

MENGEMBANGKAN BAHAN AJAR BAHASA INDONESIA

Dr. Maman Suryaman, M.Pd.

A. Pengantar

Di dalam PP Nomor 19 Tahun 2005 Pasal 20 dinyatakan bahwa pendidik diharapkan mengembangkan materi pembelajaran. Pengaturan ini dipertegas melalui Permendiknas Nomor 41 Tahun 2007 tentang Standar Proses yang berbunyi perencanaan proses pembelajaran yang mensyaratkan pendidik untuk mengembangkan rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP). Salah satu komponen RPP adalah materi ajar. Dengan demikian, pendidik harus mengembangkan materi ajar atau bahan ajar sebagai salah satu sumber belajar.

B.**Pengertian Bahan Ajar**

Bahan ajar atau materi ajar merupakan seperangkat materi pembelajaran (*teaching materials*) yang disusun secara sistematis, menampilkan sosok utuh dari kompetensi yang akan dikuasai siswa dalam kegiatan pembelajaran (*website* Dikmenjur Depdiknas). Jenis bahan ajar meliputi petunjuk belajar (petunjuk siswa/pendidik), kompetensi yang akan dicapai, isi materi pembelajaran, informasi pendukung, latihan-latihan, petunjuk kerja (seperti lembar kerja atau LKS), evaluasi, dan respons atau umpan balik hasil evaluasi.

C.**Fungsi Bahan Ajar**

Salah satu tugas utama pendidik adalah merencanakan pembelajaran. Di dalam tugas perencanaan pembelajaran itu terdapat bagian berupa bahan ajar. Ketersediaan bahan ajar merupakan tanggung jawab pendidik yang berfungsi sebagai pedoman bagi pendidik yang akan mengarahkan semua aktivitasnya dalam proses pembelajaran, sekaligus merupakan substansi kompetensi yang seharusnya diajarkan kepada siswa; pedoman bagi siswa yang akan mengarahkan semua aktivitasnya dalam proses pembelajaran, sekaligus merupakan substansi kompetensi yang seharusnya dipelajari/dikuasainya; dan alat evaluasi pencapaian/penguasaan hasil pembelajaran (Direktorat Pembinaan SMA, 2008: 6)

D.**Jenis-Jenis Bahan Ajar**

Terdapat beberapa jenis bahasa ajar menurut rumusan Direktorat Pembinaan SMA (2008: 11-15), yakni *hand out*, buku, modul, Lembar Kegiatan Siswa (LKS), brosur, leaflet, *wallchart*, dan foto/gambar. Namun, hanya jenis *hand out* dan LKS yang akan dikembangkan.

a. *Hand out*

Hand out adalah bahan tertulis yang disiapkan oleh seorang pendidik untuk memperkaya pengetahuan peserta didik. Menurut kamus Oxford, *hand out* adalah pernyataan yang telah disiapkan oleh pembicara.

Hand out umumnya diambil dari beberapa literatur yang memiliki relevansi dengan materi yang diajarkan (kompetensi dasar/KD) dan materi pokok yang harus dikuasai oleh siswa. *Hand out* dapat diperoleh dengan berbagai cara, di antaranta cara mengunduh dari internet atau menyadur dari sebuah buku.

b. *Lembar Kegiatan Siswa (LKS)*

Lembar kegiatan siswa (*student worksheet*) adalah lembaran-lembaran berisi tugas yang harus dikerjakan oleh siswa. Lembar kegiatan siswa (LKS) umumnya berupa petunjuk, langkah-langkah untuk menyelesaikan suatu tugas. Suatu tugas yang diperintahkan dalam LKS harus jelas KD yang akan dicapainya. LKS dapat digunakan untuk mata pembelajaran apa saja. Tugas-tugas dalam LKS tidak dapat dikerjakan oleh siswa secara baik apabila tidak dilengkapi dengan buku lain atau referensi lain yang terkait. Tugas-tugas yang diberikan kepada siswa dapat berupa teoretis dan atau tugas-tugas praktis.

Dalam menyiapkannya pendidik harus cermat dan memiliki pengetahuan dan keterampilan yang memadai, karena sebuah LKS harus memenuhi paling tidak kriteria yang berkaitan dengan tercapai/tidaknya sebuah KD dikuasai oleh siswa. Dalam mata pelajaran bahasa Indonesia, LKS dapat dikembangkan per-KD.

E.Penentuan Cakupan dan Urutan Bahan Ajar

1. Penentuan Cakupan Bahan Ajar

Selain memperhatikan jenis materi pembelajaran juga harus memperhatikan prinsip-prinsip yang perlu digunakan dalam menentukan cakupan materi pembelajaran yang menyangkut keluasan dan kedalaman materinya. Keluasan cakupan materi berarti menggambarkan berapa banyak materi-materi yang dimasukkan ke dalam suatu materi pembelajaran, sedangkan kedalaman materi menyangkut seberapa detail konsep-konsep yang terkandung di dalamnya harus dipelajari/dikuasai oleh siswa.

Prinsip berikutnya adalah prinsip kecukupan (*adequacy*). Kecukupan (*adequacy*) atau memadainya cakupan materi juga perlu diperhatikan dalam pengertian. Cukup tidaknya aspek materi dari suatu materi pembelajaran akan sangat membantu tercapainya penguasaan kompetensi dasar yang telah ditentukan.

Cakupan atau ruang lingkup materi perlu ditentukan untuk mengetahui apakah materi yang harus dipelajari oleh murid terlalu banyak, terlalu sedikit, atau telah memadai sehingga sesuai dengan kompetensi dasar yang ingin dicapai. Misalnya dalam mata pelajaran Bahasa Indonesia: salah satu kompetensi dasar yang diharapkan dimiliki siswa "Membuat Surat Dinas". Setelah diidentifikasi, ternyata

materi pembelajaran untuk mencapai kemampuan membuat surat dinas tersebut termasuk jenis prosedur. Jika kita analisis, secara garis besar cakupan materi yang harus dipelajari siswa agar mampu membuat surat dinas meliputi: (1) pembuatan draf atau konsep surat, (2) pengetikan surat, (3) pemberian nomor agenda dan (4) pengiriman. Setiap jenis dari keempat materi tersebut masih dapat dirinci lebih lanjut.

2. Penentuan Urutan Bahan Ajar

Urutan penyajian (*sequencing*) bahan ajar sangat penting untuk menentukan urutan mempelajari atau mengajarkannya. Tanpa urutan yang tepat, jika di antara beberapa materi pembelajaran mempunyai hubungan yang bersifat prasyarat (*prerequisite*) akan menyulitkan siswa dalam mempelajarinya.

Materi pembelajaran yang sudah ditentukan ruang lingkup serta kedalamannya dapat diurutkan melalui dua pendekatan pokok, yaitu pendekatan prosedural dan hierarkis.

a. Pendekatan prosedural

Urutan materi pembelajaran secara prosedural menggambarkan langkah-langkah secara urut sesuai dengan langkah-langkah melaksanakan suatu tugas. Misalnya langkah-langkah menelepon, langkah-langkah mengoperasikan peralatan kamera video, langkah-langkah dalam buku petunjuk melakukan sesuatu, langkah-langkah menulis karya ilmiah, langkah-langkah dalam memberi sambutan atau berpidato, dan lain-lain.

b. Pendekatan hierarkis

Urutan materi pembelajaran secara hierarkis menggambarkan urutan yang bersifat berjenjang dari bawah ke atas atau dari atas ke bawah. Materi sebelumnya harus dipelajari dahulu sebagai prasyarat untuk mempelajari materi berikutnya. Misalnya, menulis karya ilmiah, mendongeng, dan lain-lain.

