

Klub Baca Buku SABDA

SABDA
LIVE MINISTRY LEARNING CENTER

Seminar KBBS:

Bagaimana Mengingat Buku yang Anda Baca



Selasa, 22 November 2022
Pkl. 19.30 WIB - Selesai



Narasumber:
Yulia Oeniyati

Link Pendaftaran: bit.ly/form-kbbs

GRATIS!

Informasi lebih lanjut:  0821-3313-3315  kusuma@in-christ.net



Bagaimana Mengingat Buku yang Anda Baca

Klub Baca Buku SABDA

Keuntungan Membaca & Tantangannya

Basic Life Skill

Kebutuhan dasar untuk dapat **hidup berbudaya**.

Key to Success

Aset bagi mereka yang ingin berhasil harus memiliki **pengetahuan dan hikmat**.



Overload Information

Akses informasi untuk **belajar apa saja** terbuka lebar.

Fast Life

Bagaimana menjadi **smart reader** di tengah zaman yang serba sibuk.



Agenda

01 Bagaimana Memori Bekerja

02 Strategi Mengingat dan Membaca

03 Membaca untuk Mengingat

04 Teknik Mengingat



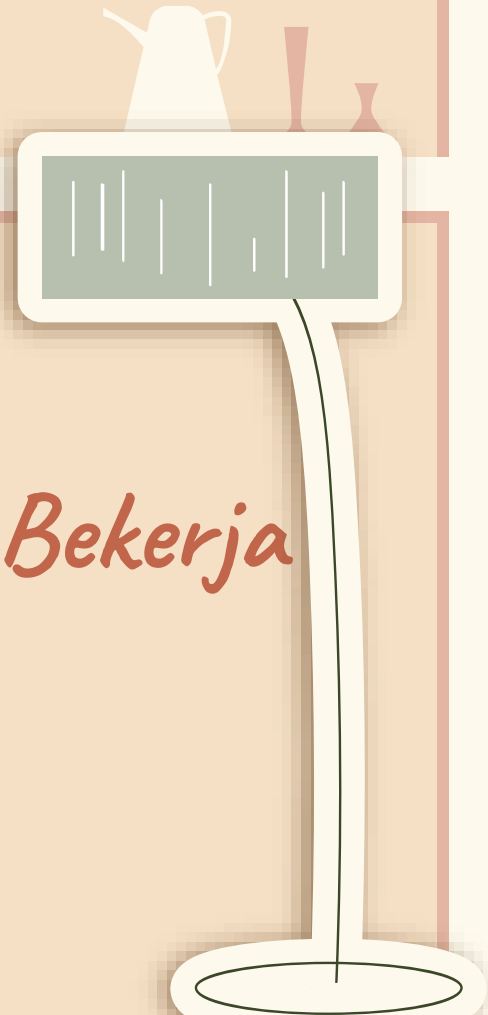
1

01

Bagaimana Memori Bekerja

3 Tahapan Memori

Apa Kata Alkitab?



