

PSIKOLOGI KOGNITIF

Rini fitriani permatasari, S.Psi,M.A

MATERI 3

MEMORI

MEMORI

✕ APA YANG DIKETAHUI MENGENAI MEMORI ?

MEMORI

- ✖ Proses memori dapat dibagi menjadi tiga tahap utama yaitu :
 - ✖ 1. pengodean (encoding)
 - ✖ 2. penyimpanan (storage)
 - ✖ 3. penarikan (retrieval)

MEMORI

- ✖ 1. pengodean (encoding)
 - ✖ Disebut juga penyandian
 - ✖ yaitu memasukkan pesan ke dalam ingatan
 - ✖ atau proses dimana informasi baru diterima.
 - ✖ Contoh : ketika berkenalan dgn seseorang, kita memasukkan nama seseorang yg kita baru kenali ke dalam memori kita.
 - ✖ Pada tahap penyandian ini kita bisa mengubah stimulus dengan suatu kode (sandi) yg kemudian di tempatkan ke dalam memori

MEMORI

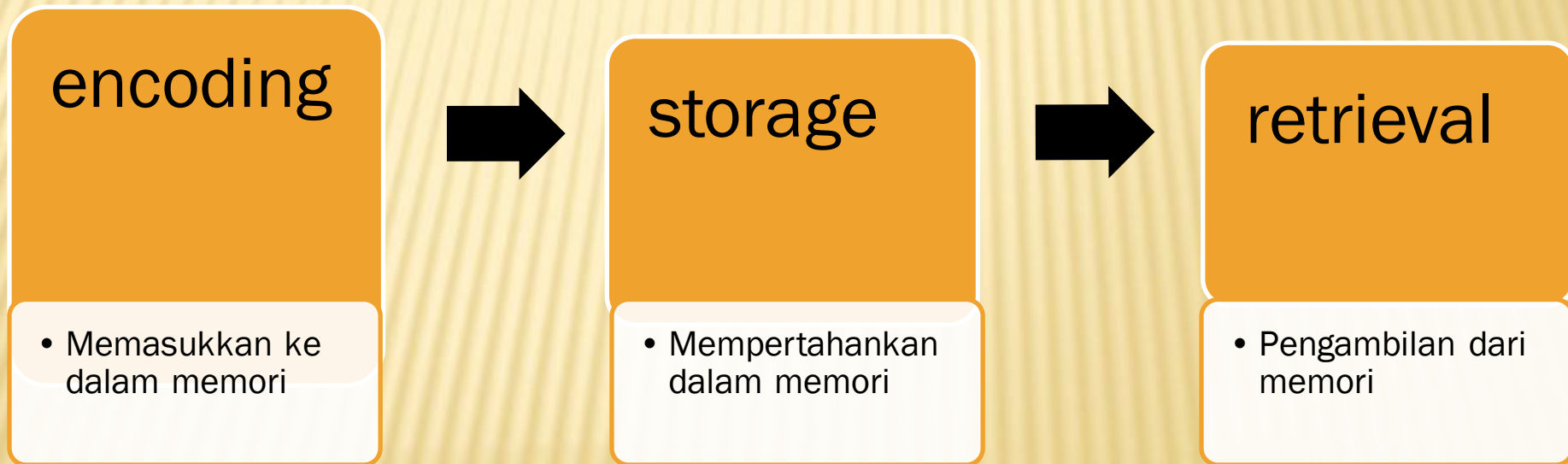
- ✖ 2. penyimpanan (storage)
- ✖ Yaitu proses dimana informasi disimpan untuk penggunaan di masa mendatang
- ✖ atau bisa dikatakan mempertahankan pesan dalam memori.
- ✖ Contoh : menyimpan nama seseorang yg baru kita temui tersebut ke dalam memori kita

MEMORI

- ✖ 3. penarikan (retrieval)
 - ✖ Disebut juga proses pengambilan
 - ✖ Yaitu pengingatan kembali apa yg telah disimpan
 - ✖ proses di mana informasi ditarik dari penyimpanan untuk digunakan.
 - ✖ Atau proses pengambilan pesan dalam memori
 - ✖ Contoh : mengingat kembali atau mengambil nama seseorang yg telah tersimpan dalam memori kita ketika bertemu kembali dengan seseorang yg pernah kita temui di pertemuan kedua.

