	1	1	2	4	3	2	2	1	2	2	2	1	2	2	36	1296
5	2	1	2	2	1	3	2	2	1	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	1	39	1521
6	2	2	1	2	2	2	1	1	1	4	3	3	2	2	2	2	2	2	1	2	39	1521
7	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	3	2	1	2	2	2	2	38	1444
8	1	2	1	2	2	1	2	1	2	3	2	2	2	1	2	3	3	2	2	2	38	1444
9	2	2	1	2	3	3	2	2	1	4	2	2	2	2	2	2	3	1	2	2	42	1764
10	2	1	2	2	2	2	1	1	1	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3	42	1764
11	2	2	1	2	3	2	1	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	41	1681
12	2	2	2	4	3	1	2	1	1	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	1	42	1764
13	2	1	2	2	3	2	2	3	3	4	2	3	2	1	2	2	2	1	2	2	43	1849
14	2	3	2	3	3	3	3	3	2	4	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	54	2916
15	2	2	1	2	3	1	1	3	3	3	3	4	2	1	1	2	1	3	2	1	41	1681
16	1	2	2	3	3	2	2	3	2	4	2	3	1	1	3	3	2	3	3	2	47	2209
17	3	2	1	1	3	2	1	2	2	3	3	3	2	2	1	2	3	3	2	2	43	1849
18	1	1	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	1	3	3	1	45	2025
19	1	3	1	2	3	2	1	2	3	4	2	3	1	2	2	2	3	3	3	2	44	1936
20	3	3	1	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	1	46	2116
21	3	2	1	2	3	2	2	3	1	4	3	3	2	2	2	2	2	4	2	2	47	2209
22	4	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	1	53	2809
23	3	3	2	1	3	2	1	2	1	3	3	3	1	2	2	3	3	3	3	2	46	2116
24	2	2	1	2	3	3	3	3	3	4	3	3	1	3	3	3	4	2	2	3	53	2809
25	2	1	2	1	3	1	1	3	4	3	3	3	2	3	2	2	3	1	3	2	45	2025
26	2	2	2	1	3	3	3	1	2	4	2	3	2	2	2	3	3	4	2	3	49	2401
27	3	3	2	3	3	3	1	3	3	3	4	3	2	3	1	3	2	2	2	2	51	2601
28	2	2	3	4	3	2	2	2	3	4	3	3	1	3	2	2	3	3	3	3	53	2809
29	2	2	2	3	4	2	3	3	3	4	2	3	3	2	2	3	4	2	3	3	55	3025
30	3	3	2	3	3	2	2	3	2	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	58	3364
31	2	2	3	3	2	3	3	2	4	4	4	3	1	3	3	3	2	4	1	2	54	2916
ΣX	64	64	54	69	86	64	59	68	68	107	83	85	60	66	66	76	78	74	71	61	1423	66369

Lampiran 4

VALIDITAS ANGGKET PENELITIAN DAYA INGAT

Menggunakan SPSS v22

		Correlations																				
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	Total
1	Pearson Correlation	1	.261	.038	-.087	.256	.370	.012	.267	-.020	-.073	.467*	.224	.170	.302	-.167	.227	.251	.271	.033	-.061	.443
	Sig. (2-tailed)		.156	.841	.640	.164	.041	.949	.147	.914	.697	.008	.225	.360	.098	.368	.218	.173	.140	.862	.746	.012
	N	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31
2	Pearson Correlation	.261	1	-.193	.228	.433*	.261	.013	.100	.034	.181	.349	.049	.096	-.086	.059	.243	.201	.290	.202	.004	.433*
	Sig. (2-tailed)	.156		.298	.217	.015	.156	.946	.593	.854	.330	.054	.793	.606	.646	.753	.187	.279	.113	.277	.981	.015
	N	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31
3	Pearson Correlation	.038	-.193	1	.403*	-.069	.110	.370*	-.030	.275	-.166	.196	.096	-.048	.370*	.174	.052	.082	.165	.208	.130	.395*
	Sig. (2-tailed)	.841	.298		.025	.712	.655	.040	.872	.134	.847	.291	.607	.799	.040	.350	.782	.660	.318	.260	.485	.028
	N	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31
4	Pearson Correlation	-.087	.228	.403*	1	.183	.033	.274	.091	.082	.296	.151	.069	.034	.067	.290	.129	.084	.014	.148	.076	.412*
	Sig. (2-tailed)	.640	.217	.025		.325	.860	.136	.627	.659	.106	.416	.714	.854	.721	.114	.489	.654	.939	.432	.685	.021
	N	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31
5	Pearson Correlation	.256	.433*	-.069	.183	1	.108	.096	.501**	.270	.301	.061	.441*	.240	-.082	.079	.187	.344	.105	.654*	.059	.570*
	Sig. (2-tailed)	.164	.015	.712	.325		.564	.608	.004	.142	.100	.743	.013	.193	.659	.673	.313	.058	.675	.001	.752	.001
	N	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31
6	Pearson Correlation	.370*	-.261	.110	.033	.108	1	.319	.267	.085	.331	.186	.046	-.076	.302	.128	.521**	.271	-.045	.134	.552*	
	Sig. (2-tailed)	.041	.156	.555	.860	.564		.080	.147	.650	.069	.317	.806	.710	.098	.489	.003	.173	.140	.809	.473	.001
	N	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31
7	Pearson Correlation	.012	.013	.370*	.274	.096	.319	1	.033	.132	.264	-.135	-.241	.063	.086	.533*	.240	.280	.261	-.010	.184	.459*
	Sig. (2-tailed)	.949	.946	.040	.136	.608	.080		.861	.479	.152	.470	.192	.737	.645	.002	.193	.126	.156	.958	.323	.009
	N	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31
8	Pearson Correlation	.267	.100	-.030	.091	.501**	.267	.033	1	.426*	.096	.254	.290	.028	.189	.151	.222	-.064	.032	.447*	.012	.509*
	Sig. (2-tailed)	.147	.593	.872	.627	.004	.147	.861		.017	.609	.168	.113	.890	.309	.416	.230	.734	.863	.012	.951	.003
	N	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31
9	Pearson Correlation	-.020	.034	.275	.082	.270	.085	.132	.426*	1	.087	.347	.338	-.107	.225	-.048	.018	.048	.073	.147	.065	.430*
	Sig. (2-tailed)	.914	.854	.134	.659	.142	.650	.479	.017		.642	.055	.063	.565	.224	.798	.924	.799	.698	.431	.730	.016
	N	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31
10	Pearson Correlation	-.073	.181	-.036	.296	.301	.331	.264	.096	.087	1	.136	.184	-.112	-.229	.398	.252	.225	.105	.093	.453*	.440
	Sig. (2-tailed)	.697	.330	.847	.106	.100	.069	.152	.609	.642		.465	.322	.548	.215	.027	.172	.224	.574	.618	.011	.013
	N	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31
11	Pearson Correlation	.467*	.349	.196	.151	.061	.186	-.135	.254	.347	.136	1	.240	.032	.305	-.059	.042	.011	.166	-.095	.121	.450*
	Sig. (2-tailed)	.008	.054	.291	.416	.743	.317	.470	.168	.055	.465		.193	.866	.095	.754	.821	.952	.372	.610	.516	.011
	N	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31
12	Pearson Correlation	.224	.049	.096	.069	.441*	.046	-.241	.200	.338	.184	.240	1	-.058	.093	-.206	.168	.012	.448*	.146	-.024	.375*
	Sig. (2-tailed)	.225	.793	.607	.714	.013	.806	.192	.113	.063	.322	.193		.755	.618	.266	.368	.951	.012	.434	.899	.038
	N	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31
13	Pearson Correlation	.170	.096	-.048	.034	.240	-.070	.063	.028	-.107	-.112	.032	-.058	1	-.141	-.164	-.009	.163	-.212	.057	-.170	.067
	Sig. (2-tailed)	.360	.606	.799	.854	.193	.710	.737	.860	.565	.548	.866	.755		.450	.379	.962	.381	.251	.759	.361	.721
	N	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31
14	Pearson Correlation	.302	-.086	.370*	.067	-.082	.302	.086	.189	.225	-.229	.305	.093	1	.111	.089	.188	.182	.066	.271	.411*	
	Sig. (2-tailed)	.098	.646	.040	.721	.659	.098	.645	.309	.224	.215	.095	.618		.450	.635	.311	.328	.724	.140	.022	
	N	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31
15	Pearson Correlation	-.167	.059	.174	.290	.079	.129	.533*	.151	-.048	.398	-.059	-.206	-.164	.111	1	.448*	.070	.089	.260	.162	.377*
	Sig. (2-tailed)	.368	.753	.350	.114	.673	.489	.002	.416	.798	.027	.754	.266	.379	.551		.011	.710	.635	.158	.383	.036
	N	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31
16	Pearson Correlation	.227	.243	.052	.129	.187	.521**	.240	.222	.018	.252	.042	.168	-.009	.089	.448*	1	.278	.277	.267	.110	.545*
	Sig. (2-tailed)	.218	.187	.792	.489	.313	.003	.193	.230	.924	.172	.821	.368	.962	.635	.011		.129	.131	.147	.557	.002
	N	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31
17	Pearson Correlation	.251	.201	.082	.084	.344	.251	.280	-.064	.048	.225	.011	.012	.163	.188	.070	.278	1	-.114	.262	.490**	.463*
	Sig. (2-tailed)	.173	.279	.660	.654	.058	.173	.126	.734	.799	.224	.952	.951	.381	.311	.710	.129		.540	.154	.005	.009
	N	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31
18	Pearson Correlation	.271	.290	.185	.014	.105	.271	.261	.032	.073	.105	.166	.448*	-.212	.182	.089	.277	-.114	1	.033	-.033	.423*
	Sig. (2-tailed)	.140	.113	.318	.939	.575	.140	.156	.863	.698	.574	.372	.012	.251	.328	.635	.131	.540		.860	.861	.018
	N	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31
19	Pearson Correlation	.033	.202	.209	.146	.554*	-.045	-.010	.447*	.147	.093	-.095	.146	.057	.066	.260	.267	.262	.033	1	.103	.430
	Sig. (2-tailed)	.862	.277	.250	.432	.001	.809	.958	.012	.431	.618	.610	.434	.758	.724	.156	.147	.154	.860		.559	.016
	N	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31
20	Pearson Correlation	-.061	.004	.130	.076	.059	.134	.184	.012	.065	.453*	.121	-.024	-.170	.271	.162	.110	.490**	-.033	.103	1	.358*
	Sig. (2-tailed)	.746	.981	.485	.685	.752	.473	.323	.951	.730	.011	.516	.899	.361	.140	.383	.557	.005	.861	.580		.048

