

PENGARUH PELATIHAN *SPEED READING* UNTUK MENINGKATKAN KEMAMPUAN PEMAHAMAN MEMBACA MAHASISWA

Anugrah Permata Sari¹⁾ dan Veronica Anastasia Melany Kaihatu²⁾

^{1,2}Program Studi Psikologi, Universitas Pembangunan Jaya
^{1,2}Jl. Cendrawasih Raya Blok B7/P, Sawah Baru, Tangerang Selatan, 15413
E-mail: anugrah.permatasari@student.upj.ac.id¹⁾, veronica.kaihatu@upj.ac.id²⁾

ABSTRAK

Masih banyak mahasiswa yang memiliki tingkat pemahaman membaca yang rendah, padahal keterampilan ini sangat menentukan keberhasilan mereka dalam menyelesaikan pendidikan tinggi. Salah satu cara untuk meningkatkan pemahaman membaca adalah dengan mengajarkan keterampilan *speed reading*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pelatihan *speed reading* dalam meningkatkan kemampuan pemahaman membaca mahasiswa. Sampel penelitian merupakan mahasiswa aktif tahun pertama Universitas Pembangunan Jaya sebanyak 30 orang dengan kemampuan membaca dibawah 350 kata per menit dan kemampuan pemahaman di bawah 60%. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan penelitian eksperimental kuasi dengan desain penelitian *nonrandomized pretest-posttest control group desain*. Metode kuasi eksperimental dipilih peneliti untuk melihat hubungan sebab-akibat yang ada namun tanpa melakukan randomisasi subjek. Instrumen yang digunakan pada penelitian ini berupa teks wacana dan soal kemampuan. Hasil yang diperoleh dari uji *independent sampel t-test* dengan menggunakan *gain score* menunjukkan *degrees of freedom* (df) sebesar 58 dan nilai $p < 0,001$ yang menunjukkan hasil tes awal dan tes akhir mengalami peningkatan karena $0,001 < 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa pemberian pelatihan *speed reading* efektif untuk meningkatkan kemampuan pemahaman membaca mahasiswa. Dalam kehidupan sehari-hari, pelatihan *speed reading* ini disarankan untuk diberikan kepada para mahasiswa yang memiliki kesulitan dalam memahami bacaan, dengan indikasi kecepatan membaca yang rendah serta nilai indeks prestasi yang rendah.

Kata Kunci: *Speed Reading, Pemahaman Membaca, Pelatihan, Eksperimen*

1. PENDAHULUAN

Juraida (sebagaimana dikutip dalam Syahriandi, 2015) menyebutkan bahwa membaca mencakup proses penerimaan komunikasi melalui ujaran dari penulis dan penafsiran terhadap ujaran oleh pembaca, menentukan dan memahami pesan atau pikiran yang tersurat maupun tersirat. Membaca adalah keterampilan yang dipelajari individu sejak kanak-kanak dan dipergunakan sepanjang kehidupan, terutama di lingkungan pendidikan. Ada beberapa tingkatan kecepatan membaca. Berdasarkan pendidikannya, standar kecepatan efektif membaca (KEM) individu bertingkat-tingkat dan diukur berdasarkan jumlah kata per menit yang dipahaminya (Gereda, 2015). Di tingkat sekolah dasar, standarnya adalah 150-250 kata per menit (kpm), di tingkat menengah pertama adalah 200-250 kpm, menengah atas 250-300 kpm, serta perguruan tinggi 300-350 kpm (Simanjuntak dan Ana, 2015). Bahkan, ada pula yang meminta 350-400 kpm untuk mahasiswa (Gereda, 2015).

Seorang mahasiswa seharusnya memiliki kecepatan membaca pada 350 kata per menit agar sesuai dengan jenjang pendidikannya (Amalia, 2017). Namun, pengamatan yang dilakukan Syahriandi (2015) menemukan bahwa para mahasiswa rata-rata membutuhkan waktu 25 menit untuk membaca 5 halaman teks berisi 300 kata. Ini berarti kecepatan mereka hanya 60 kata per menit. Padahal, salah satu

kegiatan mahasiswa adalah membaca sebagai bagian dari kewajiban belajar, meneliti, menulis dan diskusi (Siregar sebagaimana dikutip oleh (Siswati, 2016). Penelitian Rahmawati & Ervannudin (2015) di Universitas Muhammadiyah Surakarta menyatakan bahwa mahasiswa semester II pada program studi pendidikan guru sekolah dasar (PGSD) tahun 2015 memiliki kemampuan membaca di bawah standar. Kecepatan tertinggi yang ditemukan adalah 311 kpm, kecepatan terendah adalah 165 kpm sedangkan rata-rata kecepatan adalah 206 kpm. Rendahnya kecepatan membaca mahasiswa tampak dalam penelitian Amalia (2017) yang menyatakan bahwa mahasiswa hanya memiliki kecepatan membaca 244,83 kpm dengan kemampuan pemahaman isi 61,11%.

Rendahnya kecepatan membaca mahasiswa disebabkan oleh 2 faktor, yaitu faktor dari dalam individu itu sendiri dan faktor dari luar individu. Faktor luar individu misalnya kondisi lingkungan, kenyamanan dan ketenangan. Sedangkan faktor dari dalam individu adalah karena mereka tidak terbiasa untuk membaca secara cepat dan ketika membaca tidak menggunakan pemahaman membacanya (Amalia, 2017).

