

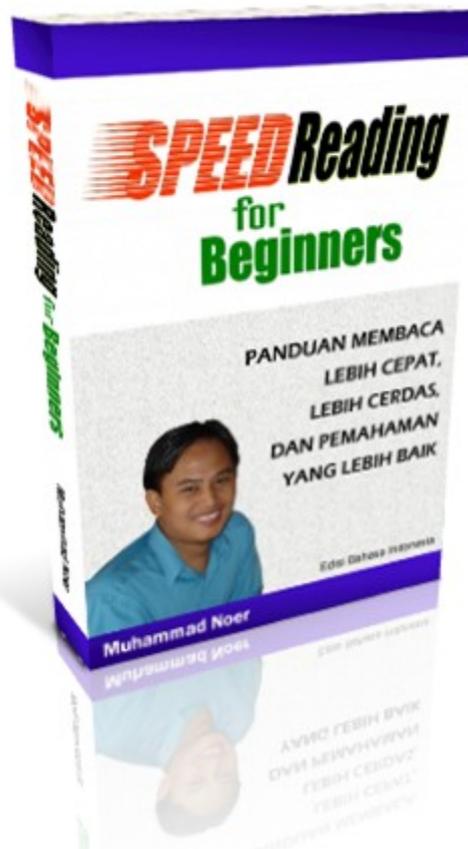
SPEED *Reading* for **Beginners**

**PANDUAN MEMBACA
LEBIH CEPAT,
LEBIH CERDAS,
DAN PEMAHAMAN
YANG LEBIH BAIK**



Edisi Bahasa Indonesia

Muhammad Noer



Buku ini akan membantu Anda menjadi pembelajar yang mampu membaca lebih cepat, lebih cerdas, sekaligus memiliki tingkat pemahaman yang lebih tinggi jika dipelajari dan dipraktekkan dengan baik.

Untuk memudahkan belajar, saya menyarankan Anda mencetak buku ini agar nyaman dibaca.

Selamat Menikmati

SHARING ITU INDAH

Anda diperkenankan bahkan dianjurkan untuk membagi buku ini berupa edisi digital atau cetak kepada keluarga dan sahabat-sahabat Anda asalkan tidak melakukan perubahan isi serta tidak digunakan untuk kepentingan komersial.



© 2010 Muhammad Noer

Apa Kata Mereka



“Buku yang sedang Anda baca ini tidak berisi teori-teori semata tapi sebuah *sharing* pengalaman hidup yang telah dijalani oleh seorang Muhammad Noer mulai dari bangku kuliah dulu hingga menjadi HR Manager di Unilever saat ini.

Kita semua berada dalam kondisi yang disebut sebagai ***Information Overloaded*** di mana informasi yang tersedia melebihi dari yang dibutuhkan. Untuk menanganinya kita butuh *tool* berupa *Speed Reading* yang secara apik sudah disajikan dalam buku ini sehingga sangat mudah untuk dipahami dan yang lebih penting lagi sangat mudah untuk diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari.”

Ir. Drs. Djohan Yoga, MSc. MOT, BLI. Ed

Mind Map International Licensed Trainer for Asia & Buzan Licensed Instructor for Education.



“Membaca buku, kita tahu merupakan salah satu elemen penting untuk merekahkan wawasan, mengembangkan pengetahuan, dan terus mengasah ilmu. Tanpa kegigihan untuk melakoni proses membaca dengan penuh kesuntukan, jagat pengetahuan kita mungkin akan selalu tergeletak dalam keremangan. Buram dan tidak mencerahkan.

Namun sialnya, ada begitu banyak pilihan buku yang menarik untuk dibaca, sementara waktu kita sungguh sangat terbatas. Rutinitas pekerjaan sehari-hari acap merenggut hampir semua waktu yang kita miliki. Setelah itu, kita mungkin sudah tergoles lelah untuk sekedar membuka selembarnya, dua lembar buku yang terus teronggok dalam kesunyian.

Beruntung telah hadir sebuah buku yang sangat memikat dan aplikatif mengenai teknik untuk melakukan speed reading. Ditulis oleh salah satu pakar speed reading tanah air bernama Muhammad Noer, buku ini dengan sangat ekspansif mendedahkan beragam teknik aplikatif yang mudah dicerna dan dipraktikkan. Banyak bagian buku ini yang juga dijadikan bahan eksperimen dimana Anda bisa secara langsung mempraktekkan ***effective speed reading***.”

Yodhia Antariksa

Founder PT. Manajemen Kinerja Utama, firma konsultan bidang corporate performance management dan blogger di <http://strategimanajemen.net>



“Theodore Roosevelt, John F. Kennedy, Jimmy Carter atau Indira Gandhi adalah beberapa tokoh dunia yang mampu membuat sejarah. Pengaruhnya sering mengguncangkan orang sejangat pada zamannya. Berbagai penelitian menunjukkan, mereka adalah tokoh-tokoh dunia yang “keranjingan” membaca. Konon, **kemampuan membaca mereka mencapai 1.000 kpm (kata per menit)**. Luar biasa! Karena kemampuan membacanya yang luar biasa itulah mereka mampu mengambil keputusan secara cerdas, cepat, dan brilian.

Seiring dengan perkembangan dan dinamika zaman yang terus dibanjiri beragam informasi dari berbagai media, baik konvensional maupun kontemporer, keterampilan membaca cepat (*speed reading*) dengan sendirinya menjadi hal yang penting dan niscaya untuk dimiliki oleh para pemburu informasi.

Dalam situasi demikian, sungguh beruntung saya mendapatkan e-book bertitel **Speed Reading for Beginners** yang dibuat oleh Mas Muhammad Noer. E-book setebal 98 halaman ini telah **membuka ‘jalan baru’ buat saya bagaimana cara meningkatkan keterampilan membaca secara cepat dan efektif**.

Dengan gaya penjelasan yang santai dan sederhana, e-book ini bisa dengan mudah saya ikuti dan saya terapkan hingga pelan tetapi pasti keterampilan saya dalam membaca jauh lebih cepat dan efektif.”

Sawali Tuhusetya

Guru, Penulis, Ketua Komite Sastra Dewan Kesenian Kabupaten Kendal, dan blogger di <http://sawali.info> membahas dunia pendidikan, bahasa, sastra, dan budaya.



“Sebuah pengetahuan praktis yang sangat berguna, terutama buat saya yang sedang menempuh MBA, harus membaca minimal 4 case setebal 25-30 halaman dalam bahasa Inggris di sela-sela kesibukan kerja. Selama ini saya cuma bisa berkonsentrasi paling banyak 5-6 halaman setelah itu rasanya tidak ada yang bisa ditangkap.

Setelah coba praktekkan cara-cara yang ada di buku ini, setidaknya **saya sudah mampu membaca 1 case hingga selesai** dengan pemahaman yang cukup. Dengan banyak berlatih saya yakin kecepatan membaca saya bisa meningkat dan seberapa banyak pun tugas case study tidak akan mengganggu saya. Untuk bukunya sendiri, bahasanya cukup sederhana hanya layouting nya mungkin masih bisa dibuat lebih menarik.”

Endy Julisetiawan

Deputy Plant Manager Pulogadung Factory
PT. Johnson Home & Hygiene Products
student of Executive MBA Program at IPMI Business School



“Setelah saya dikirim edisi review-nya dan diyakinkan untuk membaca Speed Reading for Beginners ini, apa boleh buat, saya harus mengakui bahwa buku ini memberikan saya peningkatan percepatan membaca dengan sangat signifikan. Dan itu terjadi segera setelah membacanya. Bukan itu saja, teknik-tekniknya dipaparkan dengan sangat jelas, dengan contoh dan gambar pendukung sehingga sangat mudah dipahami. **Tekniknya bisa langsung dicoba, bahkan ketika masih membaca bukunya.**”

Sudah dua belas tahun Mas Noer menyempurnakan teknik speed reading-nya sendiri, dari sekian banyak buku dan teori terkait. Agaknya ini adalah himpunan esensi dari semua pembelajarannya itu. Teknik-teknik yang paling mudah dan efektif diramunya ulang dan disajikan dengan cara termudah yang bisa dipahami oleh pembaca, hasil dari pengalamannya sebagai instruktur topik terkait.

Saya menikmati membacanya, dan sangat menikmati peningkatan kecepatan membaca yang terjadi pada saya. Ketimbang mempelajari buku-buku speed reading satu persatu, buku ini jauh lebih efektif. Ditambah dengan harganya yang nol rupiah, *value* buku ini menjadi sangat sulit tertandingi.”

Herry Mardian

Penerjemah buku, penulis, editor, penggemar buku, dan pemilik Suluk Blog - <http://suluk.blogsome.com>



“Ebook langka.. bisa mengantar Anda sebagai pembaca yang efektif. Saya rasa ebook ini sangat bermanfaat tak hanya untuk pemula. Lebih dari itu, ini adalah **bentuk nyata dari spirit berbagi di era digital.**”

Zainal Alimuslim

Blogger <http://zahidayat.com>



Daftar Isi

<i>Apa Kata Mereka</i> _____	3
<i>Daftar Isi</i> _____	6
<i>Pengantar</i> _____	8
<i>BAB 1 Mengapa Saya Tertarik Dengan Speed Reading?</i> _____	11
Pengalaman Saya Berkenalan Dengan Speed Reading _____	11
Mengapa Orang Malas Membaca? _____	15
Pengalaman Merancang Pelatihan Membaca Cepat _____	15
Alasan Saya Menulis Ebook Ini _____	17
Pembahasan Dalam Buku Ini _____	18
<i>BAB 2 Mengapa Membaca Cepat dan Cerdas Itu Penting?</i> _____	20
Ledakan Informasi _____	21
Manfaat Membaca Cepat _____	22
1. Memilah Informasi Penting dan Tidak _____	22
2. Menguasai Informasi Dengan Cepat _____	23
3. Meningkatkan Pemahaman _____	23
Membaca Cepat dan Tingkat Pemahaman _____	24
Aplikasi Membaca Cepat Bisa Untuk Semua Jenis Bacaan _____	24
Membaca Cepat Untuk Berbagai Keperluan _____	25
<i>BAB 3 Mitos dan Sejarah Membaca Cepat</i> _____	26
Mitos Membaca Cepat _____	26
1. Membaca cepat tidak mungkin _____	26
2. Membaca cepat mengurangi kenikmatan membaca _____	27
3. Membaca cepat hanya untuk orang pintar _____	27
4. Membaca cepat suatu kebohongan _____	28
Sekilas Sejarah Membaca Cepat _____	29
<i>BAB 4 Ukur Kemampuan Baca Anda!</i> _____	31
Menguji Pemahaman Atas Bahan Bacaan _____	38
Hambatan Dalam Membaca Cepat _____	39
1. Sulit berkonsentrasi _____	39
2. Rendahnya motivasi _____	39
3. Khawatir tidak memahami materi yang dibaca _____	40
4. Kebiasaan buruk dalam membaca _____	40
<i>BAB 5 Apa Yang Menghambat Seseorang Dalam Membaca Cepat?</i> _____	41
1. Sulit Konsentrasi _____	41
2. Rendahnya Motivasi _____	42
3. Khawatir Tidak Memahami Bahan Bacaan _____	43

4. Kebiasaan-Kebiasaan Buruk Dalam Membaca _____	44
Vokalisasi _____	44
Sub Vokalisasi _____	44
Gerakan Bibir _____	44
Gerakan Kepala _____	45
Regresi (Pengulangan ke belakang) _____	45
BAB 6 Teknik Dasar Membaca Cepat _____	46
1. Mengenali Kata Dengan Cepat _____	46
2. Membaca Kelompok Kata _____	49
3. Melatih Irama Pergerakan Mata _____	51
BAB 7 Menghilangkan Kebiasaan Buruk Dalam Membaca _____	57
1. Vokalisasi _____	58
2. Gerakan Bibir _____	59
3. Gerakan Kepala _____	59
4. Regresi (Membaca ke belakang) _____	60
5. Sub Vokalisasi _____	61
BAB 8 Teknik Menengah: Membaca Secara Vertikal _____	63
Teknik membaca secara vertikal _____	63
Penyesuaian kecepatan baca _____	71
Proses Membaca Terstruktur Secara Cerdas _____	73
1. Survey _____	74
2. Question _____	75
3. Read _____	76
4. Recite _____	76
5. Review _____	76
BAB 9 Teknik Khusus Dalam Membaca Cepat _____	78
Teknik Khusus Membaca Cepat Untuk Jenis Materi Yang Berbeda _____	78
Teknik Membaca Koran _____	79
Meningkatkan Pemahaman Baca Dengan Menguasai Informasi Yang Relevan _____	84
Teknik Membaca Majalah _____	84
Kenali Gaya Penulisan Artikel _____	85
Membaca Novel atau Buku Fiksi Lainnya _____	86
Teknik Khusus Menangkap Ide Utama _____	87
Kuasai struktur kalimat. _____	89
Perhatikan kata-kata negatif. _____	89
Perhatikan kata-kata penghubung kalimat. _____	89
Perhatikan kata-kata kunci (keyword) dan terminologi khusus. _____	89
Perhatikan kata-kata bercetak khusus. _____	90
Penutup _____	91
Penutup _____	91
Bacaan Lebih Lanjut _____	91
Sumber-Sumber Rujukan _____	101
Tentang Penulis _____	103

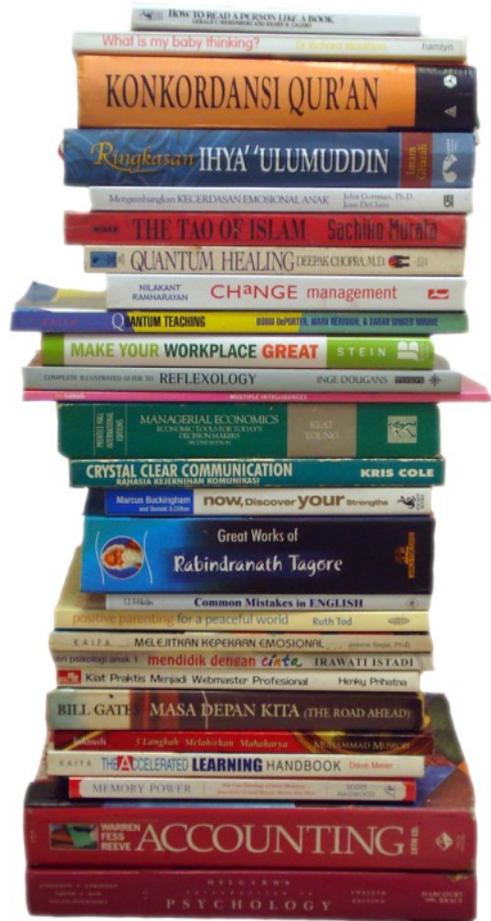
Pengantar

Puji syukur hanyalah untuk Allah SWT. Dia Yang Maha Mengetahui pikiran, perasaan dan apa-apa yang dibisikkan hati hamba-hambanya. Segala daya dan kekuatan datang dari Allah Ta'ala. Atas izin-Nya akhirnya saya bisa merampungkan ebook ini setelah melalui beberapa tahapan penulisan dan editing. Semoga buku ini bisa bermanfaat buat orang banyak.

Saya mengucapkan terima kasih kepada istri dan anak-anak yang telah memberi dukungan dan kesempatan sehingga buku ini dapat diselesaikan dengan baik. Tak lupa penulis mengucapkan terima kasih kepada para sahabat yang telah memberikan dorongan dan semangat sampai akhirnya buku ini selesai dan sampai ke tangan pembaca. Secara khusus penulis menyampaikan terima kasih kepada sahabat-sahabat yang terlibat dalam proses review dan promosi buku ini lewat media **blog, Facebook, email**, maupun jalur komunikasi lainnya.

Tak lupa saya mengucapkan selamat dan terima kasih kepada Anda yang telah mendownload ebook ini. Anda dapat mengaksesnya di blog pribadi saya www.muhammadnoer.com. Saya berharap ebook ini akan bermanfaat buat Anda untuk menguasai kemampuan membaca cepat dan efektif sekaligus memberi pengalaman baru yang berharga tentang proses membaca lebih baik.

Jika Anda pernah berkunjung ke blog saya sebelumnya, mungkin Anda pernah membaca tulisan tentang Membaca Cepat (**Speed Reading**). Ya, saya memang secara khusus membuat tulisan dalam kategori tersebut untuk membantu siapa saja yang tertarik belajar membaca cepat dengan sungguh-



Personal Photo by **Muhammad Noer**

sungguh. Dari statistik blog tersebut, saya menemukan pengunjung terbanyak mencari informasi tentang membaca cepat. Saya telah merasakan manfaat keahlian membaca cepat bagi diri pribadi dan berharap manfaat yang sama dapat diperoleh juga oleh orang-orang yang membaca tulisan-tulisan saya. Berdasarkan pengamatan saya, informasi tentang membaca cepat yang tersedia dalam bahasa Indonesia masih sangat terbatas dan saya ingin memberi kontribusi menjadi salah satu sumber rujukan.

Ebook yang diberi judul “**Speed Reading for Beginners**” ini akan menjelaskan dasar-dasar membaca cepat bagi siapa saja yang ingin mengetahui bagaimana sebenarnya proses baca cepat dilakukan. Buku ini akan memberi manfaat optimal jika Anda tidak hanya membacanya melainkan juga menerapkannya dalam keseharian. Sesuatu yang Anda pelajari akan cepat sekali terlupakan jika Anda tidak menggunakannya. Karena itu jangan sia-siakan waktu yang telah Anda habiskan untuk membacanya. Manfaatkan ebook ini sebagai sarana latihan agar Anda menjadi pembaca yang lebih cerdas, cepat dan efektif.

Adapun manfaat yang akan Anda peroleh dari membaca ebook ini dan melakukan apa-apa yang diajarkan di dalamnya adalah:

- **Meningkatkan kecepatan baca** setidaknya **dua kali lipat** dari kecepatan baca Anda saat ini
- Mampu **memilah informasi** yang penting dan yang tidak secara mudah dan cepat
- Menguasai buku dan bahan bacaan apapun dengan tingkat pemahaman yang lebih baik
- Mampu membaca jenis bacaan yang berbeda secara **efektif** seperti: buku, majalah, koran, *website*, dan lain-lain
- Membuat Anda lebih **semangat membaca dan belajar berbagai hal baru** karena dapat membacanya secara cepat serta efektif

Buku ini saya persembahkan kepada Anda semua yang ingin menjadi pembelajar yang lebih baik. Dengan banyak membaca, akan lebih banyak ilmu yang dapat dikuasai untuk nantinya diamalkan dalam kehidupan.

Jika Anda merasa buku ini bermanfaat, Anda dapat membaginya kepada siapa saja secara gratis tanpa harus meminta izin terlebih dahulu. Anda juga diperkenankan menjadikan buku ini sebagai hadiah yang didownload dari website atau blog Anda asalkan tidak mengubah isinya dan tidak memungut biaya.

Jika Anda ingin merekomendasikan buku ini kepada keluarga, kolega dan sahabat, Anda dapat menginformasikan kepada mereka agar mendownloadnya di www.membacacepat.com/ebook/

Semoga buku ini membawa manfaat bagi Anda yang membacanya sekaligus buat saya yang menuliskannya. Jika Anda ingin memberi apresiasi terhadap buku ini, saya akan sangat berterima kasih jika Anda berkenan memberi komentar, saran ataupun kritik terhadap buku ini lewat [link berikut](#). Masukan Anda akan sangat berharga untuk pengembangan buku ini di masa mendatang.

Akhir kata, selamat membaca dan semoga Anda menjadi pembaca yang cepat, efektif dan cerdas.

Salam Pembelajar.

Muhammad Noer

BAB 1

Mengapa Saya Tertarik Dengan *Speed Reading*?

Sebelum saya menjelaskan tentang teknik membaca cepat, saya ingin berbagi pengalaman bagaimana saya mempelajari Speed Reading secara otodidak. Mudah-mudahan pengalaman ini memberikan inspirasi dan semangat buat Anda untuk berlatih teknik membaca cepat dan merasakan manfaatnya dalam proses pembelajaran pribadi.



Credit: [Mattox http://www.sxc.hu/photo/1209714](http://www.sxc.hu/photo/1209714)

Pengalaman Saya Berkenalan Dengan Speed Reading

Saya belajar Speed Reading pertama kali ketika duduk di bangku SMU, sekitar 12 tahun yang lalu. Saat itu saya tengah mempersiapkan diri menghadapi ujian masuk perguruan tinggi yang dikenal dengan nama UMPTN. Di tengah persiapan belajar, saya menemukan buku saku berjudul “**Rahasia Sukses Belajar**”. Salah satu topik yang dibahas adalah bagaimana cara membaca yang lebih cepat dan lebih baik. Apa yang saya pelajari dari buku tersebut saya manfaatkan untuk menjadi pelajar yang lebih baik termasuk bagaimana menjadi seorang pembaca cepat dan efektif.

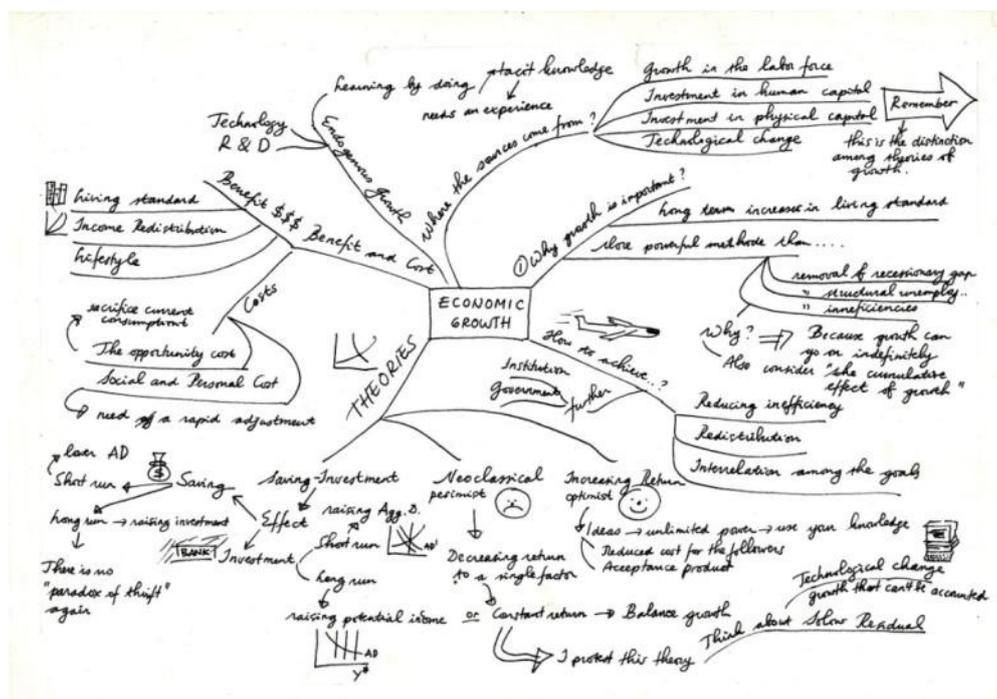
Awalnya saya kesulitan menerapkan teknik membaca cepat karena buku tersebut hanya menjelaskan secara sekilas. Namun dengan kegigihan dan latihan terus menerus, akhirnya saya mulai terbiasa dan mengembangkan teknik membaca cepat dan efektif yang nyaman buat saya. Sekitar 3 tahun pertama menerapkan Speed Reading, ada kalanya kecepatan baca saya meningkat namun di lain waktu menurun kembali. Setelah saya analisa salah

satu penyebabnya adalah karena saya tidak konsisten dalam menerapkan prinsip-prinsip membaca cepat itu sendiri. Agar Anda tidak mengulangi kesalahan yang pernah saya buat, gunakan keahlian membaca cepat yang mulai Anda kuasai dan pakai dalam setiap kesempatan. Insya Allah keahlian tersebut akan terus terasah dan semakin baik dari waktu ke waktu.