Lampiran 5

Hasil Reliabilitas dengan Menggunakan SPSS v22

Reliability

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	31	100,0
	Excluded ^a	0	,0
	Total	31	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
,763	,765	20

Lampiran 6

Angket Penelitian setelah di Uji

Pre-test dan Post-test

Daya Ingat

A. Petunjuk Pengisi

1. Bacalah terlebih dahulu seluruh petunjuk pengisian sebelum membaca pernyataan.
2. Tulislah identitas anda pada tempat yang tersedia.
3. Angket ini hanya digunakan untuk penelitian dan bukan untuk di publikasikan.
4. Setiap pernyataan pilihlah satu jawaban yang paling sesuai dengan keadaan dan, berilah tanda ceklist (\checkmark) pada kolom yang tersedia.
5. Bacalah setiap pernyataan di bawah ini.
6. Mohon setiap pernyataan di isi seluruhnya.

B. Identitas Responden

1. Nama :
2. Jenis kelamin :
3. Kelas :

C. Keterangan

1. SS : Sangat setuju
2. S : Setuju
3. KS : Kurang Setuju
4. TS : Tidak Setuju
5. STS : Sangat tidak setuju

No	Pertanyaan	SS	S	KS	TS	STS
1.	Saya lebih berani mengungkapkan ide/pendapat dan bertanya mengenai materi yang belum saya					

	pahami ?					
2.	Diawal pembelajaran saya sulit memahami pelajaran, tetapi lama-lama mengasikkan ?					
3.	Daya ingat saya terhadap pelajaran lebih lama (apa yang dipelajari tidak cepat lupa) ?					
4.	Apakah dengan Metode diskusi, daya ingat saya terhadap materi yang disampaikan menjadi lebih baik ?					
5.	Ketika guru menjelaskan pelajaran, saya mendengarkan tetapi tidak mencatat ?					
6.	Pelajaran yang belum saya kuasai, selalu saya pelajari lagi pada malam hari, karena dengan pengulangan maka materi pelajaran lebih tertanam dalam ingatan saya ?					
7.	Saya mencatat hal-hal yang tidak tahu ?					
8.	Saya mencatat hal-hal yang kurang mengerti ?					
9.	Saya menanyakan hal-hal yang tidak tahu ?					
10.	Sebelum belajar saya berdoa, agar pelajaran mudah masuk kedalam ingatan saya ?					
11.	Ketika guru menjelaskan saya diam, agar tidak terganggu teman yang lain ?					
12.	Guru kurang memperhatikan siswa yang ribut, sehingga suasana belajar tidak nyaman ?					
13.	Dalam menjawab soal saya tipe tekstual (menjawab dengan cara tulisan) ?					
14.	Dalam menjawab soal saya tipe kontekstual (lebih suka menjawab soal langsung tanpa tulisan) ?					
15.	Saya lebih cepat mengingat pelajaran dengan menggunakan metode praktek atau praga ?					

16.	Apabila guru bertanya kepada saya, saya menjawab ?					
17.	Apabila guru bertanya siapakah yang bisa menjelaskan, saya menjawab secepat mungkin ?					
18.	Apabila guru bertanya, siapakah yang bisa menyimpulkan hasil pembelajaran kita pada hari ini, saya menjawab secepat mungkin ?					
19.	Setelah pembelajaran selesai, saya selalu mengabdikan dalam kehidupan sehari-hari ?					

Lampiran 7

Tabulasi Data Penelitian

No.	Pre-test		Post-test	
	XA	XA ²	XB	XB ²
1.	48	2304	77	5929
2.	38	1444	79	6241
3.	45	2025	73	5329
4.	34	1156	85	7225
5.	37	1369	65	4225
6.	37	1369	82	6724
7.	36	1296	82	6724
8.	36	1296	65	4225
9.	40	1600	81	6561
10.	40	1600	81	6561
11.	39	1521	76	5776
12.	40	1600	83	6889
13.	41	1681	75	5625
14.	52	2704	85	7225
15.	39	1521	90	8100
16.	46	2116	84	7056
17.	41	1681	81	6561
18.	43	1849	80	6400
19.	43	1849	86	7396
20.	44	1936	68	4624
21.	45	2025	85	7225
22.	51	2601	78	6084
23.	45	2025	80	6400
24.	52	2704	84	7056
25.	43	1849	85	7225

26.	47	2209	74	5476
27.	49	2401	77	5929
28.	52	2704	77	5929
29.	52	2704	78	6084
30.	55	3025	89	7921
31.	53	2809	90	8100
Jumlah	1363	60973	2475	198825

Lampiran 8

Perhitungan Harga Rata-Rata (M), Standard Deviasi (SD) *Pre-test*

a. Rata-Rata (M)

Harga rata-rata dihitung dengan rumus :

$$M = \frac{\Sigma X}{N}$$

Keterangan :

M = harga rata-rata

ΣX = jumlah aljabar X

N = jumlah sampel

Dari lampiran 7 telah diperoleh :

$$\Sigma X = 1363$$

$$N = 31$$

$$\Sigma X^2 = 60973$$

$$\text{Maka } M = \frac{1363}{31} = 43,97$$

b. Standard Deviasi (SD)

Untuk menghitung Standard Deviasi dari variable penelitian digunakan rumus:

Keterangan :

ΣX = Jumlah aljabar dari data X

X^2 = Jumlah aljabar Kuadrat X

N = Jumlah sampel

$$\begin{aligned}
SD_X &= \sqrt{\frac{(N \times \sum X^2) - (\sum X)^2}{N(N-1)}} \\
&= \sqrt{\frac{(31 \times 60973) - (1363)^2}{930}} \\
&= \sqrt{\frac{1890163 - 1857769}{930}} \\
&= \sqrt{\frac{32394}{930}} \\
&= \sqrt{34,832} \\
&= 5,90
\end{aligned}$$

c. Identifikasi Tingkat Kecenderungan Variabel Penelitian

Untuk menentukan kecenderungan setiap variabel digunakan criteria sebagai berikut :