F.Memilih dan Mengadaptasi Bahan Ajar

Di bawah ini dijelaskan langkah-langkah memilih dan mengadaptasi bahan ajar.

1. Mengidentifikasi aspek-aspek yang terdapat dalam SK dan KD

Pendidik mengidentifikasi aspek-aspek standar kompetensi dan kompetensi dasar yang harus dipelajari atau dikuasai siswa. Aspek tersebut perlu ditentukan, karena setiap aspek standar kompetensi dan kompetensi dasar memerlukan jenis materi yang berbeda-beda dalam kegiatan pembelajaran.

Setiap aspek standar kompetensi tersebut memerlukan materi pembelajaran atau bahan ajar yang berbeda-beda untuk membantu pencapaiannya.

2. *Identifikasi jenis-jenis materi pembelajaran*

Sejalan dengan berbagai jenis aspek standar kompetensi, materi pembelajaran juga dapat dibedakan menjadi jenis materi aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik. Materi pembelajaran aspek kognitif secara rinci dapat dibagi menjadi empat jenis, yaitu: fakta, konsep, prinsip dan prosedur (Reigeluth, 1987). Materi pembelajaran aspek afektif meliputi: pemberian respon, penerimaan (apresiasi), internalisasi, dan penilaian. Materi pembelajaran aspek motorik terdiri dari gerakan awal, semi rutin, dan rutin.

3. *Memilih jenis materi yang sesuai dengan SK dan KD*

Pilih jenis materi yang sesuai dengan standar kompetensi yang telah ditentukan. Perhatikan pula jumlah atau ruang lingkup yang cukup memadai sehingga mempermudah siswa dalam mencapai standar kompetensi.

Berpijak dari aspek-aspek standar kompetensi dan kompetensi dasar yang telah diidentifikasi, langkah selanjutnya yang Anda lakukan adalah memilih jenis materi yang sesuai dengan aspek-aspek yang terdapat dalam standar kompetensi dan kompetensi dasar tersebut.

Setelah jenis materi pembelajaran teridentifikasi, langkah berikutnya adalah pilihlah jenis materi yang sesuai dengan standar kompetensi atau kompetensi dasar yang harus dikuasai peserta didik. Identifikasi jenis materi pembelajaran juga penting untuk keperluan mengajarkannya. Setiap jenis materi pembelajaran memerlukan strategi pembelajaran atau metode, media, dan sistem evaluasi/penilaian yang berbeda-beda. Misalnya metode mengajarkan materi fakta atau hapalan adalah dengan menggunakan “jembatan keledai”, “*jembatan ingatan*” (*mnemonics*), sedangkan metode untuk mengajarkan prosedur adalah “demonstrasi”.

Cara yang paling mudah untuk menentukan jenis materi pembelajaran yang akan diajarkan adalah dengan jalan mengajukan pertanyaan tentang kompetensi dasar yang harus dikuasai siswa. Dengan mengacu pada kompetensi dasar, kita akan mengetahui apakah materi yang harus kita ajarkan berupa fakta, konsep, prinsip, prosedur, aspek sikap, atau psikomotorik. Berikut adalah pertanyaan-pertanyaan penuntun untuk mengidentifikasi jenis materi pembelajaran:

- a. Apakah kompetensi dasar yang harus dikuasai siswa berupa mengingat nama suatu objek, simbol atau suatu peristiwa? Kalau jawabannya “ya” maka materi pembelajaran yang harus diajarkan adalah “fakta”.
Misalnya KD 1.1 menyimpulkan isi berita yang dibacakan dalam beberapa kalimat dan 1.2 menuliskan kembali berita yang dibacakan ke dalam beberapa kalimat.
- b. Apakah kompetensi dasar yang harus dikuasai siswa berupa kemampuan untuk menyatakan suatu definisi, menuliskan ciri khas sesuatu, mengklasifikasikan atau mengelompokkan beberapa contoh objek sesuai

dengan suatu definisi? Kalau jawabannya “ya” berarti materi yang harus diajarkan adalah “konsep”.

Misalnya materi mendefinisikan (pengertian) berita, ciri-ciri berita, dan pengelompokan berita.

Apakah kompetensi dasar yang harus dikuasai siswa berupa menjelaskan atau melakukan langkah-langkah atau prosedur secara urut atau membuat sesuatu? Bila “ya” maka materi yang harus diajarkan adalah “prosedur”. Misalnya, langkah-langkah membaca puisi, langkah-langkah membaca dongeng, langkah-langkah membaca cerita, atau langkah-langkah menulis puisi dengan teknik tertentu.

- c. Apakah kompetensi dasar yang harus dikuasai siswa berupa menentukan hubungan antara beberapa konsep atau menerapkan hubungan antara berbagai macam konsep? Bila jawabannya “ya”, materi pembelajaran yang harus diajarkan termasuk ke dalam kategori “prinsip”.
- d. Apakah kompetensi dasar yang harus dikuasai siswa berupa memilih berbuat atau tidak berbuat berdasar pertimbangan baik buruk, suka tidak suka, indah tidak indah? Jika jawabannya “ya”, materi pembelajaran yang harus diajarkan berupa aspek afektif, sikap, atau nilai. Misalnya, Andi memilih sebuah puisi setelah di sekolah diajarkan nilai-nilai yang terkandung di dalam sebuah puisi.
- e. Apakah kompetensi dasar yang harus dikuasai siswa berupa melakukan perbuatan secara fisik? Jika jawabannya “ya”, materi pembelajaran yang harus diajarkan adalah aspek motorik. Misalnya, dalam pembelajaran menulis iklan, siswa diharapkan mampu menulis iklan dengan kriteria tertentu. Materi pembelajaran yang harus diajarkan adalah teknik menulis iklan.

4. *Memilih sumber bahan ajar*

Setelah jenis materi ditentukan langkah berikutnya adalah menentukan (memilih) sumber bahan ajar. Materi pembelajaran atau bahan ajar dapat ditemukan dari berbagai sumber seperti buku pelajaran, majalah, jurnal, koran, internet, media audiovisual, dan sebagainya. Memilih bahan ajar didasarkan pada kondisi siswa, lingkungan, ketersediaan media, sarana prasarana.

DAFTAR PUSTAKA

Direktorat Pembinaan Sekolah Menengah Atas. 2008. *Panduan Pengembangan Bahan Ajar*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.

Direktorat Pembinaan SMP. 2006. *Pedoman Memilih dan Menyusun Bahan Ajar*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.

CONTOH MATERI AJAR

Berikut ini disajikan contoh materi ajar hasil pengembangan terkait dengan kompetensi dasar membaca cepat.

Informasi awal mengenai SK-KD

Standar Kompetensi

Berkomunikasi dengan Bahasa Indonesiasetara tingkat Semenjana.

Kompetensi Dasar

1.3 Membaca cepat untuk memahami informasi tertulis dalam konteks Bermasyarakat

Indikator dan tujuan pembelajaran

Membaca cepat lanjutan dengan menerapkan teknik pindai (*scanning*) dan layap (*skimming*) sehingga mencapai 230-250 kata per menit.

Dengan tujuan:

1. Siswa secara individual mengetahui kecepatan membaca dan daya ingat saat ini.
2. Siswa secara individual mampu meningkatkan kemampuan membaca cepat dan daya ingat dari kemampuan yang dimiliki saat ini.
3. Siswa secara individual mampu meningkatkan pemahaman terhadap teks melalui membaca cepat.
4. Siswa secara individual mampu membuat ringkasan dari hasil menjawab pertanyaan teks dalam beberapa kalimat yang runtut.

Substansi materi ajar

MEMBACA CEPAT

“Untuk jangka waktu panjang, lebih baik Anda jujur pada diri sendiri” G. Wainwright.