Praktek membaca cepat yang saya kuasai berkembang pesat ketika memasuki kuliah di tahun 1998. Sebagaimana mahasiswa baru lainnya, periode itu adalah pengalaman pertama saya berhadapan dengan buku teks yang tebal dan banyak. Sebagian buku berbahasa sederhana sementara sebagian lainnya cukup rumit. Tidak hanya itu, karena buku-buku tadi berbahasa Inggris, saya mulai belajar bagaimana membaca cepat dalam bahasa asing yang ternyata memerlukan teknik dan adaptasi tersendiri.

Alhamdulillah, selama kuliah saya bisa menjadi mahasiswa yang bertanggung jawab dengan membaca habis semua bab yang dipersyaratkan sebelum masuk ke ruang kelas. Tidak hanya itu, saya juga secara rutin membuat catatan **Mind Mapping** satu lembar untuk setiap bab. Hal itu didukung oleh kemampuan membaca cepat saya yang mulai berkembang. Proses membaca buku teks yang tebal menjadi lebih mudah, nyaman sekaligus menyenangkan.

Berikut adalah contoh Mind Map yang saya buat dengan memadukan teknik membaca cepat di dalamnya.



Contoh di atas merupakan catatan bab **Economic Growth** dari buku teks **Macroeconomics** karangan **Lipsey**. Menurut rekan-rekan saya di FEUI termasuk teman-teman saya satu kuliah dulu, buku ini termasuk sulit dipahami baik karena isinya maupun penggunaan bahasanya yang berat.

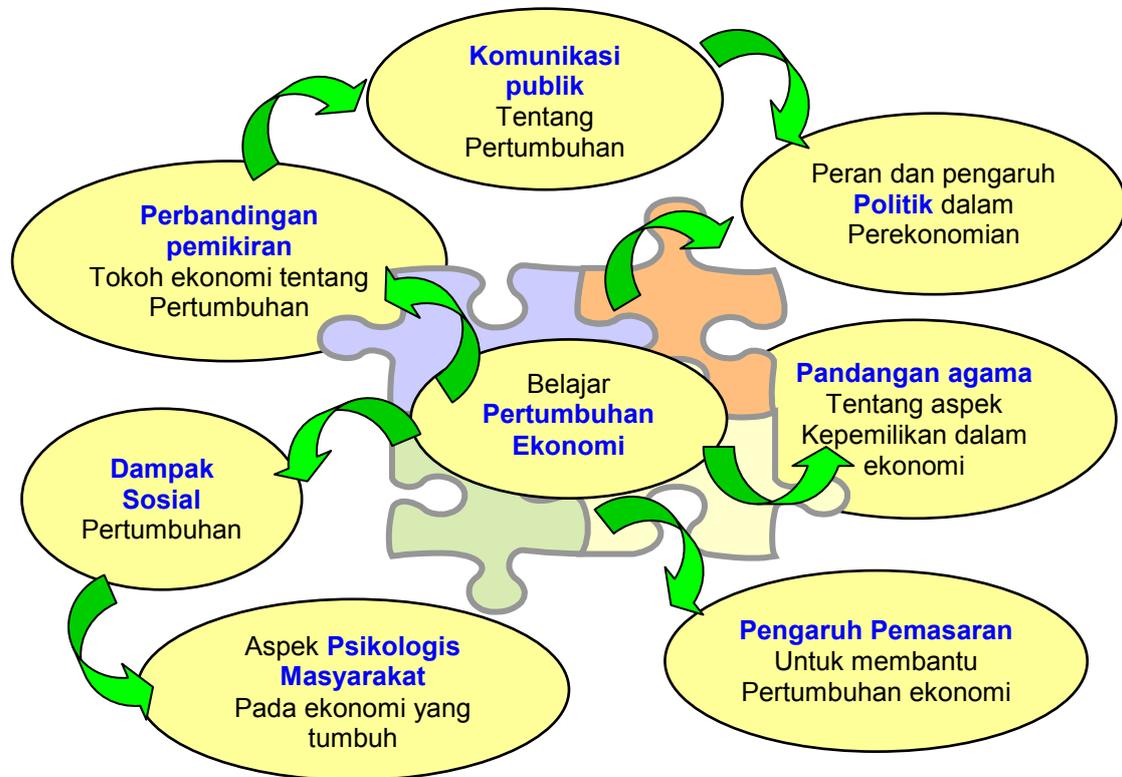
Aplikasi membaca cepat untuk buku seperti itu adalah dengan memanfaatkan kata kunci utama dan membangun sebuah pengertian sendiri. Dengan demikian, membaca dilakukan bukan untuk menghafal melainkan memahami. Dan apa-apa yang kita pahami akan bertahan untuk jangka panjang dibandingkan apa-apa yang berusaha kita hafal.



Contoh berikut adalah Bab Pertama dari buku teks Advertising yang menjelaskan bagaimana iklan bekerja. Catatan model seperti ini bisa dibuat setelah kita membaca sebuah buku dalam konteks yang lengkap. Apa yang dicatat merupakan intisari dan kata kunci dari hal-hal yang paling penting untuk diingat. Kemampuan membaca cepat sangat membantu dalam pemahaman teks dalam konteks lengkap tersebut. Jika Anda tertarik dengan Mind Map, silakan berkunjung ke blog saya untuk detail lainnya.

Lebih jauh lagi membaca cepat akan sangat membantu kita untuk melihat sebuah persoalan dalam satu kesatuan. Dengan demikian, ketika Anda mempelajari suatu subjek ilmu Ekonomi, maka Anda bisa mencari kaitannya

dengan ilmu Psikologi yang pernah dipelajari, ilmu Komunikasi yang diminati, termasuk Sosial Politik yang berhubungan di dalamnya. Secara ringkas saya menggambarkan pola interaksi tersebut kurang lebih sebagai berikut:



Bayangkan jika Anda mampu belajar seperti itu, maka ilmu-ilmu yang dipelajari akan saling bersinergi satu sama lain. Apa yang Anda pelajari dalam suatu subjek akan memperkuat pemahaman Anda pada subjek lainnya karena melihat hubungan dan keterkaitannya. Dengan demikian, akan terasa keindahan belajar dan proses membaca menjadi sebuah proses belajar yang terus menerus sekaligus menyenangkan. Tidak hanya itu, semangat belajar Anda juga akan meningkat pesat karena selalu ingin memahami hal-hal baru dan memperkokoh pemahaman sebelumnya.

Manfaat lain dari membaca cepat dan efektif sangat terasa ketika saya masih mahasiswa dengan keuangan terbatas. Waktu itu, saya biasa datang ke toko buku untuk membaca buku-buku baru dan bisa menyelesaikan beberapa judul buku yang menarik di tempat tanpa harus membelinya. Ini adalah keuntungan sampingan jika Anda memiliki keahlian membaca cepat. Praktis saya jarang membeli buku-buku yang relatif tipis sekitar 100 halaman atau kurang karena bisa dibaca sampai selesai di toko buku. Saya

hanya akan membeli buku jika dibutuhkan untuk referensi penting di masa mendatang. Cukup hemat dan praktis bukan?

Mengapa Orang Malas Membaca?

Saya memperhatikan salah satu alasan banyak orang tidak suka membaca buku karena banyaknya waktu yang harus dihabiskan meskipun buku itu menarik. Mereka tidak tahan jika harus sehari-hari menghabiskan suatu buku. Karenanya orang lebih suka dengan yang instan berupa ringkasan siap pakai. Padahal, banyak informasi berharga dalam sebuah buku yang tidak bisa diperoleh dengan hanya mengandalkan ringkasannya saja.

Persoalan ini sebenarnya dapat diselesaikan dengan meningkatkan kemampuan dan kecepatan baca. Saya pribadi merasakan, ketika kecepatan baca meningkat, keinginan untuk belajar banyak hal menjadi semakin besar. Buku-buku tebal yang tadinya terlihat menakutkan sekarang menjadi sahabat yang bisa dinikmati tanpa harus menghabiskan waktu terlalu lama untuk mempelajarinya. Seperti yang dijelaskan **Bobbi De Porter** dalam buku **Quantum Learning**, proses belajar suatu hal akan membantu Anda memahami hal lain sekaligus merangsang keinginan untuk belajar hal-hal baru. Dengan demikian, tercipta jaringan pengetahuan yang terus berkembang, ciri seorang manusia pembelajar.

Pengalaman Merancang Pelatihan Membaca Cepat

Selama masa kuliah, saya sempat mengajarkan teknik membaca cepat kepada sahabat-sahabat dekat. Namun karena sifatnya hanya *sharing* dan penjelasan singkat, saya melihat tidak banyak diantara mereka yang menguasai keterampilan tersebut. Alasan lain adalah karena kurang latihan sehingga membaca cepat hanya diketahui sebagai pengetahuan dan bukan sebagai keahlian yang terinternalisasi dalam diri.

Selanjutnya ketika saya mulai bekerja di sebuah perusahaan multinasional pada tahun 2004, saya memiliki kesempatan membuat training khusus

tentang membaca cepat yang saya rancang sendiri. Ketika itu saya masih seorang *trainee* di Departemen *Corporate Learning*. Salah satu tugas saya adalah merancang kegiatan pembelajaran di perusahaan. Tugas tersebut saya manfaatkan dengan merancang **Pelatihan Membaca Cepat** yang terdiri dari 4 pertemuan khusus untuk karyawan masing-masing selama 2 jam.



Terus terang saya sangat senang bisa membagi pengetahuan tersebut dengan lebih terstruktur disertai program latihan khusus. Bahkan salah seorang *Senior Manager* ikut sebagai peserta sedangkan saya sebagai instrukturinya masih *trainee* dengan masa kerja tak lebih dari 6 bulan di perusahaan. Sungguh suatu pengalaman yang menarik dan berharga buat saya dalam merancang sendiri sebuah pelatihan dari awal sampai akhir. Dalam proses merumuskan training tersebut, saya dituntut banyak belajar teknik-teknik baru dari berbagai sumber yang kemudian saya adaptasi untuk kemudahan pelatihan bagi para peserta.

Dari pengalaman tersebut, saya menyadari bahwa keahlian membaca cepat merupakan keterampilan berharga yang saya miliki. Untuk itu agar apa-apa yang saya miliki dapat bermanfaat buat orang lain, saya memutuskan untuk menuliskannya dalam blog pribadi saya www.muhammadnoer.com sekaligus membuat ebook yang Anda baca sekarang sebagai sharing pengetahuan kepada semua orang.

Alasan Saya Menulis Ebook Ini

Mungkin Anda berpikir, mengapa saya harus bersusah payah menulis ebook ini? Apalagi membagikannya secara gratis? Terus terang saya menghabiskan waktu beberapa minggu untuk menuliskannya, menambahkan informasi baru yang penting, mencari sumber rujukan serta melakukan proses desain dan editing. Walaupun demikian, saya sangat gembira buku ini akhirnya selesai juga dan dapat saya sampaikan ke tangan pembaca. Ada beberapa alasan saya menulis buku ini:

- **Untuk berbagi dan membantu orang lain agar mendapatkan manfaat dari kemampuan membaca cepat dan efektif**

Banyak orang yang ingin belajar membaca cepat namun tidak tau sumber yang harus dirujuk. Informasi tentang topik ini relatif masih terbatas jika dibandingkan dengan topik-topik pengembangan diri lainnya. Saya dapat mengatakan demikian setelah melakukan penelitian khusus di internet untuk topik tersebut. Tidak hanya itu, jika Anda berusaha mencari rujukan berbahasa Indonesia tentang membaca cepat maka sumber yang ada akan lebih terbatas lagi. Karena itu saya melihat ada kebutuhan hadirnya sebuah buku yang bisa menjelaskan prinsip-prinsip membaca cepat secara sederhana kepada masyarakat Indonesia. Saya berharap buku ini dapat menjadi salah satu sumber berharga bagi siapa saja yang ingin belajar keterampilan ini.

- **Untuk merangkum pengetahuan yang saya miliki**

Menuliskan sesuatu yang Anda pahami akan memperkokoh pemahaman. Disamping itu ada proses pembelajaran yang kuat ketika Anda berusaha menuliskan kembali apa-apa yang Anda ketahui dan kuasai. Saya telah menjalani proses belajar membaca cepat sekaligus menerapkannya selama lebih dari 10 tahun. Agar ilmu itu tidak hilang saya merangkumnya dalam bentuk buku. Hal ini menjadi pengalaman dan tantangan tersendiri buat saya dan terus terang saya menikmati proses pembuatannya.

- Untuk promosi blog pengembangan pribadi yang saya kembangkan

Memasuki tahun 2009, saya secara serius belajar untuk membuat blog dengan baik dan konsisten. Buku ini merupakan bagian dari pengembangan blog saya di masa mendatang sekaligus sebagai hadiah bagi para pembaca. Jika Anda belum sempat berkunjung, silakan klik di www.muhammadnoer.com. Di blog tersebut saya banyak menuliskan artikel tentang pengembangan pribadi termasuk topik membaca cepat (Speed Reading). Jika Anda berkunjung, jangan lupa untuk memberi masukan atau komentar agar kita bisa terus bertegur sapa meskipun hanya di dunia maya.

Ebook ini merupakan penjabaran lebih detail dari apa yang saya tulis di blog www.muhammadnoer.com untuk topik Speed Reading. Buku ini merupakan gabungan antara apa yang telah saya pelajari tentang membaca cepat dari berbagai sumber, pengalaman pribadi sebagai praktisi yang menerapkan proses baca cepat dalam kehidupan sehari-hari, serta sebagian modul pelatihan tentang baca cepat yang saya rancang pada beberapa kesempatan berbeda.

Pembahasan Dalam Buku Ini

Untuk memudahkan Anda dalam memahami buku ini, saya mencoba membaginya dalam beberapa bab. Adapun hal-hal yang akan Anda pelajari adalah:

- Mengetahui sejarah Speed Reading
- Mengapa membaca cepat dan cerdas itu penting
- Mitos seputar membaca cepat
- Penghambat seseorang dalam membaca cepat dan cara mengatasinya
- Teknik dasar membaca cepat lewat pergerakan mata dan pengelompokan kata

- Teknik menengah membaca cepat: membaca vertikal, penyesuaian kecepatan, dan proses membaca buku teks tebal dan berstruktur
- Teknik khusus membaca cepat: membaca untuk material yang berbeda-beda (koran, majalah, novel), membaca menggunakan kata kunci (keyword reading), membaca secara efektif dan fokus untuk meningkatkan pemahaman.
- Saran-saran untuk latihan dan bacaan lebih lanjut

Saya berharap buku ini akan membawa manfaat yang banyak buat Anda sekaligus buat saya yang menuliskannya. Jika Anda merasa buku ini membawa kebaikan, Anda dapat membaginya secara gratis kepada orang lain termasuk menyebarkannya lewat website atau blog Anda. Selama Anda tidak memungut biaya untuk itu, Anda dapat membaginya kepada siapa saja. Anda juga dapat melakukan *review* dan *sharing* terhadap buku ini lewat blog, milis maupun *social media* seperti **Facebook** dan **Twitter**.

Dan jika Anda senang dengan buku ini, saya juga mengharapkan masukan dan komentar Anda di halaman <http://www.muhammadnoer.com/speed-reading-for-beginners/>. Dengan memberi komentar dan masukan, berarti Anda telah membantu saya untuk memperbaiki buku ini di masa mendatang sekaligus menulis buku-buku selanjutnya. Tidak hanya itu, Anda juga membantu orang lain yang ingin mendownloadnya lewat komentar tersebut.

Selamat belajar dan berlatih.

BAB 2

Mengapa Membaca Cepat dan Cerdas Itu Penting?

Apakah Anda sering membeli buku namun **tidak pernah membacanya sampai habis?**

Apakah Anda sering men-download ebook tentang berbagai topik kemudian **hanya bisa membaca beberapa halaman saja** dan selebihnya Anda tinggalkan?

Apakah Anda lelah dengan **email yang sangat banyak** dan **menghabiskan waktu berjam-jam** untuk membacanya satu per satu karena **khawatir mungkin ada pesan yang penting?**

Apakah Anda **kesulitan menentukan apakah suatu buku layak untuk dibeli** ketika Anda membaca sekilas di toko buku?

Apakah Anda ingin **membaca lebih cepat dan efisien** halaman demi halaman dengan cara yang mudah?

Apakah Anda ingin **meningkatkan pemahaman** dalam membaca dan **mengingatnya untuk jangka waktu yang panjang?**

Jika Anda menjawab ya pada satu atau beberapa pertanyaan di atas, maka Anda membutuhkan kemampuan membaca cepat dan efektif. Dengan mempelajari proses membaca yang baik dan benar, Anda dapat membaca 2 sampai 3 kali lebih cepat. Bayangkan berapa banyak waktu yang dapat dihemat untuk urusan tersebut. Tidak hanya itu membaca cepat juga memperkuat kemampuan menyerap informasi dari bahan bacaan. Masih sulit untuk percaya? Silakan lanjutkan membaca sampai selesai.

Ledakan Informasi

Di zaman informasi seperti sekarang, kita dapat memperoleh informasi hampir dari mana saja. Mulai dari yang konvensional seperti buku, koran, majalah, atau tabloid sampai dokumen elektronik seperti ebook, website, blog, ensiklopedi elektronik, hasil pencarian di internet, dan begitu banyak sumber lainnya.

Jika Anda pecinta buku, maka sekarang begitu banyak buku-buku yang diterbitkan secara digital. Bahkan buku-buku dari berbagai perpustakaan di dunia juga tersedia di internet. Sumber berharga yang bisa Anda baca diantaranya [Google Books](#) dan [Questia Online Library](#).

Tidak hanya itu, Anda juga dapat belajar dari Ensiklopedia Online terbesar seperti [Wikipedia.org](#) maupun sharing pengetahuan lewat slide di [Slidshare.net](#).

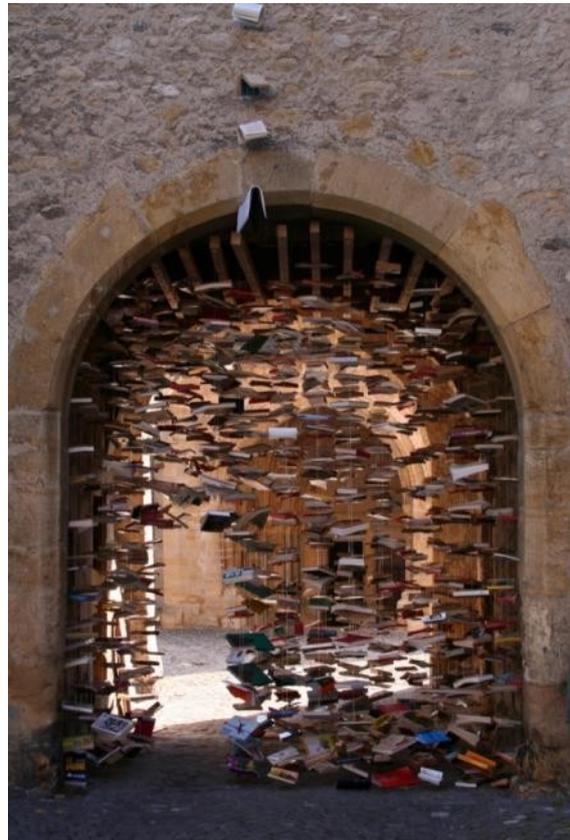


Photo by [Timtom](#) under [Creative Commons License](#)

Bayangkan dengan banyaknya informasi tersebut, dibutuhkan kemampuan memilah informasi mana yang penting dan mana yang tidak. Informasi dalam jumlah tertentu yang dibutuhkan akan sangat berharga. Sementara informasi yang terlalu banyak tanpa pemilahan hanya akan menjadi sampah. Kemampuan menyerap dan menguasai informasi yang telah dipilih secara cepat dan efektif menjadi kunci sukses di era ledakan informasi. Anda akan menjadi tuan dan bukan budak dari informasi.

Manfaat Membaca Cepat

Membaca cepat sangat bermanfaat bagi semua orang. Apakah Anda seorang pelajar, mahasiswa, profesional, eksekutif, semuanya membutuhkan kemampuan membaca yang lebih baik. Membaca cepat dan efektif akan membantu Anda dalam tiga hal penting:

1. **Memilah Informasi Penting dan Tidak**

Seperti yang sudah dijelaskan di awal, kita telah memasuki zaman ledakan informasi di mana terdapat begitu banyak sumber bacaan. Di satu sisi hal ini membantu untuk mengetahui apa saja yang ingin kita ketahui. Namun di sisi lain informasi yang terlalu banyak membuat kita bingung mana yang penting dan mana yang tidak. Mana informasi yang relevan untuk dipelajari dan mana yang hanya akan membuang waktu saja tanpa memberi manfaat berarti.

Kemampuan membaca cepat berguna ketika Anda hendak memutuskan apakah suatu buku, dokumen atau bahan bacaan merupakan materi yang penting dan relevan buat Anda atau tidak. Bayangkan ketika Anda datang ke toko buku, ada berbagai judul yang terlihat menarik dan perlu. Namun apakah benar demikian? Atau jangan-jangan hanya sebagian kecil saja dari buku tersebut yang memang berkualitas dan akan membawa manfaat yang banyak jika Anda membacanya sampai tuntas.

Jika Anda telah menguasai membaca cepat, maka keputusan untuk memilah informasi yang penting dan yang tidak dapat dilakukan lebih mudah dan cepat. Caranya adalah dengan membaca cepat dan sekilas judul buku, sub judul, daftar isi, halaman belakang, kata pengantar dan secara cepat melihat sekilas judul-judul bab dan heading-nya. Dalam tempo 1-3 menit Anda sudah bisa memutuskan apakah buku tersebut cocok buat Anda atau tidak.

Hal yang sama berlaku dengan ebook. Ya, ada banyak buku gratis yang beredar. Tapi apakah semuanya berkualitas dan berguna buat Anda? Belum tentu. Salah-salah Anda hanya akan menghabiskan waktu buat mendownload dan membacanya. Cara yang sama dapat Anda

lakukan seperti melihat buku cetak tadi. Baca judul, sub judul, daftar isi, dan kata pengantar. Kemudian mulailah lihat secara cepat isi bab dan gambar-gambaranya (jika ada).

Mengapa perlu membaca judul, sub judul daftar isi maupun kata pengantar? Saya akan jelaskan dalam bagian berikutnya dari buku ini.

2. Menguasai Informasi Dengan Cepat

Setelah melakukan langkah pertama, kemampuan membaca cepat akan membantu Anda menguasai informasi dengan lebih cepat serta lebih baik. Jika sebelumnya Anda menghabiskan waktu satu minggu untuk menyelesaikan sebuah buku setebal 300 halaman, maka dengan kemampuan membaca cepat buku yang sama dapat diselesaikan dalam satu hari. Bahkan beberapa orang terlatih bisa menyelesaikan dengan tuntas dalam tempo 1-2 jam saja. Sungguh merupakan penghematan waktu yang sangat berharga.

3. Meningkatkan Pemahaman

Membaca cepat akan membuat pemahaman menjadi lebih baik. Jadi tidak hanya Anda menguasai materi lebih cepat, bahkan Anda bisa memahaminya dengan lebih baik. Hal ini terjadi karena membaca cepat akan mengajak Anda fokus pada persoalan dan melihat lebih jernih hubungan antar bab, antar paragraf, maupun antar pemikiran yang disampaikan dalam materi bacaan. Untuk menguji hal ini Anda perlu mempraktekkan terlebih dahulu agar bisa merasakan perbedaan tingkat pemahaman yang terjadi sebelum Anda menguasai baca cepat dengan sesudahnya.

Membaca Cepat dan Tingkat Pemahaman

Banyak orang mengira membaca cepat akan membuat penguasaan materi menjadi jauh berkurang. Dulu saya pun mengira demikian. Pada awalnya saya khawatir dengan membaca cepat akan melewati fakta-fakta penting yang merupakan inti suatu bahan bacaan. Kekhawatiran ini membuat saya memperlambat bahan bacaan untuk memastikan tidak ada materi yang terlewat. Namun setelah belajar lebih lanjut, saya menyadari bahwa membaca cepat dalam banyak hal justru membantu menyerap informasi dengan lebih baik dan terstruktur.

