

METODE SQ3R

Dra. Lilis Siti Sulistyaningsih, M. Pd.

Universitas Pendidikan Indonesia

A. Pengertian Metode SQ3R

Sering kita mengalami kesulitan dalam memahami sebuah buku atau bahan bacaan lainnya. Tidak jarang untuk memahami sebuah bacaan, kita membaca lebih dari satu kali. Mengapa demikian?

Banyak orang yang membaca sebuah buku atau bacaan lain dengan cara membaca keseluruhan bacaan itu sekaligus. Dengan cara itu, orang tersebut beranggapan akan dapat memahami bacaan itu dengan baik. Ternyata anggapan tersebut tidak terlalu tepat. Untuk memahami suatu bacaan, tidaklah sekedar membaca, tetapi memerlukan strategi yang tepat, cepat, dan memperoleh hasil yang baik.

Membaca sebuah buku, dapat dimulai dengan membaca sekilas atau skimming, kemudian dilanjutkan dengan membaca secara intensif. Membaca sekilas bertujuan untuk memperoleh kesan umum dari sebuah buku. Akan tetapi, buku itu juga harus dipelajari secara intensif. Kita tidak hanya membaca buku itu secara meluas, tetapi perlu juga secara mendalam. Membaca secara intensif diperlukan untuk memperoleh informasi yang lebih bermutu, lebih berbobot, lebih kental, dan lebih utuh. Untuk kegiatan membaca seperti itu, kita dituntut untuk *relational thinking* (Widyamartaya, 1992).

Pemahaman bacaan merupakan kemampuan untuk mengerti ide-ide pokok, perincian yang penting dari bacaan, dan pengertian yang menyeluruh terhadap bacaan itu. Oleh karena itu, kita perlu menguasai kosakata dan struktur tulisan dengan baik.

Banyak cara atau metode yang telah dikembangkan untuk keterampilan membaca dalam kurun waktu lima puluh tahun terakhir ini. Salah satu di antaranya ialah metode SQ3R. Apakah SQ3R itu?

SQ3R merupakan suatu metode membaca yang sangat baik untuk kepentingan membaca secara intensif dan rasional. Metode membaca ini baik untuk keperluan studi. Metode membaca untuk studi ini dianjurkan oleh seorang guru besar psikologi dari Ohio State University, yaitu Prof. Francis P. Robinson, tahun 1941. Metode ini merupakan salah satu metode membaca yang makin lama makin dikenal orang dan banyak digunakan. Kegiatan membaca dengan menggunakan metode SQ3R mencakup lima langkah sebagai berikut ini.

- 1) Survei (penelaahan pendahuluan),
- 2) Question (bertanya),
- 3) Read (baca),
- 4) Recite (mengutarakan kembali),
- 5) Review (mengulang kembali).

B. Karakteristik Metode SQ3R

Untuk menggunakan metode ini, sebelum membaca kita melakukan survei terhadap bacaan atau buku untuk memperoleh gambaran umum dari suatu bacaan dengan cara melihat bagian permulaan dan akhir. Misalnya, pada saat akan membaca buku, kita menyurvei terlebih dahulu judul buku, nama pengarang, nama penerbit, tahun terbit, daftar isi, kata pengantar, rangkuman, dan daftar pustaka. Setelah menyurvei buku, kita merumuskan beberapa pertanyaan untuk diri sendiri tentang bacaan tersebut yang diharapkan jawabannya ada dalam buku itu. Hal itu akan membantu dan menuntun kita memahami bacaan. Dengan bekal rumusan pertanyaan-pertanyaan tadi, barulah kita membaca. Pertanyaan itu merupakan penentuan yang dapat membantu pembaca menemukan informasi yang diinginkannya dengan cepat.

Untuk mengetahui penguasaan terhadap bacaan, setelah membaca, kita lakukan kegiatan menceritakan/mengutarakan kembali dengan kata-kata sendiri. Untuk membantu daya ingat, kita membuat catatan-catatan kecil.

Kegiatan membaca dengan menggunakan metode SQ3R diakhiri dengan kegiatan meninjau kembali/mengulang kembali apa yang sudah kita baca. Kita tidak perlu membaca ulang bacaan itu secara keseluruhan, tetapi hanya memeriksa bagian-bagian

yang dianggap penting yang memberikan gambaran keseluruhan dari bacaan, juga untuk menemukan hal-hal penting yang mungkin terlewat pada saat kita membaca sebelumnya.

Begitulah gambaran singkat kegiatan membaca yang menggunakan metode SQ3R. Dengan demikian, yang dimaksud dengan SQ3R adalah suatu metode membaca untuk menemukan ide-ide pokok dan pendukungnya serta membantu mengingat agar lebih tahan lama melalui lima langkah kegiatan, yaitu ***survei, question, read, recite, dan review.***

C. Langkah-langkah Metode SQ3R

Langkah 1 : Survey

Jika kita membaca sebuah buku, apa yang pertama-tama kita lakukan? Apakah kita langsung membaca buku tersebut?