Kata-kata bijak di atas memiliki kaitan erat dengan latihan membaca cepat. Mengapa? Kecenderungan kita ingin segera dapat melakukan sesuatu tanpa mau melewati prosesnya. Begitupun dengan membaca cepat. Seringkali kita tidak sabar untuk berlatih membaca cepat karena adanya anggapan bahwa kita sudah dapat membaca.

Menurut pakar membaca Gordon Wainwright (Wainwright, 2006:1) sebelum mengawali proses meningkatkan keterampilan membaca, kamu perlu mengetahui

titik awalnya. Meskipun secara tradisional kinerja membaca semata-mata diukur dari segi pemahaman, sebagian besar orang ingin meningkatkan kemampuan membaca sekaligus mengingat apa yang dibaca secara efektif ketika diperlukan. Namun, untuk sampai kepada pemahaman yang baik, diperlukan daya ingat yang bagus. Prasyarat meraih kemampuan ini adalah kita harus terlebih dahulu mencari tahu kecepatan membaca dan kemampuan mengingat.

Kamu akan berlatih membaca cepat 250 kata per menit. Untuk itu, kemampuan khusus yang harus dilatih adalah mengetahui kecepatan membaca dan daya ingat saat ini; meningkatkan kemampuan membaca cepat dan daya ingat dari kemampuan yang dimiliki saat ini; meningkatkan pemahaman terhadap teks melalui membaca cepat; serta membuat ringkasan dari hasil menjawab pertanyaan teks dalam beberapa kalimat yang runtut.

Seorang pembaca yang baik adalah pembaca yang mempunyai kecepatan membaca yang baik dengan pemahaman serta daya ingat yang baik pula. Seseorang yang cepat membaca tetapi tidak dapat memahami serta daya ingatnya jelek, tidak dapat dikatakan sebagai pembaca yang baik. Begitu pula sebaliknya, pembaca yang dapat memahami isi bacaan tetapi dengan daya ingat yang lemah serta lambat dalam kecepatannya, dia pun tidak dapat dikatakan sebagai pembaca yang baik. Jadi, pembaca yang baik adalah pembaca yang memiliki kecepatan yang baik dengan pemahaman serta daya ingat yang baik pula.

Mengapa kita perlu memiliki kemampuan membaca cepat? Sumber bacaan dalam kehidupan sehari-hari sangat banyak. Ada yang perlu dibaca sepiantas saja. Ada yang harus dibaca secara intensif. Ada yang harus dibaca secara luas. Ada pula yang harus dibaca dengan cara memindai. Kecepatan masing-masing jenis tersebut tergantung kepada jenis bacaan serta tujuan kita membaca. Berikut ini macam-macam membaca cepat untuk berbagai macam keperluan.

Tabel
Membaca Cepat Beragam Keperluan

No	Kecepatan membaca	Tujuan
1.	Lebih dari 1000 kata per menit (kpm)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Mengenal bahan yang akan dibaca ▪ Mencari jawaban atas pertanyaan tertentu ▪ Mendapatkan struktur dan organisasi bacaan serta menemukan gagasan umum bacaan itu.
2.	500-800 kpm	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Membaca teks yang mudah dan telah dikenali ▪ Membaca novel ringan untuk mengikuti jalan ceritanya

3.	350-500 kpm	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Membaca bacaan yang mudah dalam bentuk deskriptif dan bahan-bahan nonfiksi lain yang bersifat informatif ▪ Membaca fiksi yang agak sulit untuk menikmati keindahan sastranya dan mengantisipasi akhir cerita.
4.	250-350 kpm	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Membaca fiksi yang kompleks untuk analisis watak serta jalan ceritanya ▪ Membaca nonfiksi yang agak sulit, untuk mendapatkan detail, mencari hubungan, atau membuat evaluasi ide penulis.
5	100-125 kpm	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Mempelajari bahan-bahan yang sulit dan untuk menguasai isinya ▪ Menguasai bahan-bahan ilmiah yang sulit dan bersifat teknik ▪ Membuat analisis bahan bernilai sastra klasik.

Ukuran pemahaman isi/informasi objek bacaan setidaknya-tidaknya mencapai 60% dikuasai pembaca cepat. Beberapa keperluan yang dapat kita penuhi melalui membaca cepat antara lain untuk:

- a) mengenali atau mencari topik bacaan;
- b) mencari bagian penting yang kita perlukan;
- c) mengetahui organisasi/struktur penulisan; dan
- d) melakukan penyegaran terhadap hal-hal yang pernah kita baca.

Teknik membaca cepat yang perlu kita kuasai dan kita terapkan yaitu:

- 1). Teknik pindai (*scanning*), yakni membaca cepat untuk menemukan/memperoleh suatu informasi tanpa membaca secara lengkap bagian-bagian yang tidak perlu. Misalnya, jika kita mencari nomor telepon di buku telepon, mencari arti kata/istilah dalam kamus, atau mencari suatu mata acara televisi di surat kabar.
- 2) Teknik layap (*skimming*), yakni membaca cepat untuk mengambil intisari dari suatu bacaan berupa ide-ide pokok atau detail penting. Dalam hal ini kita harus sudah menetapkan apa yang akan kita cari, lalu kita telusuri dengan cepat. Begitu kita temukan baru kita baca dengan saksama untuk kita dalam.

Untuk meningkatkan kecepatan membaca, langkah-langkah yang dapat kamu lakukan antara lain:

1. Hindari membaca kata demi kata.
2. Jangan mengulang kalimat yang telah dibaca.
3. Cari kata-kata kunci yang menandai adanya gagasan utama dalam sebuah kalimat.
4. Hindari membaca dengan cara disuarakan dan minimalkan gelengan kepala ketika membaca.

5. Jangan komat kamit (menggerakkan bibir).
6. Jangan menunjuk bagian yang dibaca dengan jari atau alat penunjuk lain.
7. Jangan melakukan subvokalisasi (mengucapkan bacaan dalam hati).
8. Kenalilah kata/frasa dengan melihat bentuknya sebagai kata atau frasa bukan sebagai deretan kata.

Rumus menghitung kecepatan membaca:

$\frac{\text{Jumlah kata yang dibaca}}{\text{Jumlah waktu membaca}} \times 60 = \text{jumlah kata per menit}$

Berlatih 1

Mari kita mulai berlatih 1 membaca cepat. Latihan ini disadur dari Soedarso (2006:21). Adapun prosedur yang harus diikuti adalah sebagai berikut.

1. Lakukan secepat-cepatnya. Pandanglah kata kunci di belakang nomor dalam sekejap, segera meluncur ke kanan untuk menemukan kata yang sama. Jangan berlama-lama. Setelah ditemukan langsung dicoret.
2. Jika sudah tiba pada kata paling kanan dan kamu tidak menemukan jangan mengulang. Tinggalkan saja dan segera pindah ke baris berikutnya.
3. Ingat: Jangan kembali ke belakang. Gerakkan mata secepat-cepatnya. Jika kamu salah mencoret, jangan mencoba memperbaiki. Lanjutkan saja ke baris berikutnya.
4. Target kamu adalah dari 10 nomor harus betul 6 dalam tempo 15 detik.

Temukan satu kata kembarnya.

1. Gerhana geraham berhala sahaja gerhana gerakan
2. Lingkungan tikungan lengkungan cekungan lingkungan
3. Publikasi purifikasi publikasi aplikasi sublimasi
4. Perpustakaan pustakawan berbusana perpustakaan pustaka
5. Strategi alergi strategik strategi stratosfir
6. Menimbang melimbang menimbang merambang merimbang
7. Layangan bayangan kayangan rangsangan langganan layangan
8. Ikatan pikatan sikatan rakitan ikatan kaitan
9. Karoseri serikaya karaoke karoseri batakaro
10. Manajemen manamungkin manager manajemen manikam

Berlatih 2

Mari kita mulai berlatih 2 membaca cepat. Latihan ini untuk mengenali frasa dengan cepat. Bacalah ke bawah. Setiap kamu temukan frasa *dia di bengkel* coret dengan pensil. Lakukan secepat-cepatnya. Waktunya 15 detik.