Kecepatan membaca individu berhubungan dengan pemahaman membacanya. Sweet dan Snow (sebagaimana dikutip dalam Fitriana, 2020) menyatakan adanya keterkaitan antara pembaca, teks dan isi teks.

Pembaca yang memahami teks akan mampu menginterpretasikan makna teks yang bersangkutan. Sebaliknya, jika pembaca tidak memahami teks atau mana teks, maka (pemahaman) *comperhension* tidak tercapai. Pemahaman membaca individu dapat dikatakan baik apabila ia dapat menguasai ide pokok bacaan. Individu dikatakan memiliki pemahaman bacaan apabila ia mampu menjawab 40-60% pertanyaan mengenai bacaan dengan benar (Amalia, 2017). Untuk dapat memahami ide pokok dari sebuah bacaan, individu membutuhkan cara yang efektif dan efisien. Pemahaman tersebut dapat ditingkatkan dengan mempraktikkan teknik membaca cepat (*speed reading*). *Speed reading* (membaca cepat) adalah sebuah metode membaca yang mementingkan gerakan mata secara cepat tanpa mengeluarkan suara oleh individu untuk mendapatkan inti bacaan dalam waktu singkat, secara cermat serta cepat (Handayani, 2014).

Need assesment terkait pemahaman membaca dan kecepatan membaca dilakukan pada 33 mahasiswa angkatan 2016, 2018, 2019 dan 2020 di Universitas Pembangunan Jaya (UPJ) dengan cara membagikan bacaan dan soal terkait pemahaman membaca kepada seluruh peserta. Ditemukan bahwa rata-rata kecepatan membaca mahasiswa hanya sebesar 95,59% kata per menit dengan rata-rata pemahaman membaca sebesar 36,21%. Skor kecepatan membaca tertinggi berada pada 326,37 kpm dengan pemahaman membaca sebesar 57% sedangkan skor terkecil adalah 25,07 kpm dengan pemahaman membaca sebesar 24%. Dengan demikian, terlihat bahwa kecepatan dan pemahaman membaca mahasiswa Universitas Pembangunan Jaya masih di bawah standar minimum.

Kecepatan dan kemampuan pemahaman membaca mahasiswa harus berada pada posisi minimum (300 kpm dengan 50% pemahaman) sejak tahun pertama karena proses pembelajaran di universitas menuntut mereka mampu belajar mandiri dan menganalisis permasalahan yang mereka temui pada saat pembelajaran (Hermanto, 2020). Semua ini sangat berkaitan erat dengan kegiatan membaca. Jika seorang mahasiswa memiliki kemampuan pemahaman membaca dan kecepatan membaca yang rendah maka hal itu akan berpengaruh terhadap indeks prestasi dari mahasiswa itu sendiri karena keduanya adalah kemampuan dasar yang perlu dimiliki mahasiswa untuk bisa berhasil di perkuliahan (Andiani, 2017). Oleh karena itu, perlu ada usaha meningkatkan kemampuan tersebut pada mahasiswa yang membutuhkannya.

Salah satu usaha untuk meningkatkan kemampuan mahasiswa adalah dengan melakukan pelatihan sesuai kebutuhan mereka. Pelatihan membaca cepat (*speed reading*) bertujuan untuk meningkatkan kecepatan dan potensi pemahaman individu terhadap bacaan. Dengan demikian, bukan hanya kecepatan membaca yang bertambah tetapi juga pemahaman terhadap bacaan (Komalasari, 2014). Banyak peneliti yang telah meneliti tentang pengaruh pelatihan *speed reading* terhadap kecepatan membaca dengan berbagai variabel dan

subjek. Pelatihan *speed reading* terbukti berpengaruh terhadap minat membaca pada mahasiswa (Rahayu, 2012) dan berpengaruh terhadap pemahaman membaca pada siswa kelas V SD (Sultan & Nur, 2020); (Amanata & Taufik, 2020). Namun, masih terbatas penelitian yang menggunakan pelatihan *speed reading* untuk meningkatkan pemahaman membaca pada mahasiswa.

Penelitian ini bertujuan untuk menguji penggunaan pelatihan *speed reading* sebagai usaha meningkatkan kemampuan pemahaman membaca pada mahasiswa. Modul pelatihan dapat disusun berdasarkan materi bacaan yang sesuai dengan metode membaca cepat dan kemampuan pemahaman membaca. Namun, perlu ada usaha untuk memastikan efektivitas pelatihan yang diberikan dengan peningkatan pemahaman membaca pada mahasiswa sehingga tepat sasaran dan dapat dipergunakan dalam jangka panjang.

2. RUANG LINGKUP

Permasalahan dalam penelitian ini mencakup:

1. Rendahnya kemampuan pemahaman membaca dan kecepatan membaca pada mahasiswa tingkatan.
2. Penelitian ini membahas pengaruh pelatihan *speed reading* terhadap pemahaman membaca mahasiswa.
3. Rencana hasil yang didapatkan adalah bentuk pelatihan *speed reading* untuk meningkatkan pemahaman membaca mahasiswa.