3 Tahapan Memori

1. Sensory Memory

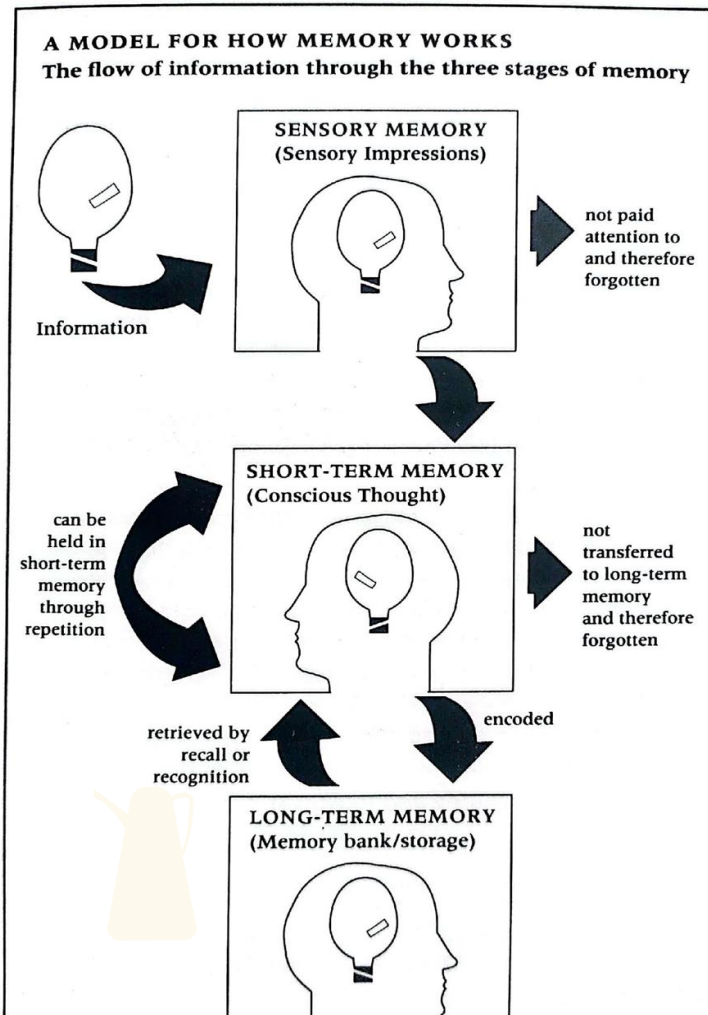
Semua informasi **masuk** lewat pancaindra seketika, secara **terus-menerus**

2. Short-term Memory

Informasi yang **diamati** (6-7 item) hanya yang akan **tersimpan sesaat** (5-10 detik).

3. Long-term Memory

Informasi yang **diproses** (tak terbatas) akan tersimpan lama untuk bisa **diingat lagi**.



1 Apa Kata Alkitab?

“**Mengingat**” ternyata adalah salah satu tema *central* dalam Alkitab (400+ kali).

Tuhan tahu manusia memiliki **kecenderungan tak terelakkan untuk lupa**, terutama melupakan Tuhan, Taurat Tuhan, bahkan milik siapa mereka.

“... mengajarkannya berulang-ulang ...
apabila engkau duduk ...
dalam perjalanan ...
berbaring ...
bangun”

(Ulangan 6:7)



Mengingat Hukum Tuhan:

- "**Ingatlah** kepada Taurat yang telah Kuperintahkan kepada Musa ..." (Mal. 4:4)
- "supaya kamu **mengingat** akan perkataan ... nabi-nabi ... dan rasul-rasulmu." (2Ptr. 3:2)

Tuhan ingat janji-Nya:

- "Jika busur itu ada di awan, ... Aku **mengingat** perjanjian-Ku yang kekal ..." (Kej. 9:16)
- "Ia (Tuhan) **ingat** untuk selama-lamanya akan perjanjian-Nya, firman yang diperintahkan-Nya kepada seribu angkatan." (Mzm. 105:8)

Yang tidak Tuhan ingat:

- "Aku, ... Aku tidak **mengingat-ingat** dosamu." (Yes. 43:25)

2

02

Strategi Mengingat dan Membaca

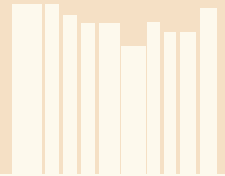
Pengamat dan **Encoding**

Active Reader



“Tidak ada daya ingat yang buruk,
yang ada adalah **daya ingat yang
tidak terlatih dan yang terlatih.**”

—Jim Kwik



Strategi Mengingat - encoding

(Proses **transfer** informasi ke *long-term memory*)



Atensi

Kebiasaan memperhatikan apa yang didengar, dilihat, dicium, dikecap, dan diraba secara **selektif**.



Asosiasi

Mengoneksikan informasi yang relevan/dikenal dengan yang **sudah ada** di **long-term memory**.



Strategi Mengingat - Retrieval



Recall

Mengingat kembali
sesuatu karena
ada **clue**.



Remember



Recognition

Mengidentifikasi
sesuatu dengan
yang **sudah dikenal**
sebelumnya.