3. Jika $M_o \geq M_i$, maka variabel tersebut cenderung tinggi
4. Jika $M_o \leq M_i$, maka variabel tersebut cenderung rendah

Untuk menghitung mean Hipotik (M_o) digunakan rumus :

$$M_o = \frac{\sum X_i}{N}$$

Untuk menghitung mean Hipotik (M_o) digunakan rumus :

$$M_o = \frac{\text{Skor tertinggi ideal} + \text{skor terendah ideal}}{2}$$

Dengan menggunakan data penelitian untuk variabel daya ingat siswa dapat dihitung Mean Empirik (M_o) yaitu :

$$M_o = \frac{1363}{31} = 43,97$$

Sedangkan Mean Hipotik (M_i) $M_o < M_i$ yaitu $43,97 < 44,5$.

$$M_i = \frac{55 + 34}{2} = \frac{204}{2} = 44,5$$

Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh $M_o = 43,97$ dan $M_i = 44,5$. Jadi kesimpulannya bahwa $M_o < M_i$ yaitu $43,97 < 44,5$. Berdasarkan hasil tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa kemampuan daya ingat siswa yang ditunjukkan siswa berada dalam keadaan yang cenderung **rendah** sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa sebagian atau secara keseluruhan harus mendapatkan layanan yang salah satunya layanan informasi untuk meningkatkan kemampuan daya ingat siswa dalam kehidupannya.

Lampiran 9

Perhitungan Harga Rata-Rata (M), Standard Deviasi (SD) *Pos-test*

a. Rata-Rata (M)

Harga rata-rata dihitung dengan rumus :

$$M = \frac{\Sigma X}{N}$$

Keterangan :

M = harga rata-rata

ΣX = jumlah aljabar X

N = jumlah sampel

Dari lampiran 7 telah diperoleh :

$$\Sigma XB = 2475$$

$$N = 31$$

$$\Sigma XB^2 = 198825$$

$$\text{Maka } M = \frac{2475}{31} = 79,84$$

b. Standard Deviasi (SD)

Untuk menghitung Standard Deviasi dari variable penelitian digunakan rumus:

Keterangan :

ΣX = Jumlah aljabar dari data X

X^2 = Jumlah aljabar Kuadrat X

N = Jumlah sampel

$$SD_X = \sqrt{\frac{(N \times \Sigma X^2) - (\Sigma X)^2}{N(N-1)}}$$

$$\begin{aligned}
&= \sqrt{\frac{(31 \times 198825) - (2475)^2}{930}} \\
&= \sqrt{\frac{6163575 - 6125625}{930}} \\
&= \sqrt{\frac{37950}{930}} \\
&= \sqrt{40,806} \\
&= 6,39
\end{aligned}$$

c. Identifikasi Tingkat Kecenderungan Variabel Penelitian

Untuk menentukan kecenderungan setiap variabel digunakan criteria sebagai berikut :

3. Jika $M_o \geq M_i$, maka variabel tersebut cenderung tinggi
4. Jika $M_o \leq M_i$, maka variabel tersebut cenderung rendah

Untuk menghitung mean Hipotik (M_o) digunakan rumus :

$$M_o = \frac{\sum X_i}{N}$$

Untuk menghitung mean Hipotik (M_o) digunakan rumus :

$$M_o = \frac{\text{Skor tertinggi ideal} + \text{skor terendah ideal}}{2}$$

Dengan menggunakan data penelitian untuk variabel daya ingat siswa dapat dihitung Mean Empirik (M_o) yaitu :

$$M_o = \frac{2475}{31} = 79,84$$

Sedangkan Mean Hipotik (M_i)

$$M_i = \frac{90 + 65}{2} = \frac{155}{2} = 77,5$$

Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh $M_o = 79,84$ dan $M_i = 77,5$. Jadi kesimpulannya bahwa $M_o > M_i$ yaitu $79,84 > 77,5$. Berdasarkan hasil tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa kemampuan daya ingat siswa mengalami peningkatan yang berada pada tingkat kecenderungan yang **tinggi**, namun perlu dilakukan tindakan yang konsisten terhadap pelayanan yaitu layanan informasi atau dengan teknik lainnya kepada siswa agar kemampuan daya ingat siswa menjadi terus mengalami peningkatan.

Lampiran 10

Hasil Uji Normalitas *Kolmogrov-Smirnov* dengan Menggunakan SPSS v22

NPar Tests

Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Pretest	31	43,97	5,902	34	55
Posttest	31	79,84	6,388	65	90

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

	Pretest	Posttest
N	31	31
Normal Parameters ^{a,b}		
Mean	43,97	79,84
Std. Deviation	5,902	6,388
Most Extreme Differences		
Absolute	,112	,103
Positive	,112	,081
Negative	-,109	-,103
Test Statistic	,112	,103
Asymp. Sig. (2-tailed)	,200 ^{c,d}	,200 ^{c,d}

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

Lampiran 11

Hasil Uji Homogenitas dengan Menggunakan SPSS v22

Oneway

Test of Homogeneity of Variances

Pretest

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
2,667	8	13	,056

ANOVA

Pretest

	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	751,134	17	44,184	1,955	,113
Within Groups	293,833	13	22,603		
Total	1044,968	30			

Lampiran 12

Pengujian Hipotesis

Sebelum dilakukan pengujian hipotesis, terlebih dahulu dicari mean dan beda simpangan baku beda yaitu membuat tabel tabulasi data pre-test dan pos-test.

Tabel Pre-test dan Pos-test Daya Ingat Siswa

No.	Pre-test (XA)	Pos-test (XB)	XB-XA (D)	Xd (D-Md)	Σx^2d
1.	48	77	29	-6,87	841
2.	38	79	41	5,13	1681
3.	45	73	28	-7,87	784
4.	34	85	51	15,13	2601
5.	37	65	28	-7,87	784
6.	37	82	45	9,13	2025
7.	36	82	46	10,13	2116
8.	36	65	29	-6,87	841
9.	40	81	41	5,13	1681
10.	40	81	41	5,13	1681
11.	39	76	37	1,13	1369
12.	40	83	43	7,13	1849
13.	41	75	34	-1,87	1156
14.	52	85	33	-2,87	1089
15.	39	90	51	15,13	2601
16.	46	84	38	2,13	1444
17.	41	81	40	4,13	1600
18.	43	80	37	1,13	1369
19.	43	86	43	7,13	1849
20.	44	68	24	-11,87	576
21.	45	85	40	4,13	1600

22.	51	78	27	-8,87	729
23.	45	80	35	-0,87	1225
24.	52	84	32	-3,87	1024
25.	43	85	42	6,13	1764
26.	47	74	27	-8,87	729
27.	49	77	28	-7,87	784
28.	52	77	25	-10,87	625
29.	52	78	26	-9,87	676
30.	55	89	34	-1,87	1156
31.	53	90	37	1,13	1369
Σ	1363	2475	1112		41618

Maka diperoleh sebagai berikut :

$$\text{Mean beda (Md)} = \frac{\Sigma(\text{XB} - \text{XA})}{\text{N}}$$

$$\text{Md} = \frac{1112}{31}$$

$$= 35,87$$

Jumlah kuadrat deviasi $\Sigma x^2 d = 41618$

Maka harga t_{hitung} adalah sebagai berikut :

$$t = \frac{\text{Md}}{\sqrt{\frac{\Sigma x^2 d}{\text{N}(\text{N} - 1)}}$$

$$t = \frac{35,87}{\sqrt{\frac{41618}{930}}}$$

$$= \frac{35,87}{\sqrt{44,75}}$$

$$= \frac{35,87}{6,68}$$

$$= 5,370$$

Harga t_{tabel} dengan d.b = $n - 1 = 31 - 1$ pada taraf nyata $\alpha = 0,05$ diperoleh sebesar 2,039. Maka $t_{\text{hitung}} > t_{\text{tabel}} = (5,370 > 2,039)$. Maka hipotesis yang menyatakan ada pengaruh Layanan Informasi Untuk Meningkatkan Memory Training (Daya Ingat) Pada Siswa Kelas VIII Madrasah Tsanawiyah Negeri 2 Medan Tahun Pembelajaran 2017/2018 dapat diterima dan menghasilkan hubungan yang signifikan positif.