3. BAHAN DAN METODE

Penelitian ini menggunakan 2 variabel, yaitu pemahaman membaca dan kecepatan membaca. Metode yang digunakan adalah eksperimental kuasi dalam bentuk pelatihan. Hal-hal tersebut dijelaskan masing-masing sebagai berikut:

3.1 Pemahaman Membaca

Heilman, Blair, dan Rupley (sebagaimana dikutip dalam Hartika et al., 2017) menjelaskan bahwa pemahaman membaca merupakan proses memahami ide-ide yang tertulis melalui interpretasi dan interaksi yang bermakna dengan bahasa. Berarti, pemahaman membaca dapat menjelaskan dan menginterpretasikan hal yang ingin diungkapkan oleh penulis. Terdapat beberapa tingkatan dalam pemahaman membaca yang dikemukakan oleh Heilman, Blair dan Rupley (sebagaimana dikutip dalam Hartika et al., 2017), yaitu pemahaman literal, pemahaman inferensial dan pemahaman kritis. Pemahaman literal adalah pemahaman individu terhadap informasi dan maknanya yang tersurat di dalam bacaan. Pemahaman inferensial adalah pemahaman terhadap makna, informasi dan ide-ide yang tidak ditunjukkan secara eksplisit oleh bacaan. Pemahaman kritis adalah pemahaman yang digunakan untuk menganalisis, mengevaluasi dan menanggapi dengan mengungkapkan pendapat pribadi terhadap informasi yang terdapat dalam bacaan.

Ommagio (sebagaimana dikutip dalam Hartika et al., 2017) menyatakan bahwa kemampuan pemahaman

membaca tergantung pada gabungan dari keterampilan bahasa, gaya kognitif dan pengalaman membaca yang dimiliki oleh individu. Jika pembaca memiliki ketiga hal tersebut maka proses pemahaman membaca tidak akan memiliki hambatan. Selain itu, Harjasujana dan Damaianti (sebagaimana dikutip dalam Hartika et al., 2017) menyatakan bahwa terdapat lima hal yang mendorong pemahaman membaca, yaitu latar belakang atau pengalaman yang dimiliki oleh pembaca, kemampuan berbahasa, berpikir, tujuan dari membaca, dan beberapa afeksi yang dimiliki oleh individu seperti motivasi, sikap, minat, keyakinan dan perasaan. Selain itu Right (2006) menyatakan bahwa tujuan membaca, kecepatan membaca, sifat materi bacaan, tata letak dan lingkungan individu juga menjadi faktor yang dapat mempengaruhi pemahaman membaca.

3.2 Membaca Cepat

Kecepatan membaca dipahami sebagai kecepatan individu dalam membaca sebuah tulisan dan menggunakan satuan kata per menit (Wainwright sebagaimana dikutip dalam Afiyah, 2022). Pada bagian pendahuluan, telah dijelaskan betapa pentingnya kecepatan membaca untuk mendukung kegiatan pembelajaran, khususnya pada tingkat pendidikan tinggi. Namun, perlu diingat bahwa konsep ini berbeda dengan konsep membaca cepat. Membaca cepat ialah membaca untuk mencakup informasi sebanyak mungkin, memahami dengan baik dan membuat keputusan berdasarkan informasi yang ada dalam wacana (Armstrong, 2015). Rahmat (sebagaimana dikutip dalam Soraya, 2017) menyatakan bahwa membaca cepat serta efektif adalah kegiatan membaca yang mementingkan aspek pemahaman serta kecepatan pada bacaannya. Artinya pada saat membaca tidak hanya kecepatan yang dijadikan tolak ukur, tetapi harus disertai dengan pemahaman wacana.

Teknik *speed reading* terbagi dua, yaitu *skimming* dan *scanning* (Armstrong, 2015). *Skimming* adalah teknik membaca untuk mendapatkan gambaran secara umum yang dilakukan dengan membaca garis besar dari isi buku. Firmansyah (2014) menyatakan bahwa *skimming* merupakan teknik membaca dengan memusatkan perhatian pada ide-ide pokok bacaan.

Skimming memiliki kelebihan dan kelemahan (Armstrong, 2015). Kelebihannya ialah individu dapat menyelesaikan bacaan teks yang banyak dalam waktu cepat. Individu akan dengan mudah memahami isi bacaan tersebut namun akan kurang memahami keseluruhan dari isi bacaan. *Skimming* bermanfaat ketika harus menjawab dengan cepat dan tidak menghabiskan waktu, dapat menjelajahi sumber bacaan dalam waktu singkat dan mencari informasi secara cepat dan efisien (Amna et al., 2012). Beberapa langkah untuk melakukan *skimming* (Armstrong, 2015) adalah dengan membaca judul sumber bacaan, bagian pengenalan pada paragraf pertama, setiap kalimat pertama pada setiap paragraf sumber bacaan, membaca judul atau subjudul,

memperhatikan gambar atau grafik, memperhatikan kata atau frasa yang dicetak miring maupun dicetak tebal serta membaca ringkasan (*summary*) atau paragraf terakhir dari bahan yang dibaca.