MEMORI

✕ Secara ringkas dapat digambarkan sebagai berikut :



MEMORI

- ✖ Tiga proses memori tersebut tidak bekerja dengan cara yg sama pada semua situasi.
- ✖ Karena memori memiliki tipe yang berbeda

MEMORI

Ada dua tipe memori

1. Memori jangka pendek (short term memory) / STM
2. Memori jangka panjang (Long Term memory) / LTM

MEMORI

- ✖ 1. Memori jangka pendek
- ✖ Situasi yg mengharuskan seseorang menyimpan pesan selama beberapa detik
- ✖ Contoh : ketika kita mengingat nama seseorang yg baru dikenal hanya berselang beberapa detik saat pertemuan tersebut

MEMORI

- ✖ 2. memori jangka panjang
- ✖ situasi yg mengharuskan seseorang menyimpan pesan untuk interval yg lebih panjang
- ✖ Contoh : ketika kita mampu mengingat nama seseorang tsb ketika bertemu lagi di pertemuan berikutnya

MEMORI

teori memori penyimpanan ganda

Atkinson & Shiffrin (1968) > bahwa memori terdiri dari tiga penyimpanan yaitu :

daftar sensori, penyimpanan jangka pendek dan penyimpanan jangka panjang.

MEMORI

- ✖ Model penyimpanan ganda (atkinson & shiffrin, 1968)



MEMORI

- ✖ Daftar sensori > memiliki kapasitas besar, namun informasi dalam penyimpanan ini hilang dgn cepat dan dgn mudah digantikan informasi baru yg serupa. Daftar ini merepresentasikan informasi yg disajikan secara singkat disimpan dalam memori untuk diproses nantinya.
- ✖ Penyimpanan jangka pendek > memiliki kapasitas terbatas
- ✖ Penyimpanan jangka panjang > memiliki kapasitas dan durasi besar

MEMORI

- ✖ Memori jangka pendek memiliki 2 fungsi penting :
- ✖ Menyimpan material yg diperlukan utk periode waktu yg pendek dan berperan sebagai ruang kerja utk perhitungan mental. ‘
- ✖ Fungsi lain : merupakan stasiun perhentian ke memori jangka panjang

MEMORI

- ✖ Terdapat teori yg membahas transfer dari memori jangka pendek ke memori jangka panjang yaitu **DUAL-MEMORY MODEL**.
- ✖ Model ini dikembangkan sejak lama oleh Atkinson & Shiffrin 1968) dan variasi model ini terus dikembangkan utk mengorganisasi dan mengarahkan riset.

MEMORI

✖ DUAL-MEMORY MODEL

- ✖ Berpendapat jika informasi memasuki memori jangka pendek, maka informasi dapat dipertahankan dengan pengulangan atau hilang karena pergesaran.
- ✖ Selain itu informasi dapat ditransfer atau disalin ke memori jangka panjang

MEMORI

- ✖ Proses – proses pengodean dalam LTM
- ✖ Dalam proses penyimpanan informasi dalam LTM terdapat beberapa hal yg berperan penting di antaranya yaitu : atensi, pengulangan dan latihan.

MEMORI

- ✖ LTM dapat dibagi menjadi dua kategori luas yaitu : **memori eksplisit dan memori implisit.**
- ✖ Memori eksplisit (deklaratif) terbagi menjadi 2 komponen yaitu **memori episodik dan semantik.**
- ✖ Memori implisit bersifat otomatis atau tidak disadari dan membentuk **memori prosedural.**

MEMORI

- ✖ **Memori eksplisit : memori episodik dan semantik**
- ✖ **Tulving (1983)** mengemukakan pendapat bahwa terdapat 2 tipe LTM, semantik dan episodik, yg berbeda dalam jenis informasi yg disimpan, kendati proses pengkodeannya sama.
- ✖ **Memori semantik dan episodik** merupakan aspek memori deklaratif atau eksplisit di mana kinerja pada suatu tugas membutuhkan ingatan sadar atas pengalaman sebelumnya.