Dengan membaca cepat Anda akan terbiasa fokus pada inti bacaan, kata kunci, konsep-konsep utama pembahasan, serta membedakan paragraf utama dengan paragraf penjelas. Selain itu, Anda juga bisa menentukan bagian mana yang memang perlu dikuasai secara khusus dan bagian mana yang bisa ditinggalkan tanpa harus kehilangan inti bahan bacaan. Kita akan belajar lebih lanjut tentang hal tersebut dalam ebook ini.

Aplikasi Membaca Cepat Bisa Untuk Semua Jenis Bacaan

Banyak orang menduga membaca cepat hanya cocok untuk bahan bacaan yang ringan dan mudah dicerna. Salah. Membaca cepat dapat diterapkan pada semua jenis bahan bacaan mulai dari yang ringan seperti komik sampai yang berat seperti buku teks perkuliahan atau jurnal-jurnal ilmiah. Tentunya akan ada sedikit perbedaan dalam hal kecepatan untuk jenis materi yang berbeda.

Buku-buku yang ringan dapat dibaca dengan kecepatan tinggi sedangkan buku yang berat dan menggunakan banyak istilah baru dibaca pada kecepatan yang lebih rendah. Walaupun demikian, dengan belajar membaca cepat Anda akan menghemat banyak waktu dari yang biasa Anda gunakan selama ini untuk jenis materi bacaan apa saja.

Membaca Cepat Untuk Berbagai Keperluan

Dengan penguasaan baca cepat tingkat lanjut, Anda dapat menggunakan pendekatan khusus untuk berbagai keperluan baca. Membaca buku tentu berbeda dari membaca koran. Sama halnya membaca di depan layar komputer berbeda dari membaca tulisan yang tercetak di atas kertas.

Ibarat seorang pembalap, Anda semestinya tahu kapan harus mengerem ketika melewati tikungan dan kapan memacu kecepatan setinggi-tingginya di jalur lurus. Seorang pembaca cepat yang terlatih akan punya pola seperti itu di mana pada bagian tertentu bahan bacaan akan membaca sangat cepat, sedikit melambat pada bagian yang lebih khusus, dan mempercepat kembali pada bagian selanjutnya. Pembaca cepat yang terlatih juga akan menggunakan pendekatan baca yang berbeda sesuai jenis materinya.

BAB 3

Mitos dan Sejarah Membaca Cepat

Setiap pengetahuan yang baru tentunya membutuhkan alasan mengapa diperlukan. Terkait dengan proses membaca cepat, tentunya Anda memerlukan alasan yang kuat mengapa perlu menguasai teknik tersebut.



Photo by [Tintom](#) under [Creative Commons License](#)

Sebelum kita masuk ke dalam teknik membaca cepat, saya ingin membahas beberapa mitos yang tidak benar. Berikut adalah beberapa mitos tentang membaca cepat yang keliru sehingga seseorang gagal menjadi pembaca yang lebih baik dan efektif.

Mitos Membaca Cepat

1. **Membaca cepat tidak mungkin**

Penghambat utama dalam belajar adalah ketika Anda mengatakan hal tersebut tidak mungkin dicapai. Beberapa orang gagal membaca cepat karena merasa hal tersebut mustahil. Mereka menganggap membaca adalah sebuah pekerjaan yang harus dinikmati dengan kecepatan normal seperti yang dimiliki sekarang ini. Karenanya mereka gagal untuk meningkatkan kemampuan diri.

Coba Anda lihat di sekeliling, betapa banyak hal yang tadinya kita anggap tidak mungkin tapi sekarang menjadi kenyataan. Semuanya dimulai dari sebuah tekad bahwa dengan kesungguhan dan kerja keras semua itu bisa dilakukan.

Alasan utama bahwa membaca cepat sangat mungkin adalah kemampuan berpikir yang sangat luar biasa diberikan oleh Tuhan. Otak manusia dapat memproses informasi sangat cepat seperti sebuah komputer super. Sementara proses membaca pada dasarnya adalah proses memahami. Dalam membaca lambat yang terjadi adalah informasi yang diteruskan ke otak jumlahnya sedikit per satuan waktu. Dengan demikian banyak kapasitas *idle* yang tidak terpakai. Membaca cepat mengajarkan bagaimana mengirim informasi lebih banyak ke otak sehingga proses pemahaman menjadi lebih cepat dan lebih baik.

2. **Membaca cepat mengurangi kenikmatan membaca**

Ini biasanya alasan yang dimiliki oleh orang yang *hobby* membaca namun memiliki kecepatan baca yang relatif rendah. Alasan ini muncul karena menganggap kenikmatan membaca akan hilang karena proses baca cepat yang terkesan terburu-buru.

Nantinya Anda akan belajar dan mengalami bahwa membaca cepat akan bisa membawa seseorang dalam kondisi *trance* di mana Anda membaca secepat kilat sekaligus sangat menikmati bacaan. Tidak hanya itu, Anda bahkan akan hanyut dalam bahan bacaan dimana seluruh isi tulisan terbaca dan terlihat dengan jelas. Hal ini tercapai ketika secara mental Anda berada dalam kondisi yang disebut oleh Paul R Scheele dalam bukunya *Photoreading* sebagai *relaxed alertness* yakni kondisi siaga yang rileks. Inilah kondisi yang disebut para ahli sebagai *accelerative learning state* - kondisi di mana seseorang mampu belajar dengan sangat cepat dan mudah.

3. **Membaca cepat hanya untuk orang pintar**

Pendapat ini juga tidak benar. Pintar atau bodoh seringkali relatif. Kebanyakan orang pintar biasanya adalah orang yang tekun. Jadi apapun kondisi Anda saat ini, ketekunanlah yang membuat kita bisa menguasai suatu bidang dengan baik atau tidak. Membaca cepat dapat dipelajari oleh semua orang, semua tingkatan umur asalkan sudah bisa membaca secara normal dan wajar.

4. Membaca cepat suatu kebohongan

Ada juga yang berpendapat membaca cepat adalah suatu kebohongan. Apalagi jika dikatakan dapat meningkatkan kecepatan 2-3 kali lipat seperti halnya mustahil. Belum lagi ada klaim yang mengatakan hanya dengan melihat 1-2 detik bisa membaca satu halaman.

Kenyataannya adalah banyak orang yang tidak tahu cara membaca cepat dan efektif. Setelah menguasai dan terbiasa dengan tekniknya, peningkatan 2-3 kali lipat adalah hal biasa. Beberapa orang yang sungguh-sungguh berlatih secara teratur bahkan bisa meningkatkan kecepatannya lebih dari itu. Jika Anda sudah terbiasa, maka membaca buku 300 halaman dapat diselesaikan dalam 1 jam atau bahkan kurang.

Dalam ebook ini, saya akan membahas teknik membaca cepat yang bersifat umum dan bukan sesuatu yang berlebihan. Meskipun dikenal teknik tingkat tinggi seperti *photoreading* dimana proses membaca dilakukan seperti memotret sebuah tulisan dalam tiap lembarnya sehingga membutuhkan waktu sangat singkat. Teknik tersebut menggunakan pendekatan **Neuro Linguistic Programming (NLP)** dengan memanfaatkan proses bawah sadar untuk merekam apa-apa yang Anda lihat kemudian diaktifkan kembali secara sadar. Saya tidak akan menjelaskan teknik itu dalam buku ini.

Apa yang saya tulis dalam buku ini akan mengajarkan fondasi membaca cepat yang dapat dilakukan oleh semua kalangan, semua tingkatan keahlian. Saya hanya menyampaikan apa-apa yang pernah saya praktekkan sendiri dan pernah saya ajarkan kepada orang lain. Jika hal tersebut bisa saya lakukan, tentunya Anda pun bisa melakukannya.

Sebelum Anda mulai belajar lebih lanjut, singkirkan semua mitos tadi dari pikiran Anda. Sebuah gelas yang terisi penuh tidak akan bisa menampung air baru yang lebih segar. Kosongkan gelas pikiran Anda dari hal-hal negatif sehingga Anda memiliki kapasitas penuh dan siap menerima pembelajaran baru yang akan membawa perubahan dalam hidup Anda.

Sekilas Sejarah Membaca Cepat

Setelah kita membahas mitos seputar membaca cepat, ada baiknya kita juga melihat perkembangan membaca cepat dari waktu ke waktu sebelum mulai menerapkan tekniknya.

Menurut *Wikipedia*, sejarah membaca cepat bermula ketika ahli pendidikan dan psikolog membuat alat bantu untuk menampilkan gambar secara cepat di layar. Eksperimen dilakukan dengan menampilkan gambar pesawat ukuran besar yang kemudian semakin mengecil seiring dengan bertambahnya kecepatan perpindahan antar gambar. Peneliti tersebut menemukan bahwa seseorang bisa mengidentifikasi jenis pesawat yang ditampilkan meski hanya muncul 1/500 detik.

Penemuan ini memberi arah bahwa tidak hanya pengenalan akan gambar melainkan pengenalan teks bisa dilakukan dengan cara cepat. Jika Anda mengamati perkembangan terkini maka teknik menggunakan *flash card* untuk mengenalkan kata dan objek kepada anak kecil adalah salah satu aplikasinya.

Dalam dunia membaca cepat dikenal nama **Evelyn Wood** - seorang guru sekolah - sebagai pelopor. Dia mencoba meneliti secara khusus mengapa ada orang yang bisa membaca sangat cepat dan mengapa yang lain tidak. Wood meneliti dan mewawancarai orang-orang yang mampu membaca cepat untuk menemukan pola tertentu. Sampai akhirnya Evelyn Wood menemukan cara dengan menggunakan alat bantu tangan untuk menunjuk teks bacaan dan menyusurnya dengan cepat. Lewat cara ini mata akan terbantu dan dipaksa bergerak lebih cepat. Teknik ini dikenal dengan "*metode Wood*" yang kemudian berubah nama menjadi *Reading Dynamics* di tahun 1958. Sejak saat itu istilah *Speed Reading* mulai dikenal secara luas dan sekolah baca cepat didirikan.

Dalam sejarah, dikenal dua orang tokoh yang mampu membaca cepat dan belajar banyak buku dalam waktu singkat. Mereka adalah mantan Presiden Amerika Serikat **Jimmy Carter** dan **John F. Kennedy**. Para staf Gedung Putih secara khusus diajarkan teknik membaca cepat ini didukung oleh Sang Presiden. Tak heran jika kedua tokoh ini dianggap orang yang berkontribusi bagi berkembangnya program membaca cepat.

Sejak kematian John F. Kennedy praktis kursus membaca cepat mulai redup sekitar periode 1965-1981. Setelah masa tersebut, praktek membaca cepat dikembangkan oleh banyak orang baik lewat kursus, penggunaan software maupun lewat buku, termasuk yang sedang Anda baca sekarang.

BAB 4

Ukur Kemampuan Baca Anda!

Sekarang, siapkan diri Anda. Kita akan mulai berlatih membaca cepat tahapan demi tahapan. Sebelum Anda belajar teknik-teknik baru, mari gunakan kebiasaan rutin Anda dalam membaca selama ini.



Photo by [Tudor](#) under [Creative Commons License](#)

Berikut adalah sebuah teks yang saya siapkan untuk Anda baca. Kita akan belajar menghitung kecepatan baca sehingga Anda dapat membuat target kecepatan yang lebih baik setelah belajar teknik-teknik yang diajarkan.

Untuk latihan ini diperlukan *timer*. Gunakan jam tangan, stopwatch, atau penunjuk waktu pada *handphone* Anda untuk menghitung waktu yang dibutuhkan. Bacalah dengan rileks seperti biasanya Anda membaca namun jangan lupa mulai hitung waktunya. Tidak perlu terburu-buru tapi juga bukan berarti melambatkannya. Bacalah secara normal seperti Anda biasanya membaca.

Mulai Dari Sini – Hidupkan timer Anda

Kecerdasan Emosional Membantu Sukses Dalam Pekerjaan

Istilah **Kecerdasan Emosional** (Emotional Intelligence) mulai populer sejak diperkenalkan secara massal pada tahun 1995 oleh Daniel Goleman lewat bukunya berjudul *Emotional Intelligence – Why It Can Matter More Than IQ*. Sebenarnya istilah ini sudah muncul sebelumnya dan sebagai terminologi dipakai dalam tesis doctoral Wayne Payne di tahun 1985.

Apa Itu Kecerdasan Emosional?

Ada banyak perbedaan pendapat tentang apa yang dimaksud dengan kecerdasan emosional. Secara relatif bidang ini dianggap masih baru dalam Psikologi dan masih mencari bentuknya yang lebih mantap. Secara sederhana saya mencoba memahaminya sebagai:

- kemampuan mengenali emosi diri sendiri
- kemampuan mengendalikan emosi dan mengambil tindakan yang tepat
- kemampuan mengenali emosi orang lain
- kemampuan bertindak dan berinteraksi dengan orang lain

Dengan demikian orang yang cerdas secara emosional adalah orang yang memahami kondisi dirinya, emosi-emosi yang terjadi, serta mengambil tindakan yang tepat. Orang tersebut juga secara sosial mampu mengenali dan berempati terhadap apa yang terjadi pada orang lain dan menanggapi secara proporsional.

Kecerdasan Emosional dan Realita Dunia Kerja

Dalam bukunya yang terkenal itu, Daniel Goleman menyebutkan disamping Kecerdasan Intelektual (IQ) ada kecerdasan lain yang membantu seseorang sukses yakni Kecerdasan Emosional (EQ). Bahkan secara khusus dikatakan bahwa kecerdasan emosional lebih berperan dalam kesuksesan dibandingkan kecerdasan intelektual. Klaim ini memang terkesan agak dibesarkan meskipun ada beberapa penelitian yang menunjukkan kebenaran ke arah sana. Sebuah studi bahkan menyebutkan IQ hanya berperan 4%-25% terhadap kesuksesan dalam pekerjaan. Sisanya ditentukan oleh EQ atau faktor-faktor lain di luar IQ tadi.

Jika kita melihat dunia kerja, maka kita bisa menyaksikan bahwa seseorang tidak cukup hanya pintar di bidangnya. Dunia pekerjaan penuh dengan interaksi sosial di mana orang harus cakap dalam menangani diri sendiri maupun orang lain. Orang yang cerdas secara intelektual di bidangnya akan mampu bekerja dengan baik. Namun jika

ingin melejit lebih jauh dia membutuhkan dukungan rekan kerja, bawahan maupun atasannya. Di sinilah kecerdasan emosional membantu seseorang untuk mencapai keberhasilan yang lebih jauh.

Berdasarkan pengalaman saya sendiri dalam proses rekrutmen karyawan, seseorang dengan nilai IPK yang tinggi sekalipun dan datang dari Universitas favorit tidak selalu menjadi pilihan yang terbaik untuk direkrut. Ada kalanya orang yang pintar secara intelektual kurang memiliki kematangan secara sosial. Orang seperti ini bisa jadi sangat cerdas, memiliki kemampuan analisa yang kuat, serta kecepatan belajar yang tinggi. Namun jika harus bekerja sama dengan orang lain dia kesulitan. Atau jika dia harus memimpin maka akan cenderung memaksakan pendapatnya serta jika harus menjadi bawahan punya kecenderungan sulit diatur.

Orang seperti ini mungkin akan melejit jika bekerja pada bidang yang menuntut keahlian tinggi tanpa banyak ketergantungan dengan orang lain. Namun kemungkinan besar dia akan sulit bertahan pada organisasi yang membutuhkan kerja sama, saling mendukung dan menjadi sebuah **"super team"**, bukan "super man".

Tentunya tidak semua orang yang cerdas secara intelektual seperti itu. Dan bukan berarti kecerdasan intelektual tidak penting. Dalam dunia kerja kecerdasan intelektual menjadi sebuah prasyarat awal yang menentukan level kemampuan minimal tertentu yang dibutuhkan. Sebagai contoh beberapa perusahaan mempersyaratkan IPK mahasiswa minimal 3.0 atau 2.75 sebagai syarat awal pendaftaran. Hal ini kurang lebih memberikan indikasi bahwa setidaknya kandidat tersebut telah belajar dengan baik di masa kuliahnya dulu.

Setelah syarat minimal tersebut terpenuhi, selanjutnya kecerdasan emosional akan lebih berperan dan dilihat lebih jauh dalam proses seleksi. Apakah dia punya pengalaman yang cukup dalam berorganisasi? Apakah calon tersebut pernah memimpin atau dipimpin? Apa yang dia lakukan ketika menghadapi situasi sulit? Bagaimana dia mengelola motivasi dan semangat ketika dalam kondisi tertekan? Dan banyak hal lagi yang akan diuji.

Dalam dunia kerja yang semakin kompetitif, kemampuan seseorang menangani beban kerja, stres, interaksi sosial, pengendalian diri, menjadi kunci penting dalam keberhasilan. Seseorang yang sukses dalam pekerjaan biasanya adalah orang yang mampu mengelola

dirinya sendiri, memotivasi diri sendiri dan orang lain, dan secara sosial memiliki kemampuan dalam berinteraksi secara positif dan saling membangun satu sama lain. Dengan cara ini orang tersebut akan mampu berprestasi baik sebagai seorang individu maupun tim.

Beberapa Karakteristik Orang Yang Sukses dalam Pekerjaan

Jika kita melihat orang yang sukses dalam pekerjaan, ada beberapa karakteristik umum yang mirip satu sama lain:

- Bekerja dengan sepenuh hati dan riang
- Memiliki prestasi dalam pekerjaan sebagai individu dan tim
- Mampu mengelola konflik
- Mampu menghadapi dan menjalankan perubahan
- Memiliki empati terhadap atasan, bawahan dan rekan kerja
- Mampu membaca dan mengenali emosi diri sendiri maupun orang lain serta mengambil tindakan yang tepat dalam menanganinya

Jika kita perhatikan, maka hampir semua daftar di atas akan dimiliki oleh orang yang cerdas secara emosional. Khusus untuk item nomor dua diperlukan kecerdasan intelektual yaitu bagaimana seseorang bisa menjadi ahli di bidangnya. Memiliki pengetahuan dan skill yang mumpuni agar bisa berprestasi secara individu. Selanjutnya kecerdasan emosional akan membantunya berprestasi pula sebagai tim bersama rekan kerja, bawahan maupun atasannya.

Secara sederhana, ada dua kelompok keahlian yang dimiliki orang yang cerdas secara emosional:

1. Kemampuan Pribadi

- **Pengenalan diri (Self Awareness)**, memahami emosi, batasan yang dapat dicapai, kemampuan, kekuatan dan kelemahan.

- **Manajemen diri (Self Management)**, mampu mengendalikan diri menghadapi berbagai situasi
- **Orientasi Tujuan (Goal Orientation)**, mengetahui apa yang menjadi tujuannya dan menyusun langkah-langkah yang diperlukan untuk mencapainya.

2. Kemampuan Sosial

- **Empati**: mengenali perasaan dan emosi orang lain serta mampu menempatkan diri dalam posisi tersebut.
- **Keahlian sosial (Social skills)**: mampu berinteraksi dengan orang lain, bekerjasama, mengelola konflik serta bersikap dengan tepat terhadap berbagai situasi perasaan dan emosi orang lain.

Melatih Kecerdasan Emosional

Sejak kecil kita telah memiliki emosi dan berinteraksi dengan emosi tersebut. Kebiasaan kita dalam menanganinya akan terus terbawa dan menjadi karakter seseorang ketika dewasa. Dengan demikian, alangkah berbahagianya seorang anak yang memiliki orangtua yang peka dan pelatih emosi yang baik. Anak seperti ini akan berlatih menangani dirinya sejak masa kecil. Untuk topik ini insya Allah akan saya posting dalam kesempatan yang akan datang.

Bagaimana jika ketika dewasa kita kurang memiliki kematangan secara emosional? Jawabannya adalah kecerdasan tersebut dapat dilatih. Cara paling awal adalah dengan mengenali emosi diri Anda ketika terjadi. Kenali apa saja yang berkecamuk dalam dada Anda dan suara-suara yang memerintahkan Anda untuk bertindak. Tahapan berikutnya adalah melakukan kontrol diri terhadap berbagai bentuk emosi yang ada. Bagaimana Anda mengendalikan diri ketika marah, tidak terpuruk ketika merasa kecewa, dapat bangkit dari kesedihan, mampu memotivasi diri dan bangkit ketika tertekan, mengatur diri dari kemalasan, menetapkan target yang menantang namun wajar, serta bisa menerima keberhasilan maupun kegagalan dengan lapang dada.

Jika hal tersebut sudah Anda kuasai, selanjutnya adalah melatih kematangan sosial. Bagaimana Anda berempati – merasakan apa yang dirasakan orang lain – sehingga bisa memberi respon yang tepat

terhadap sinyal-sinyal emosi yang ditampilkan orang lain. Kematangan ini akan mudah dikembangkan jika Anda aktif terlibat dalam organisasi, bekerjasama dengan orang lain dan memiliki interaksi sosial yang intens. Latihlah kemampuan Anda dalam memimpin dan dipimpin, memotivasi orang lain, serta mengatasi dan mengelola konflik.

Bagi saya pribadi, memahami emosi sangat membantu dalam mengenali diri dalam tahap awal. Selanjutnya adalah mengenali dan mengendalikan oknum-oknum yang saling berperang dalam diri: berbagai keinginan, kesombongan, iri hati, dengki, kebencian, amarah dan sifat-sifat lainnya. Cerdas secara emosional akan membantu Anda pada tahap awal untuk mengenali diri dengan lebih baik, sekaligus bersikap positif dan melatih kematangan menghadapi kehidupan, apapun yang terjadi: susah atau senang, sukses atau gagal, mudah atau sulit.

Sumber: <http://www.muhammadnoer.com>

Selesai Di Sini – Matikan timer Anda

Sekarang mari kita hitung kecepatan baca Anda. Jika kecepatan mobil dihitung dalam kilometer per jam (Km/jam atau Kmh) maka kecepatan baca dihitung dengan satuan jumlah kata per menit atau **Word Per Minute (WPM)**. Tulisan yang baru Anda baca di atas terdiri dari 1176 kata.

Coba hitung waktu yang Anda gunakan dan ubah ke detik. Misal Anda menghabiskan waktu 3 menit 30 detik maka sama dengan 210 detik. Sekarang bagi jumlah kata dengan waktu yang Anda butuhkan kemudian hasilnya kalikan dengan 60. Hasil yang Anda dapatkan merupakan kecepatan baca dalam satuan Word Per Minute (WPM). Maka untuk contoh data diatas didapatkan hasil 336 kata per menit. Hitung nilai Anda sendiri.

Perhatikan tabel kecepatan baca berikut dan lihat ada di kategori mana Anda berada.

0 — 150 wpm	Poor
150 — 300 wpm	Average
300 — 500 wpm	Good
500 — 750 wpm	Excellent
750 — 1000 wpm	Unbelievable

Tabel Kecepatan Baca – dikutip dari *Teach Yourself Speed Reading* oleh Tina Konstant

Jika Anda masih masuk dalam kategori pembaca dengan kecepatan di bawah 150 WPM berarti kecepatan baca Anda sangat rendah. Angka seperti itu mirip dengan kecepatan orang berbicara. Adapun jika masuk dalam kategori 150-300 WPM maka Anda termasuk rata-rata orang. Kebanyakan mahasiswa yang memiliki kecepatan baca cukup baik berada di rentang 250 - 350 WPM. Pada kecepatan tersebut, seharusnya Anda bisa menyelesaikan buku ini dalam 1 jam.

Nantinya setelah selesai membaca ebook ini dan menerapkan latihan di dalamnya saya berharap Anda akan bisa meningkatkan setidaknya 2 kali lipat dari kecepatan Anda saat ini. Jika kecepatan Anda sudah mencapai 750 WPM atau lebih, Anda sudah masuk dalam kategori mahir dalam membaca cepat dan butuh pendekatan tersendiri jika ingin meningkatkannya lebih jauh lagi.

Sekarang saya ingin menanyakan, **apa yang Anda rasakan** dalam proses membaca tadi?

Apakah Anda bisa membaca dengan tetap **tenang** dan **santai**?

Atau sedikit grogi karena kali ini kecepatannya mulai dihitung dan dinilai?

Bagaimana dengan **pemahaman** akan isi bacaan? Apakah Anda menguasainya 25%, 50%, 75% atau bahkan 100%?