Lampiran 13

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL) BIMBINGAN DAN KONSELING FORMAT KLASIKAL TERJADWAL

I. IDENTITAS

- A. Satuan Pendidikan : Madrasah Tsanawiyah Negeri 2 Medan
- B. Tahun Pembelajaran : 2017/2018
- C. Sasaran Layanan : Kelas VIII
- D. Pelaksana : Rahim Sekedang

II. WAKTU DAN TEMPAT

- A. Tanggal : 05 Februari 2018
- B. Jam Pembelajaran/Pelayanan : 08.10 s.d 09.30 Wib
- C. Volume Waktu : 2 x 40 Menit
- D. Spesifikasi Tempat Belajar : Diruangan kelas

III. MATERI PELAYANAN

- A. Tema/Subtema
 - 1. Tema : *Memory Training* (Daya Ingat)
 - 2. Sub Tema : *Memory Training* (Daya Ingat)
- B. Sumber Materi : Tema dan Subtema diambil dari Spektrum pelayanan Bimbingan dan Konseling di SMP/MTs dan Pengalaman hidup peserta didik.
- C. Bidang Layanan : Bimbingan Belajar

IV. TUJUAN/ ARAH PENGEMBANGAN

- A. Pengembangan KES (Kehidupan Efektif Sehari-hari) :
 - 1. Agar peserta didik mampu mengingat mata pelajaran yang telah diajarkan oleh guru di sekolah.

2. Peserta didik dapat menerapkan dalam kehidupan sehari-hari mengenai pelajaran di sekolah.

B. Penanganan KES-T (Kehidupan Efektif Sehari-hari Terganggu) :

1. Untuk mencegah peserta didik agar tidak salah dalam menerapkan pelajaran yang diajarkan dari sekolah.
2. Untuk menghindari ketidaksesuaian/tidak memiliki kemampuan daya ingat dilingkungan.

V. JENIS LAYANAN DAN KEGIATAN PENDUKUNG

- A. Jenis Layanan : Layanan Informasi
B. Kegiatan Pendukung : Aplikasi Instrumentasi (Observasi)

VI. METODE DAN TEKNIK

- Metode : Metode ceramah dan Tanya jawab

VII. SARANA

- A. Media : Power Point, Infokus dan Laptop
B. Perlengkapan : Observasi, Kopian garis besar materi

VIII. SASARAN PENILAIAN HASIL PEMBELAJARAN/PELAYANAN

Diperolehnya hal-hal baru oleh peserta didik tentang *Memory Training* (Daya Ingat).

A. KES, yaitu Kehidupan Efektif Sehari-hari dalam aspek yang mencakup :

1. Acuan (A) : Peserta didik memahami tentang mengingat pelajaran yang baik di lingkungan sekolah.
2. Kompetensi (K) : Peserta didik mampu mengingat mata pelajaran yang diajarkan oleh guru.
3. Usaha (U) : Usaha peserta didik agar dia dapat mengingat semua pelajaran yang diajarkan.
4. Rasa (R) : Peserta didik dapat merasakan mengingat pelajaran dan dapat menerapkan di dalam kehidupannya.

5. Sungguh-sungguh (S) : Kesungguhan peserta didik untuk menerapkan dan meningkatkan kemampuan mengingatnya.

B. KES-T, yaitu terhindarnya Kesehidupan Efektif Sehari-hari yang Terganggu dalam hal :

1. Ketidakpedulian peserta didik dalam mengingat pelajaran
2. Ketidaktahuan peserta didik dalam daya ingat

C. Ridho Tuhan, Bersyukur, Ikhlas dan tabah

Memohon ridho Tuhan Yang Maha Esa untuk mencapai apa yang diinginkan, dengan adanya pelayanan BK dan memanfaatkannya secara optimal.

IX. LANGKAH KEGIATAN

A. Langkah Pengantaran (Waktu 5 Menit)

1. Mengucapkan salam dan mengajak peserta didik untuk berdo'a dalam memulai kegiatan layanan.
2. Mengecek kehadiran peserta didik dan merespon terhadap kondisi yang berkembang dari kegiatan tersebut.
3. Mengajak dan membimbing peserta didik untuk memulai kegiatan layanan dengan penuh perhatian, semangat dalam penampilan melalui berfikir, merasa, bersikap dan bertindak dan bertanggung jawab (BMB3) berkenaan dengan materi pembelajaran yang akan dibahas.
4. Menyampaikan arah materi pokok pembelajaran, yaitu dengan judul "*Memory Training* (Daya Ingat)".
5. Menyampaikan tujuan dari sub topik yang dibahas.
 - a. Memiliki pemahaman tentang *Memory Training* (Daya Ingat).
 - b. Menerapkan *Memory Training* (Daya Ingat) yang positif.
 - c. Membiasakan diri untuk selalu membuat *Memory Training* (Daya Ingat) untuk mengetahui kemampuan mengingat mata pelajaran.

B. Langkah Penjajakan (Waktu 15 Menit)

1. Menanyakan kepada peserta didik tentang pengertian *Memory Training* (Daya Ingat).

2. Menanyakan kepada peserta didik tentang jenis-jenis *Memory Training* (Daya Ingat).
3. Menanyakan kepada peserta didik tentang faktor-faktor yang mempengaruhi *Memory Training* (Daya Ingat).
4. Meminta peserta didik untuk mengisi observasi *Memory Training* (Daya Ingat).

C. Langkah Penafsiran (Waktu 10 Menit)

1. Pembahasan tentang *Memory Training* (Daya Ingat).
2. Apa yang dapat diperoleh peserta didik tentang *Memory Training* (Daya Ingat).
3. Langkah apa yang dilakukan peserta didik apabila mereka tidak dapat mengingat pelajaran.

E. Langkah Pembinaan (Waktu 5 Menit)

1. Meminta peserta didik untuk dapat mengingat pelajaran yang telah di pelajari.
2. Meminta peserta didik mampu menerapkannya dalam kehidupan sehari-sehari.

D. Langkah Penilaian dan Tindak Lanjut (Waktu 5 Menit)

1. Penilaian Hasil

Diakhir proses pelayanan peserta didik diminta merefleksikan secara lisan ataupun tulisan apa yang mereka peroleh dengan pola BMB3.

- a. Berfikir : Apa yang anda pikirkan tentang *Memory Training* (Daya Ingat) ?
- b. Merasa : Apa yang anda rasakan jika anda tidak dapat mengingat pelajaran ?
- c. Bersikap : Bagaimana menyikapinya jika anda lupa dengan pelajaran ?
- d. Bertindak : Tindakan apa yang anda lakukan jika anda tidak dapat mengingat pelajaran ?

- e. Bertanggung jawab : Komitmen apa yang anda lakukan dalam rangka meningkatkan pelajaran yang telah diajarkan ?

2. Penilaian Proses

Melakukan pengecekan terhadap proses BMB3 yang sudah dilakukan oleh peserta didik melalui penugasannya yang telah diberikan. Hasil kerja siswa tentang BMB3 dikumpul oleh guru BK.

Medan, 05 Februari 2018

Mengetahui,

Guru Bimbingan dan Konseling

Mahasiswa Peneliti

(Hj. Erlina Sari, S. Pd)

NIP. 196503042003122001

(Rahim Sekedang)

NPM. 1402080032

Disetujui;

Kepala MTs Negeri 2 Medan

(Drs. Musianto, M.A)

NIP. 19661231199031015

DAYA INGAT

A. Pengertian Daya Ingat

Daya Ingat merupakan alih bahasa dari memory. Daya Ingat (memori) merupakan unsur inti dari perkembangan kognitif anak, sebab segala bentuk belajar selalu melibatkan memori. Menurut Suharman dalam Desmita (2009: 121) menyatakan ingatan (memori) adalah proses penyimpanan atau pemeliharaan informasi sepanjang waktu. Aktivitas dan pribadi manusia tidak hanya ditentukan oleh pengaruh dan proses-proses yang berlangsung waktu kini, tetapi juga oleh pengaruh-pengaruh dan proses-proses di masa lalu. Daya ingat sebagai unsur perkembangan kognitif, yang memuat seluruh situasi yang didalamnya individu menyimpan informasi yang diterima sepanjang waktu. Daya ingat (*memory*) merujuk kepada kemampuan individu untuk memiliki dan mengambil kembali suatu informasi dan juga struktur yang mendukungnya serta suatu bentuk kompetensi. Memori juga memungkinkan individu memiliki identitas diri.