Scanning merupakan teknik membaca yang bertujuan untuk mendapatkan informasi dengan cara membaca bagian terpenting saja dengan tidak melibatkan imajinasi dan asosiasi saat memahami bacaan tersebut, dengan menghubungkan kalimat beberapa kalimat (Listiyanto, 2017). Armstrong (2015) menjelaskan bahwa *scanning* ialah proses membaca secara tidak menyeluruh dan hanya mencari informasi yang penting yang ada di dalam wacana. Olson (sebagaimana dikutip dalam Thamrin, 2012) menyatakan bahwa *scanning* dilakukan dalam tiga tahap, yaitu dengan mengingat materi yang ingin dicari, menentukan petunjuk informasi yang akan digunakan kemudian langsung mencari informasi secara spesifik.

Kelebihan menggunakan teknik *scanning* adalah memudahkan individu untuk mencari informasi-informasi kecil yang ada di dalam teks. Ia tidak perlu membaca secara keseluruhan. Namun demikian, harus disadari bahwa jika individu mencari sebuah informasi di dalam teks tetapi pada bagian yang salah, maka ia akan membuang waktunya. Selain itu, jika informasi yang dicari terdapat di setiap paragraf atau bab, maka ia harus membaca secara keseluruhan.

Terdapat beberapa faktor hambatan dalam membaca cepat, yaitu vokalisasi, gerakan bibir, gerakan kepala, menunjuk dengan jari, subvokalisasi dan fiksasi kata (Armstrong, 2015). Mengeluarkan suara, menggerakkan bibir, menggerakkan kepala dan jari sesuai arah tulisan pada saat membaca dapat memperlambat proses membaca karena setara dengan mengucapkan kata secara utuh. Sekalipun dengan keadaan suara yang tidak terlalu terdengar, mulut tertutup atau menggunakan bagian tubuh lain, hal tersebut hanya akan menghasilkan seperempat dari kecepatan individu yang membaca secara diam. Subvokalisasi atau mengucapkan kata dalam hati atau pikiran yang dibaca juga menghambat individu dalam memahami sebuah informasi bacaan karena pemahaman dari ide yang terkandung dalam bacaan tidak dipahami secara langsung. Individu justru akan berusaha memperhatikan keseluruhan bacaan yang diucapkannya dalam hati. Fiksasi kata adalah ketika individu berhenti pada setiap kata ketika sedang membaca sehingga memperlambat kecepatan membaca dan pada akhirnya akan mempengaruhi kemampuan kita untuk memahami teks dengan baik.

3.3 Metode Penelitian

Variabel dalam penelitian ini adalah pelatihan *speed reading* sebagai IV (*independent variable*) dan kemampuan pemahaman membaca sebagai DV (*dependent variable*). Penelitian kuantitatif ini menggunakan pendekatan eksperimental kuasi yang tidak melakukan randomisasi dalam meneliti hubungan sebab-akibat. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *between-subject* karena peneliti

ingin membagi subjek menjadi dua kelompok yaitu kelompok eksperimen yang akan diberikan manipulasi berupa pelatihan *speed reading* dan kelompok kontrol yang tidak diberikan manipulasi.

Peneliti menggunakan *nonrandomized pretest-posttest control group desain* yang tidak menggunakan randomisasi dalam menentukan kelompok kontrol dan kelompok eksperimen (Hastjarjo, 2019). Setiap kelompok akan mengerjakan soal *pre-test* untuk mengukur kemampuan pemahaman membaca yang dimiliki subjek pada awal penelitian, sebelum dilakukan manipulasi berupa pemberian pelatihan *speed reading*. Setelah pelatihan selesai, subjek akan mengerjakan soal *post-test* untuk mengetahui adanya perubahan pada DV akibat manipulasi yang dilakukan.

Populasi yang digunakan pada penelitian ini ialah mahasiswa Universitas Pembangunan Jaya (UPJ) dengan sampel mahasiswa yang masih berada di tahun pertama. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *non-probability sampling*. *Non-probability sampling* merupakan teknik pengambilan sampel yang tidak memberi peluang atau kesempatan sama bagi setiap unsur atau anggota populasi untuk dipilih menjadi sampel (Sugiyono, 2018). Jenis yang digunakan yaitu *purposive sampling*. *Purposive sampling* adalah teknik pengambilan sampel sumber data dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2018). Peneliti mengambil sampel mahasiswa semester awal berdasarkan data *training need assesment* (TNA). Berdasarkan hal tersebut sampel penelitian ini adalah mahasiswa UPJ tahun pertama yang memiliki hasil *pretest* membaca cepat di bawah 350 kpm dan pemahaman membaca di bawah 40%. Jumlah sampel adalah 60 mahasiswa yang kemudian dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen yang akan diberikan pelatihan *speed reading* dan kelompok kontrol.

3.4 Instrumen Kecepatan dan Pemahaman Membaca

Instrumen pertama yang digunakan dalam penelitian ini ialah instrumen untuk mengukur kecepatan membaca. Bentuknya adalah teks bacaan berupa narasi yang telah dimodifikasi oleh peneliti. Terdapat 2 judul bacaan, masing-masing terdiri dari 800 kata dan membahas tentang topik literasi membaca serta dan narkoba dalam kehidupan remaja. Kedua wacana ini dipilih oleh peneliti karena dekat dengan kehidupan subjek, yang adalah mahasiswa. Kemampuan pemahaman membaca subjek mahasiswa akan diukur dengan menggunakan soal terkait kedua bacaan yang diberikan sebelumnya untuk mengukur kecepatan membaca.