Menguji Pemahaman Atas Bahan Bacaan

Berikut adalah beberapa pertanyaan terkait tulisan yang telah Anda baca sebelumnya. Coba jawab pertanyaan di bawah tanpa melihat kembali teks di atas. Ingat, kita sedang menguji tingkat pemahaman Anda saat ini.

Ambil selembar kertas dan tuliskan jawaban Anda!

Pertanyaan:

1. Apa yang dibahas dalam tulisan di atas?
2. Siapakan penulis buku yang dikutip dalam tulisan di atas?
3. Apakah pengertian dari kecerdasan emosional?
4. Apakah kecerdasan emosional lebih penting dari kecerdasan intelektual? Jelaskan alasan Anda!
5. Bagaimana hubungan kecerdasan emosional dengan pekerjaan?
6. Sebutkan ciri-ciri orang yang memiliki kecerdasan emosional?
7. Apakah yang dimaksud dengan empati dalam tulisan di atas?
8. Apakah yang dimaksud dengan social skills dalam tulisan di atas?
9. Sebutkan minimal 3 karakteristik umum orang yang sukses dalam pekerjaan menurut tulisan di atas.
10. Bagaimana cara mengembangkan kecerdasan emosional?

Jika Anda telah selesai menjawab, sekarang bandingkan jawaban Anda dengan tulisan di atas. Berapa banyak pertanyaan yang dapat Anda jawab dengan lengkap dan benar?

Selamat jika Anda berhasil menguasai minimal 70% dari bahan bacaan tersebut. Ini berarti kemampuan Anda menyerap dan menangkap hal-hal penting dari tulisan sudah cukup baik. Nantinya dengan membaca cepat tingkat pemahaman 70-80% masih bisa dipertahankan,

Dari latihan awal tadi Anda telah mengukur kecepatan baca saat ini. Catat angka tersebut untuk dibandingkan secara periodik guna melihat perkembangan kecepatan baca Anda. Gunakan tabel berikut untuk mencatat kecepatan baca Anda selama periode latihan.

Name:

Speed Reading Progress	
Speed	
1101-1200	
1001-1100	
901-1000	
801-900	
701-800	
601-700	
501-600	
401-500	
351-400	
301-350	
251-300	
201-250	
150-200	
Speed	
Date/Time	

Tabel kecepatan baca. Silakan download di [sini](#).

Hambatan Dalam Membaca Cepat

Ada beberapa hal yang menghambat proses membaca cepat. Coba perhatikan dari daftar berikut hambatan apa saja yang Anda alami ketika membaca:

1. Sulit berkonsentrasi

Ketika Anda tidak konsentrasi, informasi yang diterima oleh mata kemudian diteruskan ke otak tidak mendapat perhatian cukup sehingga menyebabkan hilangnya pemahaman. Tak jarang hal ini membuat seseorang harus mengulang bahan bacaan berkali-kali dalam proses membaca. Pengulangan ini disebut regresi dan merupakan salah satu kebiasaan yang perlu dihilangkan jika Anda ingin memperbaiki kecepatan baca.

2. Rendahnya motivasi

Banyak orang membaca tapi tidak memiliki motivasi yang kuat atas bahan yang dibaca. Motivasi yang kurang ini secara mental akan membuat Anda membaca dengan lambat dan otak tidak dirangsang untuk bekerja dan

memahami apa yang Anda baca. Salah satu penyebab rendahnya motivasi karena tidak tau apa yang ingin diperoleh dari bahan bacaan. Seseorang yang memiliki motivasi rendah seperti seorang pengendara yang terus berjalan tapi tidak tau hendak kemana tujuan yang mau dicapai.

3. Khawatir tidak memahami materi yang dibaca

Pernahkah Anda ingat ketika menjelang ujian dan harus membaca bahan bacaan yang setumpuk? Ada rasa khawatir bahwa materi yang ada terlalu banyak, terlalu berat sehingga akhirnya Anda benar-benar kesulitan dalam memahaminya. Rasa khawatir harus dihilangkan sehingga Anda membaca tanpa beban, tanpa paksaan. Proses membaca harus dilakukan dengan rileks sehingga menjadi aktivitas yang menyenangkan sekaligus menyegarkan.

4. Kebiasaan buruk dalam membaca

Banyak orang memiliki kebiasaan buruk dalam membaca sehingga memperlambat kecepatan termasuk membuat tingkat pemahaman lebih rendah. Hambatan tersebut diantaranya *vokalisasi* (membaca sambil bersuara), *sub vokalisasi* (membaca dalam hati), *gerakan bibir*, *gerakan kepala*, dan *regresi* (mengulangi kembali kata-kata yang sudah lewat dibaca).

Untuk menjadi seorang pembaca cepat, maka hambatan-hambatan di atas harus bisa diatasi. Pada bab selanjutnya kita akan membahas bagaimana mengatasi hambatan tersebut.

BAB 5

Apa Yang Menghambat Seseorang Dalam Membaca Cepat?

Seperti yang telah dijelaskan dalam bab sebelumnya, ada beberapa hal yang menghambat seseorang dalam membaca cepat yakni:

- Kurangnya konsentrasi
- Rendahnya motivasi
- Khawatir tidak memahami bahan bacaan
- Memiliki kebiasaan buruk dalam membaca



Photo by [YuviPanda](#) under [Creative Commons License](#)

1. Sulit Konsentrasi

Kesulitan berkonsentrasi bisa disebabkan beberapa faktor diantaranya: kelelahan fisik dan mental, bosan, atau banyak hal lain yang sedang dipikirkan. Konsentrasi juga dapat terganggu karena adanya hal-hal yang dapat mengalihkan perhatian seperti suara musik yang terlalu keras, TV yang menyala, orang lalu-lalang, dan lain-lain.

Kesulitan konsentrasi membuat pikiran melayang entah ke mana dan huruf-huruf yang dibaca pun ikut menguap terbang. Dalam membaca konsentrasi sangat penting karena menentukan kemampuan Anda menangkap dan memahami isi bacaan. Apalagi ketika Anda membaca cepat, maka konsentrasi yang baik akan memastikan bahwa kecepatan baca berbanding lurus dengan pemahaman dan bukan sebaliknya.

Untuk itu ketika mulai membaca, coba atasi faktor-faktor yang menyebabkan Anda sulit berkonsentrasi. Cari tempat yang tenang, memiliki penerangan yang cukup, suhu ruangan yang nyaman, dan tempat duduk yang enak dipakai. Jika ada gangguan, selesaikan dulu sebelum Anda mulai membaca.

Setelah hal di atas dilakukan, selanjutnya adalah bagaimana meningkatkan konsentrasi itu sendiri. Dalam membaca cepat konsentrasi yang dibutuhkan adalah kerjasama antara mata dan otak di mana mata bekerja menangkap kata dengan cepat dan otak menerjemahkan, mengomentari, dan memahami kata demi kata yang ditangkap.

2. Rendahnya Motivasi

Hambatan berikutnya dalam membaca adalah motivasi. Gangguan ini terutama dialami mahasiswa ketika harus membaca *text book* tebal yang tidak disukai. Rendahnya motivasi akan muncul ketika Anda hendak membaca suatu buku tapi tidak terlalu tahu buku tersebut tentang apa. Maka Anda akan cenderung membaca sekedarnya saja dan tidak terlalu berminat untuk membaca dengan pemahaman yang baik.

Bagaimana mengatasi motivasi ini? Caranya adalah Anda harus menemukan jawaban mengapa Anda perlu membaca buku tersebut. Bahasa kerennya *What Is In It For Me?* Jika buku tersebut *text book* perkuliahan yang tebal dan membosankan, coba bayangkan apa yang menarik dari judulnya, topik-topik yang dibahas di dalamnya, dan apa yang bisa Anda aplikasikan jika menguasai buku tersebut. Jika buku tersebut sebuah biografi, coba bayangkan betapa hebatnya orang yang dibahas, apa yang telah dia lakukan akan dapat menjadi pelajaran bagi Anda. Jika buku tersebut adalah buku-buku *self help* atau *Management*, bayangkan apa yang akan terbantu jika Anda bisa menguasainya.

Jika telah berusaha sekuat tenaga dan tetap tidak memiliki motivasi untuk membaca sebuah buku tertentu, maka jangan-jangan buku tersebut memang tidak cocok buat Anda dan harus diganti dengan buku yang lain.

Mengapa motivasi penting dalam membaca? Nantinya ketika Anda mulai membaca teks yang panjang, motivasi inilah yang akan mempertahankan stamina Anda dan memberi kekuatan untuk terus membaca sampai selesai karena ingin mengetahui dan memahami isinya. Tanpa motivasi mungkin ada bisa membaca sampai beberapa halaman, tapi setelah itu segera bosan dan malas meneruskannya.

Motivasi menjadi pendukung konsentrasi dan saling bantu membantu dalam menciptakan pemahaman yang utuh baik secara nalar maupun emosional. Jika Anda memiliki otak yang cemerlang dan konsentrasi yang tinggi, mungkin Anda bisa memahami materi dengan mudah. Akan tetapi, motivasi-lah yang membantu untuk mempertahankan pemahaman tersebut dalam jangka panjang karena motivasi melibatkan emosi dan keinginan untuk menikmati suatu bahan bacaan.

3. Khawatir Tidak Memahami Bahan Bacaan

Ada orang yang minder duluan ketika baru melihat buku yang hendak dibaca. Dia khawatir bahwa buku tersebut terlalu berat dan nanti tidak bisa dipahami. Rasa khawatir ini ternyata akan menjadi kenyataan jika Anda terus membawanya ketika membaca. Kekhawatiran bahwa Anda tidak bisa atau sulit memahami isi bacaan akhirnya akan benar-benar menjadi kenyataan.

Untuk itu singkirkan semua kekhawatiran tersebut. Yakinkan pada diri Anda bahwa meskipun buku yang hendak dibaca mungkin cukup sulit, bukan berarti Anda tidak bisa memahaminya. Batu yang keras sekalipun akan berlubang oleh tetesan air yang terus menerus.

Rasa khawatir ini paling sering jika membaca buku pelajaran terutama pada saat menjelang ujian. Ada perasaan waktu Anda cukup terbatas, Anda kurang memiliki pengetahuan, soal yang ditanyakan mungkin sangat beragam dan Anda harus menguasai satu buku secara penuh untuk memahaminya. Kekhawatiran ini akan mengganggu kecepatan baca maupun pemahaman Anda.

Jika Anda adalah seorang pelajar atau mahasiswa, maka saya sarankan, secara rutin bacalah buku teks yang diwajibkan jauh-jauh hari sebelum ujian. Dengan demikian rasa khawatir tidak memahami akan hilang dan Anda dapat membacanya jauh lebih rileks dan nyaman. Ketika ujian sudah menjelang, Anda tinggal mengulang sedikit poin-poin penting untuk memastikan topik tersebut masih dikuasai tanpa perlu membaca lagi keseluruhan buku.

4. Kebiasaan-Kebiasaan Buruk Dalam Membaca

Hal terakhir yang kita bahas dalam hambatan membaca adalah kebiasaan buruk yang dimiliki seseorang. Kebiasaan buruk dalam membaca jika terus dipelihara akan membuat kecepatan baca Anda terganggu. Beberapa kebiasaan buruk yang lazim dimiliki orang adalah:

Vokalisasi

Hal ini dilakukan dengan cara melafalkan apa yang Anda baca. Dengan demikian, kecepatan baca Anda akan sama dengan kecepatan berbicara. Tahukah Anda berapa kecepatannya? Sangat lambat, kira-kira cuma 120 kata per menit. Silakan Anda coba sendiri dan hitung.

Sub Vokalisasi

Ada orang membaca tanpa suara di bibir, tapi di hati. Dengan cara ini, dampaknya kurang lebih sama dengan vokalisasi yakni kecepatan baca sama dengan kecepatan berbicara.

Gerakan Bibir

Ada juga yang tidak bersuara, tapi bibir seperti orang berbicara dan melafalkan sesuatu. Kebiasaan ini berakibat sama dengan dua kebiasaan buruk yang kita bahas.

Gerakan Kepala

Banyak orang ketika membaca kepalanya ikut bergerak mengikuti kata demi kata dalam bahan bacaan. Dengan demikian kepala bergerak secara teratur dari kiri ke kanan kembali lagi ke kiri dan seterusnya. Kebiasaan ini akan menghambat kecepatan baca karena pergerakan kepala sebenarnya kalah jauh dengan pergerakan mata.

Regresi (Pengulangan ke belakang)

Pernahkah Anda membaca suatu kalimat atau paragraf kemudian tidak yakin dengan isinya atau merasa kurang paham kemudian Anda balik lagi dan mengulang kalimat atau paragraf tersebut. Bayangkan jika dalam satu halaman saja Anda melakukannya 10-15 kali, berapa banyak waktu yang telah terbuang.

Setelah Anda mengetahui hambatan dalam membaca cepat seperti yang dijelaskan di atas, mulai sekarang hilangkanlah hambatan tersebut satu per satu agar Anda bisa menjadi pembaca cepat. Ingat Anda tidak akan dapat meningkatkan kecepatan baca secara signifikan jika kebiasaan-kebiasaan di atas masih dibawa. Coba sadari kebiasaan tersebut dan kurangi sampai akhirnya hilang.

Dalam bab selanjutnya akan dibahas secara khusus bagaimana menghilangkan kebiasaan-kebiasaan buruk dalam membaca yang mengganggu dan menghambat proses membaca seseorang.

BAB 6

Teknik Dasar Membaca Cepat

Sekarang kita akan mulai belajar teknik dasar dalam membaca cepat. Teknik tersebut adalah bagaimana mengenali kata secara cepat dan mempercepat gerakan mata.

1. Mengenali Kata Dengan Cepat

Dalam proses membaca, mata bertindak sebagai indra yang menangkap kata-kata dalam bahan bacaan. Kata-kata tersebut kemudian dikirim ke otak untuk dikenali sebagai sebuah kosa kata, kelompok kata, maupun pemahaman sebuah kalimat.



Photo by [iBjorn](#) under [Creative Commons License](#)

Salah satu alasan kita bisa membaca lebih cepat adalah karena otak manusia mampu memproses informasi dengan kecepatan sangat tinggi. Namun kecepatan ini seringkali tidak dimanfaatkan secara maksimal dan hanya digunakan sekedarnya saja.

Tidak hanya itu, ternyata otak manusia mampu memproses kata-kata dengan baik bahkan ketika urutannya dibolak-balik. Coba Anda simak teks berikut:

Kmaemuapn mbecmaa cpeat trkeiat eart dngean
kmaemuapn mngelnaei ktaa. Mnuasia mngenelai breabgai
ktaa lweat bkuu dan tli aun ymag dbiacaayn. Ktaa-ktaa
tbuesret dsimiapn dlaam mmorei oatk dan aakn dinalkei
lbeih cpeat ktikea dtemuikan kmblaei pdaa baahn baacan
ynag brau.

Lebih hebat lagi ternyata urutan kata tidak terlalu penting asalkan posisi huruf pertama dan terakhir tidak berubah. Anda hanya cukup mengenali huruf pertama dan terakhir tadi kemudian dengan kemampuan luar biasa akan mengenalinya sebagai sebuah kata seperti yang Anda baca sekarang. Ini menurut riset yang pernah dilakukan Universitas Cambridge, Inggris.

Sekarang bandingkan dengan teks aslinya

Kemampuan membaca cepat terkait erat dengan kemampuan mengenali kata. Manusia mengenali berbagai kata lewat buku dan tulisan yang dibacanya. Kata-kata tersebut disimpan dalam memori otak dan akan dikenali lebih cepat ketika ditemukan kembali pada bahan bacaan yang baru.

Lebih hebat lagi ternyata urutan kata tidak terlalu penting asalkan posisi huruf pertama dan terakhir tidak berubah. Anda hanya cukup mengenali huruf pertama dan terakhir tadi kemudian dengan kemampuan luar biasa akan mengenalinya sebagai sebuah kata seperti yang Anda baca sekarang. Ini menurut riset yang pernah dilakukan Universitas Cambridge, Inggris.

Apa yang Anda rasakan ketika membaca kedua teks tadi? Kebanyakan orang tidak akan mengalami kesulitan berarti untuk membaca teks pertama. Mungkin kecepatannya akan lebih lambat karena teks tersebut dibolak-balik. Walaupun demikian teks tersebut masih cukup mudah dibaca dan dikenali sebagai kosa kata yang telah kita kenali sebelumnya.

Tulisan yang dibolak-balik tadi sekaligus menjadi bukti bahwa Anda mampu membacanya. Inilah prinsip yang akan kita gunakan dalam membaca cepat yakni mengenali kata demi kata dengan kecepatan tinggi sehingga Anda bisa terus berpindah ke kata berikutnya sambil membangun pemahaman dan konteks bahan bacaan.

Dalam membaca cepat kemampuan mengenali kata adalah dasar. Ketika Anda melihat sekumpulan huruf lewat mata dan mengirimkan ke otak, maka akan ada proses pengenalan terhadap kata-kata

tersebut terlebih jika Anda pernah mengenal kosa kata tersebut sebelumnya. Itu mengapa orang yang rajin membaca memiliki kecepatan yang relatif lebih cepat dibandingkan orang yang jarang baca karena kekayaan kosa kata yang telah dimiliki sebelumnya. Dalam teknik membaca cepat, kita akan melatih kecepatan mengenali berbagai kosa kata tersebut.

Latihan Mengenali Kata

Berikut latihan yang dapat Anda lakukan. Coba lihat tulisan pada kolom pertama (paling kiri) kemudian temukan kata yang sama pada 4 kolom berikutnya. Lakukan proses ini dengan cepat dan sekali lirik. Semakin cepat dan akurat Anda mengenalinya berarti semakin cepat pula kemampuan asosiasi Anda terhadap kata-kata tersebut.

burung	bubung	buhung	burung	bohong
prediksi	premis	pretensi	preteli	prediksi
selamat	selamat	sepakat	sepaham	sejawat
mencatat	mencatut	mencatat	mencapai	mencari
pagar	pagra	gapar	pasar	pagar
membaca	membasa	membara	membaca	memcaba
cepat	cepta	cermat	cepat	cepat
selamat	sepakat	selamat	setakat	sekarat
cerdas	cerdas	cergas	cermat	perdas
bahagia	bahagian	bahagia	berharga	bahaya

Lakukan latihan tersebut dengan cepat. Rasakan mata Anda berpindah dari kolom acuan ke kolom di mana kata yang sama harus ditemukan. Latihan ini sekaligus menguji seberapa luas kosakata yang dapat Anda kenali dengan cepat. Nantinya penguasaan kosakata akan sangat berguna ketika membaca cepat dalam bahasa asing, bahasa Inggris misalnya.

Latihan Mengenal Frasa

Latihan kedua adalah mengenali kelompok kata (frasa). Anda telah mengenal kata-kata ini sebelumnya. Sama seperti latihan sebelumnya lakukan dengan cepat untuk menemukan frasa yang sama pada kolom pertama di ketiga kolom lainnya.

rumah makan	rumah gadang	rumah makan	rumah sakit
ayam goreng	ayam panggang	ayam mentega	ayam bakar
sapu lidi	sapu tangan	sapu lidi	sapu sapu
tempat tidur	tempat makan	tempat rehat	tempat tidur
buku tamu	buku tamu	buku gambar	buku tulis
mobil baru	mobil bapak	mobil baru	mobil seru
onak duri	onak duri	enak duri	enak tenan
lari pagi	lari lari	lari lagi	lari pagi
meja kursi	meja lipat	meja kursi	meja kerja
ayah ibu	ayah bunda	ayah mama	ayah ibu

Latihlah kedua hal di atas sampai Anda dapat mengenali dengan cepat sebuah kata dan kelompok kata (frasa). Dengan demikian, ketika proses membaca cepat dilakukan, pengenalan kata tidak tertinggal. Ibarat seorang pembalap, meskipun berkendara dengan kecepatan tinggi, Anda tetap awas atas apa-apa yang ada di depan, kiri dan kanan.

2. Membaca Kelompok Kata

Setelah Anda melatih kecepatan mengenali kata dengan akurat, sekarang kita akan mulai berlatih membaca beberapa kata sekaligus dalam sekali lihat.

Berdasarkan penelitian, proses membaca berlangsung ketika mata berhenti sejenak dengan jangkauan pandang tertentu dan mengenali rangkaian huruf menjadi kata-kata. Proses perhentian ini disebut fiksasi (fixation) di mana secara visual mata fokus sejenak untuk mengenali objek tertentu sebelum kemudian berpindah ke titik berikutnya dan mengenali objek berikutnya.

Dalam membaca cepat, kita akan banyak menggunakan istilah fiksasi untuk menjelaskan lebar jangkauan mata dalam proses pengenalan

kata-kata. Dalam teknik membaca cepat, yang dilakukan adalah memperlebar fiksasi dan mempercepat prosesnya.

Perhatikan contoh berikut. Inilah yang biasanya dilakukan banyak orang ketika membaca.

Kebanyakan orang membaca kata per kata

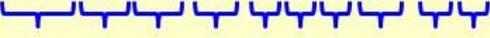
sehingga jangkauan fiksasinya sempit.


Tidak hanya itu kadangkala proses membaca bisa menjadi jauh lebih lambat jika ada proses mengeja per suku kata. Ini yang biasanya dilakukan ketika seorang anak mulai belajar membaca.

Beberapa orang bahkan membaca suku kata

per suku kata. Hal ini mirip seperti anak kecil

yang baru belajar membaca dan sangat

memperlambat kecepatan baca.


Dalam membaca cepat kita akan melatih menangkap dua, tiga, empat atau bahkan lima kata sekaligus sehingga mempercepat proses pembacaan.

Dalam membaca cepat, fiksasi diperlebar

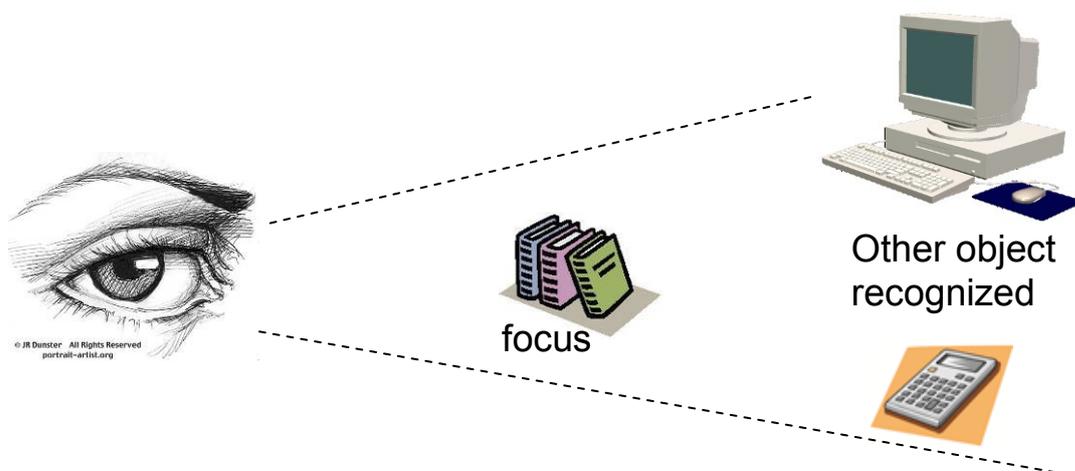
sehingga mampu membaca beberapa kata

sekaligus. Selain itu, perpindahan antar fiksasi

dipercepat dan dibuat berirama.


Dari contoh di atas, mudah-mudahan Anda sudah bisa menangkap inti dari membaca cepat adalah bagaimana proses membaca bisa diperluas tidak hanya pada area yang menjadi fokus pandangan, melainkan juga area di sekitarnya. Hal ini sering disebut sebagai *peripheral vision* di mana ketika Anda fokus pada suatu objek, sebenarnya Anda masih bisa melihat banyak objek lainnya di sekitar objek tersebut. Ini menjadi dasar bahwa Anda bisa menangkap sebanyak mungkin kata dalam sekali lihat jika kemampuan visual ini sudah terbentuk.

Perhatikan gambar berikut:



Gambar: Luas Jangkauan Pandangan Mata. Ketika Anda melihat suatu objek, maka objek lain di sekitarnya masih dapat dikenali.