B. Tahap-Tahap Daya Ingat

Sebelum seseorang mengingat suatu informasi atau sebuah kejadian dimasa lalu, ada beberapa tahapan yang harus dilalui ingatan tersebut untuk dapat muncul kembali. Menurut Richard Atkinson dan Richard Shiffrin dalam Baharuddin (2010: 113) Para ahli psikologi membagi tiga tahapan ingatan, yaitu :

b. Mencamkan (Learning)

Mencamkan atau memahamkan dapat diartikan sebagai melekatkan kesan-

kesan sehingga kesan-kesan itu dapat disimpan sewaktu-waktu dapat direproduksi atau dapat ditimbulkan kembali.

c. Menyimpan (Retaining).

Tahap menyimpan yaitu dimana siswa menyimpan simbol-simbol hasil olahan yang telah diberi makna ke long-term memory atau gudang ingatan jangka-panjang. Pada tahap ini hasil belajar sudah diperoleh, baik baru sebagian maupun keseluruhan. Menyimpan kesan-kesan ingatan berhubungan dengan emosi seseorang akan mengingat sesuatu yang lebih baik, apabila peristiwa itu menyentuh perasaan-perasaan sedang kejadian yang tidak menyentuh emosi akan diabaikan.

Dari sinilah kesan-kesan itu disimpan di otak seseorang siswa apabila sangat suka dengan suatu mata pelajaran, maka ingatan pada mata pelajaran tersebut sangatlah kuat dan memungkinkan dapat disimpan lama. Pada umumnya kemampuan untuk mengingat tersebut bergantung pada hal-hal seperti tubuh (sakit), usia seseorang (tua), intelegensi seseorang, pembawaan seseorang, derajat dan minat seseorang terhadap suatu masalah. Setelah seseorang menyandikan informasi, seseorang perlu mempertahankan atau menyimpan informasi. Di antara aspek yang paling menonjol di penyimpanan memori setelah tiga simpanan utama, yaitu : memori sensoris, memori jangka-pendek, dan memori jangka-panjang.

d. Reproduksi (Recalling)

Memproduksi adalah pengaktifan kembali hal-hal yang telah dicamkan dalam ingatan. alam reproduksi ada dua bentuk, yaitu :

a. Mengingat kembali (recall)

Proses mengingat informasi yang dipelajari dimasa lalu tanpa petunjuk yang dihadapan pada organisme. Dalam mengingat kembali, individu dapat mengingat kembali kesan-kesan yang diingat tanpa adanya obyek tertentu. Dengan demikian, mengingat kembali ini disebabkan sesuatu dari dalam bukan karena pengaruh obyek tertentu. Misalnya, minggu lusa siswa diberikan materi hukum bacaan mad pada mata pelajaran tajwid dan hari berikutnya siswa ditanyak hal yang sama, maka siswa akan mengingat kembali materi minggu lusa. Dalam hal ini, tidak ada obyek yang di pakai untuk merangsang reproduksi.

b. Mengenal Kembali (recognition)

Proses mengingat informasi yang sudah dipelajari melalui suatu petunjuk yang dihadapkan pada organisme. Pada individu dapat menimbulkan kembali disebabkan oleh adanya obyek dari luar untuk mencocokkannya. Dalam hal ini, ada suatu obyek dipakai sebagai perangsang untuk mengadakan reproduksi. Obyek yang dimaksudkan sebagai bahan untuk mencocokkan kembali ciri-ciri kesan tentang benda sejenisnya. Misalnya, siswa kehilangan sebuah peci, lantas diperlihatkan sebuah peci, maka siswa akan mencocokkan kesan yang telah tersimpan dengan peci yang diperlihatkan di depannya.

C. Jenis-Jenis Daya Ingat

1. Memori Sensorik

Memori sensorik (penyimpanan serapan indera) adalah tempat penyimpanan awal dari sebagian besar informasi, namun pada akhirnya ia akan memasuki

tempat penyimpanan memori jangka pendek dan jangka panjang. Pada memori ini terdapat dua jenis penyimpanan yaitu:

- a. Penyimpanan ikonik. Penyimpanan ikonik adalah sebuah register penyerapan visual yang sangat unik dalam dirinya sendiri, mengelola informasi untuk priode waktu yang sangat singkat. Informasi disimpan dalam bentuk ikon-ikon. Semua ikon-ikon akhirnya menjadi imaji-imaji visual yang mempresentasikan sesuatu.
- b. Penyimpanan ekonik. Penyimpanan ekonik menyimpan input auditorik dengan durasi sekitar 2-4 detik. Informasi auditorik disimpan dalam ruang penyimpanan agar dapat diolah lebih lanjut.

2. Memori Jangka Pendek (*Short Term Memory*)

Semua individu memiliki akses menuju memori jangka pendek. Memori ini menahan data memori selama beberapa detik dan terkadang juga bisa mencapai beberapa menit. Menurut model Atkinson dan Shiffrin, simpanan jangka pendek hanya ingat beberapa hal saja. Ia juga dapat diakses oleh sejumlah proses pengontrolan yang mengatur aliran informasi kepada dan dari simpanan jangka panjang. Biasanya, materi masih tetap bertahan didalam memori jangka pendek kira-kira 30 detik saja, kecuali dilatih untuk mempertahankannya lagi. Informasi tersebut disimpan secara akustik (lewat bunyi yang dikeluarkannya) lebih dari pada secara visual (lewat penampakannya).

3. Memori Jangka Panjang (*Long Term Memory*)

Ingatan jangka panjang adalah suatu tipe memori yang relatif tetap dan tidak terbatas. Memori jangka panjang bertambah seiring bertambahnya usia selama

masa pertengahan dan akhir kanak-kanak. Sistem memori jangka panjang memungkinkan kita hidup dalam dua dunia, yaitu masa lalu dan masa sekarang. Kemampuan untuk dapat mengingat masa lalu dan menggunakan informasi tersebut untuk dimanfaatkan saat ini merupakan fungsi dari memori jangka panjang. Kapasitas yang dimiliki memori jangka panjang sepertinya tidak terbatas, informasi dalam jumlah yang sangat besar yang tersimpan dalam memori jangka panjang. Memungkinkan individu untuk belajar, menyesuaikan diri dengan lingkungan, serta mengembangkan identitas diri dan sejarah kehidupan.

e. Memori Kerja

Memori kerja lazim didefinisikan secara luas seperti retensi informasi ketika memproses informasi yang sama atau lainnya. Hal ini juga digambarkan sebagai ruang kerja pengolahan informasi atau sebuah pintu gerbang antara memori jangka panjang atau jangka pendek. Memori kerja merupakan proses kognitif yang fungsi utamanya adalah untuk memfasilitasi dan meningkatkan kapasitas pengodean, penyimpanan, dan fungsi pencarian yang penting untuk belajar pada tingkat pengolahan informasi.

f. Memori Implisit atau Prosedural

Memori prosedural merupakan memori mengenai cara melakukan sesuatu, seperti menyisir, menggunakan pensil, dan lain sebagainya. Memori prosedural ini juga disebut memori implisit karena apabila suatu kemampuan telah dimiliki seseorang, maka kemampuan tersebut tidak lagi memerlukan pemrosesan secara sadar. Memori implisit adalah pemanggilan kembali informasi terkait suatu peristiwa atau suatu objek yang mempengaruhi tindakan dan pikiran yang

dilakukan tanpa usaha secara sadar. Jadi, memori implisit dipanggil kembali secara tidak sadar. Cara mengukur memori ini adalah dengan cara priming. Metode ini meminta subjek membaca atau mendengarkan suatu informasi dan kemudian mengkaji apakah informasi tersebut mempengaruhi kinerja subjek.

g. Memori Eksplisit atau Deklaratif

Pemanggilan kembali informasi terkait suatu peristiwa atau suatu objek secara sadar disebut dengan memori eksplisit. Contohnya, ketika seseorang ingin menceritakan masa lalunya kepada orang lain, maka yang dilakukannya adalah secara sadar memanggil kembali informasi-informasi masa lalu didalam ingatannya. Cara mengukur memori ini adalah dengan menggunakan metode recall dan recognition.