MEMORI

- ✗ **Memori episodik**
- ✗ Penyimpanan dan penarikan peristiwa-peristiwa spesifik. Ini membutuhkan pengetahuan kontekstual seperti waktu dan tempat terjadinya peristiwa terkait
- ✗ Contoh : apa yg anda makan saat sarapan, apa yg anda lakukan saat liburan terakhir anda, dll

MEMORI

- ✖ **Memori semantik**
- ✖ Pengetahuan yg tidak memiliki elemen-elemen kontekstual seperti waktu dan tempat.
- ✖ Memori ini tidak melibatkan pengetahuan kontekstual dan dapat dipandang sebagai pengetahuan umum.
- ✖ Contoh ; nama-nama ibu kota dll

MEMORI

- ✖ **Memori implisit : memori prosedural**
- ✖ Merupakan tempat di mana kerja pada suatu tugas difasilitasi dalam ketiadaan ingatan sadar.
- ✖ Satu bentuk memori implisit adalah memori prosedural dimana kita melakukan berbagai tindakan.
- ✖ Seperti : mengemudi mobil, menulis, (tanpa secara sadar berfikir tentang tindakan tersebut).

MEMORI

- ✖ Proses-proses penarikan dalam LTM
- ✖ Berkaitan dengan **TEORI DUA PROSES** :
- ✖ Menyatakan bahwa ingatan terdiri dari 2 tahap yaitu ; tahap pertama adalah **pencarian dan penarikan**, tahap kedua adalah **pengenalan**.
- ✖ Karena ingatan melibatkan proses tambahan, maka asumsinya ingatan akan lebih mudah mengalami kesalahan atau kegagalan penarikan ketimbang pengenalan yg hanya memiliki satu tahap tunggal di mana kesalahan dapat terjadi.

MEMORI

- ✖ Lupa

- ✖ Yaitu hilangnya informasi yg telah disimpan dalam memori jangka panjang.

MEMORI

- × Teori tentang lupa

- ×

- × Teori – teori ketersediaan >

- × Berpendapat bahwa memori terlupakan karena telah hilang secara permanen dari otak melalui pudarnya jejak-jejak memori

- × Teori – teori aksesibilitas >

- × Berpendapat bahwa memori masih tetap ada namun sulit untuk ditarik, karena ketiadaan petunjuk tepat untuk mengakses suatu memori.

MEMORI

- ✖ Mengapa lupa itu terjadi ?
- ✖ ada 4 hal yg dapat menjelaskan mengapa terjadinya LUPA yaitu : **kerusakan jejak, konsolidasi, percampuran dan kegagalan penarikan,**

MEMORI

- ✖ 1. kerusakan jejak :
- ✖ Kerusakan informasi secara spontan seiring waktu dikarenakan kerusakan dalam jalur-jalur memori karena kurangnya penggunaan informasi terkait.
- ✖ Peterson & peterson (1959) menemukan bahwa semakin lama penundaan antara pengodean dan penarikan maka semakin besar kerusakannya.

MEMORI

✖ 2. konsolidasi

- ✖ Lupa terjadi karena kerusakan atau deteriorasi psikologis (sebab-sebab organis).
- ✖ seperti amnesia, penyakit alzheimer, atau usia tua.

MEMORI

- ✗ **3. percampuran**
- ✗ Teori percampuran mengemukakan bahwa informasi baru dan memori yg disimpan bersaing sehingga mengakibatkan lupa.
- ✗ Ada 3 bentuk percampuran : **retroaktif, proaktif dan keluaran.**
- ✗ **Percampuran retroaktif** : terjadi ketika informasi baru bercampur dgn pengetahuan lama, seperti pertanyaan terarah yg mengubah memori seorang saksi mata.
- ✗ **Percampuran proaktif** : ketika informasi lama berdampak pada retensi informasi baru, seperti mengalami kesulitan mengingat nomor PIN anda karena pengetahuan akan nomor yg lama.
- ✗ **Percampuran keluaran** : terjadi ketika tindakan utk mencoba menarik informasi mencampuri ingatan ttg informasi lain, karena penarikan memori menghabiskan ruang dalam memori jangka pendek

MEMORI

- ✖ **4. kegagalan penarikan (bergantung pada petunjuk)**
- ✖ Tulving & Wiseman (1975) berpendapat bahwa ingatan gagal ketika kita tidak memiliki petunjuk yg tepat utk menariknya.
- ✖ Mereka mengemukakan bahwa ada 2 tipe petunjuk yaitu bergantung pada kondisi di mana terdapat hubungan antara kondisi fisiologis internal pada saat pengodean dan penarikan, dan bergantung pada konteks di mana ingatan diberi petunjuk oleh petunjuk eksternal seperti informasi visual.