3. Melatih Irama Pergerakan Mata

Setelah Anda mampu mengenali kata dengan cepat dan mulai belajar membaca beberapa kata sekaligus dalam sekali lihat, maka tahap ketiga adalah melatih irama pergerakan mata.

Ini adalah yang saya lakukan ketika berlatih membaca cepat sekitar tahun 1997 dulu. Caranya adalah dengan membuat garis lurus vertikal di buku atau bahan bacaan. Dengan demikian, keseluruhan teks akan terbagi menjadi beberapa bagian. Cara ini baik dipakai untuk melatih membiasakan mata melihat sekelompok kata sekaligus.

Latihan: Membaca Dengan Empat Kolom

Bacalah teks berikut menggunakan panduan garis yang telah diberikan. Usahakan untuk melihat keseluruhan teks dalam tiap kolom dan latihlah irama mata untuk bergerak secara teratur. Hitung waktu Anda!

Pasar Metroseksual

Fenomena pria metroseksual yang kini melanda seluruh dunia, termasuk di kota-kota besar di Tanah Air, ternyata tak hanya menarik diomongkan pernik-pernik gaya hidupnya, tapi juga menarik diamati dari sisi pemasaran. Kenapa demikian? Karena mereka umumnya kaum berduit dan hedonis sehingga merupakan target pasar yang sangat menggiurkan. Karena itu, tak heran kalau The New York Times menyebut mereka sebagai marketer's dream alias mimpinya para pemasar. Itu karena potensi pasarnya yang amat besar.

Berdasarkan Indonesian Metrosexual Behavioral Survey yang dilakukan MarkPlus&Co akhir tahun lalu, para pria metroseksual ini umumnya paling suka belanja, tidak tabu untuk berdandan dan memanjakan diri dengan berlama-lama di salon, suka ngerumpi berjam-jam di kafe, dan sangat fashion-oriented—mereka selalu update terhadap model baju terbaru di New York atau Milan. Karena alasan inilah para metroseksual merupakan “segmen baru” yang akan selalu menarik untuk terus dilirik dan dibidik.

Menarik sekali mencermati survei di atas. Studi yang dilakukan terhadap 400 pria upper class (SEC A+++) di Jabotabek (ditambah Depok) ini bertujuan untuk melihat karakteristik perilaku dan beberapa aspek gaya hidup mereka. Dari studi itu terungkap, pria kalangan atas di Jakarta ternyata mulai melihat bahwa dalam dunia bisnis berdandan secara menarik adalah hal penting saat ini. Di kalangan pebisnis juga mulai muncul anggapan bahwa pria yang berpenampilan menarik dinilai akan lebih berhasil dari pria yang ceroboh terhadap penampilannya. Di sini terlihat bahwa seperti halnya wanita, pria di kota metropolitan seperti Jakarta semakin tegas mengekspresikan dirinya melalui penampilan yang keren abis.

Dari studi itu juga terlihat bahwa pria-pria dandy kota besar ini juga melihat bahwa facial di salon layaknya wanita merupakan hal yang oke-oke saja. Selain itu, ada kecenderungan pria-pria kota besar dan mapan ini semakin senang bersosialisasi. Ini tentu saja biasa kalau respondennya adalah wanita, karena dari sononya wanita memang senang ngerumpi, membentuk komunitas, dan tukar-menukar informasi. Anda tentu masih ingat buku klasik John Gray, *Men Are from Mars, Women Are from Venus*. Bahwa wanita cenderung mengobrol dan mengemukakan ke orang lain kalau menghadapi masalah. Sebaliknya pria cenderung mengurung diri di gua.

Pria-pria kelas atas Jakarta ternyata juga semakin peduli dengan kesehatan dan penampilan tubuh dengan rajin berolah raga. Karena itu, semakin banyak dari mereka yang rutin ke fitness center atau tempat-tempat pembentukan tubuh agar badan mereka kencang dan fit selalu. Kalau dulu pusat-pusat kebugaran banyak didominasi oleh kaum hawa, maka kini komposisi wanita dan pria mulai berimbang. Dari temuan kecil pergeseran perilaku pria-pria mapan Jakarta di atas, kita bisa mendapatkan gambaran kasar betapa mereka memiliki potensi pasar yang luar biasa. Para pemasar yang jeli menangkap karakteristik dan perilaku mereka dan

kemudian mampu menawarkan produk yang pas dengan kebutuhan dan perilaku tersebut dipastikan akan mendulang emas di pasar yang bakal marak dan tumbuh cepat ini.

Untuk produk kosmetik, misalnya, kini banyak merek kosmetik top dunia yang mulai menciptakan kategori bedak, pelembab, dan produk perawatan kulit lainnya yang khusus disasarkan untuk laki-laki metroseksual. Alasannya sederhana. Mereka emoh memakai produk perawatan kulit wanita karena memang by nature jenis kulit pria berbeda dari kulit wanita. Jangan kaget, pasar kosmetik untuk pria metroseksual di Amerika saat ini sudah mencapai 4,5 miliar dolar dan akan naik menjadi 5,5 miliar dolar pada 2006. Itu berarti segmen pasar dengan pertumbuhan tertinggi di industri kecantikan.

Majalah fashion dan gaya hidup yang khusus ditujukan untuk kaum metroseksual seperti Maxim, FHM, Details, Ralph, atau Vitals kini juga mulai marak dan menikmati pertumbuhan pembaca yang sangat fantastis. Details, misalnya, selama tujuh bulan pertama 2003 mampu meningkatkan pendapatan iklannya hampir 50 persen. Di seluruh dunia FHM, yang edisi Indonesianya terbit sebulan lalu, mampu meningkatkan pendapatan iklan fashion dan perawatan tubuh pria hingga mencapai hampir 40 persen selama tiga tahun terakhir.

Produk-produk wanita dengan embel-embel "For Men" kini semakin marak bermunculan. Tak hanya di Amerika, tapi merata di seluruh dunia. Jenis produknya macam-macam, mulai dari bedak, facial, body spray, salon dan spa, majalah fashion, makanan rendah kalori, produk makanan diet, program pelangsingan tubuh, department store, butik, program acara TV dan radio, perhiasan, hingga cat kuku. Merek-merek top seperti Armani, Esprit, Dolce & Gabbana, Calvin Klein, kini berlomba-lomba untuk menciptakan produk-produk kategori baru ini. Tujuannya gampang ditebak: untuk mencuri mind share dan heart share para metroseksual.

Untuk kasus Indonesia, segmen pasar baru ini mestinya akan juga menjadi impian dan incaran para pemasar beragam produk mulai dari kosmetik, media, baju, hingga kafe. Dan akan lebih menarik karena belum banyak pemain yang sadar akan kehadirannya dan secara khusus menciptakan produk dan melakukan ekstensi merek untuk menyasar mereka. Dalam beberapa bulan atau tahun ke depan, saya memprediksi akan muncul produk baru dan ekstensi merek baru dari produk-produk yang memang dekat dan terkait dengan gaya kaum modern-urban ini. Produk-produk seperti kosmetik, parfum, spa, salon, produk dan program diet, butik, acara TV, perhiasan dan aksesoris adalah produk yang terkait dengan gaya hidup metroseksual. Itu semua saya prediksi bakal semakin banyak yang menambahkan label "For Men" di dalam kemasan produknya. Mustika Ratu misalnya, beberapa minggu lalu memulainya dengan secara khusus meluncurkan Men's Division untuk rangkaian produk-produknya mulai dari shaving foam, moist & matte, dry skin protection, face scrub dan hair gel dengan label baru Bask. Juga L-Man yang mengeluarkan susu khusus untuk membentuk tubuh pria yang ideal.

Bagi pemasar yang ingin menyasar segmen ini, saya kira kuncinya terletak pada seberapa jeli mereka menangkap nilai-nilai dan perilaku para metroseksual ini. Berdasarkan pengetahuan terhadap nilai-nilai dan perilaku inilah maka kemudian mereka menetapkan segmentasi, dan akhirnya menciptakan breakthrough product yang mampu memenuhi kebutuhan para metroseksual.

Sumber: Republika, Rabu, 28 April 2004

Penulis: Yuswohady, Chief of Corporate & Strategy Practice MarkPlus&Co

Jumlah Kata: 892 Waktu: menit, detik Wpm =

Cara membaca teks di atas adalah paksakan mata Anda mengikuti kelompok kata yang dibuat oleh garis tadi. Dengan demikian, ketika pada baris pertama, Anda akan membaca kata “fenomena pria” sekaligus pada kolom pertama, kata “metroseksual yang kini” pada kolom kedua, kata “melanda seluruh dunia” pada kolom ketiga, dan kata “termasuk di kota-kota” pada kolom keempat. Lakukan hal yang sama pada baris-baris berikutnya.

Dengan cara ini, Anda akan memaksa mata melihat kelompok kata sesuai lebar garis yang Anda tentukan. Lakukan pergerakan tersebut dengan berirama sampai Anda terbiasa dengan pola 4 kali melihat dalam satu baris. Selanjutnya jika Anda sudah merasa mantap, jangkauan bisa diperlebar dengan melihat 3 kali dalam satu baris. Lakukan terus menerus sampai Anda dapat membaca dengan pola seperti itu tanpa perlu dibantu garis.

Sampai nantinya Anda bisa melakukannya dalam 2 kali lihat per baris atau bahkan beberapa orang bisa membacanya cukup 1 kali lihat perbaris. Cukup menantang bukan?

Latihan berikut ini mirip seperti tadi, bedanya tulisan dibagi dalam tiga kelompok saja. Artinya Anda harus mampu menangkap lebih banyak kata sekaligus dalam setiap kali pergerakan mata.

Latihan: Membaca Dengan Tiga Kolom

Jika Anda mampu membaca tulisan empat kolom di atas, berikutnya adalah membaca dengan tiga kolom. Dengan demikian, jangkauan mata harus lebih lebar. Bacalah teks berikut menggunakan panduan garis yang telah diberikan. Usahakan untuk melihat keseluruhan teks dalam tiap kolom dan latihlah irama mata untuk bergerak secara teratur. Hitung waktu Anda!

Mencetak Wayang dari Kertas Bekas Semen

Di tangan para dalang, tokoh-tokoh perwayangan menampilkan perannya masing-masing. Dari lembaran-lembaran kulit binatang, wayang-wayang itu dibuat. Itulah sebabnya disebut wayang kulit.

Namun, ada yang unik dan kreatif dari sebuah dusun di Jawa Timur. Di sini, tepatnya di Dusun Krajan, Desa Pandesari, Kecamatan Pujon, Kabupaten Malang, Jawa Timur, wayang tidak dibuat dari kulit binatang. Sosok laki-laki lanjut bernama Soekarno menciptakannya dari kertas bekas pembungkus semen yang disebut seplit.

“Ya, karena betul-betul tidak ada modal lagi. sementara saya sangat suka dengan wayang, dan butuh makan,” kata Soekarno kepada Republika, beberapa waktu lalu, tentang alasannya beralih memakai bahan baku kertas bekas pembungkus semen.

Di atas lembaran-lembaran coklat bertekstur keras mirip kulit itu, Soekarno menggambar tokoh-tokoh wayang dan memotonginya. Pria kelahiran 1945 ini menekuni wayang kulit beserta perwatakannya sejak usia belasan tahun.

Pria yang tinggal di perkampungan dingin di kaki Gunung Panderman itu mendesain wayang, menggambar, dan mengecatnya sesuai pesanan. Bahan baku berupa seplit tadi tidak ditemukan di toko mana pun. Sebab, Soekarno sendiri yang meramunya.

Lebih jauh tentang seplit, bahan baku ini hasil ciptaan Soekarno dari hasil daur ulang kertas-kertas bekas pembungkus semen. Ia mendapatkan kertas-kertas berwarna coklat dan kotor itu dari siapa pun. Dengan spons basah, ia mengelap kertas-kertas tersebut. Lalu satu per satu kertas bekas itu dicuci dan dikeringkan dengan cara mengangin-anginkan, bukan menjemurnya di bawah sinar matahari.

Setelah kering, kertas-kertas coklat tadi ditempelkan pada kertas semen lain dengan lem tembak hingga ketebalannya mencapai rangkap sembilan lembar kertas. Ketika kering, hasilnya mirip kulit hewan yang dikeringkan. Keras dan liat. “Selesai dilem pada kertas lain, digosok-gosok pakai lap. Lalu, jadilah seplit,” ujarnya.

Pemberian nama seplit pada bahan itu lebih karena merupakan ungkapan emosional Soekarno terhadap keadaan yang dialami sepanjang melestarikan budaya wayang. Seplit, katanya, adalah akronim dari ungkapan Jawa Seseaking ati nganti kertas semen dilempit-lempit. (Begitu sesak rasa hatinya hingga kertas semen dilipat-lipat).

Sejak 1984 Soekarno sangat jarang menggunakan kulit hewan sebagai bahan wayang. Alasannya klasik, dia tidak punya dana untuk membeli kulit. Semakin lama ia bahkan merasa yakin, seplit lebih unggul dari kulit. Sebab, kulit merupakan bahan yang ‘hidup’ sehingga mudah sekali menjamur, apalagi catnya mudah luntur.

Kehadiran wayang seplit Soekarno cukup diakui pemerhati budaya wayang dari Denmark, Belanda, dan Australia. Terbukti dari beberapa foto yang disimpan dalam albumnya. Tampak sejumlah mahasiswa bule pernah mengunjungi rumahnya ketika ia masih tinggal di Jalan Mergan Lor, RT 11 RW 06, Sukun, Kota Malang.

Bahkan seorang seniman Belanda bernama Coor Muller menuliskan kesan pada buku tamu, “You are real artist! Thank you for explanation, and all your patience to tell me the meaning of wayang.”

Perhatian juga datang dari beberapa perwira tinggi TNI pada masa orde baru. Dari catatan pribadi, ada sedikitnya tiga perwira tinggi yang peduli lalu memberikan kontribusi pada Soekarno. Yakni, Pangarmatim pada tahun 1990-an, Laksamana Bambang Suryanto, Jenderal TNI Wiyogo Suyono, dan beberapa pejabat TNI lainnya.

Wayang seplit Soekarno dijual relatif murah, berkisar antara Rp 35 ribu hingga Rp 50 ribu per tokoh. Werkudoro, misalnya, dijual Rp 50 ribu. Tokoh-tokoh wayang yang sering dipesan beberapa seniman dari mancanegara antara lain, Kumbo Karno, Anoman, Broto Seno, Punto Dewo dan Punokawan.

Sumber: Republika, Rabu, 23 April 2003

Penulis: Mamang Pratidina

Jumlah Kata: 514 Waktu: menit, detik

Semakin Anda konsisten melakukan latihan tersebut, maka secara bertahap Anda juga telah melatih otot-otot mata untuk bergerak dengan cepat dan teratur. Hal ini secara perlahan akan meningkatkan kecepatan baca sampai Anda menemukan kecepatan yang dirasakan pas.

Karena itu, teruslah berlatih dengan cara di atas sampai Anda terbiasa menangkap 3 atau 4 kata sekaligus dalam sekali lihat. Hanya dengan melatih cara ini saja, jika dilakukan dengan benar Anda dapat meningkatkan kecepatan baca setidaknya dua kali lipat.

BAB 7

Menghilangkan Kebiasaan Buruk Dalam Membaca

Setelah Anda mempelajari teknik dasar membaca cepat dan hambatan apa yang seringkali mengganggu proses membaca cepat, maka berikutnya adalah bagaimana menghilangkan kebiasaan buruk yang mengganggu kecepatan baca Anda.

Disadari atau tidak, setiap orang biasanya memiliki satu atau lebih kebiasaan membaca yang buruk sehingga memperlambat kecepatan baca. Kebiasaan ini diperoleh dari proses membaca yang salah sejak masa kecil dan terbawa terus ketika dewasa. Kebiasaan yang lazim dimiliki orang dan perlu diperbaiki jika ingin menjadi pembaca cepat adalah:

- Vokalisasi
- Gerakan Bibir
- Gerakan Kepala
- Regresi
- Sub Vokalisasi

Kita akan membahas satu persatu bagaimana kebiasaan tersebut menghambat dan bagaimana cara menghilangkannya.



Photo by [Ewan-M](#) under [Creative Commons License](#)

1. Vokalisasi

Sesuai namanya, vokalisasi berarti melafalkan apa yang dibaca. Tingkat vokalisasi ini berbeda-beda pada tiap orang termasuk tinggi rendahnya bunyi yang dilafalkan. Kebiasaan vokalisasi saya duga muncul ketika pertama kali kita belajar membaca dan diminta melafalkannya. Masih ingatkah Anda kalimat-kalimat berikut ketika belajar membaca di masa kanak-kanak dulu?

Ini Budi

Ini Ibu Budi

Ini Bapak Budi

Ya, Anda diminta melafalkannya keras-keras di depan kelas. Secara tidak sadar Anda terus melafalkan apa-apa yang dibaca meskipun kini suaranya sudah lebih pelan.

Vokalisasi akan menyebabkan kecepatan baca turun drastis menjadi setara kecepatan berbicara. Kecepatan bicara ini sangat lambat sekitar 120 kata per menit (word per minute/wpm) bahkan jika Anda termasuk orang yang berbicara dengan cepat sekalipun. Kecepatan maksimum yang dapat diperoleh dengan vokalisasi adalah 200 kata per menit (wpm) dan ini termasuk kategori pembaca lambat.

Menghindari vokalisasi cukup mudah. Setiap kali membaca, ambil sebuah pensil atau ballpoint dan letakkan diantara kedua bibir Anda. Mulailah membaca dan rasakan kapan bibir Anda mulai bergerak untuk berbicara dan pensil atau ballpoint terjatuh. Sadari kondisi tersebut dan letakkan kembali pensil atau ballpoint diantara kedua bibir Anda. Lanjutkan membaca dan pastikan pensil tidak terjatuh kembali.

Lakukan hal ini terus menerus dalam beberapa minggu sampai Anda bisa menghilangkan kebiasaan melafalkan bahan bacaan tanpa perlu menggunakan pensil diantara kedua bibir.

2. Gerakan Bibir

Gerakan bibir sangat mirip dengan vokalisasi. Bedanya adalah jika vokalisasi mengeluarkan suara, maka pada gerakan bibir hanya ada gerakan saja tanpa disertai suara. Karena alat berbicara yang digunakan pada dasarnya sama yakni menggunakan bibir dan lidah Anda, maka dapat dipastikan kecepatan membaca dengan cara ini juga setara dengan kecepatan berbicara.

Coba Anda amati orang-orang di sekitar Anda, apakah ada yang membaca tapi bibirnya terus menerus bergerak seperti melafalkan sesuatu? Perhatikan pula apakah diri Anda melakukan hal yang sama. Jika ya, maka itulah yang dinamakan gerakan bibir. Kebiasaan ini muncul sama seperti vokalisasi yakni ketika kita mulai belajar membaca dan terbawa sampai sekarang. Bedanya kalau dulu harus dilafalkan keras-keras, maka sekarang cukup dengan gerakan bibir tanpa bersuara.

Cara menghilangkan kebiasaan buruk ini sama dengan cara menghilangkan vokalisasi. Gunakan pensil atau ballpoint di antara kedua bibir Anda ketika membaca. Jika pensil tersebut jatuh, maka dapat dipastikan bibir Anda bergerak. Ulangi kembali dan teruskan membaca dengan cara tersebut sampai Anda bisa menghilangkan gerakan bibir bahkan ketika sudah tidak menggunakan pensil sebagai alat bantu.

3. Gerakan Kepala

Kebiasaan berikut ini relatif lebih ringan dari kedua kebiasaan yang pertama. Kebiasaan buruk berikutnya adalah menggerakkan kepala dari arah kiri secara teratur perlahan-lahan bergerak ke kanan mengikuti alur bahan bacaan. Gerakan kepala ini seringkali dilakukan pula bersamaan dengan pola gerakan mata dengan alur yang mirip.

Gerakan kepala dalam membaca akan mengurangi kecepatan baca karena Anda membutuhkan waktu tertentu untuk melakukannya. Sebenarnya tanpa menggerakkan kepala seperti itu bahan bacaan sudah dapat terlihat dan terbaca. Namun dengan gerakan kepala

biasanya seseorang ingin memastikan bahwa apa yang dibaca sebelumnya telah lewat dan gerakan tersebut mengindikasikan proses perpindahan ke bahan bacaan berikutnya.

Kebiasaan menggerakkan kepala muncul dari kebiasaan membaca per suku kata atau membaca kata per kata. Pada proses membaca seperti ini, bahan bacaan dikelompokkan dalam satuan terkecilnya yakni kata per kata atau bahkan Cuma per suku kata. Dengan demikian kecepatan baca akan terbatas meskipun tidak selambat orang yang membaca dengan vokalisasi atau gerakan bibir.

Dengan menghilangkan kebiasaan ini biasanya sekaligus akan menghilangkan kebiasaan membaca kata per kata dan mulai berusaha menangkap beberapa kata sekaligus.

Cara menghilangkan kebiasaan buruk ini dengan menempatkan jari di pipi kanan Anda ketika membaca. Lakukan hal tersebut dan rasakan ketika kepala Anda mulai bergerak dan jari Anda mulai menekan pipi. Ketika itu terjadi maka sadarilah bahwa Anda telah menggerakkan kepala dan hindari hal tersebut. Ulangi terus sampai 2-3 minggu sampai Anda bisa menghilangkan kebiasaan menggerakkan kepala tadi.

Jika menggunakan jari kurang efektif, coba pakai pensil yang ditempatkan pada pipi Anda. Biasanya tekanannya akan lebih terasa dan Anda lebih mudah menyadari kapan telah melakukan gerakan kepala. Selamat mencoba.

4. Regresi (Membaca ke belakang)

Regresi adalah sebuah kebiasaan membaca bahan bacaan kemudian mengulanginya kembali karena khawatir apa yang baru saja dibaca tidak terpahami. Regresi paling sering dialami mahasiswa yang akan menghadapi ujian apalagi jika sebelumnya tidak punya persiapan. Ketika membaca suatu paragraf akan muncul perasaan kurang yakin bahwa paragraf tersebut telah dimengerti kemudian berusaha mengulang lagi dari awal paragraf atau awal baris sampai beberapa kali.

Ternyata kebiasaan regresi ini cukup dominan dimiliki seseorang meskipun sudah bisa membaca lebih cepat dari orang kebanyakan. Regresi diangkap suatu cara untuk memastikan pemahaman akan bahan bacaan. Dalam satu halaman, seseorang bisa melakukan regresi 20 sampai 25 kali.

Pada pembaca cepat, regresi juga masih terjadi meskipun dalam frekuensi yang lebih jarang. Untuk menghindari regresi dapat dilakukan dengan berusaha membaca secepat mungkin. Selain itu Anda dapat menggunakan selebar kertas yang digunakan untuk menutupi baris yang sudah dibaca sebelumnya. Dengan cara ini tidak ada kesempatan untuk melihat lagi baris yang sudah dilewati.

Apakah kita tidak boleh melakukan regresi? Bukankah pengulangan dibutuhkan untuk memahami suatu bacaan?

Jawabannya adalah Anda boleh mengulang tapi setelah menyelesaikan suatu bab atau suatu bagian tertentu yang cukup besar. Pengulangan seperti ini diperlukan untuk menguatkan apa-apa yang sudah dibaca untuk diingat dan dipahami dengan baik. Pengulangan jenis ini tidak sama dengan regresi dan akan saya bahas pada posting berikutnya tentang teknik membaca buku teks ataupun buku-buku lain yang relatif tebal.

5. Sub Vokalisasi

Dari namanya kebiasaan buruk yang satu ini punya kemiripan dengan vokalisasi. Bedanya adalah, jika vokalisasi melafalkan bahan bacaan dengan bersuara, maka sub vokalisasi adalah membaca di dalam hati. Ketika melakukan proses membaca Anda membaca dalam hati baik kata per kata, per kelompok kata, atau pun membaca dalam hati dengan cepat.