Memori eksplisit terbagi atas dua macam yaitu :

- 3) Memori Episodik. Memori episodik adalah memori yang berisi pengalaman-pengalaman sendiri yang biasanya berhubungan dengan riwayat hidup.
- 4) Memori Semantik. Memori semantic berisikan jumlah total pengetahuan yang dimiliki seperti pembendaharaan kata, pemahaman matematika dan segala fakta yang diketahui.

7. Memori Flashbulb

Memori Flashbulb merupakan memori pada situasi dimana seseorang untuk pertama kalinya belajar/mencoba Sesuatu yang sangat berkesan baginya atau yang secara emosional menyentuh perasaannya.

D. Model Daya Ingat

Berikut beberapa model memori yang dipaparkan oleh para ahli diantaranya:

1. Model Tradisional

Struktur daya ingat tradisional terbagi atas tiga sistem, yaitu (a) sistem ingatan sensorik (*sensory memory*), (b) sistem ingatan jangka pendek atau *short term memory (STM)*, dan (c) sistem ingatan jangka panjang *long term memory (LTM)*. Memori sensori mencatat informasi atau stimulus yang masuk melalui salah satu atau kombinasi dari panca indera, yaitu secara visual melalui mata, pendengaran melalui telinga, bau melalui hidung, rasa melalui kulit. Bila informasi atau stimulus tersebut diperhatikan akan langsung terlupakan, namun bila diperhatikan maka informasi tersebut ditransfer ke sistem ingatan jangka pendek. Sistem ingatan jangka pendek menyimpan informasi atau stimulus selama 30 detik, dan hanya sekitar tujuh bongkahan informasi (*chunk*) dapat disimpan dan dipelihara di sistem memori jangka pendek. Setelah berada di sistem memori jangka pendek, informasi tersebut dapat ditransfer lagi dengan proses pengulangan ke sistem ingatan jangka panjang untuk disimpan, atau dapat juga informasi tersebut hilang/terlupakan karena tergantikan oleh informasi yang baru.

2. Model Tingkat Pemrosesan

Sebuah pemisahan yang radikal dari model tiga memori yang telah disebutkan adalah kerangka tingkat-tingkat pemrosesan, yang merumuskan bahwa memori tidak terdiri atas tiga atau berapa pun jumlah simpanan yang terpisah-pisah, namun lebih beragam di sepanjang dimensi yang berkelanjutan berdasarkan kedalaman pengkodeannya. Tidak ada batas yang tegas antar suatu

tingkat ketinggian berikutnya. Penekanan pada model ini adalah yang merupakan kunci dari penyimpanan.

3. Model Broadbent

Bertolak dari penelitian mengenai pengindraan, model ini pada intinya mempelajari tanggung jawab pengolahan informasi yang saling berhubungan, seperti perhatian, persepsi dan memori.

4. Model Tingkat Pemrosesan Craik dan Lockhart

Craig dan Lockhart merupakan psikolog kognitif yang mengkhususkan perhatiannya pada proses dan struktur memori. Melalui usulan teorinya mengenai tingkat pengolahan informasi yang mengkolaborasikan proses dengan pengkodean dan mempengaruhi keawetan hasil belajar jangka panjang.

5. Model Baddeley

Hitch dan Baddeley mengusulkan suatu model multikomponen, memori jangka pendek dan beberapa fungsi komponen sebagai buffer penyimpanan informasi sementara dan yang lainnya sebagai proses pasif. Baddeley telah melakukan berbagai penyelidikan dan menambahkan subkomponen lain yang disebut *episodic buffer* (penyangga episodik). Hasil penelitian memberikan bukti empiris bahwa pembagian memori kerja ke penyimpanan berbasis modalitas jangka pendek dan eksekutif pusat merupakan pengolahan modalitas bebas yang dilakukan memori kerja

6. Model Daneman dan Carpenter

Danerman dan Carpenter memformulasikan konstruksi memori kerja dan mengutamakan pengolahan bahasa untuk tingkat kompleks dengan

mengembangkan fungsi memori kerja. Danamen dan Carpenter menekankan dimensi proses memori kerja dengan alasan apa yang tampak lebih kecil dari kapasitas penyimpanan sebenarnya mungkin merupakan hasil pengolahan yang tidak efisien dan mengurangi sumber daya yang tersedia untuk retensi memori. Model ini pada dasarnya merupakan teori memori kerja yang sesuai dengan teori eksekutif pusat Baddeley. Berdasarkan sudut pandangnya, kinerja memori kerja pada jarak tugas-tugas yang kompleks memerlukan efisiensi proses.

7. Model Kane dan Engle

Kane dan Engle menggambarkan memori kerja sebagai fungsi perhatian eksekutif yang dibedakan dari memori jangka pendek. Kane dan Engle menetapkan bahwa bukanlah jarak jangka pendek melainkan kemampuan mengendalikan perhatian yang menjaga informasi yang tersimpan, secara aktif dan cepat. Perbedaan model memori Kane dan Engle dengan Baddeley terletak pada kapasitas memori kerja. Alasan tentang jangka pendek menurun ketika beban memori kerja meningkat adalah kemampuan untuk melakukan pengendalian hambatan atas menurunnya unit yang tidak relevan.

8. Model Proses Cowan

Cowan merupakan seorang psikologi kontemporer Amerika yang telah mengembangkan konsep dan mengubah tampilan kapasitas memori kerja lalu menghubungkannya dengan memori jangka panjang. Menurut Cowan interaksi yang dekat dan saling ketergantungan antara memori kerja dan memori jangka panjang pada awalnya menunjukkan bahwa ada sistem penyimpanan memori tunggal yang terdiri dari unsur-unsur pada berbagai tingkat pengaktifan. Sebagai

sistem penyimpanan memori-memori tunggal jangka panjang, teori memori kerja tergabung dalam memori jangka panjang.

9. Model Oberauer

Menurut Oberauer pada memori kerja terdapat dimensi fungsional yang terdiri dari tiga proses umum. Sejalan dengan pandangan Baddeley, dilihat dari isi terdiri dari dua faktor, yaitu (1) verbal dan numeric (2) spasial dan figural. Tiga faktor fungsional model ini adalah penyimpanan dalam rangka konteks pengolahan, koordinasi, dan supervise. Sudah ada konsensus bahwa penyimpanan dalam konteks pengolahan, juga disebut sebagai penyimpanan dan mengolahan, adalah kemampuan untuk membangun hubungan baru antara unsur-unsur dan mengintegrasikan hubungan ke dalam struktur.

E. Faktor yang Mempengaruhi Daya Ingat

Proses mengingat atau memori banyak dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain sebagai berikut:

- a. Faktor individu. proses mengingat dari dalam individu seperti sifat, keadaan jasmani, keadaan rohani dan umur. Mengingat akan lebih efektif apabila individu memiliki minat yang besar, motivasi yang kuat, memiliki metode tertentu dalam pengamatan dan pembelajaran, dan memiliki kondisi fisik dan kesehatan yang baik.
- b. Faktor objek yang diingat. sesuatu yang dimiliki organisasi dan struktur yang jelas, mempunyai arti, mempunyai keterkaitan dengan individu, mempunyai intensitas rangsangan yang cukup kuat lebih mudah diingat oleh seseorang.

- c. Faktor Lingkungan. Proses mengingat akan lebih efektif apabila ada lingkungan yang menunjang dan terhindar dari adanya gangguan-gangguan.

Lampiran 14

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL) BIMBINGAN DAN KONSELING FORMAT KLASIKAL TERJADWAL

I. IDENTITAS

- A. Satuan Pendidikan : Madrasah Tsanawiyah Negeri 2 Medan
- B. Tahun Pembelajaran : 2017/2018
- C. Sasaran Layanan : Kelas VIII
- D. Pelaksana : Rahim Sekedang

II. WAKTU DAN TEMPAT

- A. Tanggal : 08 Februari 2018
- B. Jam Pembelajaran/Pelayanan : 13.25 s.d 14.45 Wib
- C. Volume Waktu : 2 x 40 Menit
- D. Spesifikasi Tempat Belajar : Diruangan kelas

III. MATERI PELAYANAN

- A. Tema/Subtema
 - 1. Tema : *Memory Training* (Daya Ingat)
 - 2. Sub Tema : 10 Cara Efektif Meningkatkan Daya Ingat
- B. Sumber Materi : Tema dan Subtema diambil dari Spektrum pelayanan Bimbingan dan Konseling di SMP/MTs dan Pengalaman hidup peserta didik.
- C. Bidang Layanan : Bimbingan Belajar

IV. TUJUAN/ ARAH PENGEMBANGAN

- A. Pengembangan KES (Kehidupan Efektif Sehari-hari) :
 - 1. Agar peserta didik mampu mengingat mata pelajaran yang telah diajarkan oleh guru di sekolah.