1. Ingat: lakukan dengan cepat.
2. Gerakkan mata ke bawah.

Frasa kunci: mana ke mana

Mana yang mana

Di mana saja

Lima dan enam

Mana ke mana

Sejak tadi pagi

Tidak ambil pusing

Mana ke mana

Mama ke mana

Susu sapi segar

Pagi buta sekali

Makna yang mana

Mana ke mana

Latihan meluncur dengan mata untuk menemukan bagian-bagian penting suatu bacaan sudah kamu lakukan. Tahapan ini sebagai awal melatih mata untuk membaca cepat. Sekarang, mari kita mulai dengan membaca cepat yang sesungguhnya.

Berlatih 3

Mari kita mulai berlatih 3 membaca cepat. Adapun prosedur yang harus kamu ikuti adalah:

1. Baca bacaan berikut ini sekali saja dan secepat mungkin. Catat waktu awal kamu membaca (untuk itu diperlukan jam tangan atau *stopwatch*).
2. Jika sudah selesai, hentikan atau catat waktu terakhir kamu membaca.
3. Jawab tes ingatan, jangan menerka, menandai, atau menghafalkan beberapa informasi sebelumnya.

Contoh Teks untuk Dibaca dengan Kecepatan Tinggi

Risiko MSG dalam Makanan Anak

Ribut-ribut soal monosodium glutamat (MSG) sebagai bahan penyedap kembali mencuat. Kali ini, Public Interest Research and Advocacy Center (PIRAC)

yang mempersoalkan kandungan monosodium glutamat alias vetsin dalam makanan ringan yang biasa dikonsumsi anak-anak. Menurut lembaga swadaya masyarakat ini, banyak makanan ringan dalam kemasan tak mencantumkan kandungan MSG yang bisa mengancam kesehatan anak.

Kata Nurhasan, peneliti di PIRAC, lembaganya meneliti 13 merek makanan ringan sejak Juni hingga Juli 2003. Dari 13 merek itu, ternyata sebanyak tujuh merek tak menyebutkan adanya MSG dalam kemasannya. Padahal, sesuai dengan Undang-Undang Perlindungan konsumen Tahun 1999 dan Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 722 Tahun 1988 tentang bahan tambahan makanan, kandungan MSG dalam makanan harus disebutkan.

Tapi, berapa gram persisnya konsumsi MSG yang bisa membahayakan kesehatan anak? Nurhasan mengaku tak bisa memastikan. Hitung-hitungan ini memerlukan penelitian khusus, ucapnya. Masalahnya, hingga sekarang belum ada penelitian klinis tentang dampak MSG terhadap kesehatan manusia. Boleh jadi ini karena kendala etis penelitian yang tak membolehkan manusia dijadikan kelinci percobaan. Kalau di bidang obat-obatan, penelitian klinis masih memungkinkan.

Yang jelas, Nurhasan menyodorkan referensi berdasarkan rekomendasi Badan Pengawas Obat dan Makanan di Amerika Serikat. Menurut institusi ini, batas aman MSG yang bisa dikonsumsi adalah di bawah dua gram. Kalau sudah dua gram sampai tiga gram, sebagaimana hasil penelitian lembaga itu pada tahun 1995, MSG bisa menimbulkan alergi. Dan, bila sampai mengonsumsi lima gram MSG, ini bisa membahayakan orang yang menderita penyakit asma.

Dulu, pada tahun 1975, Institut Pertanian Bogor pernah meneliti efek MSG terhadap ayam. Hasilnya, unggas itu mati setelah mengonsumsi makanan yang mengandung MSG. Menurut Nurhasan, efek negatif ini bisa dianalogikan dengan kasus Chinese Restaurant Syndrome. Dalam kasus ini, seorang dokter di Amerika makan di sebuah restoran Cina pada tahun 1969. Sekitar 20 menit kemudian, dia merasa mual, pusing, dan kemudian muntah-muntah. Sindrom atau kumpulan gejala ini terjadi lantaran makanan Cina mengandung banyak MSG. Ini berarti pula, mengonsumsi MSG tergolong berisiko, ujar Nurhasan.

Karena itulah, kata Nurhasan lagi, PIRAC meminta agar pemerintah melalui Departemen Kesehatan membuat peringatan bahwa mengonsumsi MSG lebih dari satu gram adalah berbahaya. Hal ini sesuai dengan rekomendasi Badan Pengawas Obat dan Makanan di Amerika Serikat, yang menyebutkan bahwa batas aman MSG adalah di bawah dua gram.

Selama ini, yang digunakan selalu patokan dari Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 722 Tahun 1988 tentang Bahan Tambahan Makanan, yang hanya menyatakan bahwa pemakaian MSG secukupnya. Tak bisa hanya dikatakan secukupnya. Harus ditegaskan juga batas amannya dalam satuan gram atau miligram, tutur Nurhasan menambahkan.

Sumber: www.majalahtrust.com dengan beberapa perubahan

Berlatih 2

Jawablah pertanyaan yang ada di bawah ini! Ingat jangan membaca lagi. Yakinkan dirimu agar latihan membaca cepat tercapai.

1. Apa judul bacaan yang baru dibaca?
2. Kepanjangan dari apakah MSG?
3. Apa nama lain MSG?
4. Apa nama lembaga yang mempersoalkan MSG?
5. Sejak kapan lembaga yang mempersoalkan MSG melakukan penelitian?
6. Berapa jenis makanan yang diteliti?

7. Undang-undang tentang apa yang mengatur penggunaan MSG?
8. Berapa gram batas aman penggunaan MSG dalam makanan?
9. Lembaga apa yang pernah meneliti efek MSG terhadap unggas di Indonesia?
10. Peraturan Menteri Kesehatan Nomor dan Tahun berapa yang hanya menyatakan penggunaan MSG secukupnya?

Setelah selesai menjawab, silakan cek jawabanmu dengan bacaan. Berapa jumlah jawaban yang benar. Lihat kembali berapa menit waktu yang kamu gunakan untuk membaca. Selanjutnya, gunakan rumus membaca cepat di atas. Contoh:

$\frac{250}{120 \text{ detik} \times 60} = 125 \text{ kata per menit}$
--

Berdasarkan hasil penghitungan dapat diketahui bahwa kecepatan kamu membaca sebanyak 125 kata per menit. Dalam standar dikatakan bahwa kamu harus mampu membaca sebanyak 250 kata per menit. Artinya, kemampuan membaca cepatmu masih harus ditingkatkan lagi.

Tahap selanjutnya adalah mengukur pemahamanmu. Misalnya, jawaban yang benar adalah 8. Waktu yang digunakan 60 detik. Hitung berapa persen jawaban yang benar: $8 \times 10\% = 80\%$. Hasilnya adalah kemampuan pemahaman sebesar 80%. Walaupun tergolong tinggi, kecepatan membacanya masih lamban. Artinya, kemampuan membaca cepat belum memenuhi standar minimal sebesar 250 kata per menit.

Berlatih 4 (Pengayaan di rumah)

Coba cari sebuah bacaan minimal 250 kata. Cara menghitung bahwa jumlah kata dalam bacaan itu tertentu, rata-rata jumlah kata dalam suatu bacaan per baris adalah 9. Selanjutnya, hitung jumlah baris. Misalnya, jumlah baris sebanyak 40. Kalikan jumlah kata dengan jumlah baris. Hasilnya adalah 360 kata. Ikuti prosedur dalam latihan di atas.