Sub vokalisasi termasuk yang paling sulit diatasi bahkan oleh pembaca cepat sekalipun. Secara natural ini terjadi dalam diri setiap orang. Sub vokalisasi akan mengganggu jika kecepatan baca Anda menjadi cenderung rendah karena terlalu “menghayati” kata per kata. Adapun bagi pembaca cepat, sub vokalisasi biasanya tidak lagi kata per kata

melainkan suatu konteks pemahaman yang “didiktekan ulang” dalam hati atau pikiran Anda.

Dalam proses membaca cepat, indra utama adalah mata yang menangkap kata-kata dan mengirimkan secara cepat ke otak. Otak baik secara sadar maupun di bawah sadar akan memproses kata-kata dan informasi yang masuk dengan sangat cepat. Secara prinsip, semakin cepat Anda mentransfer informasi ke otak, maka semakin cepat proses membaca terjadi.

Untuk menghilangkan sub vokalisasi dapat dilakukan dengan cara membaca secepat-cepatnya melebihi kecepatan Anda biasanya. Dengan cara ini biasanya sub vokalisasi tidak memiliki kesempatan untuk mendiktekan ulang. Pada awalnya mungkin akan ada pengertian atau pemahaman yang hilang. Tapi lama kelamaan sub vokalisasi akan jauh berkurang dan Anda pun akan menjadi pembaca yang jauh lebih cepat.

Cara lain adalah dengan menghitung 1, 2, 3 dan seterusnya sambil membaca. Dengan cara ini Anda tidak bisa mendiktekan apa yang dibaca. Silakan dicoba cara yang paling pas untuk Anda.

Itulah beberapa kebiasaan buruk dalam membaca yang umum dimiliki seseorang dan cara-cara menghilangkannya. Kenali kebiasaan buruk yang Anda miliki dalam membaca dan hilangkan secara bertahap lewat cara-cara yang dijelaskan di atas. Dengan latihan yang rutin dan serius, saya yakin Anda akan dapat menghilangkan kebiasaan tersebut sehingga membantu Anda menjadi seorang pembaca cepat.

BAB 8

Teknik Menengah: Membaca Secara Vertikal

Setelah Anda menguasai teknik dasar dalam membaca cepat, sekarang saatnya untuk berlatih teknik tingkat menengah. Ada beberapa hal yang akan dijelaskan pada bab ini yaitu:

- Teknik membaca secara vertikal
- Penyesuaian kecepatan baca
- Proses membaca buku berstruktur dengan cara cerdas

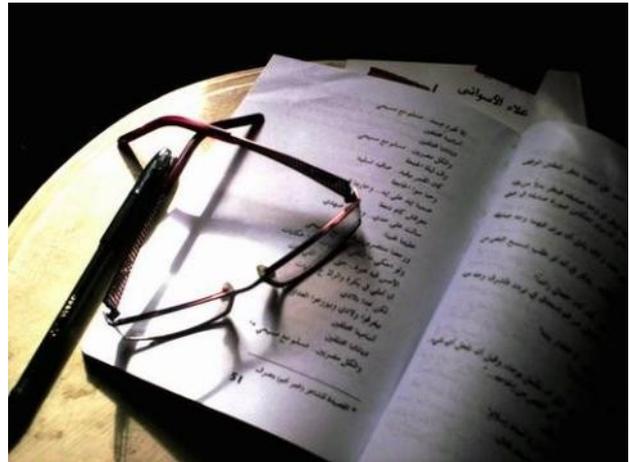


Photo by [Ranoush](#) under [Creative Commons License](#)

Teknik membaca secara vertikal

Orang yang terlatih dalam membaca cepat akan terampil membaca secara vertikal. Kemampuan ini diperlukan karena bahan bacaan selain ditulis ke samping juga ditulis ke bawah. Semakin cepat Anda bergerak ke baris berikutnya maka akan semakin cepat pula kecepatan baca.

Sebenarnya membaca vertikal mudah dilatih lewat proses membaca koran. Koran dibuat per kolom dengan lebar tertentu agar Anda mudah dalam membacanya secara cepat. Jika Anda telah melatih teknik dasar yang saya sampaikan pada bab sebelumnya dengan baik, maka Anda akan membaca setiap baris di koran hanya dengan satu kali melihat.



Gambar: Proses membaca kolom koran dari atas ke bawah

Perhatikan diagram di atas. Gambar tersebut memperlihatkan potongan halaman koran Kompas yang terdiri dari dua kolom. Jika dilihat dengan seksama, setiap baris rata-rata terdiri dari 4 sampai 5 kata.

Tantangannya adalah jika sebelumnya Anda hanya bisa mengenali 3 kata dalam sekali lihat, maka sekarang usahakanlah agar bisa mengenali 4 sampai 5 kata sekaligus. Jika sudah berhasil, maka sekarang Anda sudah bisa menjadi pembaca vertikal dan maju ke proses baca cepat yang lebih baik lagi.

Membaca vertikal memerlukan latihan. Caranya adalah dengan melatih kemampuan visual dalam mengenali banyak kata sekaligus. Cara melatih keterampilan ini salah satunya dengan memperlebar jangkauan mata dalam melihat. Dengan demikian, meskipun tatapan Anda fokus di tengah tulisan, beberapa kata lain yang ada di samping kiri dan kanan tetap dapat dikenali dengan baik.

Coba latihan berikut ini. Fokuskan mata Anda pada garis bantu. Usahakan seluruh kata yang ada dapat terlihat tanpa menggerakkan mata Anda ke kiri atau ke kanan.

Membaca vertikal memerlukan latihan. Caranya adalah dengan melatih kemampuan visual dalam mengenali banyak kata sekaligus. Cara melatih keterampilan ini salah satunya dengan memperlebar jangkauan mata dalam melihat. Dengan demikian, meskipun tatapan Anda fokus di tengah tulisan, beberapa kata lain yang ada di samping kiri dan kanan tetap dapat dikenali dengan baik.

Bagaimana rasanya?

Apakah Anda bisa mengenali kata di kiri dan di kanan garis meskipun mata fokus di tengah?

Perhatikan contoh berikut yang lebih sulit. Anda akan berlatih membaca vertikal dari atas ke bawah dengan fokus pada tengah tulisan. Coba amati dan kenali seluruh kata yang ada.

Sebuah persoalan besar
Rumah makan Padang
Percobaan peluncuran roket
Simulasi kecepatan cahaya

Penyelamatan bangsa dari krisis
Ragam kekayaan budaya Indonesia
Praktek pengobatan ilegal berbahaya
Mengenang jasa para pahlawan

Perubahan permintaan pasar tekstil internasional
Usaha menciptakan swasembada beras nasional
Tim Indonesia memenangkan olimpiade Fisika
Kebiasaan membaca masih perlu diperbaiki

Dapatkah Anda mengenalinya? Bagaimana dengan kelompok pertama yang terdiri dari tiga kata? Kelompok kedua yang terdiri dari empat kata? Dan akhirnya kelompok ketiga yang terdiri dari lima kata?

Latihlah hal tersebut sehingga Anda menjadi mahir.

Proses berlatih membaca vertikal ini tidak hanya berguna ketika membaca dalam kolom seperti artikel koran atau majalah. Lebih jauh lagi, teknik membaca vertikal akan berguna ketika Anda membaca buku teks dengan kolom lebar. Hal ini terutama sangat berguna ketika melakukan proses persiapan membaca maupun ketika membaca secara penuh dilakukan.

Latihan Membaca Vertikal

Bacalah teks berikut dengan memaksakan pandangan mata Anda bergerak cepat ke bawah menyusuri kolom demi kolom yang ada. Hitung kecepatan Anda!

Teks ada di halaman berikutnya.

Mobil	pembaca,	beserta
berwarna	mulai	sejumlah
silver	sekarang	variannya
ternyata	cobalah	—dinilai
terbukti	simak	ATPM
jarang	warna	sebagai
terlibat	mobil	salah
kecelakaan	di sekeliling	satu
dibandingkan	kita.	daya
warna-warna	Yang	jual
lain.	pasti	produk
Pernah	berdasarkan	mobil
memperhatikan	pilihan	yang
warna-warni	warna	baru
mobil	yang	diluncurkan.
di jalanan?	ditawarkan	Sebagian
Pernah	agen	pemilik
pulakah	tunggal	mobil
melakukan	pemegang	silver
kegiatan	merek	menilai
iseng-iseng	(ATPM)	warna
‘menyensus’	di Indonesia,	itu
mobil	silver	sebagai
berwarna	merupakan	elegan.
apa	warna	Sejumlah
yang	yang	otomania
paling	selalu	secara
banyak	ada	bombastis
Anda	di jajaran	menyatakan,
temui?	produk	silver
Kalau	barunya.	adalah
keduanya	Kesan	warna
tak	mewah	yang
pernah	karena	tak
menjadi	warna	pernah
perhatian	silver—	mati,

selalu	putih	sering
terlihat	yang	cepat
<i>up to date.</i>	paling	laku
Pabrikasi	buruk	dengan
pun	harga	harga
selalu	jualnya.	bagus.
memiliki	Sementara	Sementara
pilihan	warna	warna
warna	silver	putih,
silver	berada	bagi
bagi	di urutan	bangsa
produknya,	atas	Indonesia
mulai	setelah	justru
mobil	yang	tak
rakyat	tertinggi	terlalu
hingga	harga	populer
yang	jualnya	dan
berkelas	adalah	jatuh
atas.	mobil	harga
Dari	merah,	jualnya,”
kalangan	hitam,	ungkap
pebisnis	dan	Leovan
mobil	hijau.	Widjaja,
bekas,	“Silver	<i>branch</i>
warna	tak	<i>manager</i>
silver	pernah	Mobil 88
juga	menjadi	Cilandak,
terbilang	yang	Jakarta
yang	teratas,	Selatan.
cukup	tapi	Bagi
laku	selalu	pemilik
diperdagangkan.	merupakan	mobil
Bagi	warna	berwarna
kalangan	mobil	silver—
ini,	yang	terlepas
warna	lebih	beragamnya

alasan	kecelakaan	difokuskan
kala	dibandingkan	pada
memilih	warna-warna	571
warna	lain,	kecelakaan
ini—	demikian	antara
bolehlah	hasil	1998
merasa	penelitian	sampai
beruntung.	University	1999.
Soalnya,	of Auckland	Diperkirakan
silver	di Selandia	angka
adalah	Baru	itu
warna	yang	terus
mobil	dilaporkan	meningkat
paling	British	hingga
aman	Medical	saat
dibanding	Journal.	ini,
lainnya.	Dalam	demikian
Apalagi,	laporan	dilaporkan
bila	hasil	<i>Daily</i>
dibandingkan	penelitian	<i>Automotive</i>
dengan	ini,	<i>News,</i>
warna	pengendara	baru-baru
gelap,	mobil	ini.
seperti	berwarna	Masih
hitam,	coklat,	menurut
hijau,	hitam	artikel
biru,	atau	tersebut,
dan	hijau	dibandingkan
lainnya.	terbukti	mobil
Mobil	yang	berwarna
berwarna	paling	putih
silver	besar	(warna
ternyata	persentasenya	paling
terbukti	mendapati	populer
jarang	kecelakaan.	di Eropa
terlibat	Penelitian	dan

sejumlah	terlibat	yang
negara	kecelakaan.	mengalami
maju	Menurut	kecelakaan
lainnya)	WHO	tersebut.
pengendara	(<i>World</i>	Diperkirakan
mobil	<i>Health</i>	pada
silver	<i>Organization</i>)	2020,
punya	pada	kecelakaan
kemungkinan	tahun	lalu
separuh	2000,	lintas
lebih	kecelakaan	jadi
kecil	lalu	penyebab
mendapati	lintas	kecelakaan
kecelakaan.	telah	dan
Sayangnya	membunuh	cacat
peneliti	lebih	nomor
tidak	1,3	tiga
menjelaskan	juta	terbesar
penyebabnya.	orang	di dunia,
Penelitian	di seluruh	mengalahkan
sebelumnya	dunia.	penyakit
menunjukkan	Sayang	paru-paru,
mobil	tak	TBC
berwarna	teridentifikasi,	atau
terang	warna	bahkan
memang	mobil	HIV/
lebih	paling	AIDS.
jarang	dominan	

Jumlah Kata: 422 Waktu: menit, detik

Sumber: Republika, Kamis, 05 Agustus 2004

Laporan: bid/berbagai sumber

Penyesuaian kecepatan baca

Pembaca cepat yang baik tidak akan membaca seluruh teks dalam bahan bacaan dengan kecepatan yang sama. Pada setiap bahan bacaan, selalu ada hal-hal yang menjadi poin penting dan sisanya poin yang kurang penting. Pada saat Anda membaca paragraf yang berisi pemikiran utama penulis, adanya terminologi baru yang diperkenalkan, argumentasi tentang suatu hal dan lainnya maka kecepatan baca bisa sedikit dikurangi. Sementara ketika bahan bacaan berisi tulisan yang lebih ringan kecepatan ditingkatkan kembali. Ini mirip dengan seorang pembalap yang mengurangi kecepatan karena harus menikung dan memacu kecepatan setinggi-tingginya pada jalur lurus. Perhatikan gambar berikut ini:

Pada tahap awal belajar membaca cepat, Anda dianjurkan untuk melatih pergerakan mata dengan lebar tertentu secara berirama. Hal ini dilakukan agar otot-otot mata terbiasa bergerak secara teratur sesuai urutan isi bacaan. Latihan ini mengikuti irama dan kecepatan tertentu sampai mata mampu bergerak cepat.

Mata yang belum terlatih cenderung membaca kata per kata atau suku kata per suku kata. Oleh karena itu, latihan pergerakan mata perlu terus menerus diulang sampai Anda terbiasa sekaligus memiliki kecepatan dan irama tertentu. Selanjutnya Anda dapat meningkatkan latihan pada kecepatan lebih tinggi atau memperlebar jangkauan mata dalam sekali lihat.

Gambar: Fiksasi tetap dengan lebar tertentu

Jika Anda perhatikan, lebar fiksasi pada teks tersebut kurang lebih sama. Ketika Anda mulai belajar membaca cepat, lebar yang konsisten ini membantu melatih mata untuk bergerak dengan jangkauan tertentu dan kecepatan tertentu secara konsisten.

Semakin Anda terlatih, maka pola gerakan mata akan lebih bervariasi seperti contoh berikut ini:

Tahap selanjutnya dalam membaca cepat adalah melakukan penyesuaian kecepatan pergerakan mata dengan lebar jangkauan mata yang berbeda-beda sesuai tingkat kesulitan bahan bacaan.

Teks sederhana bisa dibaca menggunakan jangkauan mata yang lebar dan pergerakan yang lebih cepat. Sedangkan teks yang sulit bisa dibaca menggunakan jangkauan mata yang lebih sempit dan kecepatan lebih lambat. Dengan demikian, proses irama pergerakan mata dan kecepatannya menjadi bervariasi sesuai bahan bacaan yang dihadapi.

Pada bagian-bagian tertentu di mana Anda sudah memiliki pemahaman yang cukup tentang topik yang dibahas, kecepatan baca ditingkatkan secepat mungkin. Sebaliknya pada bagian yang banyak membahas konsep baru dan asing buat Anda, kecepatan baca disesuaikan untuk memastikan tingkat pemahaman yang baik.

Gambar: Fiksasi bervariasi dengan lebar mengikuti bahan bacaan

Pada contoh di atas terlihat lebar fiksasi beragam mulai dari yang pendek sampai yang panjang. Inilah hal yang akan membantu Anda meningkatkan kecepatan baca lebih baik lagi. Sebagai contoh, ketika mulai membaca sebuah buku, Anda mungkin memerlukan 3 fiksasi pada beberapa halaman awal. Selanjutnya setelah Anda sudah mengenali gaya bahasa penulis, cara pemaparan dan struktur penulisan, Anda dapat beralih otomatis ke 2 fiksasi sehingga menghemat 33% waktu yang dipakai sebelumnya.

Proses Membaca Terstruktur Secara Cerdas

Setelah Anda memahami kedua teknik menengah di atas, berikutnya kita akan membahas bagaimana proses membaca sebuah buku berstruktur secara cerdas.

Bayangkan Anda akan membaca sebuah buku dengan topik pengembangan diri sebanyak 300 halaman.

Apakah Anda akan langsung melakukan pembacaan secara keseluruhan?

Jawabannya tidak. Mungkin Anda bisa langsung membaca buku tersebut dari halaman pertama sampai terakhir, tapi kalau dilakukan tanpa persiapan, besar kemungkinan pemahaman akan bahan bacaan tidak akan baik.

Banyak ahli di bidang pendidikan dan baca cepat mengajarkan metode membaca yang meliputi tahapan berikut:

- Survey
- Question
- Read
- Recite
- Review

Teknik ini dikenal dengan nama **SQ3R**. Ada pula teknik yang mirip dengan nama sedikit berbeda seperti **PQRST** (Preview - Question - Read - Summarize - Test) atau dalam buku *The Evelyn Wood Seven-Day Speed Reading and Learning Program*, Stanley D Frank menjelaskan teknik yang disebut **Pembacaan Berlapis (*Layered Reading*)** dengan tahapan: Overview - Preview - Reading - Postview - Review).

Inti dari kesemua cara tersebut kurang lebih sama yakni:

- Adanya proses persiapan sebelum pembacaan secara penuh dilakukan
- Adanya proses pengulangan atau review untuk memastikan pemahaman akan bahan bacaan

Untuk kemudahan, saya akan menggunakan pendekatan SQ3R sebagai berikut:

1. Survey

Yakni proses persiapan membaca dengan cara melihat secara sekilas isi buku mulai dari judul utama, sub judul, cover buku bagian belakang yang menjelaskan secara ringkas topik yang dibahas, kata pengantar dari penulis, maupun daftar isi.

Proses selanjutnya dari tahapan Survey adalah dengan membuka secara cepat halaman demi halaman dan memperhatikan bagian judul bab, sub judul bab, kata-kata khusus yang bercetak tebal atau miring, tabel, gambar sambil mencoba mendapatkan ide besar dari buku tersebut. Cara ini dikenal pula dengan nama **Skimming**.

Survey yang sukses akan menghasilkan gambaran umum tentang isi buku sekaligus menciptakan minat yang kuat untuk memahaminya. Ini merupakan modal penting untuk membantu proses membaca cepat isi buku secara keseluruhan disamping memastikan tingkat pemahaman yang tinggi akan isi buku.

2. Question

Tahap ini dilakukan bersamaan dengan proses survey terutama ketika Anda mempelajari daftar isi serta mulai membaca sekilas halaman demi halaman secara cepat.

Sambil Anda membaca judul bab, sub judul bab, kata-kata khusus bercetak tebal atau miring, tabel dan gambar maka pada saat yang sama Anda melakukan proses bertanya kepada diri sendiri. Di sini Anda melakukan proses aktif dengan melakukan analisa, sintesa maupun argumentasi terhadap pokok pikiran yang disampaikan penulis buku. Anda bisa menciptakan berbagai pertanyaan seperti:

- Menurut saya bab ini harusnya menjelaskan terlebih dahulu tentang apa itu “Pengembangan Pribadi”
- Menurut saya pengembangan pribadi tidak hanya bersifat skill semata, melainkan pula pengembangan spiritual. Akan tetapi penulis buku ini sepertinya lebih fokus pada pengembangan pribadi yang bersifat skill.
- Saya percaya bahwa pengembangan pribadi akan membantu orang untuk sukses. Namun saya juga meyakini ada faktor-faktor lain yang menyertainya, termasuk Tangan Tuhan di dalamnya.
- Dan seterusnya

Perhatikan dari pertanyaan-pertanyaan di atas, seorang pembaca telah melakukan proses dialog aktif bahkan sebelum pembacaan secara penuh dilakukan. Dengan demikian, secara mental pembaca tersebut sudah siap untuk terjun ke dalam isi bacaan termasuk untuk menguji pembahasan yang diajukan penulis buku dengan apa-apa yang telah dipelajari dan dipahami sebelumnya oleh pembaca tersebut.

Proses inilah yang nantinya akan membantu terjadinya membaca secara aktif. Lewat cara ini, pembaca tidak sekedar “menurut” dengan apa yang disampaikan penulis melainkan turut melakukan analisa, sintesa maupun argumentasi terhadap isi buku.

3. Read

Setelah dua tahap di atas dilakukan, maka mulailah proses membaca secara keseluruhan dilakukan. Dengan adanya persiapan sebelum membaca, maka proses baca keseluruhan isi dapat dilakukan dengan kecepatan tinggi. Hal ini dibantu karena pembaca tersebut telah mengenali ide pokok yang disampaikan penulis, memahami strukturnya, maupun terminologi yang banyak dipakai.

Proses pembacaan keseluruhan ini dapat dilakukan dengan break di tiap akhir bab untuk kemudian melakukan review atau dengan cara menyelesaikan dulu secara total.

4. Recite

Proses resitasi atau melakukan refleksi atas bahan bacaan dapat Anda lakukan segera setelah mengakhiri satu bab. Langkah ini dilakukan untuk menguji pemahaman atas apa yang telah dibaca. Proses ini dilakukan dengan menceritakan ulang pokok pikiran yang dibahas dalam buku tersebut dengan gaya bahasa Anda sendiri.

Jika hal tersebut dapat dilakukan menunjukkan bahwa Anda memahami isi buku tersebut. Namun jika hal tersebut tidak dapat dilakukan, maka pemahaman Anda sebenarnya masih diragukan.

Proses resitasi ini sangat bermanfaat terutama ketika membaca buku-buku teks perkuliahan yang wajib dikuasai. Proses ini tidak berusaha menghafal apa-apa yang Anda baca melainkan berusaha memahami dengan bahasa sendiri apa-apa yang telah dibaca.

5. Review

Ketika kita menyerap informasi, maka apa-apa yang dibaca akan masuk ke dalam memori jangka pendek. Proses review dilakukan setelah proses membaca selesai agar apa-apa yang dibaca tidak hanya masuk dalam memori jangka pendek melainkan masuk ke memori jangka panjang. Dengan

demikian, kapanpun Anda perlu mengingat kembali materi bacaan tersebut, tinggal melakukan proses pemanggilan dari memori jangka panjang.

Proses review awal dilakukan segera setelah mengakhiri bahan bacaan. Hal ini dilakukan mirip dengan proses “Survey” di mana Anda membolak-balik halaman secara cepat sambil melakukan review singkat untuk memastikan apa-apa yang dibaca telah terpahami.

Proses review ini cukup menghabiskan waktu 5 menit saja dan akan bermanfaat sekali dalam jangka panjang terutama terkait pemahaman dan ingatan akan bahan bacaan.

Jika Anda mengabaikan proses review ini, mungkin Anda masih dapat mengingat dengan baik isi bahan bacaan. Akan tetapi, dalam 24 jam pemahaman tersebut akan turun cukup banyak dan terjadi penurunan drastis setelah seminggu.

Buat Anda yang masih berkuliah atau menjalani pendidikan, proses review yang sama perlu dilakukan segera setelah Anda menjalani proses perkuliahan untuk satu topik. Dengan demikian Anda akan menghemat waktu dalam menguasainya dibandingkan dengan berusaha membaca kembali setelah 1 bulan atau menjelang ujian.

Setelah proses review pertama dilakukan, proses review berikutnya dapat dilakukan setelah seminggu dan sebulan. Dengan cara ini, apa-apa yang Anda baca akan masuk ke memori jangka panjang dan akan terus diingat dan dipahami bertahun-tahun.

Bentuk materi lain adalah buku. Ada berbagai jenis buku yang secara ringkas dapat digolongkan sebagai fiksi dan non fiksi. Untuk kategori fiksi dapat berupa novel, cerpen dan sejenisnya. Sedangkan non fiksi bisa merupakan sebuah buku membahas tentang manajemen, buku teks perkuliahan, biografi, dan lain-lain. Setiap jenis bahan bacaan tadi memiliki karakteristik tertentu yang jika dipahami dengan baik akan memudahkan dan mempercepat proses membacanya.

Teknik Membaca Koran

Pada dasarnya koran adalah media penyampai berita. Apa yang terjadi kemarin disampaikan di koran hari ini. Sebelum dapat membaca koran dengan cepat, Anda perlu mengetahui bagaimana berita disusun dan di mana informasi penting ditempatkan.

Bagaimana berita koran disusun?

Dunia jurnalistik mengenal konsep **5W+1H** dalam penyusunan berita yakni:

What - apa yang terjadi?