Keseluruhan soal terdiri dari 5 soal pilihan ganda, 5 soal isian dan 5 soal esai. Soal-soal ini diberikan sebelum dan sesudah dilakukannya pelatihan *speed reading* oleh peneliti. Skor yang diperoleh akan menjadi data mengenai tingkat pemahaman membaca mahasiswa. Skor untuk jawaban benar pada masing-masing jenis soal pilihan ganda dan isian adalah 1 sedangkan skor 10 diberikan untuk masing-masing soal esai yang dijawab

dengan lengkap dan benar. Detil soal dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Kisi-kisi Soal Pemahaman Membaca

Jumlah Soal	Tingkat Pemahaman	Rincian
5	Pemahaman Literal	Mampu menjawab pertanyaan yang jawabannya tersurat dalam bacaan. Jenis soal: pilihan ganda.
5	Pemahaman Inferensial	Mampu menjawab pertanyaan yang jawabannya tidak ditampilkan secara eksplisit dalam bacaan. Jenis soal: isian.
5	Pemahaman Kritis	Mampu menjawab pertanyaan dengan cara menganalisis, mengevaluasi dan menanggapi dengan mengungkapkan pendapat pribadi terhadap informasi dalam bacaan. Jenis soal: esai.

3.5 Pelatihan *Speed Reading*

Pelatihan *speed reading* merupakan manipulasi yang diberikan kepada kelompok eksperimen. Pelatihan dilaksanakan secara daring dan menggunakan modul pelatihan yang disusun berdasarkan teori membaca cepat. Setiap sesi pelatihan memiliki sasaran tertentu sebagaimana terlihat pada Tabel 2.

Tabel 2. Sasaran Pelatihan *Speed Reading*

Materi	Capaian Pelatihan
Pemahaman dan target <i>speed reading</i>	Peserta memahami definisi dan pelaksanaan <i>speed reading</i> sebagai kegiatan membaca dan mengambil informasi sebanyak mungkin dengan pemahaman yang baik sehingga mampu membuat keputusan berdasarkan informasi dalam bacaan
Teknik <i>Skimming</i>	Peserta memahami dan mempraktikkan <i>skimming</i> sebagai teknik membaca untuk mendapatkan gambaran umum bacaan
Teknik <i>Scanning</i>	Peserta memahami dan mempraktikkan <i>scanning</i> sebagai teknik membaca yang dilakukan secara menyeluruh hanya untuk informasi penting dalam bacaan
Hambatan <i>speed reading</i>	Peserta memahami dan mengidentifikasi perilaku yang menghambat mereka membaca cepat

4. PEMBAHASAN

Penelitian ini menggunakan 60 subjek mahasiswa dan mahasiswi angkatan 2021 Universitas Pembangunan Jaya dengan kecepatan membaca di bawah 350 kpm dan pemahaman membaca di bawah 40%. Semua subjek wajib mengisi *pretest speed reading* dan pemahaman membaca sebelum pelaksanaan pelatihan. Setelah pelatihan dilaksanakan secara penuh, seluruh peserta wajib mengisi *posttest speed reading* dan pemahaman membaca. Pelatihan *speed reading* hanya diikuti oleh 30 mahasiswa dalam kelompok eksperimen sedangkan 30 mahasiswa lainnya masuk ke dalam kelompok kontrol dan tidak mengikuti pelatihan. Gambaran umum keseluruhan subjek penelitian terdapat pada Tabel 3.

Tabel 3. Gambaran Umum Subjek Penelitian

Variabel	KE (N=30)		KK (N=30)	
	Frekuensi	%	Frekuensi	%
Jenis Kelamin				
Perempuan	25	83,3	25	83,3
Laki-laki	5	16,7	5	16,7
Usia				
18-20 tahun	20	66,6	18	60
21-25 tahun	10	33,3	12	40

Peneliti melakukan analisis deskriptif terhadap variabel kemampuan membaca untuk mendapatkan gambaran kemampuan kecepatan membaca dan kemampuan pemahaman membaca yang dimiliki oleh kelompok eksperimen. Hasil analisis gambaran dari kemampuan membaca cepat dapat dilihat pada Tabel 4.

Tabel 4. Kemampuan Membaca Cepat Kelompok Eksperimen

Statistik	Pre-test	Post-test
N	30	30
Mean	117,70	257,03
Standard Deviation	90,48	126,99
Minimum	28	54
Maksimum	318	497

Peneliti mengambil data dengan cara memberikan *pre-test* kepada seluruh peserta pelatihan dan didapatkan nilai rata-rata kemampuan membaca sebesar 117,70 kata per menit (kpm). Ini berarti kecepatan membaca mereka hanya sepertiga dari standar yang dibutuhkan di perguruan tinggi. Setelah pelatihan *speed reading* dilaksanakan, peneliti melakukan pengambilan data dengan cara memberikan *post-test* kepada peserta dan didapatkan nilai rata-rata kemampuan membaca sebesar 257,03 kpm. Peningkatan tidak hanya terjadi pada *mean* tetapi juga pada skor minimum dan maksimum yang diperoleh. Selain mendapatkan gambaran kondisi kemampuan membaca cepat pada kelompok eksperimen,

analisis ini juga memperlihatkan bahwa manipulasi dalam bentuk pelatihan *speed reading* yang diberikan oleh peneliti dapat tersampaikan dengan baik sesuai sasaran. Dengan demikian, modul pelatihan dalam bentuk ini dapat digunakan kembali untuk tujuan yang sama. Namun, perlu disadari bahwa meskipun terjadi peningkatan, rata-rata kecepatan membaca mahasiswa setelah menjalani pelatihan pun masih belum mencapai standar yang dibutuhkan.

