

Bagi sebagian orang, menghafal merupakan suatu hal yang merepotkan dan membuat otak kita bekerja lebih dari biasanya. Terutama jika menghafal suatu kalimat, bukan hanya 1-2 kalimat saja melainkan 5-10 kalimat atau bahkan bisa lebih dari satu paragraf.

Oleh sebab itu, kamu memerlukan tips menghafal dengan cepat untuk mempermudah pembelajaranmu sehari-hari. Tenang saja! Tips di bawah ini tidak sulit dan bisa dibilang sederhana untuk dilakukan. Penasaran? Simak ulasan berikut ya!

Tips Menghafal dengan Cepat

1. Menyukai dan niat dengan apa yang kamu lakukan

Ketika kita melakukan suatu hal menyukainya, maka akan lebih mudah untuk mengingat, mengerti, dan otomatis akan menjadi lebih mudah melakukannya. Tak lupa kamu juga memerlukan niat yang kuat.

Perpaduan ini akan menghasilkan kinerja atau hasil belajar yang tidak mengecewakan. Jangan ragu untuk coba mulai sekarang ya!

2. Membaca

Tips menghafal dengan cepat berikutnya ialah membaca. Perbanyak waktu untuk membaca sesuatu yang akan kamu hafalkan dan ulangi bacaan tersebut sebanyak mungkin. Bisa juga dilakukan saat kamu sedang melakukan pekerjaan lain.

Contohnya, saat membereskan rumah maka kamu bisa sambil mengucapkan, mengulangi, dan mengingat hal yang sudah kamu baca untuk di hafalkan. Kamu juga bisa menyediakan waktu setiap pagi untuk membaca 5-10 halaman sebuah buku.

3. Merekam

Ketika kamu ingin menghafalkan sesuatu, kamu juga bisa menghafalkannya dengan cara merekam terlebih dahulu. Di saat tertentu, kamu bisa mendengarkan atau mengulangi rekaman yang telah dibuat. Merekam termasuk sebagai salah satu tips menghafal dengan cepat terfavorit bagi sebagian besar siswa di SMA maupun SMK.

4. Menuliskan ulang materi yang akan di hafal

Ketika kamu adalah seseorang yang sedang menghafalkan rumus atau metode hitungan, cara ini sangat cocok dipakai untuk menghafalkan dengan cepat. Dengan menulis, otak kita bekerja dan menerima perintah untuk lebih banyak berpikir.

Selain itu, kamu juga bisa mengerjakan beberapa contoh soal dari rumus atau metode hitungan tersebut agar selain hafal, kamu juga bisa lebih paham detail tata cara dan langkah mengerjakan soal hitungan.

5. Memulai dari jauh-jauh hari

Hal ini paling efektif dilakukan saat kamu sedang menghafalkan sesuatu terutama materi pelajaran. Jadi ketika kita menghafal, mulailah menghafal dari jauh-jauh hari sebelum atau setidaknya lakukan seminggu sebelum deadline hafalan tersebut.

6. Menghindari tempat ramai

Ketika kamu akan memulai menghafalkan sesuatu, alangkah baiknya lakukan ditempat yang tenang atau terhindar dari kebisingan tertentu. Seperti perpustakaan, kamar, dan lain-lain. Hal ini membuatmu fokus dan merasa lebih enjoy sehingga dalam menghafal akan terasa lebih mudah saat perasaan tenang dan santai. Apabila terpaksa menghafal di tempat ramai, maka kamu bisa menggunakan *earphone*.

7. Menggunakan metode yang sudah sering digunakan banyak orang

Ketika kamu menghafal beberapa kalimat, kata, atau istilah yang asing yang sulit untuk dihafalkan, maka kamu bisa menggunakan metode yang sering digunakan banyak orang.

Salah satunya ialah metode jembatan keledai. Menurut *Adolescent Literacy Organization* menghafal dengan metode ini merupakan metode menghafal yang menyenangkan. Metode ini mengambil huruf depan atau huruf pertama dari setiap kata dalam frasa yang ingin dihafalkan.

Contohnya, saat kamu ingin menghafal nama-nama planet, kamu bisa gunakan metode ini dengan cara menghafalkannya seperti "Mevebumajusaurne" yang memiliki kepanjangan Merkurius, Venus, Bumi, Mars, Jupiter, Saturnus, Uranus, dan Neptunus.

8. Menjadikannya sebuah cerita

Ketika kamu akan menghafal sesuatu, terutama dalam bentuk kata, kalimat maupun frasa, kamu bisa menghafalkannya dengan menjadikan materi tersebut sebuah cerita dengan menghubungkan setiap potongan informasi yang akan menjadi bahan hafalan kamu.

Hal ini juga membuat otak menyerap potongan besar dari informasi tersebut dan membuat kita lebih mudah menghafalkannya. Cara ini juga ampuh untuk kamu yang ingin menghafalkan sesuatu yang rumit atau istilah sulit seperti rumus-rumus matematika dan kimia.

9. Menggunakan media

Menurut sebagian orang, menghafal merupakan sesuatu yang membosankan bukan? Kamu bisa menjadikan hal tersebut menjadi sesuatu yang menyenangkan dan kamu tidak merasa bahwa menghafal adalah sesuatu yang membosankan.

Salah satunya adalah dengan menggunakan media. Media yang kamu gunakan disini adalah media yang berupa visualisasi seperti gambar atau video. *FYI*, penelitian membuktikan bahwa otak kita akan lebih mudah dalam mengingat sesuatu yang berwujud visual lho *guys!*

10. Istirahat yang cukup

Kamu sangat memerlukan istirahat yang cukup begitu pula dengan otakmu, itu sangat diperlukan ketika kamu akan menghafalkan sesuatu agar saat kamu menghafal dapat mengingatnya dengan baik dan dapat dilakukan dengan optimal. Kamu bisa mengoptimalkan kemampuan mengingat ini dengan tidur sesuai waktunya dan penggunaan waktu dengan sebaik mungkin.

11. Berolahraga dan terapkan pola hidup sehat

Ketika tubuh dan kesehatan kamu terjaga dengan baik dan menerapkan pola hidup sehat dengan makanan makana bergizi dan makan sesuai waktunya, hal itu akan berpengaruh dengan kesehatan otak kamu juga.

Karena ketika tubuh, pikiran, dan kesehatan kamu terjaga dengan baik, maka hal itu juga akan langsung berpengaruh terhadap kesehatan otak dan dengan begitu kamu bisa lebih maksimal dalam menghafal karena otak dan daya ingat kamu terjaga dengan baik.

Demikian tips menghafal dengan cepat untuk kamu yang merasa kesulitan dalam menghafalkan sesuatu. Namun, kembali lagi kunci dalam menghafal adalah diri kita masing-masing ditambah dengan niat dan semangat untuk memotivasi diri agar lebih maksimal dalam melakukan usaha.

Karna apapun tidak akan sia-sia jika didasari oleh niat, usaha, semangat, tubuh yang sehat dan yang paling penting doa saat sebelum dan sesudah melakukan usaha tersebut.