MENGEMBANGKAN BAHAN AJAR BAHASA INDONESIA

Dr. Maman Suryaman, M.Pd.

A. Pengantar

Di dalam PP Nomor 19 Tahun 2005 Pasal 20 dinyatakan bahwa pendidik diharapkan mengembangkan materi pembelajaran. Pengaturan ini dipertegas melalui Permendiknas Nomor 41 Tahun 2007 tentang Standar Proses yang berbunyi perencanaan proses pembelajaran yang mensyaratkan pendidik untuk mengembangkan rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP). Salah satu komponen RPP adalah materi ajar. Dengan demikian, pendidik harus mengembangkan materi ajar atau bahan ajar sebagai salah satu sumber belajar.

B.**Pengertian Bahan Ajar**

Bahan ajar atau materi ajar merupakan seperangkat materi pembelajaran (*teaching materials*) yang disusun secara sistematis, menampilkan sosok utuh dari kompetensi yang akan dikuasai siswa dalam kegiatan pembelajaran (*website* Dikmenjur Depdiknas). Jenis bahan ajar meliputi petunjuk belajar (petunjuk siswa/pendidik), kompetensi yang akan dicapai, isi materi pembelajaran, informasi pendukung, latihan-latihan, petunjuk kerja (seperti lembar kerja atau LKS), evaluasi, dan respons atau umpan balik hasil evaluasi.

C.**Fungsi Bahan Ajar**

Salah satu tugas utama pendidik adalah merencanakan pembelajaran. Di dalam tugas perencanaan pembelajaran itu terdapat bagian berupa bahan ajar. Ketersediaan bahan ajar merupakan tanggung jawab pendidik yang berfungsi sebagai pedoman bagi pendidik yang akan mengarahkan semua aktivitasnya dalam proses pembelajaran, sekaligus merupakan substansi kompetensi yang seharusnya diajarkan kepada siswa; pedoman bagi siswa yang akan mengarahkan semua aktivitasnya dalam proses pembelajaran, sekaligus merupakan substansi kompetensi yang seharusnya dipelajari/dikuasainya; dan alat evaluasi pencapaian/penguasaan hasil pembelajaran (Direktorat Pembinaan SMA, 2008: 6)

D.**Jenis-Jenis Bahan Ajar**

Terdapat beberapa jenis bahasa ajar menurut rumusan Direktorat Pembinaan SMA (2008: 11-15), yakni *hand out*, buku, modul, Lembar Kegiatan Siswa (LKS), brosur, leaflet, *wallchart*, dan foto/gambar. Namun, hanya jenis *hand out* dan LKS yang akan dikembangkan.

a. *Hand out*

Hand out adalah bahan tertulis yang disiapkan oleh seorang pendidik untuk memperkaya pengetahuan peserta didik. Menurut kamus Oxford, *hand out* adalah pernyataan yang telah disiapkan oleh pembicara.

Hand out umumnya diambil dari beberapa literatur yang memiliki relevansi dengan materi yang diajarkan (kompetensi dasar/KD) dan materi pokok yang harus dikuasai oleh siswa. *Hand out* dapat diperoleh dengan berbagai cara, di antaranta cara mengunduh dari internet atau menyadur dari sebuah buku.

b. *Lembar Kegiatan Siswa (LKS)*

Lembar kegiatan siswa (*student worksheet*) adalah lembaran-lembaran berisi tugas yang harus dikerjakan oleh siswa. Lembar kegiatan siswa (LKS) umumnya berupa petunjuk, langkah-langkah untuk menyelesaikan suatu tugas. Suatu tugas yang diperintahkan dalam LKS harus jelas KD yang akan dicapainya. LKS dapat digunakan untuk mata pembelajaran apa saja. Tugas-tugas dalam LKS tidak dapat dikerjakan oleh siswa secara baik apabila tidak dilengkapi dengan buku lain atau referensi lain yang terkait. Tugas-tugas yang diberikan kepada siswa dapat berupa teoretis dan atau tugas-tugas praktis.

Dalam menyiapkannya pendidik harus cermat dan memiliki pengetahuan dan keterampilan yang memadai, karena sebuah LKS harus memenuhi paling tidak kriteria yang berkaitan dengan tercapai/tidaknya sebuah KD dikuasai oleh siswa. Dalam mata pelajaran bahasa Indonesia, LKS dapat dikembangkan per-KD.

E.Penentuan Cakupan dan Urutan Bahan Ajar

1. Penentuan Cakupan Bahan Ajar

Selain memperhatikan jenis materi pembelajaran juga harus memperhatikan prinsip-prinsip yang perlu digunakan dalam menentukan cakupan materi pembelajaran yang menyangkut keluasan dan kedalaman materinya. Keluasan cakupan materi berarti menggambarkan berapa banyak materi-materi yang dimasukkan ke dalam suatu materi pembelajaran, sedangkan kedalaman materi menyangkut seberapa detail konsep-konsep yang terkandung di dalamnya harus dipelajari/dikuasai oleh siswa.

Prinsip berikutnya adalah prinsip kecukupan (*adequacy*). Kecukupan (*adequacy*) atau memadainya cakupan materi juga perlu diperhatikan dalam pengertian. Cukup tidaknya aspek materi dari suatu materi pembelajaran akan sangat membantu tercapainya penguasaan kompetensi dasar yang telah ditentukan.

Cakupan atau ruang lingkup materi perlu ditentukan untuk mengetahui apakah materi yang harus dipelajari oleh murid terlalu banyak, terlalu sedikit, atau telah memadai sehingga sesuai dengan kompetensi dasar yang ingin dicapai. Misalnya dalam mata pelajaran Bahasa Indonesia: salah satu kompetensi dasar yang diharapkan dimiliki siswa "Membuat Surat Dinas". Setelah diidentifikasi, ternyata

materi pembelajaran untuk mencapai kemampuan membuat surat dinas tersebut termasuk jenis prosedur. Jika kita analisis, secara garis besar cakupan materi yang harus dipelajari siswa agar mampu membuat surat dinas meliputi: (1) pembuatan draf atau konsep surat, (2) pengetikan surat, (3) pemberian nomor agenda dan (4) pengiriman. Setiap jenis dari keempat materi tersebut masih dapat dirinci lebih lanjut.

2. Penentuan Urutan Bahan Ajar

Urutan penyajian (*sequencing*) bahan ajar sangat penting untuk menentukan urutan mempelajari atau mengajarkannya. Tanpa urutan yang tepat, jika di antara beberapa materi pembelajaran mempunyai hubungan yang bersifat prasyarat (*prerequisite*) akan menyulitkan siswa dalam mempelajarinya.

Materi pembelajaran yang sudah ditentukan ruang lingkup serta kedalamannya dapat diurutkan melalui dua pendekatan pokok, yaitu pendekatan prosedural dan hierarkis.

a. Pendekatan prosedural

Urutan materi pembelajaran secara prosedural menggambarkan langkah-langkah secara urut sesuai dengan langkah-langkah melaksanakan suatu tugas. Misalnya langkah-langkah menelepon, langkah-langkah mengoperasikan peralatan kamera video, langkah-langkah dalam buku petunjuk melakukan sesuatu, langkah-langkah menulis karya ilmiah, langkah-langkah dalam memberi sambutan atau berpidato, dan lain-lain.

b. Pendekatan hierarkis

Urutan materi pembelajaran secara hierarkis menggambarkan urutan yang bersifat berjenjang dari bawah ke atas atau dari atas ke bawah. Materi sebelumnya harus dipelajari dahulu sebagai prasyarat untuk mempelajari materi berikutnya. Misalnya, menulis karya ilmiah, mendongeng, dan lain-lain.