Analisis selanjutnya dilakukan terhadap skor kemampuan pemahaman membaca milik kelompok eksperimen sebelum dan sesudah dilakukannya pelatihan *speed reading*. Hasil analisis tersebut dapat dilihat pada Tabel 5.

Tabel 5. Kemampuan Pemahaman Membaca Kelompok Eksperimen

Statistik	Pre-test	Post-test
N	30	30
Mean	54,03	59,33
Standard Deviation	3,8	4,8
Minimum	45	52
Maksimum	50	69

Tabel di atas menunjukkan bahwa nilai rata-rata kemampuan pemahaman membaca sebelum pelatihan *speed reading* adalah 54,03 sedangkan setelah pelatihan berada pada nilai rata-rata 59,33. Walaupun hanya ada sedikit perbedaan, namun mean pada *pretest* masih lebih rendah dibandingkan mean pada *posttest*. Hasil ini juga memperlihatkan bahwa pemahaman membaca pasca pelatihan belum mencapai standar yang diharapkan.

Peneliti melakukan uji *independent sampel t-test* sebagai analisis utama, untuk melihat pengaruh pelatihan *speed reading* terhadap kemampuan pemahaman membaca. Untuk itu, peneliti terlebih dahulu melaksanakan uji normalitas dan uji homogenitas untuk data yang dihasilkan. Peneliti melakukan uji normalitas dengan menggunakan rumus Shapiro-Wilk. Tabel 6 memperlihatkan hasil perhitungan tersebut.

Tabel 6. Uji Normalitas Pemahaman Membaca

Statistik	Kelompok Eksperimen	Kelompok Kontrol
Shapiro-Wilk	0,940	0,952
P value of Shapiro-Wilk	0,088	0,189

P-value pada kelompok eksperimen adalah sebesar 0,088 sedangkan pada kelompok kontrol adalah sebesar 0,189. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa data dari kedua kelompok terdistribusi secara normal, karena p-value lebih besar dari 0,05 (Sugiyono, 2018). Selanjutnya, uji homogenitas dilakukan dengan menggunakan rumus *Levene's test*. Hasil menunjukkan bahwa data dari kedua kelompok homogen atau serupa, dengan memperoleh nilai signifikansi sebesar 0,796.

Pengujian hipotesis menggunakan *independent sampel t-test* bertujuan untuk mengetahui pengaruh pelatihan *speed reading* terhadap kemampuan pemahaman membaca pada mahasiswa. Data *pre-test* dan *post-test* pada kemampuan pemahaman membaca diolah menggunakan JASP 0.14.1.0. Hasil *independent sampel t-test* menggunakan *gain score* menggunakan *degrees of freedom* (df) sebesar 58 dan nilai $p < 0,001$ yang menunjukkan hasil tes awal dan tes akhir mengalami peningkatan karena hasil menunjukkan bahwa $0,001 < 0,05$. Selain itu, diperoleh nilai t hitung sebesar 3,883 sementara nilai t tabel adalah 3,385. Kedua hal tersebut menunjukkan bahwa pelatihan *speed reading* berpengaruh terhadap kemampuan pemahaman membaca secara signifikan.

5. KESIMPULAN

Penelitian ini mendapati bahwa pelatihan *speed reading* berpengaruh untuk meningkatkan kemampuan pemahaman membaca pada mahasiswa yang memiliki tingkat kecepatan membaca dan pemahaman membaca di bawah standar, yaitu di bawah 350 kata per menit dan pemahaman di bawah 60%. Temuan ini sejalan dengan pendapat Wainwright (sebagaimana dikutip dalam Hidayat, 2019) yang menyatakan bahwa keterampilan membaca cepat tidak hanya membuat individu mampu membaca lebih cepat tetapi juga lebih mampu memahami konten bacaan. Temuan berikutnya adalah bahwa modul pelatihan *speed reading* yang dihasilkan dan digunakan sudah tepat sasaran karena dapat meningkatkan kemampuan pemahaman membaca mahasiswa.