Sebelum membaca, biasanya orang menyediakan waktu beberapa menit untuk mengenal keseluruhan anatomi buku. Caranya dengan membuka-buka buku secara cepat dan keseluruhan yang langsung tampak. Anatomi buku meliputi (1) bagian pendahuluan, seperti halaman judul (judul, nama pengarang, penerbit, tempat penerbit, tahun terbit, dan sebagainya), daftar isi, halaman ucapan terima kasih, daftar tabel, dan daftar gambar (jika ada), barangkali juga halaman yang berisi persetujuan yang berwenang menerbitkan buku tersebut, dan abstraksi; (2) bagian isi buku, yang menggambarkan urutan dan tata penyajian isi buku; (3) bagian akhir buku, yaitu berisi kesimpulan, saran atau rekomendasi, daftar pustaka, dan indeks.

Semua unsur dilihat secara sekilas, minimal untuk memberikan gambaran isi, kemenarikan, dan kemanfaatannya. Buku yang baik (bersifat ilmiah) hendaknya mengandung bagian-bagian buku tersebut. Jadi, dalam membaca buku tidak langsung masuk ke dalam batang tubuh bacaan tersebut. Apakah kita juga melakukan hal-hal yang sama sebelum membaca?

Langkah 2 : *Question*

Pada saat kita menghadapi sebuah bacaan, pernahkah kita mengajukan pertanyaan pada diri sendiri tentang hal-hal yang berkaitan dengan bacaan? Pertanyaan-pertanyaan itu dapat menuntun kita memahami bacaan dan mengarahkan pikiran pada isi bacaan yang akan dimasuki sehingga kita bersikap aktif. Kita tidak hanya mengikuti apa saja yang dikatakan pengarang. Kita boleh mengkritik dan mempertanyakan apa yang dikatakan pengarang sambil nanti melihat buktinya

Langkah 3 : *Read*

Setelah kita menyurvei dan merumuskan pertanyaan-pertanyaan, kita mulai melakukan kegiatan membaca. Tidak perlu semua kalimat, kita dapat membaca dengan dituntun oleh pertanyaan-pertanyaan yang telah dirumuskan. Perlambat cara membaca kita pada bagian-bagian yang penting atau yang kita anggap sulit dan percepat kembali pada bagian-bagian yang tidak penting atau yang telah kita ketahui. Dengan demikian, kegiatan membaca kita relatif lebih cepat dan efektif, tetapi pemahaman yang menyeluruh tentang bacaan atau buku tersebut telah kita dapatkan. Pada langkah ini konsentrasi diri sangatlah penting.

Langkah 4 : *Recite*

Setiap kita selesai membaca satu bagian berhentilah sejenak. Buatlah catatan-catatan penting tentang bagian yang dibaca itu dengan kata-kata sendiri, lakukan itu terus sampai kita selesai membaca. Catatan itu dapat berupa kutipan, simpulan, atau komentar kita. Jika kita masih mengalami kesulitan, ulangi sekali lagi bagian yang sulit itu. Catatan-catatan tersebut akan membantu kita untuk mengingat apa yang sudah dibaca agar tidak sampai terjadi begitu selesai membaca hilang pula apa yang telah kita baca.

Langkah 5 : *Review*

Setelah kita selesai membaca buku secara keseluruhan, tinjau kembali hal-hal penting yang telah kita baca. Temukan bagian-bagian penting yang perlu untuk diingat kembali, terutama hal-hal yang telah diberi tanda atau digarisbawahi. Pengulangan

kembali ini akan membantu daya ingat kita untuk memperjelas pemahaman terhadap bacaan, juga membantu menemukan hal penting yang mungkin terlewat sebelumnya. Selain itu, kita juga mendapatkan isi buku secara keseluruhan. Dari uraian di atas, kita mengetahui bahwa kegiatan membaca dengan menggunakan metode SQ3R akan lebih efektif dan efisien serta memungkinkan memberi hasil yang maksimal.

Referensi

Nurhadi. 1987. *Membaca cepat dan efektif*. Bandung: CV Sinar Baru.

Nurhadi. 1989. *Bagaimana Meningkatkan Kemampuan Membaca?* Bandung : Sinar Baru.

Soedarso. 1988. *Sistem Membaca Cepat dan Efektif*. Jakarta: Gramedia.

Tampubolon, D.P. 1987. *Kemampuan Membaca: Teknik Membaca Efektif dan Efisien*. Bandung: Angkasa.

Widyamartaya, A. 1992. *Seni Membaca untuk Studi*. Yogyakarta: Kanisius