2. Peserta didik dapat menerapkan dalam kehidupan sehari-hari mengenai 10 Cara Efektif Meningkatkan Daya Ingat.

B. Penanganan KES-T (Kehidupan Efektif Sehari-hari Terganggu) :

1. Untuk mencegah peserta didik agar tidak salah dalam menerapkan 10 Cara Efektif Meningkatkan Daya Ingat.
2. Untuk menghindari ketidaksesuaian/tidak memiliki kemampuan Daya Ingat dilingkungan.

V. JENIS LAYANAN DAN KEGIATAN PENDUKUNG

- A. Jenis Layanan : Layanan Informasi
- B. Kegiatan Pendukung : Aplikasi Instrumentasi (Observasi)

VI. METODE DAN TEKNIK

- Metode : Metode ceramah dan Tanya jawab

VII. SARANA

- A. Media : Power Point, Infokus dan Laptop
- B. Perlengkapan : Observasi, Kopian garis besar materi

VIII. SASARAN PENILAIAN HASIL PEMBELAJARAN/PELAYANAN

Diperolehnya hal-hal baru oleh peserta didik tentang 10 Cara Efektif Meningkatkan Daya Ingat.

A. KES, yaitu Kehidupan Efektif Sehari-hari dalam aspek yang mencakup :

1. Acuan (A) : Peserta didik memahami tentang 10 Cara Efektif Meningkatkan Daya Ingat di lingkungan sekolah.
2. Kompetensi (K) : Peserta didik mampu mengingat 10 Cara Efektif Meningkatkan Daya Ingat yang telah diajarkan oleh guru.
3. Usaha (U) : Usaha peserta didik agar dia dapat mengingat 10 Cara Efektif Meningkatkan Daya Ingat.

4. Rasa (R) : Peserta didik dapat merasakan 10 Cara Efektif Meningkatkan Daya Ingat dalam kehidupannya.

5. Sungguh-sungguh (S) : Kesungguhan peserta didik untuk menerapkan 10 Cara Efektif Meningkatkan Daya Ingat.

B. KES-T, yaitu terhindarnya Kesehidupan Efektif Sehari-hari yang Terganggu dalam hal :

1. Ketidakpedulian peserta didik dalam 10 Cara Efektif Meningkatkan Daya Ingat.

2. Ketidaktahuan peserta didik dalam 10 Cara Efektif Meningkatkan Daya Ingat.

C. Ridho Tuhan, Bersyukur, Ikhlas dan tabah

Memohon ridho Tuhan Yang Maha Esa untuk mencapai apa yang diinginkan, dengan adanya pelayanan BK dan memanfaatkannya secara optimal.

IX. LANGKAH KEGIATAN

A. Langkah Pengantaran (Waktu 5 Menit)

1. Mengucapkan salam dan mengajak peserta didik untuk berdo'a dalam memulai kegiatan layanan.
2. Mengecek kehadiran peserta didik dan merespon terhadap kondisi yang berkembang dari kegiatan tersebut.
3. Mengajak dan membimbing peserta didik untuk memulai kegiatan layanan dengan penuh perhatian, semangat dalam penampilan melalui berfikir, merasa, bersikap dan bertindak dan bertanggung jawab (BMB3) berkenaan dengan materi pembelajaran yang akan dibahas.
4. Menyampaikan arah materi pokok pembelajaran, yaitu dengan judul "10 Cara Efektif Meningkatkan Daya Ingat"
5. Menyampaikan tujuan dari sub topik yang dibahas.
 - a. Memiliki pemahaman tentang 10 Cara Efektif Meningkatkan Daya Ingat.
 - b. Menerapkan 10 Cara Efektif Meningkatkan Daya Ingat yang positif.

- c. Membiasakan diri untuk selalu membuat 10 Cara Efektif Meningkatkan Daya Ingat untuk mengetahui kemampuan mengingat mata pelajaran.

D. Langkah Penjajakan (Waktu 15 Menit)

1. Menanyakan kepada peserta didik tentang pengertian 10 Cara Efektif Meningkatkan Daya Ingat.
2. Menanyakan kepada peserta didik tentang 10 Cara Efektif Meningkatkan Daya Ingat.

E. Langkah Penafsiran (Waktu 10 Menit)

1. Pembahasan tentang 10 Cara Efektif Meningkatkan Daya Ingat.
2. Apa yang dapat diperoleh peserta didik tentang 10 Cara Efektif Meningkatkan Daya Ingat.
3. Langkah apa yang dilakukan peserta didik apabila mereka tidak dapat mengingat 10 Cara Efektif Meningkatkan Daya Ingat.

F. Langkah Pembinaan (Waktu 5 Menit)

1. Meminta peserta didik untuk dapat mengingat 10 Cara Efektif Meningkatkan Daya Ingat.
2. Meminta peserta didik mampu menerapkannya dalam kehidupan sehari-sehari.

G. Langkah Penilaian dan Tindak Lanjut (Waktu 5 Menit)

1. Penilaian Hasil

Diakhir proses pelayanan peserta didik diminta merefleksikan secara lisan ataupun tulisan apa yang mereka peroleh dengan pola BMB3.

- a. Berfikir : Apa yang anda pikirkan tentang 10 Cara Efektif Meningkatkan Daya Ingat ?
- b. Merasa : Apa yang anda rasakan jika anda tidak dapat 10 Cara Efektif Meningkatkan Daya Ingat ?
- c. Bersikap : Bagaimana menyikapinya jika anda lupa dengan 10 Cara Efektif Meningkatkan Daya Ingat ?

- d. Bertindak : Tindakan apa yang anda lakukan jika anda tidak dapat mengingat 10 Cara Efektif Meningkatkan Daya Ingat ?
- e. Bertanggung jawab : Komitmen apa yang anda lakukan dalam rangka meningkatkan 10 Cara Efektif Meningkatkan Daya Ingat yang telah diajarkan ?

2. Penilaian Proses

Melakukan pengecekan terhadap proses BMB3 yang sudah dilakukan oleh peserta didik melalui penugasannya yang telah diberikan. Hasil kerja siswa tentang BMB3 dikumpul oleh guru BK.

Medan, 08 Februari 2018

Mengetahui,

Guru Bimbingan dan Konseling

Mahasiswa Peneliti

(Hj. Erlina Sari, S.Pd)

NIP. 196503042003122001

(Rahim Sekedang)

NPM. 1402080032

Disetujui;

Kepala MTs Negeri 2 Medan

(Drs. Musianto, M.A)

NIP. 19661231199031015

10 CARA EFEKTIF MENINGKAT DAYA INGAT

Otak merupakan organ yang sangat penting dalam kehidupan manusia. Organ ini berfungsi dari mulai untuk berpikir hingga alam bawah sadar. Jamak diketahui, fungsi kerja otak menurun pada orang-orang berusia lanjut. Itulah mengapa kakek dan nenek kita kerap kali menderita penyakit pikun atau mudah lupa. Meski demikian, tidak sedikit pula orang muda yang mudah lupa alias daya ingatnya tidak baik. Apakah Anda salah satu dari mereka ? Jangan khawatir. Saya punya solusi untuk Anda. Berikut 10 cara yang dapat membantu Anda meningkatkan daya ingat.

1. Berolahraga Teratur

Walaupun dengan berolahraga bagian yang digerakkan adalah fisik, namun ternyata otak juga turut meningkat kemampuannya. Saat manusia berolahraga, otak akan bekerja pada kapasitas maksimalnya, sehingga memicu perbanyakan sel saraf yang kemudian akan memperkuat ikatan antar sel otak dan menjaganya dari kerusakan. Selain itu, sel saraf juga mengeluarkan protein yang bernama fakto neurotropis. Protein ini akan memicu produksi berbagai zat kimia untuk otak yang lebih sehat serta peningkatan kemampuan kognitif, termasuk kemampuan belajar. Sebuah penelitian pada tahun 2010 yang telah dipublikasikan dalam jurnal Neuroscience juga telah membuktikan bahwa olahraga secara rutin tidak hanya meningkatkan aliran darah menuju otak, namun juga dapat membuat penyelesaian pekerjaan dua kali lebih cepat dibanding mereka yang tidak berolahraga.