6. SARAN

Peneliti memberikan beberapa saran metodologis yang dapat dijadikan pertimbangan pada penelitian berikutnya. Saran pertama didasarkan pada luaran yang diharapkan dari sebuah pelatihan, yang adalah peningkatan pengetahuan, perubahan perilaku (misalnya tingkat keterampilan yang lebih baik) dan perubahan afeksi (misalnya peningkatan motivasi) (Kraiger et al. dan Salas et al. sebagaimana dikutip dalam Saghafian et al., 2020). Oleh karena itu, disarankan agar penelitian selanjutnya mengukur keberlangsungan perubahan kecepatan membaca maupun pemahaman membaca yang dimiliki mahasiswa karena dampak sebuah pelatihan belum tentu bersifat permanen. Evaluasi tersebut dapat dilaksanakan menggunakan model dari Kirkpatrick yang terdiri dari 4 tingkatan, yaitu reaksi (*reaction*), pembelajaran (*learning*), perilaku (*behavior*) dan hasil (*results*) (Sudiyatno & Wulandari, 2020).

Saran kedua adalah bahwa penelitian selanjutnya juga diharapkan mampu mengontrol faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi kemampuan pemahaman membaca individu, seperti motivasi, *prior knowledge* dan lingkungan sosial (Torres, 2019) serta lingkungan membaca subjek. Harapannya, pelatihan dapat dibuat sedemikian sehingga sesuai dengan program studi

mahasiswa yang bersangkutan sehingga keberhasilan pelatihan dapat dimaksimalkan.

Saran ketiga adalah terkait pelaksanaan pelatihan. Penelitian merencanakan pelatihan secara luring namun pada saat pengambilan data terpaksa melaksanakannya secara daring karena situasi pandemi masih menjadi pertimbangan besar. Pelatihan luring diasumsikan lebih terkontrol sehingga faktor jaringan internet tidak dapat mempengaruhi jalannya pelatihan dan pada akhirnya mempengaruhi hasil penelitian. Sementara itu, pembelajaran melalui pelatihan yang dilakukan secara daring dapat mempengaruhi efektivitas pembelajaran akibat fasilitas yang kurang memadai, misalnya sinyal internet yang lemah (Puspa et al., 2021). Namun, tidak dapat dipungkiri bahwa saat ini sudah terbukti ada banyak pelatihan yang efektif walaupun dilakukan secara daring. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya dapat membandingkan efektivitas pelatihan *speed reading* yang dilaksanakan secara daring dan luring untuk menentukan bentuk pelatihan yang paling ideal dan paling efektif untuk mahasiswa.

Saran terakhir terkait variabel baru, yaitu *reading self-efficacy*. Bandura (sebagaimana dikutip oleh Carroll & Fox, 2017) menyatakan bahwa individu yang mengalami peningkatan keterampilan, walaupun tidak mencapai kesuksesan, akan merasa lebih menguasai tugas yang diberikan dan pada akhirnya merasa lebih mampu dalam menjalankan tugas tersebut dan mencapai target tertentu. Mengingat rata-rata kecepatan membaca maupun pemahaman membaca para mahasiswa peserta pelatihan masih berada di bawah standar target minimal, maka variabel ini dapat diteliti untuk melihat hubungannya dengan performa mereka secara akademik.

7. DAFTAR PUSTAKA

- Afiyah, F. Al. (2022). The Correlation Student Reading Speed and Reading Comprehension Achievement of The Tenth-Grade Students in Indonesia. *Jurnal VARIDIKA*, 33(2), 165–174. <https://doi.org/10.23917/varidika.v33i2.16428>
- Amalia, F. N. (2017). Kemampuan membaca pemahaman mahasiswa. *Seminar Nasional Pendidikan Bahasa Indonesia Universitas Sriwijaya*, 1, 42–54.
- Amanata, R., & Taufik, T. (2020). Penerapan Membaca Pemahaman Menggunakan Metode Speed Reading dalam Pembelajaran Tematik Terpadu Di Kelas V Sekolah Dasar. *E-Jurnal Inovasi Pembelajaran SD*, 8(8), 301–313. <http://ejournal.unp.ac.id/students/index.php/pgsd>
- Amna, P., AzwAndi, Y., & Yunus, M. (2012). Meningkatkan kemampuan membaca pemahaman pada siswa tunarungu dengan menggunakan teknik skimming. *Ilmiah*, 1(September), 60–70.
- Andiani, S. (2017). Hubungan prestasi akademik dan strategi regulasi diri dalam belajar pada mahasiswa tunarungu. *Calyptra*, 6(2), 478–494.