F.Memilih dan Mengadaptasi Bahan Ajar

Di bawah ini dijelaskan langkah-langkah memilih dan mengadaptasi bahan ajar.

1. Mengidentifikasi aspek-aspek yang terdapat dalam SK dan KD

Pendidik mengidentifikasi aspek-aspek standar kompetensi dan kompetensi dasar yang harus dipelajari atau dikuasai siswa. Aspek tersebut perlu ditentukan, karena setiap aspek standar kompetensi dan kompetensi dasar memerlukan jenis materi yang berbeda-beda dalam kegiatan pembelajaran.

Setiap aspek standar kompetensi tersebut memerlukan materi pembelajaran atau bahan ajar yang berbeda-beda untuk membantu pencapaiannya.

2. *Identifikasi jenis-jenis materi pembelajaran*

Sejalan dengan berbagai jenis aspek standar kompetensi, materi pembelajaran juga dapat dibedakan menjadi jenis materi aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik. Materi pembelajaran aspek kognitif secara rinci dapat dibagi menjadi empat jenis, yaitu: fakta, konsep, prinsip dan prosedur (Reigeluth, 1987). Materi pembelajaran aspek afektif meliputi: pemberian respon, penerimaan (apresiasi), internalisasi, dan penilaian. Materi pembelajaran aspek motorik terdiri dari gerakan awal, semi rutin, dan rutin.

3. *Memilih jenis materi yang sesuai dengan SK dan KD*

Pilih jenis materi yang sesuai dengan standar kompetensi yang telah ditentukan. Perhatikan pula jumlah atau ruang lingkup yang cukup memadai sehingga mempermudah siswa dalam mencapai standar kompetensi.

Berpijak dari aspek-aspek standar kompetensi dan kompetensi dasar yang telah diidentifikasi, langkah selanjutnya yang Anda lakukan adalah memilih jenis materi yang sesuai dengan aspek-aspek yang terdapat dalam standar kompetensi dan kompetensi dasar tersebut.

Setelah jenis materi pembelajaran teridentifikasi, langkah berikutnya adalah pilihlah jenis materi yang sesuai dengan standar kompetensi atau kompetensi dasar yang harus dikuasai peserta didik. Identifikasi jenis materi pembelajaran juga penting untuk keperluan mengajarkannya. Setiap jenis materi pembelajaran memerlukan strategi pembelajaran atau metode, media, dan sistem evaluasi/penilaian yang berbeda-beda. Misalnya metode mengajarkan materi fakta atau hapalan adalah dengan menggunakan “jembatan keledai”, “*jembatan ingatan*” (*mnemonics*), sedangkan metode untuk mengajarkan prosedur adalah “demonstrasi”.

Cara yang paling mudah untuk menentukan jenis materi pembelajaran yang akan diajarkan adalah dengan jalan mengajukan pertanyaan tentang kompetensi dasar yang harus dikuasai siswa. Dengan mengacu pada kompetensi dasar, kita akan mengetahui apakah materi yang harus kita ajarkan berupa fakta, konsep, prinsip, prosedur, aspek sikap, atau psikomotorik. Berikut adalah pertanyaan-pertanyaan penuntun untuk mengidentifikasi jenis materi pembelajaran:

- a. Apakah kompetensi dasar yang harus dikuasai siswa berupa mengingat nama suatu objek, simbol atau suatu peristiwa? Kalau jawabannya “ya” maka materi pembelajaran yang harus diajarkan adalah “fakta”.
Misalnya KD 1.1 menyimpulkan isi berita yang dibacakan dalam beberapa kalimat dan 1.2 menuliskan kembali berita yang dibacakan ke dalam beberapa kalimat.
- b. Apakah kompetensi dasar yang harus dikuasai siswa berupa kemampuan untuk menyatakan suatu definisi, menuliskan ciri khas sesuatu, mengklasifikasikan atau mengelompokkan beberapa contoh objek sesuai

dengan suatu definisi? Kalau jawabannya “ya” berarti materi yang harus diajarkan adalah “konsep”.

Misalnya materi mendefinisikan (pengertian) berita, ciri-ciri berita, dan pengelompokan berita.

Apakah kompetensi dasar yang harus dikuasai siswa berupa menjelaskan atau melakukan langkah-langkah atau prosedur secara urut atau membuat sesuatu? Bila “ya” maka materi yang harus diajarkan adalah “prosedur”. Misalnya, langkah-langkah membaca puisi, langkah-langkah membaca dongeng, langkah-langkah membaca cerita, atau langkah-langkah menulis puisi dengan teknik tertentu.

- c. Apakah kompetensi dasar yang harus dikuasai siswa berupa menentukan hubungan antara beberapa konsep atau menerapkan hubungan antara berbagai macam konsep? Bila jawabannya “ya”, materi pembelajaran yang harus diajarkan termasuk ke dalam kategori “prinsip”.
- d. Apakah kompetensi dasar yang harus dikuasai siswa berupa memilih berbuat atau tidak berbuat berdasar pertimbangan baik buruk, suka tidak suka, indah tidak indah? Jika jawabannya “ya”, materi pembelajaran yang harus diajarkan berupa aspek afektif, sikap, atau nilai. Misalnya, Andi memilih sebuah puisi setelah di sekolah diajarkan nilai-nilai yang terkandung di dalam sebuah puisi.
- e. Apakah kompetensi dasar yang harus dikuasai siswa berupa melakukan perbuatan secara fisik? Jika jawabannya “ya”, materi pembelajaran yang harus diajarkan adalah aspek motorik. Misalnya, dalam pembelajaran menulis iklan, siswa diharapkan mampu menulis iklan dengan kriteria tertentu. Materi pembelajaran yang harus diajarkan adalah teknik menulis iklan.

4. *Memilih sumber bahan ajar*

Setelah jenis materi ditentukan langkah berikutnya adalah menentukan (memilih) sumber bahan ajar. Materi pembelajaran atau bahan ajar dapat ditemukan dari berbagai sumber seperti buku pelajaran, majalah, jurnal, koran, internet, media audiovisual, dan sebagainya. Memilih bahan ajar didasarkan pada kondisi siswa, lingkungan, ketersediaan media, sarana prasarana.

DAFTAR PUSTAKA

Direktorat Pembinaan Sekolah Menengah Atas. 2008. *Panduan Pengembangan Bahan Ajar*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.

Direktorat Pembinaan SMP. 2006. *Pedoman Memilih dan Menyusun Bahan Ajar*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.

CONTOH MATERI AJAR

Berikut ini disajikan contoh materi ajar hasil pengembangan terkait dengan kompetensi dasar membaca cepat.

Informasi awal mengenai SK-KD

Standar Kompetensi

Berkomunikasi dengan Bahasa Indonesiasetara tingkat Semenjana.

Kompetensi Dasar

1.3 Membaca cepat untuk memahami informasi tertulis dalam konteks Bermasyarakat

Indikator dan tujuan pembelajaran

Membaca cepat lanjutan dengan menerapkan teknik pindai (*scanning*) dan layap (*skimming*) sehingga mencapai 230-250 kata per menit.

Dengan tujuan:

1. Siswa secara individual mengetahui kecepatan membaca dan daya ingat saat ini.
2. Siswa secara individual mampu meningkatkan kemampuan membaca cepat dan daya ingat dari kemampuan yang dimiliki saat ini.
3. Siswa secara individual mampu meningkatkan pemahaman terhadap teks melalui membaca cepat.
4. Siswa secara individual mampu membuat ringkasan dari hasil menjawab pertanyaan teks dalam beberapa kalimat yang runtut.

Substansi materi ajar

MEMBACA CEPAT

“Untuk jangka waktu panjang, lebih baik Anda jujur pada diri sendiri” G. Wainwright.