Olahraga apa yang perlu Anda lakukan? Bergantung pada kesukaan dan kondisi Anda. Di antaranya adalah berenang, lari pagi, nge-gym, atau bersepeda sebanyak 3 kali seminggu.

2. Perhatikan Asupan Makanan

Untuk meningkatkan daya ingat otak, tentunya otak Anda perlu diberikan nutrisi yang baik untuk menjaga memori. Sebetulnya cukup sederhana menjaga asupan makanan untuk otak, dengan cara lebih banyak mengonsumsi sayuran serta mengurangi makanan yang banyak mengandung gula. Beberapa zat tambahan lainnya yang sangat baik untuk perkembangan otak adalah omega-3 dan MCT (medium-chain triglycerides). Omega-3 sangat mudah didapatkan dari ikan salmon, minyak ikan, kedelai, bayam, dan makanan laut. Sementara itu MCT adalah zat yang sangat tinggi kadarnya dalam minyak kelapa.

3. Terus Mempelajari Hal Baru

Otak harus terus bekerja sehingga sel-sel di dalamnya tetap saling terhubung. Salah satu cara menguatkan daya ingat dan konsentrasi adalah dengan mempelajari berbagai macam hal baru. Mempelajari hal baru yang membutuhkan kemampuan kognitif seperti menjahit atau merajut menurut sebuah penelitian memang cukup berhasil dalam menjaga daya ingat pada para lansia. Kuncinya hanya satu, yaitu mencari aktivitas yang disukai dan menstimulasi otak. Berbagai pilihan dapat dilakukan misalnya membaca buku, mempelajari instrumen musik, merakit puzzle, berkebun, atau membuat kerajinan tangan.

4. Hindari Multitasking

Multitasking memang diperlukan dalam pekerjaan sehari-hari, apalagi bagi para ibu rumah tangga yang setiap hari selalu sibuk di rumah. Namun, ternyata terlalu sering menyelesaikan pekerjaan secara multitasking dapat berdampak negatif pada daya ingat. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa setiap manusia rata-rata membutuhkan sekitar 8 detik untuk menyimpan memori ke dalam otak. Sehingga ketika misalnya seseorang menelepon sambil mengangkut barang belanjaan dan meletakkan kunci, kemungkinan Anda akan tidak fokus dan beberapa menit kemudian tidak berhasil mengingat salah satunya. Sebaliknya, orang yang fokus menyelesaikan suatu pekerjaan akan memiliki ingatan yang lebih baik. Oleh karena itu, selesaikan satu pekerjaan sebelum Anda mulai mengerjakan pekerjaan lain.

5. Melatih Konsep Mnemonik

Konsep mnemonik dikenal pula dengan jembatan keledai. Anda mungkin pernah diajarkan untuk lebih mudah mengingat sesuatu dengan cara membuat jembatan keledai ini. Mnemonik dapat dilakukan dengan berbagai cara, antara lain:

- membuat akronim atau singkatan
- memvisualisasikan suatu benda untuk mengingat hal yang harus dilakukan
- memotong-motong informasi sehingga lebih mudah untuk diingat, seperti saat mencoba mengingat nomor telepon.

6. Tidur Cukup di Malam Hari

Sebuah penelitian yang dilakukan di Harvard University membuktikan bahwa manusia akan memiliki otak yang lebih kuat ingatannya jika mendapatkan tidur yang cukup di malam hari. Tidur cukup juga dapat meningkatkan kemampuan Anda untuk hal-hal yang lebih menantang. Tidur yang cukup juga berlaku untuk perkembangan otak balita. Balita yang dibiasakan untuk tidur siang terbukti akan memiliki kemampuan kognitif yang lebih baik ketika dewasa nantinya.

7. Melakukan Permainan Otak

Cara lainnya untuk meningkatkan daya ingat adalah dengan melakukan permainan otak, yang dapat membuat otak sedikit berpikir sehingga tetap terhubung sel-sel di dalamnya. Jika seseorang tidak atau jarang mengasah kemampuan otak, sel-sel dalam otak mulai terdegenerasi sehingga menjadi mudah lupa. Memainkan permainan otak contohnya adalah bermain catur yang membutuhkan fokus untuk memikirkan beberapa langkah ke depan. Sekarang ini juga sudah banyak website yang menyediakan permainan otak secara gratis seperti lumosity.com. Cobalah secara rutin melatih otak dengan melakukan permainan otak paling tidak selama 20 menit dalam sehari. Jika Anda tidak terlalu menyukai permainan otak, Anda bisa belajar bahasa asing atau mengembangkan hobi dan kemampuan baru.

8. Repetisi Ingatan

Bahkan seorang penghafal yang baik perlu waktu untuk mengulang-ulang hafalannya sehingga lebih sempurna. Pengulangan atau repetisi adalah sebuah cara yang rasanya memang dibutuhkan jika ingin meningkatkan kemampuan otak

untuk mengingat sesuatu. Setelah mempelajari sesuatu, berikan jeda beberapa saat, kemudian lakukan review kembali atas apa yang telah Anda pelajari. Hal ini akan membuat otak terlatih untuk membuka ingatan masa lalu sehingga tidak mudah melupakan hal-hal penting. Repetisi ingatan dapat dilakukan dengan bantuan mencatat hal yang penting di buku catatan, mengulangi nama seseorang yang baru dikenal berulang-ulang, serta mengulang kalimat yang dikatakan seseorang pada Anda.

9. Hidup Terorganisir

Sering melupakan suatu acara, hari ulang tahun, atau janji pertemuan dengan rekan kerja ? Mulailah untuk hidup lebih terorganisir untuk mengurangi pikun karena kecerobohan diri sendiri. Milikilah sebuah agenda harian atau install aplikasi *organizer* yang banyak secara gratis dibagikan untuk digunakan pada smartphone Anda. Memiliki agenda harian akan membuat seseorang lebih fokus dan meningkatkan ingatan. Jika memiliki sebuah agenda, usahakan membawa ke mana pun agenda tersebut sehingga ketika ada hal yang perlu dicatat, Anda sudah siap sedia dan tidak lupa untuk mencatatnya.

10. Visualisasikan Bagi orang-orang yang tidak memiliki ingatan fotografis

(*photographic memory*), mengingat nama orang dan wajahnya bisa menjadi suatu hal yang sulit. Terkadang orang hanya mengenali wajah orang lain tanpa mampu mengingat namanya. Di lain waktu, ada orang yang hanya sanggup mengingat nama dan tidak terbayang wajahnya. Untuk masalah ini, ada baiknya Anda melakukan visualisasi demi ingatan yang lebih baik tentang orang lain. Visualisasi dapat dilakukan misalnya dengan mengambil foto bersama saat

bertemu, dan menyimpannya di ponsel sebagai foto kontak, sehingga ketika dihubungi selanjutnya, Anda sudah mengenali nama dan wajah orang tersebut. Visualisasi dapat pula dilakukan dengan mengibaratkan nama seseorang dengan suatu hal lainnya. Misalkan untuk orang yang bernama Alissa, visualisasikan di dalam pikiran Anda bahwa Alissa itu memiliki alis yang indah, sehingga ketika bertemu kembali, Anda bisa langsung fokus pada alisnya dan mengingat namanya dengan benar.

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

DATA PRIBADI

Nama : Rahim Sekedang
Tempat / Tanggal Lahir : Kuta Batu II, 30 Mei 1995
Jenis Kelamin : Laki-laki
Agama : Islam
Kewarganegaraan : Indonesia
Status Perkawinan : Belum Menikah
Alamat : Desa Rih Mbelang, Kec. Lawe Alas, Kab. Aceh
Tenggara.

DATA ORANG TUA

Ayah : Aludin Sekedang
Ibu : Abu Esah
Alamat : Desa Rih Mbelang, Kec. Lawe Alas, Kab. Aceh
Tenggara.

PENDIDIKAN

1. Lulus SD Negeri Kuta Batu pada Tahun 2008
2. Lulus SMP Negeri 3 Lawe Alas pada Tahun 2011
3. Lulus SMA Negeri 2 Kuta Cane pada Tahun 2014
4. Terdaftar sebagai Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Tahun 2014 – 2018

Demikian daftar riwayat hidup ini saya buat dengan sebenar-benarnya.