Strategi Membaca

Untuk dapat mengingat apa yang kita baca, kita harus menjadi **active reader**.

- Membaca dengan **tujuan**.
- **Tertarik** dengan yang dibaca.
- Membaca dengan **memahami**.
- Memberi **konsentrasi** penuh.
- Membuat **mental link**/ gambaran selama membaca.
- **Marginalia** (menandai/catatan).
- Membaca dengan **konteks**.

3

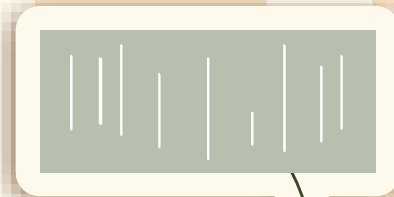


03

Mengingat Apa yang Kita Baca

5 Steps Mengingat Apa yang
Kita Baca

7 Level Cara Membaca



5 Steps Mengingat Apa yang Kita Baca

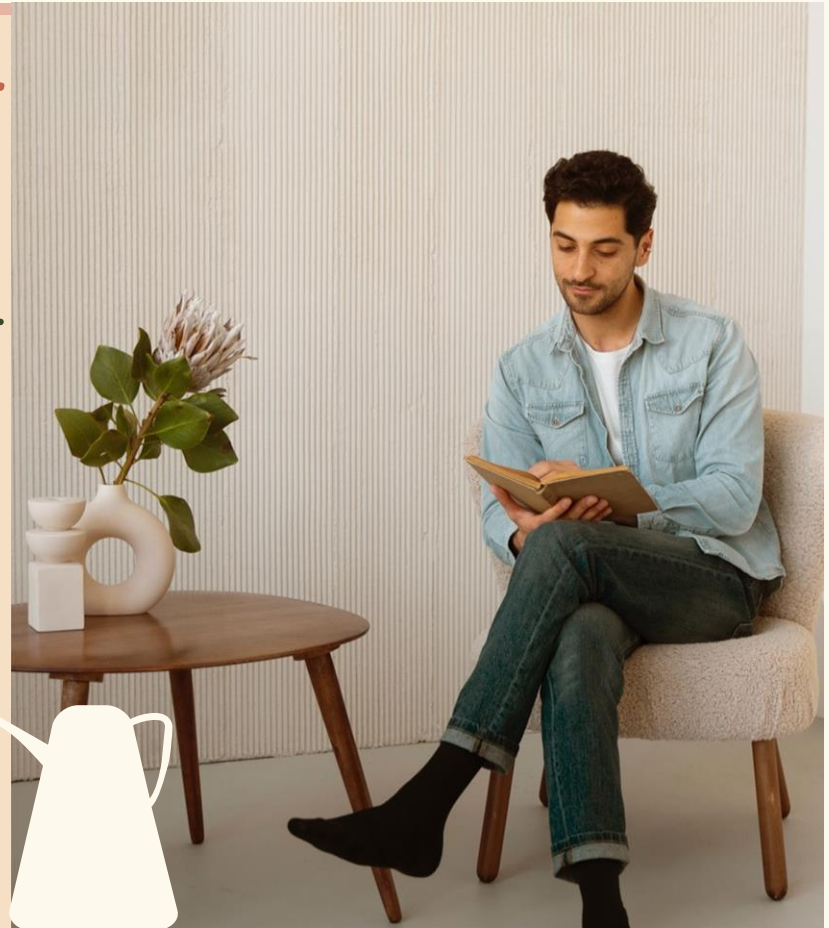


- 1. Prabaca** (mempersiapkan mental)
Amati cover, daftar isi, dan deskripsi buku.
- 2. Menandai** (tidak perlu terlalu banyak)
Baca dahulu, baru kembali menandai.
- 3. Membuat Catatan dan Ringkasan**
Catat inti per bagian untuk menyusun ringkasan.
- 4. Mencari Bahan-Bahan Terkait**
Baca referensi dengan tema-tema sama, agar mendalam.
- 5. Aplikasikan dan Bagikan**
Pastikan ringkasan berguna juga bagi orang lain.