Kata-kata bijak di atas memiliki kaitan erat dengan latihan membaca cepat. Mengapa? Kecenderungan kita ingin segera dapat melakukan sesuatu tanpa mau melewati prosesnya. Begitupun dengan membaca cepat. Seringkali kita tidak sabar untuk berlatih membaca cepat karena adanya anggapan bahwa kita sudah dapat membaca.

Menurut pakar membaca Gordon Wainwright (Wainwright, 2006:1) sebelum mengawali proses meningkatkan keterampilan membaca, kamu perlu mengetahui

titik awalnya. Meskipun secara tradisional kinerja membaca semata-mata diukur dari segi pemahaman, sebagian besar orang ingin meningkatkan kemampuan membaca sekaligus mengingat apa yang dibaca secara efektif ketika diperlukan. Namun, untuk sampai kepada pemahaman yang baik, diperlukan daya ingat yang bagus. Prasyarat meraih kemampuan ini adalah kita harus terlebih dahulu mencari tahu kecepatan membaca dan kemampuan mengingat.

Kamu akan berlatih membaca cepat 250 kata per menit. Untuk itu, kemampuan khusus yang harus dilatih adalah mengetahui kecepatan membaca dan daya ingat saat ini; meningkatkan kemampuan membaca cepat dan daya ingat dari kemampuan yang dimiliki saat ini; meningkatkan pemahaman terhadap teks melalui membaca cepat; serta membuat ringkasan dari hasil menjawab pertanyaan teks dalam beberapa kalimat yang runtut.

Seorang pembaca yang baik adalah pembaca yang mempunyai kecepatan membaca yang baik dengan pemahaman serta daya ingat yang baik pula. Seseorang yang cepat membaca tetapi tidak dapat memahami serta daya ingatnya jelek, tidak dapat dikatakan sebagai pembaca yang baik. Begitu pula sebaliknya, pembaca yang dapat memahami isi bacaan tetapi dengan daya ingat yang lemah serta lambat dalam kecepatannya, dia pun tidak dapat dikatakan sebagai pembaca yang baik. Jadi, pembaca yang baik adalah pembaca yang memiliki kecepatan yang baik dengan pemahaman serta daya ingat yang baik pula.

Mengapa kita perlu memiliki kemampuan membaca cepat? Sumber bacaan dalam kehidupan sehari-hari sangat banyak. Ada yang perlu dibaca sepiantas saja. Ada yang harus dibaca secara intensif. Ada yang harus dibaca secara luas. Ada pula yang harus dibaca dengan cara memindai. Kecepatan masing-masing jenis tersebut tergantung kepada jenis bacaan serta tujuan kita membaca. Berikut ini macam-macam membaca cepat untuk berbagai macam keperluan.

Tabel
Membaca Cepat Beragam Keperluan

No	Kecepatan membaca	Tujuan
1.	Lebih dari 1000 kata per menit (kpm)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Mengenal bahan yang akan dibaca ▪ Mencari jawaban atas pertanyaan tertentu ▪ Mendapatkan struktur dan organisasi bacaan serta menemukan gagasan umum bacaan itu.
2.	500-800 kpm	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Membaca teks yang mudah dan telah dikenali ▪ Membaca novel ringan untuk mengikuti jalan ceritanya

3.	350-500 kpm	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Membaca bacaan yang mudah dalam bentuk deskriptif dan bahan-bahan nonfiksi lain yang bersifat informatif ▪ Membaca fiksi yang agak sulit untuk menikmati keindahan sastranya dan mengantisipasi akhir cerita.
4.	250-350 kpm	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Membaca fiksi yang kompleks untuk analisis watak serta jalan ceritanya ▪ Membaca nonfiksi yang agak sulit, untuk mendapatkan detail, mencari hubungan, atau membuat evaluasi ide penulis.
5	100-125 kpm	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Mempelajari bahan-bahan yang sulit dan untuk menguasai isinya ▪ Menguasai bahan-bahan ilmiah yang sulit dan bersifat teknik ▪ Membuat analisis bahan bernilai sastra klasik.

Ukuran pemahaman isi/informasi objek bacaan setidaknya-tidaknya mencapai 60% dikuasai pembaca cepat. Beberapa keperluan yang dapat kita penuhi melalui membaca cepat antara lain untuk:

- a) mengenali atau mencari topik bacaan;
- b) mencari bagian penting yang kita perlukan;
- c) mengetahui organisasi/struktur penulisan; dan
- d) melakukan penyegaran terhadap hal-hal yang pernah kita baca.

Teknik membaca cepat yang perlu kita kuasai dan kita terapkan yaitu:

- 1). Teknik pindai (*scanning*), yakni membaca cepat untuk menemukan/memperoleh suatu informasi tanpa membaca secara lengkap bagian-bagian yang tidak perlu. Misalnya, jika kita mencari nomor telepon di buku telepon, mencari arti kata/istilah dalam kamus, atau mencari suatu mata acara televisi di surat kabar.
- 2) Teknik layap (*skimming*), yakni membaca cepat untuk mengambil intisari dari suatu bacaan berupa ide-ide pokok atau detail penting. Dalam hal ini kita harus sudah menetapkan apa yang akan kita cari, lalu kita telusuri dengan cepat. Begitu kita temukan baru kita baca dengan saksama untuk kita dalam.

Untuk meningkatkan kecepatan membaca, langkah-langkah yang dapat kamu lakukan antara lain:

1. Hindari membaca kata demi kata.
2. Jangan mengulang kalimat yang telah dibaca.
3. Cari kata-kata kunci yang menandai adanya gagasan utama dalam sebuah kalimat.
4. Hindari membaca dengan cara disuarakan dan minimalkan gelengan kepala ketika membaca.

5. Jangan komat kamit (menggerakkan bibir).
6. Jangan menunjuk bagian yang dibaca dengan jari atau alat penunjuk lain.
7. Jangan melakukan subvokalisasi (mengucapkan bacaan dalam hati).
8. Kenalilah kata/frasa dengan melihat bentuknya sebagai kata atau frasa bukan sebagai deretan kata.

Rumus menghitung kecepatan membaca:

$\frac{\text{Jumlah kata yang dibaca}}{\text{Jumlah waktu membaca}} \times 60 = \text{jumlah kata per menit}$

Berlatih 1

Mari kita mulai berlatih 1 membaca cepat. Latihan ini disadur dari Soedarso (2006:21). Adapun prosedur yang harus diikuti adalah sebagai berikut.

1. Lakukan secepat-cepatnya. Pandanglah kata kunci di belakang nomor dalam sekejap, segera meluncur ke kanan untuk menemukan kata yang sama. Jangan berlama-lama. Setelah ditemukan langsung dicoret.
2. Jika sudah tiba pada kata paling kanan dan kamu tidak menemukan jangan mengulang. Tinggalkan saja dan segera pindah ke baris berikutnya.
3. Ingat: Jangan kembali ke belakang. Gerakkan mata secepat-cepatnya. Jika kamu salah mencoret, jangan mencoba memperbaiki. Lanjutkan saja ke baris berikutnya.
4. Target kamu adalah dari 10 nomor harus betul 6 dalam tempo 15 detik.

Temukan satu kata kembarnya.

1. Gerhana geraham berhala sahaja gerhana gerakan
2. Lingkungan tikungan lengkungan cekungan lingkungan
3. Publikasi purifikasi publikasi aplikasi sublimasi
4. Perpustakaan pustakawan berbusana perpustakaan pustaka
5. Strategi alergi strategik strategi stratosfir
6. Menimbang melimbang menimbang merambang merimbang
7. Layangan bayangan kayangan rangsangan langganan layangan
8. Ikatan pikatan sikatan rakitan ikatan kaitan
9. Karoseri serikaya karaoke karoseri batakaro
10. Manajemen manamungkin manager manajemen manikam

Berlatih 2

Mari kita mulai berlatih 2 membaca cepat. Latihan ini untuk mengenali frasa dengan cepat. Bacalah ke bawah. Setiap kamu temukan frasa *dia di bengkel* coret dengan pensil. Lakukan secepat-cepatnya. Waktunya 15 detik.