- <https://journal.ubaya.ac.id/index.php/jimus/article/view/934>
- Armstrong, N. (2015). *Speed reading the comprehensive guide to speed reading*. CreatSpace.
- Carroll, J. M., & Fox, A. C. (2017). Reading self-efficacy predicts word reading but not comprehension in both girls and boys. *Frontiers in Psychology*, 7(JAN), 1–9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.02056>
- Firmansyah, H. (2014). *Penerapan teknik skimming dan scanning dalam meningkatkan kemampuan membaca paragraf eksposisi siswa kelas X TKJ SMK Negeri 1 Bintan tahun pelajaran 2013 / 2014*.
- Fitriana, R. (2020). Kemampuan Interpretasi Makna Dalam Teks Bacaan Bahasa Inggris Mahasiswa Politeknik Negeri Samarinda. *Sebatik*, 24(1), 45–50. <https://doi.org/10.46984/sebatik.v24i1.922>
- Gereda, A. (2015). Kemampuan Membaca Cepat Mahasiswa Program Studi Teknik Informatika Dan Pendidikan Kimia Universitas Musamus. *MAGISTRA: Jurnal Keguruan Dan Ilmu Pendidikan*, 2(2), 213–225. <https://doi.org/10.35724/magistra.v2i2.335>
- Handayani, D. (2014). *Pengaruh teknik membaca cepat terhadap hasil belajar bahasa Indonesia pada materi memahami isi cerpen siswa kelas x SMK (Studi Kasus di SMK YMJ CIPUTAT)*. UIN Syarif Hidayatullah.
- Hartika, L. D., Kirana, C. T., Widiarsana, P., & Diari, L. I. (2017). Pengaruh pemberian materi bacaan bergambar terhadap pemahaman membaca siswa Kelas 3 SD. *Jurnal Psikologi "Mandala,"* 1(1), 1–13.
- Hastjarjo, T. D. (2019). Rancangan Eksperimen-Kuasi. *Buletin Psikologi*, 27(2), 187. <https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.38619>
- Hermanto, L. R. (2020). *Gaya belajar mahasiswa baru fakultas kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang sebelum dan setelah menjalani pembelajaran problem based learning*. 1, 18. <http://repository.um-palembang.ac.id/id/eprint/2870/>
- Hidayat, D. (2019). The Effect of Speed Reading on Students' Reading Comprehension. *Journal of English Education Studies*, 2(1), 12–22. <https://doi.org/10.30653/005.201921.28>
- Komalasari, H. (2014). In *Peningkatan keterampilan membaca cepat melalui teknik skimming pada mata pelajaran bahasa indonesia siswa kelas V SD AL_ZAHRA PEMULANG pada tahun ajaran 2013/2014*. Skripsi. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Listiyanto, A. (2017). *Speed reading* (Rose Kusumaningratri (ed.)). A plus books.
- Mayliana, R. (2020). *Pengaruh Membaca Cepat Terhadap Pemahaman Bacaan*. universitas Sumatera Utara. <http://dx.doi.org/10.31227/osf.io/g5efu>
- Puspa, S. D., Riyono, J., & Puspitasari, F. (2021). Analisis Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pemahaman Konsep Matematis Mahasiswa dalam Pembelajaran Jarak Jauh Pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Cendekia: Jurnal Pendidikan Matematika*, 5(1), 302–320.
- Rahmawati, F. P., & Erwannudin, N. (2015). Kecepatan membaca cepat mahasiswa program studi PGSD FKIP Universitas Muhammadiyah Surakarta. *The 2nd University Research Coloquium*, 27–35.
- Saghafian, M., Laumann, K., Akhtar, R. S., & Skogstad, M. R. (2020). The Evaluation of Virtual Reality Fire Extinguisher Training. *Frontiers in Psychology*, 11(November). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.593466>
- Simanjuntak, E. B., & Ana, D. (2015). Meningkatkan kemampuan membaca siswa dengan menggunakan metode speed reading pada mata pelajaran bahasa indonesia di kelas v sdn 014610 sei renggas. *Handayani*, 3 no 1. <https://doi.org/https://doi.org/10.24114/jh.v3i1.2148>
- Siswati. (2016). Minat Membaca pada Mahasiswa (Studi Deskriptif pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UNDIP Semester I) Siswati. *Prosiding Seminar ASEAN Psikologi Dan Kemanusiaan Kedua*, 610–615. [https://mpsi.umm.ac.id/files/file/610 - 615 Siswati.pdf](https://mpsi.umm.ac.id/files/file/610%20-%20615%20Siswati.pdf)
- Soraya, B. (2017). *Efektifitas penerapan metode membaca cepat terhadap kemampuan memahami isi bacaan pada mata pelajaran bahasa Indonesia peserta didik kelas V SD Muhammadiyah II Beru Makasar*. UIN Alauddin Makassar.
- Sudiyatno, & Wulandari, I. (2020). Evaluation of education and training programs in Solo Technopark Central Java in Indonesia. *REiD (Research and Evaluation in Education)*, 6(2), 150–159. <http://journal.uny.ac.id/index.php/reid>
- Sugiyono. (2018). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Sultan, M. A., & Nur, N. (2020). Pengaruh Speed Reading Terhadap Kemampuan Membaca Pemahaman Siswa Mata Pelajaran Bahasa Indonesia Sd Negeri 55 Parepare. *JIKAP PGSD: Jurnal Ilmiah Ilmu Kependidikan*, 4(2), 125. <https://doi.org/10.26858/jkp.v4i2.13682>
- Syahriandi, J. A. (2015). Membaca-Cepat-Pemahaman Mahasiswa Universitas Malikussaleh. *Visioner & Srategis*, 4(2), 1–9.
- Thamrin, N. S. (2012). Scanning technique in developing students reading comprehension. *Kreatif*, 15(1), 31–35.
- Torres, R. C. (2019). Factors Affecting the Reading Comprehension of Intermediate Level Learners: Basis for An Intervention Program. *International Journal of Academic Multidisciplinary Research*, July 2019, 1–7. <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.25114.77766>



Wiguna, M. Z., Thamimi, M., & Wulansari, F. (2019). Pelatihan dan pendampingan penerapan teknik membaca skimming dalam menjawab soal ujian nasional bahasa indonesia. *GERVASI: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1), 34–46. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.31571/gervasi.v3i1.1195>