Who - siapa yang terlibat dalam kejadian tersebut?

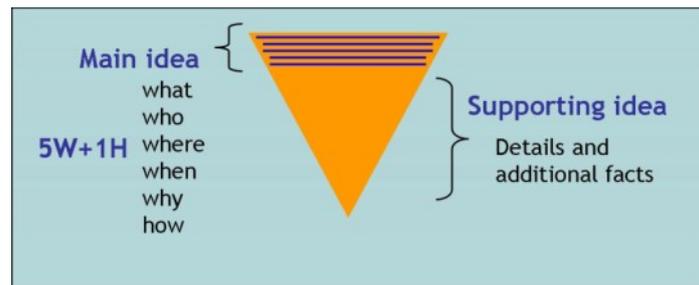
Where - di mana kejadian tersebut berlangsung?

When - kapan kejadian tersebut berlangsung?

Why - mengapa hal tersebut terjadi?

How - bagaimana terjadinya?

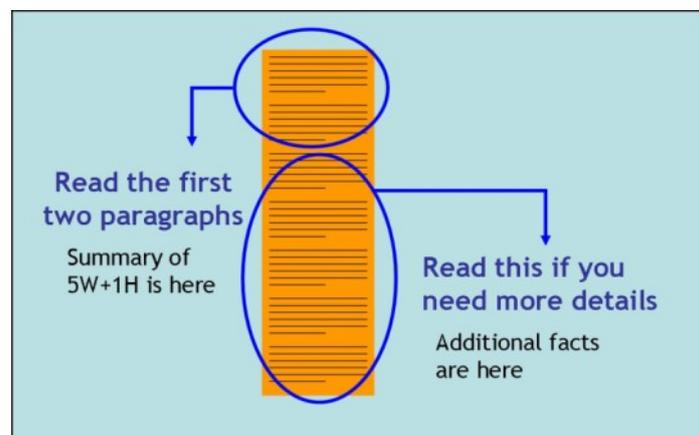
Penerbit koran sangat memahami bahwa pembacanya tidak memiliki banyak waktu. Karenanya mereka menyusun keenam informasi tersebut pada paragraf pertama dan kedua. Pola ini dikenal pula dengan nama penyusunan ***piramida terbalik***. Informasi penting diletakkan di awal sedangkan informasi pendukung diletakkan di tengah dan di belakang.



Gambar: Piramida terbalik teks koran

Bacalah Dua Paragraf Pertama

Dengan demikian secara prinsip jika Anda membaca dua paragraf pertama, besar kemungkinan sudah mendapatkan informasi 5W+1H tadi. Paragraf-paragraf berikutnya merupakan penjelas jika ingin menggali informasi yang lebih dalam. Jadi, jika sekedar ingin mendapatkan update berita terbaru, cukup membaca dua paragraf pertama. Sedangkan jika membutuhkan detail lengkap, silakan dilanjutkan sampai selesai.



Gambar: Informasi utama koran selalu diletakkan pada dua paragraf pertama

Perhatikan contoh berita yang saya kutip dari halaman depan koran Kompas terbitan Minggu, 12 April 2009.

Aksi Protes Buyarkan KTT Asia di Pattaya

SBY Langsung Kembali ke Jakarta Setiba di Thailand

PATTAYA, SABTU – Pemrotes antipemerintah menerobos masuk ke tempat penyelenggaraan konferensi tingkat tinggi pemimpin negara-negara Asia di Pattaya, Thailand, Sabtu (11/4). Kerusuhan itu memaksa Pemerintah Thailand membatalkan KTT dan menyatakan Pattaya dalam status darurat.

Presiden RI Susilo Bambang Yudhoyono sempat tertahan di bandara militer U-Tapao selama sekitar dua jam sebelum akhirnya mendapat kepastian penundaan pertemuan puncak ASEAN Plus 3 dan Asia Timur di Pattaya.

Tiba di U-Tapao pada Sabtu sekitar pukul 11.00, Presiden bersama rombongan Menteri Luar Negeri Hassan Wirajuda dan Menteri Perdagangan Mari Elka Pangestu kemudian terbang kembali ke Jakarta pukul 16.00 dan tiba di Bandara Halim Perdanakusuma pukul 18.50.

Terobos tempat sidang

Sekitar 1.000 pengunjung rasa berkostum "kaus merah" (pendukung mantan Perdana Menteri Thailand dalam pengasingan, Thaksin Shinawatra), yang menuntut mundurnya PM Abhisit Vejjajiva, mengumumkan kemenangan mereka setelah mendengar kepastian KTT ditunda.

Mereka kemudian berlalu dari tempat sidang di resor mewah itu

untuk meneruskan aksi protes di pusat kota Bangkok.

"Kami menang. Kami telah berhasil menghentikan mereka untuk menyelenggarakan KTT," kata Jakrapob Penkair, salah satu pemimpin aksi unjuk rasa. "Tetapi, tujuan kami belum tercapai. Kami akan meneruskan aksi protes di Bangkok sampai Abhisit mundur," katanya.

Situasi *chaos* pada Sabtu siang itu sungguh merupakan pukulan berat bagi Abhisit, yang mencoba meyakinkan rakyat Thailand bahwa dirinya mampu menciptakan suasana tenang setelah Negeri Gajah Putih itu terus-menerus didera krisis politik sejak Thaksin Shinawatra digulingkan melalui kudeta militer pada tahun 2006.

Dalam 15 bulan terakhir, empat perdana menteri gagal membawa Thailand keluar dari krisis antara mereka yang setia kepada raja, kalangan militer, dan elite bisnis, dengan mayoritas kaum pedesaan yang loyal kepada mantan PM Thaksin.

Demonstrasi di Pattaya

◆ Lebih dari 1.000 demonstran masuk ke ruang sidang KTT ASEAN dan Asia Timur setelah memecahkan pintu kaca



Tempat sidang, Pattaya Exhibition and Convention Hall, berada di puncak bukit di sebuah resor di Pattaya, 150 km selatan Bangkok

◆ Demonstran juga menerobos barisan tentara dan menyerbu masuk "media center" di Hotel Royal Cliff yang bersebelahan dengan tempat sidang

◆ Pemimpin negara-negara Asia yang hadir di KTT dievakuasi dengan menggunakan helikopter ke bandara militer terdekat

◆ PM Abhisit Vejjajiva mengumumkan keadaan darurat dan membatalkan penyelenggaraan KTT. Enam jam kemudian, keadaan darurat dicabut

Sumber: BBC, AP

PANDU

Sementara itu, Abhisit baru empat bulan ini menduduki kursi pemerintahan setelah ia memenangkan pemungutan suara di parlemen pada Desember 2008. Empat bulan lalu pengadilan Thailand membubarkan pemerintahan PM Somchai Wongsawat karena kasus kecurangan dalam pemilu. Wongsawat pun dituduh sebagai pengikut Thaksin.

Dikhawatirkan meningkatnya

aksi kekerasan pengunjung rasa setelah demo yang melibatkan sekitar 100.000 orang di Bangkok, pekan lalu, dan terakhir *chaos* yang membubarkan KTT ASEAN dan Asia Timur di Pattaya kali ini akan mendorong konfrontasi yang lebih besar antara militer dan pengunjung rasa anti-pemerintah.

(Bersambung ke hal 15 kol 1-5)

Jika kita perhatikan, informasi penting sudah terdapat pada dua paragraf pertama. Perhatikan:

What - Pemrotes menerobos KTT Asia

Who - Pemrotes anti pemerintah Thailand sebagai pelaku

Where - Pattaya, Thailand

When - Sabtu, 11 April 2009

Why - Belum terjawab di dua paragraf pertama

How - Menerobos masuk ke tempat penyelenggaraan KTT Asia

Dari keenam pertanyaan, hanya “Why” saja yang belum terjawab dan baru terjawab di paragraf keempat yakni karena pemrotes menuntut Perdana Menteri yang menjabat untuk mundur.

Penyusunan informasi seperti ini sangat lazim dalam penulisan berita. Dengan cara ini informasi paling penting akan diletakkan di awal paragraf diikuti informasi dengan tingkat kepentingan yang lebih rendah. Dengan demikian, seorang editor koran akan dengan mudah memotong sebuah berita tanpa harus mengorbankan keseluruhan isi karena bagian berita yang dipotong tidak akan mengganggu isi berita keseluruhan.

Perhatikan contoh kedua juga dari harian Kompas terbitan 12 April 2009.

KECELAKAAN

Tembok Plaza Ambrol, Satu Orang Meninggal

SEMARANG, KOMPAS – Tembok atap lantai enam Plaza Sempang Lima, Kota Semarang, Jawa Tengah, Sabtu (11/4), pukul 16.15, ambrol dan meminta korban jiwa. Reruntuhan tembok menimpa seorang pegawai Telkom Speedy bernama Febi Nurcahyo (27). Feby tewas karena luka serius di kepala. Tiga orang lainnya luka parah.

Bagian tembok yang ambrol dan menimpa gerai Telkom Speedy di lantai lima itu adalah balok berangka besi sepanjang 9 meter dengan ketebalan 30 sentimeter. Lantai lima Plaza Sempang Lima adalah pusat penjualan komputer yang dilengkapi dengan fasilitas jaringan internet nirkabel.

Ari (29), saksi mata, menuturkan, suara gemuruh dan reruntuhan atap mengawali ambrolnya tembok.

Febi dan dua pegawai lainnya, Novi Herniyati (27) dan Lin Dwi Anggraeni (23), tertimpa rerun-

tuhan tembok karena tidak sempat mengelak. Lin menderita luka serius di kepala, sedangkan Novi patah tulang lengan. Yuniati (33), seorang pengunjung plaza, juga terluka di bagian tangan. Keempat korban itu langsung dibawa ke Rumah Sakit Telogorejo, Semarang, tetapi Febi meninggal di perjalanan.

Kepala Kepolisian Wilayah Kota Besar Semarang Komisaris Besar Edward Syah Pernong mengatakan akan menyelidiki penyebab kejadian itu. Dia akan meminta saksi ahli dari Dinas PU dan pakar Teknik Sipil Universitas Diponegoro.

Direktur Operasional PT Plaza Sempang Lima Semarang Chris Saputro, sebagai pihak pengelola gedung, mengatakan, pihaknya bertanggung jawab dan menanggung seluruh biaya pengobatan korban luka. Selain itu, pengelola gedung juga memberi santunan kepada keluarga korban yang meninggal.



Tembok atap di Plaza Sempang Lima yang roboh menimpa salah satu stan beserta penjaganya, Sabtu (11/4). Peristiwa yang terjadi sekitar pukul 16.14 tersebut menyebabkan satu orang tewas dan dua lainnya luka-luka.

Dalam berita di atas informasi 4W pertama bahkan sudah diketahui di paragraf pertama seluruhnya. Sedangkan How dijelaskan di paragraf kedua.

What - Tembok atap Plaza ambrol dan meminta korban

Who - Satu orang yang tertimpa meninggal (Febi), tiga lainnya luka parah

Where - Plaza Sempang Lima, Semarang, Jawa Tengah

When - Sabtu, 11 April 2009 pukul 16.15

Why - belum terjawab di dua paragraf pertama

How - Balok berangka besi 9 meter ambrol dan menimpa orang di bawahnya

Mengenali Kolom Koran

Coba Anda perhatikan, hampir semua koran disusun dalam bentuk kolom yang sempit sekitar 4-5 cm. Penyusunan ini dengan maksud khusus untuk memudahkan pembaca sehingga tidak terselip ke baris berikutnya. Dalam proses membaca koran secara cepat, keberadaan kolom ini juga sangat membantu di mana lebar kolom dapat dibaca dengan satu jangkauan mata saja (fiksasi).

Perhatikan gambar berikut:



Pembaca koran yang terlatih hanya menggerakkan matanya dari atas ke bawah dan tidak lagi dari kiri ke kanan. Kolom koran relatif tidak terlalu lebar dan sangat mungkin dijangkau dengan satu jangkauan mata dalam membaca. Cobalah!

Lantas bagaimana jika Anda masih kesulitan dengan cara tersebut? Coba bagi kolom tadi dalam dua bagian atau paling banyak 3 bagian. Seolah-olah ada garis imajiner yang membaginya. Anda dapat melatih dua kali pergerakan mata setiap barisnya sampai nantinya Anda dapat membaca dalam satu kali jangkauan per baris. Cara ini dapat meningkatkan kecepatan Anda 2-3 kali lipat.

Meningkatkan Pemahaman Baca Dengan Menguasai Informasi Yang Relevan

Seperti yang sudah dijelaskan, secara umum koran berisi fakta atas suatu kejadian. Karenanya informasi paling relevan adalah 5W+1H. Biasakan ketika membaca koran Anda merujuk ke 5W+1H tadi sehingga Anda pun akan menjadi pembaca koran yang cepat sekaligus cerdas karena menangkap informasi terpenting di dalamnya.

Di samping itu koran juga memiliki tulisan jenis lain seperti opini, artikel atau feature atas topik tertentu. Teknik membaca untuk bagian ini sedikit berbeda dari tulisan jenis berita.

Teknik Membaca Majalah

Sedikit berbeda dengan koran, majalah biasanya memiliki banyak tulisan berbentuk artikel mulai dari 2 halaman sampai 10 halaman atau lebih untuk artikel liputan khusus. Majalah juga menyampaikan berita. Bedanya jika berita dalam koran adalah apa yang terjadi hari ini atau kemarin, maka dalam sebuah majalah rentang waktunya lebih panjang, bisa berita dalam seminggu atau sebulan. Dengan demikian majalah memiliki kesempatan mengolah berita dan menganalisa peristiwa yang terjadi secara lebih mendalam.

Sebuah majalah terdiri dari beberapa jenis rubrik yang berbeda-beda. Langkah pertama yang harus dilakukan untuk menjadi pembaca majalah yang efektif adalah dengan melakukan peninjauan awal terhadap keseluruhan majalah dan memberi tanda untuk artikel-artikel yang menarik dan Anda minati. Pemberian tanda bisa dilakukan dengan post it kecil sehingga memudahkan mencarinya.

Langkah tersebut dilakukan agar Anda terhindar dari membaca keseluruhan isi majalah atau malah menghabiskan waktu untuk artikel yang kurang penting dibandingkan artikel lain yang lebih penting dan relevan buat Anda.

Kenali Gaya Penulisan Artikel

Karena kebanyakan isi majalah berbentuk artikel maka Anda perlu mengenali bagaimana artikel ditulis. Sebuah artikel biasanya memiliki satu pokok pikiran utama dan dibantu oleh beberapa pokok pikiran penjelas. Setiap penulis memiliki pendekatan tersendiri dalam penulisan artikel.

Secara umum dua paragraf pertama artikel merupakan paragraf inti atau lead yang mengajak pembaca masuk ke pokok persoalan. Dua paragraf pertama ini sangat penting untuk Anda kuasai dan pahami agar memudahkan dalam membaca kelanjutan di paragraf selanjutnya.

Adapun beberapa paragraf terakhir dalam sebuah artikel biasanya merupakan kesimpulan atas seluruh pembahasan. Karenanya sangat penting pula untuk menguasai bagian akhir ini karena jika tidak Anda bisa kehilangan rangkuman penting dari sebuah artikel.

Adapun bagian tengah merupakan pembahasan yang secara umum memiliki pola seperti berikut:

- Pokok pikiran Pertama
- Pokok Pikiran Kedua
- Pokok Pikiran Ketiga
- Penjelasan Pokok Pikiran Pertama
 - Penjelasan 1
 - Penjelasan 2
 - Penjelasan 3
- Penjelasan Pokok Pikiran Kedua
 - Penjelasan 1
 - Penjelasan 2
 - Penjelasan 3
- Dan seterusnya

Dengan memahami struktur artikel, Anda akan lebih mudah memahami isinya sekaligus mempercepat proses membacanya.

Membaca Novel atau Buku Fiksi Lainnya

Membaca buku fiksi seperti novel, cerpen dan lain-lain relatif lebih mudah jika dibandingkan dengan bacaan lainnya. Alasan utama adalah karena buku fiksi bersifat menghibur dan menggunakan gaya bertutur bercerita yang deskriptif. Jika Anda tipe orang visual, maka dengan mudah isi novel bisa dibayangkan dalam imajinasi Anda sehingga seolah-olah seperti film yang sedang diputar.

Itu mengapa seseorang bisa tahan membaca novel selama berjam-jam tapi sudah kalah dalam 30 menit kalau harus membaca buku teks.

Dalam membaca novel atau buku fiksi, cara terbaik adalah dengan proses membayangkan cerita yang terjadi. Dengan cara ini, Anda dapat membaca dengan kecepatan tinggi tanpa harus memperhatikan terlalu detail kata per kata karena otak Anda akan segera menciptakan imajinasi yang terus bercerita.

Jika Anda memiliki waktu yang terbatas, pendekatan lain adalah membaca setiap ucapan dari para tokoh dari fiksi tersebut. Jadi, perhatikan bagian yang diberi tanda kutip ganda seperti:

Sang pendekar berkata, “Apakah kalian semua sudah siap melawan saya”

Bacalah teks yang terdapat diantara dua tanda kutip ganda tersebut dan lakukan terus. Lama kelamaan Anda akan bisa mengenali tokoh mana yang sedang berbicara seperti ketika sedang menonton film. Aspek deskripsi bisa dihilangkan atau dibaca sebagian.

Teknik Khusus Menangkap Ide Utama

Inti dari kegiatan membaca adalah memahami, bukan menghafal. Jika Anda mengingat kembali proses membaca kata yang dibolak-balik pada bab xx, kita dapat melihat bahwa otak bisa memproses bahkan kata-kata yang urutannya dibolak-balik. Dengan demikian, pada sisi yang lebih ekstrim, dalam proses membaca bahkan tidak diperlukan urutan kata-kata dalam sebuah kalimat. Yang paling penting adalah memasukkan kata-kata tersebut ke dalam otak Anda dan biarkan proses pemahaman terjadi.

Kebanyakan kegagalan siswa dalam belajar terutama ketika membaca buku adalah karena berusaha menghafal, bukan memahami. Ketika kita berusaha menghafal, yang terjadi adalah proses membayangkan kata demi kata. Padahal otak kita tidak bekerja dengan cara seperti itu. Otak tidak membayangkan kata yang tercantum melainkan membayangkan asosiasi terhadap kata.

Contoh sederhana, coba bayangkan kata “JERUK”. Apa yang ada di benak Anda? Saya yakin pasti Anda membayangkan buah berwarna kuning, berbentuk bulat dengan rasa yang manis atau terkadang masam. Atau Anda juga bisa membayangkan sebuah jus berwarna kuning lengkap dengan potongan buah jeruk di gelas. Adakah diantara Anda yang membayangkan huruf-huruf J-E-R-U-K?

Karena itu, proses membaca yang baik dimulai dari mengenali ide utama. Jika Anda bisa membayangkan ide utama itu dengan melakukan asosiasi terhadap sesuatu yang Anda kenal sebelumnya, maka prosesnya akan jauh lebih mudah.

Ketika Anda membaca paragraf demi paragraf, kuasai dan pahami ide utama yang disampaikan penulis. Jangan terjebak ke detail yang bisa membingungkan Anda. Nantinya jika ide utama sudah tertangkap maka hal-hal yang detail bisa lebih mudah dikuasai.

Teknik yang dapat Anda pakai dalam menguasai ide pokok adalah dengan menangkap kata-kata penting dalam sebuah kalimat dan meninggalkan kata-kata lain yang tidak terlalu penting. Apakah nanti akan ada pengertian yang

hilang? Jangan khawatir, Anda tidak akan kehilangan pengertian sedikitpun. Dari sekian banyak kata dalam sebuah kalimat, sebuah paragraf, atau sebuah buku, maka akan selalu ada kata-kata penting dan utama yang menjadi pokok pikiran serta kata-kata lain yang merupakan kata bantu yang jika dihilangkan tidak akan menghilangkan maknanya.

Perhatikan contoh berikut ini:

Suatu kalimat tak akan kehilangan arti apabila beberapa kata diantaranya dihilangkan. Kata-kata yang mestinya dapat dihilangkan inilah yang sering menjadi penghambat dalam membaca atau menjadi redundansi. Dalam membaca mestinya kata-kata seperti itu tak usah dihiraukan, sehingga dengan demikian cara membaca kita menjadi lebih cepat.

Sekarang perhatikan jika kata-kata yang tidak terlalu penting dihilangkan:

kalimat tak kehilangan arti apabila beberapa
kata dihilangkan. Kata
inilah menjadi penghambat
membaca atau redundansi.
kata itu tak usah dihiraukan, sehingga
membaca lebih cepat.

Jumlah kata yang dihilangkan: 23 kata dari total 47 kata

Dari contoh di atas, kita menghemat proses membaca hanya 23 kata dari total 47 kata. Ini penghematan 50% dan jika dilakukan dengan terlatih akan membantu membaca yang cepat, efektif dan cerdas.

Cara ini dikenal dengan istilah *telegraphic reading* atau *membaca telegram*. Ingat masa-masa ketika kita dulu mengirim pesan lewat telegram? Kata-kata dihemat sedemikian rupa tapi tetap tidak mengurangi artinya. Hal yang sama terjadi di dunia modern lewat sms. Kita menyingkat banyak kata sehingga pesan menjadi singkat, padat, namun tetap bisa dimengerti oleh pihak yang menerima.

Mirip dengan cara di atas, maka hal-hal yang perlu Anda kuasai agar membaca dengan efektif adalah:

Kuasai struktur kalimat. Dalam bahasa Indonesia secara umum kalimat disusun dengan struktur Subjek - Predikat - Objek - Keterangan (SPOK). Kuasai terutama kata benda yang biasanya merupakan Subjek atau Objek kalimat dan kuasai predikat yang menjelaskan apa yang sedang terjadi atau apa yang dilakukan. Mengenali Subjek dan Predikat secara cepat akan membantu Anda menguasai bahan bacaan.

Perhatikan kata-kata negatif. Kata-kata penghubung yang menunjukkan arti berlawanan harus masuk dalam radar Anda ketika membaca. Kata-kata seperti “tetapi”, “melainkan”, “tidak”, “bukan”, “sebaliknya” menunjukkan sebuah kalimat berstruktur negatif. Jika kata tersebut dihilangkan maka akan merusak maknanya dan menghilangkan arti sebenarnya.

Seorang pembaca yang efektif tidak pernah membaca tanpa tujuan. Bacalah dengan menetapkan tujuan terlebih dahulu dan jangan membaca seluruh kata.

Seorang pembaca yang efektif pernah membaca tujuan. Bacalah dengan menetapkan tujuan terlebih dahulu dan membaca seluruh kata.

Perhatikan kata-kata penghubung kalimat. Ada kalanya penulis menyukai kalimat panjang sehingga tidak mudah dimengerti. Untuk itu perhatikanlah kata penghubung dalam kalimat yang menyambungkan antara induk kalimat dengan anak kalimat. Kata-kata tersebut diantaranya: “Oleh karena itu”, “oleh sebab itu”, “karena”, “kemudian” dan lain-lain.

Perhatikan kata-kata kunci (keyword) dan terminologi khusus. Setiap jenis bacaan memiliki kata kunci dan terminologi khusus dalam pembahasannya. Seperti yang dijelaskan dalam teknik persiapan membaca, Anda harus mengenali kata kunci ini karena merupakan inti dari pembahasan. Misalkan ketika membaca artikel tentang kesehatan, maka fokuskan perhatian pada kata-kata kunci istilah kedokteran dan kesehatan.

Seringkali penulis membantu kita akan istilah kunci ini dengan memberi tanda miring, tebal atau “tanda kutip” terhadap istilah-istilah tersebut.

Perhatikan kata-kata bercetak khusus. Setiap penulis tentu ingin agar pembaca mudah memahami tulisannya. Untuk itu mereka membuat penekanan tertentu untuk bagian-bagian yang memerlukan perhatian khusus seperti cetak miring, cetak tebal atau “tanda kutip”. Perhatikanlah kata-kata yang mendapat penekanan khusus tersebut karena penulis sedang membantu kita untuk menguasai pembahasan dengan lebih baik.