7 Level / Cara Membaca

1. Hanya **membaca**.
2. Membaca dengan **menandai**.
3. **Me-review** bagian yang ditandai.
4. **Mengatur** semua yang ditandai menjadi catatan yang rapi.
5. Membuat **template review** buku.
6. **Meringkas** hal-hal yang penting dan menjadi resources yang bisa **dipakai orang lain**.
7. Diintegrasikan dengan **resources lain**, menjadi catatan + sistem yang **evergreen**.



4

04



Teknik Mengingat

Mengapa Lupa?

Meningkatkan Daya Ingat

Mengapa Lupa?

Kurang Perhatian

Data tidak sempat tersimpan.

Cue kurang

Ingatnya lama sampai ada *cue* yang tersedia.

Tidak Terakses

Data tertumpuk dengan data yang mirip.

Terlalu lama

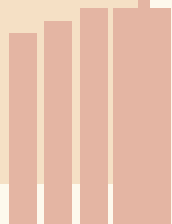
Banyak data sudah tidak terpelihara lagi.

Tidak Diasosiasikan

Latar belakang tidak kuat dan kurang *cue*.

Memori berubah

Data berubah karena berjalannya waktu.



Meningkatkan Atensi



Mengamati

Pengingat yang baik adalah **pengamat yang aktif**.



Aktif

Kurang stimulasi akan menurunkan daya ingat.



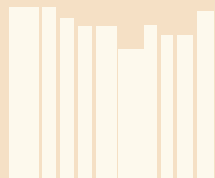
Berbagi

Ketulusan untuk **menolong orang lain** adalah obat lupa.



Latihan Meningkatkan Daya Ingat

| <i>Sistem</i> | <i>Pengaturan</i> | <i>Fun</i> |
|---------------|-------------------------------------|-------------------|
| Visualisasi | Menata pikiran | <i>Board Game</i> |
| Asosiasi | Menata hidup / <i>Life style</i> | <i>Word Game</i> |
| Menandai | Menata lingkungan | "Retret" |





“Aku hendak **mengingat**
perbuatan-perbuatan TUHAN,
ya, aku hendak **mengingat**
keajaiban-keajaiban-Mu
dari zaman purbakala.” (Mzm. 77:12)



Thanks!

Do you have any
questions?
Ada pertanyaan?



Please keep this slide for attribution

CREDITS: This presentation template was created by **Slidesgo**, including
icons by **Flaticon** and infographics & images by **Freepik**



Referensi

Judul: Improving Your Memory

Penulis: Janet Fogler and Lynn Stern

Penerbit: Barnes & Noble Books, New York

Copyright:

@1988 by Janet Fogler and Lynn Stern

@1994 by The Johns Hopkins University Press

<https://biblica.com/articles/remembering-to-remember-the-stories-of-gods-people>

<https://sharpbrains.com/blog/2009/05/14/8-tips-to-remember-what-you-read>

<https://magneticmemorymethod.com/how-to-remember-what-you-read>

<https://wikihow.com/Remember-What-You-Read>

<https://blog.rescuetime.com/how-to-remember-what-you-read>

<https://betterhumans.pub/the-complete-guide-to-remembering-what-you-read-1ffb74b4e04a?gi=bc008a56bef3>

<https://buffer.com/resources/how-to-read-more-and-remember-it-all>

Klub Baca Buku SABDA

SABDA
LIVE MINISTRY LEARNING CENTER

Seminar KBBS:

Bagaimana Mengingat Buku yang Anda Baca



Selasa, 22 November 2022
Pkl. 19.30 WIB - Selesai



Narasumber:
Yulia Oeniyati

Link Pendaftaran: bit.ly/form-kbbs

GRATIS!

Informasi lebih lanjut:  0821-3313-3315  kusuma@in-christ.net

Kontak Kami



[@sabda_ylsa](https://www.instagram.com/sabda_ylsa)



[Yayasan Lembaga SABDA](#)



[@sabda_ylsa](https://twitter.com/sabda_ylsa)



[0881-2979-100](tel:0881-2979-100)



[SABDA Alkitab](#)