1. Ingat: lakukan dengan cepat.
2. Gerakkan mata ke bawah.

Frasa kunci: mana ke mana

Mana yang mana

Di mana saja

Lima dan enam

Mana ke mana

Sejak tadi pagi

Tidak ambil pusing

Mana ke mana

Mama ke mana

Susu sapi segar

Pagi buta sekali

Makna yang mana

Mana ke mana

Latihan meluncur dengan mata untuk menemukan bagian-bagian penting suatu bacaan sudah kamu lakukan. Tahapan ini sebagai awal melatih mata untuk membaca cepat. Sekarang, mari kita mulai dengan membaca cepat yang sesungguhnya.

Berlatih 3

Mari kita mulai berlatih 3 membaca cepat. Adapun prosedur yang harus kamu ikuti adalah:

1. Baca bacaan berikut ini sekali saja dan secepat mungkin. Catat waktu awal kamu membaca (untuk itu diperlukan jam tangan atau *stopwatch*).
2. Jika sudah selesai, hentikan atau catat waktu terakhir kamu membaca.
3. Jawab tes ingatan, jangan menerka, menandai, atau menghafalkan beberapa informasi sebelumnya.

Contoh Teks untuk Dibaca dengan Kecepatan Tinggi

Risiko MSG dalam Makanan Anak

Ribut-ribut soal monosodium glutamat (MSG) sebagai bahan penyedap kembali mencuat. Kali ini, Public Interest Research and Advocacy Center (PIRAC)

yang mempersoalkan kandungan monosodium glutamat alias vetsin dalam makanan ringan yang biasa dikonsumsi anak-anak. Menurut lembaga swadaya masyarakat ini, banyak makanan ringan dalam kemasan tak mencantumkan kandungan MSG yang bisa mengancam kesehatan anak.

Kata Nurhasan, peneliti di PIRAC, lembaganya meneliti 13 merek makanan ringan sejak Juni hingga Juli 2003. Dari 13 merek itu, ternyata sebanyak tujuh merek tak menyebutkan adanya MSG dalam kemasannya. Padahal, sesuai dengan Undang-Undang Perlindungan konsumen Tahun 1999 dan Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 722 Tahun 1988 tentang bahan tambahan makanan, kandungan MSG dalam makanan harus disebutkan.

Tapi, berapa gram persisnya konsumsi MSG yang bisa membahayakan kesehatan anak? Nurhasan mengaku tak bisa memastikan. Hitung-hitungan ini memerlukan penelitian khusus, ucapnya. Masalahnya, hingga sekarang belum ada penelitian klinis tentang dampak MSG terhadap kesehatan manusia. Boleh jadi ini karena kendala etis penelitian yang tak membolehkan manusia dijadikan kelinci percobaan. Kalau di bidang obat-obatan, penelitian klinis masih memungkinkan.

Yang jelas, Nurhasan menyodorkan referensi berdasarkan rekomendasi Badan Pengawas Obat dan Makanan di Amerika Serikat. Menurut institusi ini, batas aman MSG yang bisa dikonsumsi adalah di bawah dua gram. Kalau sudah dua gram sampai tiga gram, sebagaimana hasil penelitian lembaga itu pada tahun 1995, MSG bisa menimbulkan alergi. Dan, bila sampai mengonsumsi lima gram MSG, ini bisa membahayakan orang yang menderita penyakit asma.

Dulu, pada tahun 1975, Institut Pertanian Bogor pernah meneliti efek MSG terhadap ayam. Hasilnya, unggas itu mati setelah mengonsumsi makanan yang mengandung MSG. Menurut Nurhasan, efek negatif ini bisa dianalogikan dengan kasus Chinese Restaurant Syndrome. Dalam kasus ini, seorang dokter di Amerika makan di sebuah restoran Cina pada tahun 1969. Sekitar 20 menit kemudian, dia merasa mual, pusing, dan kemudian muntah-muntah. Sindrom atau kumpulan gejala ini terjadi lantaran makanan Cina mengandung banyak MSG. Ini berarti pula, mengonsumsi MSG tergolong berisiko, ujar Nurhasan.

Karena itulah, kata Nurhasan lagi, PIRAC meminta agar pemerintah melalui Departemen Kesehatan membuat peringatan bahwa mengonsumsi MSG lebih dari satu gram adalah berbahaya. Hal ini sesuai dengan rekomendasi Badan Pengawas Obat dan Makanan di Amerika Serikat, yang menyebutkan bahwa batas aman MSG adalah di bawah dua gram.

Selama ini, yang digunakan selalu patokan dari Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 722 Tahun 1988 tentang Bahan Tambahan Makanan, yang hanya menyatakan bahwa pemakaian MSG secukupnya. Tak bisa hanya dikatakan secukupnya. Harus ditegaskan juga batas amannya dalam satuan gram atau miligram,

tutor Nurhasan menambahkan.

Sumber: www.majalahtrust.com dengan beberapa perubahan

Berlatih 2

Jawablah pertanyaan yang ada di bawah ini! Ingat jangan membaca lagi. Yakinkan dirimu agar latihan membaca cepat tercapai.

1. Apa judul bacaan yang baru dibaca?
2. Kepanjangan dari apakah MSG?
3. Apa nama lain MSG?
4. Apa nama lembaga yang mempersoalkan MSG?
5. Sejak kapan lembaga yang mempersoalkan MSG melakukan penelitian?
6. Berapa jenis makanan yang diteliti?

7. Undang-undang tentang apa yang mengatur penggunaan MSG?
8. Berapa gram batas aman penggunaan MSG dalam makanan?
9. Lembaga apa yang pernah meneliti efek MSG terhadap unggas di Indonesia?
10. Peraturan Menteri Kesehatan Nomor dan Tahun berapa yang hanya menyatakan penggunaan MSG secukupnya?

Setelah selesai menjawab, silakan cek jawabanmu dengan bacaan. Berapa jumlah jawaban yang benar. Lihat kembali berapa menit waktu yang kamu gunakan untuk membaca. Selanjutnya, gunakan rumus membaca cepat di atas. Contoh:

$\frac{250}{120 \text{ detik} \times 60} = 125 \text{ kata per menit}$
--

Berdasarkan hasil penghitungan dapat diketahui bahwa kecepatan kamu membaca sebanyak 125 kata per menit. Dalam standar dikatakan bahwa kamu harus mampu membaca sebanyak 250 kata per menit. Artinya, kemampuan membaca cepatmu masih harus ditingkatkan lagi.

Tahap selanjutnya adalah mengukur pemahamanmu. Misalnya, jawaban yang benar adalah 8. Waktu yang digunakan 60 detik. Hitung berapa persen jawaban yang benar: $8 \times 10\% = 80\%$. Hasilnya adalah kemampuan pemahaman sebesar 80%. Walaupun tergolong tinggi, kecepatan membacanya masih lamban. Artinya, kemampuan membaca cepat belum memenuhi standar minimal sebesar 250 kata per menit.

Berlatih 4 (Pengayaan di rumah)

Coba cari sebuah bacaan minimal 250 kata. Cara menghitung bahwa jumlah kata dalam bacaan itu tertentu, rata-rata jumlah kata dalam suatu bacaan per baris adalah 9. Selanjutnya, hitung jumlah baris. Misalnya, jumlah baris sebanyak 40. Kalikan jumlah kata dengan jumlah baris. Hasilnya adalah 360 kata. Ikuti prosedur dalam latihan di atas.