Penutup

Penutup

Selamat Anda telah menyelesaikan “Speed Reading for Beginners.” Demikianlah panduan dasar bagi Anda yang ingin belajar Speed Reading. Semoga apa yang saya tuliskan dapat bermanfaat buat Anda dan membawa perubahan dalam cara Anda membaca dan memahami sebuah tulisan.

Pepatah mengatakan “*practice makes perfect*”. Apa-apa yang telah Anda pelajari baru masuk ke kepala Anda dan belum menjadi sebuah keterampilan. Agar keterampilan membaca ini dapat Anda manfaatkan maka pesan saya adalah: **Praktek, praktek, dan praktek.**

Ya, tanpa mempraktekkan apa yang Anda baca dan pahami, maka Anda tidak pernah mengubah pengetahuan tersebut menjadi sebuah keterampilan. Gunakan tabel pencatatan kecepatan baca yang telah saya sampaikan dalam bab awal buku ini untuk memantau perkembangan Anda.

Jangan lupa sampaikan komentar Anda tentang buku ini lewat blog saya di <http://www.muhammadnoer.com/speed-reading-for-beginners/>



Belajar Lebih Lanjut

Jika Anda berminat untuk belajar Speed Reading lebih jauh, saya sarankan untuk mempelajari materi berikut:

- **Speed Reading: Sistem Membaca Cepat dan Efektif oleh Soedarso, Gramedia, 1988**

Satu-satunya buku membaca cepat yang ditulis secara lengkap oleh penulis Indonesia sejauh yang dapat saya temukan. Meskipun sudah cukup tua namun masih relevan untuk kebutuhan saat ini. Buku ini banyak berisi latihan-latihan terutama membantu melatih pergerakan otot mata.

- **Teach Yourself Speed Reading by Tina Konstant, Mc-Graw-Hill, 2003**

Buku ini salah satu rujukan saya ketika merancang pelatihan membaca cepat di tahun 2004. Ada beberapa hal baru tentang membaca cepat yang saya dapatkan dari buku ini. Dari sisi layout dan cara pembahasan menurut saya kurang menarik. Walaupun demikian, cukup membantu untuk memperkaya bahan latihan Anda karena ditulis secara praktis.

- **Belajar Lewat Video Speed Reading**

Dalam website www.membacacepat.com saya menyediakan 10 video berdurasi 5-10 menit yang menjelaskan dasar-dasar membaca cepat. Anda dapat menyaksikan video langsung via streaming Youtube atau mendownloadnya untuk disimpan dan ditonton lewat komputer Anda. Tersedia berbagai versi video mulai dari WMV (Windows Media Video), MP4 (iPad, iPhone, Blackberry, Android), 3GP (Handphone) maupun FLV (Flash Video).

Apakah Anda Ingin Belajar Lebih Lanjut Dari Saya Dengan Cara Berbeda?

Saya telah memberikan Anda gambaran lengkap dan menyeluruh tentang membaca cepat sekaligus bagaimana Anda bisa menguasainya dengan baik. Walaupun demikian, Anda mungkin bertanya **apakah ada kursus yang mengajarkan keterampilan membaca cepat secara terstruktur** seperti yang diajarkan buku ini? Jawabannya **ADA**.

Saya merancang pelatihan membaca cepat berbasis multimedia di mana Anda sebagai peserta bisa belajar langkah demi langkah dipandu oleh ahlinya.

Jika Anda tertarik dan serius untuk **belajar membaca cepat lebih lanjut**, meningkatkan kemampuan Anda pada **level yang lebih tinggi**, sekaligus memiliki interaksi yang lebih pribadi dengan saya sebagai instruktur, maka saya menawarkan program **kursus 12 minggu** yang akan mengantarkan Anda menjadi seorang pembaca cerdas.



Kursus ini diberi nama “Speed Reading for Smart People” yang akan mengajarkan tentang:

- Bagaimana **mengenal** gaya membaca Anda saat ini
- Bagaimana **menghilangkan hambatan** yang membuat Anda membaca lebih lambat dari seharusnya
- Bagaimana membaca secara **aktif dan kritis** agar menguasai dengan baik materi apapun yang Anda baca
- Bagaimana menguasai **teknik membaca beberapa kata sekaligus** dalam sekali lihat
- Bagaimana **melatih kecepatan gerak mata** dalam proses membaca dan membuatnya alami pada diri Anda
- Bagaimana **teknik membaca materi khusus** seperti koran, artikel, email dan buku teks yang rumit
- Bagaimana **meningkatkan pemahaman baca** menggunakan prinsip kerja daya ingat Anda
- Bagaimana melakukan **proses pengulangan** dengan baik agar Anda dapat mengingat apa-apa yang dibaca dalam jangka panjang

- Bagaimana mengingat data, fakta, dan angka secara cepat dan akurat
- Bagaimana melatih teknik **skimming**, **scanning** dan **skipping** serta memadukannya dengan keterampilan Speed Reading yang telah Anda pelajari dalam buku ini
- Bagaimana menggunakan alat bantu kecepatan baca berupa jari tangan Anda atau pacer yang dibuat khusus
- Bagaimana meningkatkan kemampuan membaca cepat dalam **bahasa asing** sehingga Anda menguasai materi yang dibaca meskipun Anda bukan ahli tata bahasa
- Bagaimana memahami **konteks bacaan dalam bahasa asing** dan tetap memahaminya meskipun ada satu dua kata yang Anda tidak tau artinya
- Bagaimana cara menguasai buku teks yang tebal atau jurnal ilmiah yang sulit dengan baik dan cepat
- Bagaimana membuat **catatan aktif sekaligus kreatif** yang memudahkan Anda mengingat seluruh materi yang Anda baca untuk jangka panjang
- Bagaimana merangkum sebuah buku ke dalam selembur catatan saja sehingga Anda bisa menggunakannya sebagai referensi cepat dan akurat kapan saja dan di mana saja

[Silakan klik di sini untuk mendaftar kursus Membaca Cepat Online.](#)

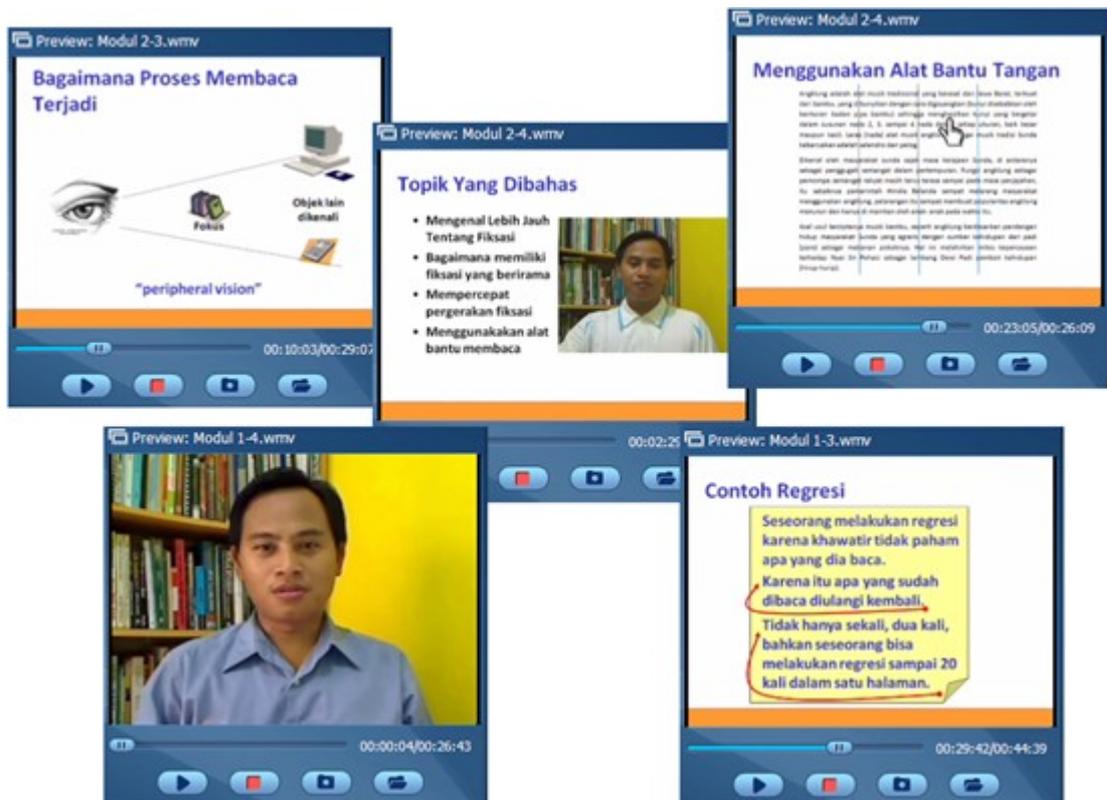
Seperti Apa Materi Yang Akan Saya Dapatkan?

Anda penasaran seperti apa materi yang akan didapatkan dalam kursus membaca online tersebut? Berikut materi lengkap yang akan diberikan.

1. VIDEO TUTORIAL

Buat Anda tipe pembelajar Visual, materi berupa **VIDEO TUTORIAL** adalah yang terbaik. Saya menjelaskan proses membaca cepat disertai **visualisasi** bagaimana hal itu dilakukan. Ada empat video tutorial dengan durasi 30-45 menit untuk setiap modul.

Total Anda akan mendapatkan **28 video** berkualitas yang mengajarkan bagaimana menguasai keterampilan membaca cepat. Ini belum termasuk materi tambahan lainnya yang terus diupdate di member area.



2. AUDIO MP3

Buat Anda tipe pembelajar Auditori, saya menyediakan format **AUDIO MP3** dari setiap materi sehingga Anda dapat "mendengarnya" dalam perjalanan pulang pergi ke tempat kerja.

**Klik untuk Mendaftar
Kursus Ini**

3. TRANSKRIP KATA DEMI KATA

Dan jika Anda lebih senang membaca langsung, maka Anda akan mendapatkan TRANSKRIP LENGKAP KATA DEMI KATA dari setiap materi yang ada.



4. MATERI PRESENTASI

Tidak hanya itu, saya bahkan akan membagikan seluruh MATERI PRESENTASI yang digunakan dalam pelatihan ini untuk mendukung proses belajar Anda.

5. BUKU KERJA DAN LATIHAN

Terakhir yang paling penting adalah setiap modul dilengkapi dengan BUKU KERJA DAN LATIHAN yang akan Anda gunakan sebagai praktek langsung membaca cepat. Inilah yang membuatnya tidak sekedar teori.

Anda dipandu lewat praktek langsung untuk memastikan keterampilan membaca cepat dikuasai dengan baik dan benar



Klik untuk Mendaftar
Kursus Ini

Tidak Cukup Itu Saja? Dapatkan Tambahan Bonus Khusus Dari Saya

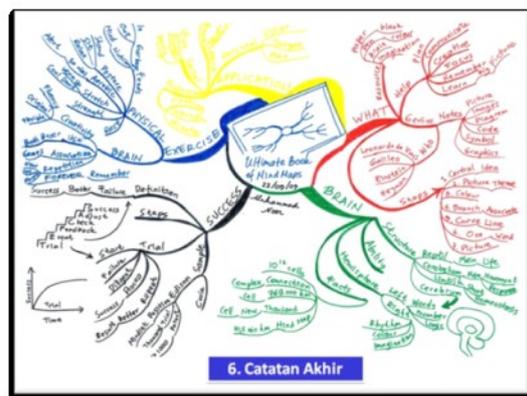
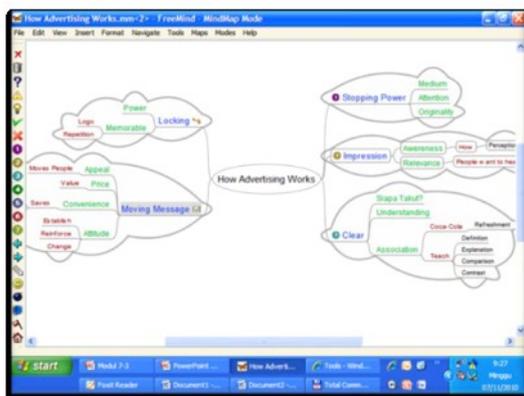
Selain materi yang sudah saya sebutkan di atas, masih ada tambahan bonus berharga buat Anda:

BONUS 1 - MENGGUNAKAN TEKNIK MENCATAT AKTIF DAN KREATIF UNTUK MENGINGAT APAPUN YANG ANDA PELAJARI UNTUK SELAMANYA

Materi ini akan mengajarkan kepada Anda **bagaimana proses mencatat yang berbeda dan lebih baik** dari cara konvensional. Demikian apa-apa yang tadinya hanya Anda ingat dalam jangka pendek, kini bisa bertahan dalam jangka panjang. Tidak hanya setahun atau dua tahun, melainkan lima tahun bahkan lebih. Ini semua dapat dilatih dengan **proses mencatat kreatif** yang membantu Anda **me-“recall”** kembali apa-apa yang pernah dipahami.

Bonus ini disajikan dalam materi video tutorial yang akan melengkapi keterampilan membaca cepat Anda dengan kemampuan merangkum materi dalam **catatan ringkas yang bisa dipakai sepanjang masa**. Anda bahkan

akan diajarkan langkah demi langkah sehingga mampu membuat catatan seperti ini.



BONUS 2 - AKSES LANGSUNG TANYA JAWAB

Membaca cepat membutuhkan latihan. Saya akan membimbing Anda untuk menguasai keterampilan ini. Setiap dua minggu, saya akan mengumpulkan pertanyaan dari para peserta dan menjawabnya secara live.

Anda dapat belajar dari peserta lain, Anda akan mendapat feedback langsung dari saya sebagai pelatih dan Anda bisa bertanya apa saja seputar membaca cepat, daya ingat, proses belajar, teknik mencatat dan seluruh materi yang berhubungan dengan itu. Saya akan menjawabnya sesuai kapasitas dan kemampuan saya.

Anda bisa mengakses tanya jawab kursus pada kelas sebelumnya, termasuk kelas yang akan datang.

Berapa Lama Saya Harus Belajar?

Saya menyadari kesibukan Anda. Untuk itu saya merancang keseluruhan materi pembelajaran ini secara bertahap agar Anda bisa menguasainya dengan baik. Setiap dua minggu, Anda akan mendapatkan 1 modul yang terdiri dari 4 video.

Ini berarti, Anda cukup menyediakan waktu sekitar 3 jam setiap dua minggu untuk menonton video pelatihan yang saya berikan. Ditambah sekitar 1-2 jam untuk mengerjakan latihan yang ada. Anda bisa mengatur kapan Anda melakukannya: pagi, siang, sore atau malam karena ini adalah kursus online.

Tidak hanya itu, seluruh materi yang saya buat **kompatibel dengan mobile device**. Ini artinya Anda bisa memutar video-video tersebut di **iPad, iPhone, Blackberry, Android** maupun handphone lainnya. Anda juga bisa memutar versi audio lewat **iPod** atau **MP3 Player** kesayangan.

Dengan demikian, Anda bisa belajar dalam perjalanan pulang pergi ke tempat kerja dengan cara yang berbeda.



[Silakan klik untuk melihat detail pelatihan.](#)

Berapa Biaya Yang Harus Saya Keluarkan?

Untuk sebuah pelatihan tatap muka berdurasi 2-3 jam, sedikitnya Anda harus membayar 1 juta rupiah bahkan lebih. Adapun untuk **Kursus Membaca Cepat Online** ini, Anda tidak akan mengeluarkan sebanyak itu. Bayangkan dengan 28 video tutorial, transkrip materi, buku kerja, presentasi setiap modul dan akses tanya jawab, Anda bisa mendapatkannya dengan investasi hanya beberapa bulan tagihan pulsa handphone Anda.

[Silakan klik di sini untuk melihat deskripsi lengkap dan investasi pelatihan.](#)

Jadi tunggu apa lagi? Silakan bergabung dalam kursus membaca cepat online pertama di Indonesia. Saya hanya membuka kursus ini **beberapa kali dalam setahun**. Jangan sampai Anda ketinggalan.

Saya tunggu Anda di member area [Kursus Membaca Cepat Online “Speed Reading for Smart People”](#).

The screenshot shows the 'MEMBER AREA' interface for 'membaca cepat'. It features a navigation menu with 'Home', 'Pendahuluan', 'Modul Training', 'Tanya', and 'Perkenalan Member'. The main content area displays 'Modul-3' with a welcome message and a list of 4 topics: 'Latihan Mengenali Banyak Kata', 'Latihan Mempercepat Gerakan Mata', 'Tips Menjaga Kesehatan Mata', and 'Teknik Membaca Khusus'. Below this, there are two preview cards: 'Mengapa Harus Banyak Kata?' and 'Koordinasi dan Baca Cepat'. The right sidebar shows a search bar and a list of training modules from 'Modul-1' to 'Modul-7 (Bonus)'.

Sumber-Sumber Rujukan

Ada banyak buku yang saya gunakan sebagai rujukan baik secara langsung maupun tidak. Berikut adalah sumber-sumber yang saya pakai:

Materi Pelatihan Speed Reading, Pertemuan 1-4, Muhammad Noer, 2004

Materi Kursus Membaca Cepat Online “Speed Reading for Smart People”, Muhammad Noer, 2010

Speed Reading: Sistem Membaca Cepat dan Efektif, Soedarso, Gramedia, 1988

Teach Yourself Speed Reading, Tina Konstant, McGraw-Hill, 2003

The Evelyn Wood Seven-Days Speed Reading and Learning Program, Stanley D. Frank, 1994

The Photo Reading Whole Mind System, Paul R. Scheele, Learning Strategies Corporation, 1993

The Speed Reading Course, Peter Shepherd & Gregory Unsworth-Mitchell, 1997

Power Reading, Rick Ostrov, Education Press, 2003

Speed Reading for Dummies, Richard Sutz, Wiley Publishing, 2009

The Complete Idiot’s Guide To Speed Reading, Abby Marks Beale, Alpha Books (Penguin Group), 2008

How To Be A Super Reader, Ron Cole, Piatkus, 2009

How To Mind Map, Tony Buzan, Thorsons, 2002

The Ultimate Book of Mind Map, Tony Buzan, Harper Thorson, 2006

The Buzan Study Skills Handbook, Tony Buzan, BBC Active, 2007

Quantum Learning, Bobbi DePorter dan Mike Hernacki, Kaifa, 1998

Quantum Teaching, Bobbi DePorter, Mark Reardon, & Sarah Singer Nourie, Kaifa, 2000

Memory Power, Scott Hagwood, FreePress, 2007

Maximise Your Memory, Jonathan Hancock, Quantum Books, 2007

The Accelerated Learning Handbook, David Meier, Kaifa, 2002

Hilgards Introduction to Psychology, Atkinson, Harcourt Brace, 1996

Vademekum Wartawan: Reportase Dasar, Parakitri T Simbolon, Kepustakaan Populer Gramedia, 1997

Lima Langkah Melahirkan Mahakarya: Melejitkan Potensi Diri dengan Cara Membiasakan Berkarya, Muhammad Musrofi, Hikmah, 2007

Proses Kreatif Menulis di Media Massa, Roni Tabroni, Nuansa, 2007

Sumber-sumber internet:

<http://www.muhammadnoer.com>

http://en.wikipedia.org/wiki/Speed_reading

<http://en.wikipedia.org/wiki/Subvocalization>

http://en.wikipedia.org/wiki/Meta_guiding

http://en.wikipedia.org/wiki/Reading_Dynamics

http://en.wikipedia.org/wiki/Deep_reading

[http://en.wikipedia.org/wiki/Skimming_\(reading\)](http://en.wikipedia.org/wiki/Skimming_(reading))

[http://en.wikipedia.org/wiki/Fixation_\(visual\)](http://en.wikipedia.org/wiki/Fixation_(visual))

<http://epaper.kompas.com> (contoh artikel)

<http://www.republika.co.id> (contoh artikel)



Tentang Penulis



Muhammad Noer lahir di Medan, 9 November 1979. Masa kecil sampai SMU dihabiskannya di ibukota Propinsi Sumatera Utara tersebut meskipun kedua orangtuanya berdarah Jawa. Aktivitasnya dalam menulis mulai terasah ketika menjadi Pemimpin Redaksi **Buletin Fikroh** SMU Negeri 1 Medan. Bersama teman-teman sekolahnya, dia telah menerbitkan dua buah buku berisi kumpulan tulisan dari buletin tersebut.

Lulus SMU penulis melanjutkan pendidikan ke Fakultas Ekonomi Universitas Indonesia, jurusan Manajemen dengan konsentrasi Pemasaran dan Human Resources. Selama kuliah dia aktif di beberapa organisasi kemahasiswaan termasuk menjadi Pemimpin Redaksi **Buletin Filosofia** Universitas Indonesia. Penulis terpilih sebagai salah seorang **finalis Mahasiswa Berprestasi Fakultas Ekonomi Universitas Indonesia tahun 2001** dan mewakili Indonesia dalam kompetisi simulasi bisnis internasional **Hewlett Packard Global Business Challenge (HPGBC)**.

Penulis yang pernah berprofesi sebagai pengajar privat untuk siswa SD, SMP dan SMU ini juga mengabdikan diri sebagai Asisten Dosen FEUI untuk beberapa mata kuliah pada periode 2002-2004. Selanjutnya penulis bergabung dengan **Junior Achievement Indonesia** sebagai instruktur sekaligus koordinator kompetisi simulasi bisnis tingkat Nasional berbasis internet di **simulasibisnis.com** pada tahun 2002-2003.

Pada periode tersebut penulis menjadi *trainer* bagi mahasiswa dan siswa SMU untuk memahami laporan keuangan dan membuat keputusan bisnis

lewat simulasi komputer. Penulis juga sempat membimbing tim-tim dari seluruh Indonesia untuk bertanding di kompetisi simulasi bisnis internasional Hewlett Packard Global Business Challenge dan membimbing tim Universitas Indonesia menghadapi **Loreal E-Strat Challenge 2004**. Tim yang pernah dibimbingnya berhasil menjadi **Juara Pertama Dunia** tingkat *Undergraduate* mengalahkan ratusan universitas bergengsi lainnya dari seluruh dunia.

Tahun 2004, penulis bergabung dengan Unilever, salah satu perusahaan *consumer goods* terbesar di Indonesia sebagai Assistant Corporate Learning Manager dan merancang *online library* buat perusahaan sebagai model implementasi knowledge management pada tingkat korporat. Saat ini penulis mengemban tugas sebagai **Human Resources Manager** yang mengelola berbagai fungsi HR termasuk **industrial relation**.

Selain kegiatannya sebagai praktisi HR, penulis juga aktif dalam kegiatan blogging di www.muhammadnoer.com, mentoring kajian Tazkiyatun Nafs, sekaligus menjadi nara sumber di beberapa seminar terkait bidang keahlian Human Resources, Dunia Kerja, Knowledge Management, Pendidikan dan Pelatihan baik untuk internal maupun eksternal perusahaan.

Penulis dikenal sebagai instruktur training untuk beberapa topik seperti: Membaca Cepat, Mind Mapping, Perencanaan Keuangan Keluarga, dan Komunikasi dan Presentasi Efektif. Penulis memiliki minat di bidang Pendidikan, Pelatihan, Psikologi, Komunikasi, Penulisan dan Human Resources.

Saat ini penulis tinggal di Surabaya bersama istri dan keempat anaknya. Anda dapat mengontak penulis lewat:

- **Blog:** <http://www.muhammadnoer.com>
- **Kursus:** <http://www.membacacepat.com>
- **Email:** support@membacacepat.com
- **Facebook:** www.facebook.com/membacacepat
- **Twitter:** www.twitter.com/membacacepat

Silakan berkunjung ke blog penulis dan daftarkan email Anda untuk mendapatkan artikel-artikel bermanfaat lainnya terkait topik Pengembangan Diri.

Jangan lupa untuk memberikan komentar Anda tentang buku ini di <http://www.muhammadnoer.com/speed-reading-for-beginners/>

Anda juga bisa belajar langsung dari penulis dalam kursus membaca cepat online pertama di Indonesia - **Speed Reading for Smart People** - yang diselenggarakan di <http://www.membacacepat.com/daftar/>

© 2010 Muhammad Noer

