

STRATEGI MENGHADAPI PEPERIKSAAN DENGAN CEMERLANG

ISI KANDUNGAN

Pendahuluan
Persediaan Fizikal
Persediaan Mental
Persediaan Emosi
Persediaan Rohani
Pelbagai Persoalan
Belajar Untuk Peperiksaan

PENDAHULUAN

Peperiksaan penting seperti UPSR, PMR, SPM dan STPM memerlukan persediaan lebih daripada sekadar membaca semata-mata. Tanpa persediaan yang rapi maka ramai pelajar yang mendapat keputusan yang tidak setimpal dengan usahanya. Anda tidak perlu takut dengan peperiksaan. Sebab sama ada anda bersedia atau tidak, masa untuk berhadapan dengannya tetap akan tiba. Oleh itu lebih baik anda fokuskan kepada persediaan anda untuk berjuang. Untuk cemerlang dalam peperiksaan pelajar perlu bersedia dari segala aspek, bukan setakat membaca dan mengulangkaji semata-mata. Persediaan yang rapi memupuk keyakinan yang tinggi untuk pelajar menghadapi peperiksaan mereka.

Artikel yang ditulis ini tidak mengajar subjek-subjek yang tertentu. Pelajar perlu merujuk kepada guru kelas masing-masing tentang ketepatan dalam menjawab setiap soalan. Artikel di Laman-MAP ini bertujuan untuk memberikan gambaran yang jelas tentang persediaan-persediaan seperti fizikal, mental, emosi dan ruhani. Harapan saya, ia akan membolehkan pelajar melangkah ke dewan peperiksaan dengan mengatakan "AKU BOLEH BERJAYA". Melangkah dengan fikiran yang positif.

PERSEDIAAN FIZIKAL KESIHATAN

Sebagai pelajar anda memerlukan kesihatan yang baik bermula dari ketika membuat persediaan mengulangkaji hinggalah ke dewan peperiksaan. Keadaan kesihatan yang buruk akan mengganggu persediaan diri untuk peperiksaan. Sekiranya masih banyak yang anda perlu ulangkaji, maka pastinya anda rasa bimbang. Gangguan kesihatan pasti tidak mengizinkan anda mengulangkaji dan ini akan membawa kepada tekanan emosi. Pastikan anda menjaga perkara yang berikut:

Tidur yang cukup.

Tidur yang cukup ialah diantara 6 - 7 jam sehari. Kurang tidur menyebabkan anda rasa mengantuk, letih dan boleh jatuh sakit. Tidur yang berlebihan juga tidak baik untuk kesihatan. Jadi pastikan anda latih diri anda dengan masa tidur yang optimum ini dari sekarang.

Jaga pemakanan.

Allah s.w.t telah berfirman yang mafhumnya "Makanlah dari makanan yang baik yang telah Kami berikan" (Al-Baqarah : 57). Yang dimaksudkan sebagai yang baik disini ialah baik dari segi sumbernya (halal), kualitinya (zat), rasanya (enak dan lazat) dan bersih (tidak membawa penyakit dan kemudaratan). Kepada ibu bapa pastikan anak-anak anda diberi makan makanan dari sumber yang halal. Makanan yang haram akan menghitamkan dan menggelapkan hati mereka.

Riadah.

Jangan beriadah sehingga meletihkan badan. Ramai pelajar yang bermain hingga penat dan akibatnya anda akan rasa mengantuk untuk mengulangkaji pelajaran. Anda hanya perlu beriadah selama 20 minit dan sebanyak tiga kali seminggu. Lakukanlah senaman ringan yang mengeluarkan sedikit peluh.

Disaat-saat akhir sebegini, lupakanlah soal bolasepak, takraw, badminton dan sebagainya. Anda boleh tangguhkan semua aktiviti yang anda minati ini setelah tamat peperiksaan penting nanti.

KESELAMATAN

Anda perlu menjaga keselamatan diri anda sebaiknya. Jauhkan diri anda dari aktiviti lasak yang boleh membawa kepada kecelakaan. Elakkan diri dari sebarang kecederaan. Anda pasti tidak mahu mengambil peperiksaan sewaktu berada dalam wad di hospital. Memangnya kecelakaan tidak pernah diundang, tetapi kalau anda tidak berhati-hati anda sebenarnya mendedahkan diri kepada pelbagai kemungkinan. Dalam musim menjelang peperiksaan, lebihkan masa anda untuk berada di rumah.

PERSEDIAAN MENTAL

Pelbagai Gambaran Negatif

Kerap kali masalah yang dihadapi oleh pelajar apabila hampir dengan peperiksaan ialah takutkan kegagalan. Walau pun anda telah berusaha bersungguh-sungguh namun perasaan takutkan kegagalan ini sering mengganggu fikiran. Antara keadaan yang menekan diri pelajar ialah:

Menyerah kalah sebelum berjuang

Ini disebabkan kerana mereka rasakan yang mereka tidak punya harapan lagi. Mereka rasakan buat apa belajar kalau dah tahu hasilnya nanti ialah kegagalan. Mereka percaya yang mereka akan gagal dalam peperiksaan berdasarkan kepada keputusan peperiksaan atau ujian-ujian sebelum ini. Mereka cuba membaca teks dengan keyakinan bahawa tidak mungkin mereka mampu memahami dan mengingat setiap fakta yang dibaca.

Merasa belum bersedia

Keadaan yang kedua pula berlaku kepada mereka yang sememangnya belajar. Mereka rasakan yang diri belum cukup bersedia. Mereka sentiasa fikirkan apa akan berlaku kalau segala usaha ini sia-sia? Apa akan terjadi kalau apa yang dibaca kelak lupa? Betapa malunya nanti kalau kawan-kawan yang kurang berusaha mendapat keputusan yang jauh lebih baik? Semua ini bermain di fikiran.

Harapan ibu bapa yang terlalu tinggi

Tidak ada ibu bapa yang tidak mengharapkan kejayaan anak-anak. Ada ketikanya pula ibu bapa berulang kali menyatakan harapan mereka kepada anak-anak tanpa memikirkan kemampuan sebenar diri anak. Harapan yang terlalu tinggi ini ada ketikanya menjadi beban kepada anak-anak hinggan mengganggu fikiran mereka. Kepada ibu bapa, saya sarankan agar dorong anak-anak berusaha gigih dan melakukan yang terbaik mengikut kemampuan masing-masing. Nyatakan dengan jelas bahawa apa yang anda mahukan ialah anak-anak melakukan yang terbaik dan sungguh-sungguh. Anda redha walau apa sekalipun keputusannya kelak. Ini akan mengurangkan tekanan atas diri anak-anak.

Berfikiran Positif

Bagi mengatasi segala tekanan mental seperti di atas anda perlulah berfikiran positif. Fokuskan mental anda kepada apa yang perlu anda lakukan dan apa pula hasil yang anda harapkan. Tidak perlu anda bimbang apa keputusan yang bakal diperolehi tetapi anda perlu bimbang kalau-kalau anda tidak menggunakan sisa-sisa masa yang masih ada untuk berusaha sepenuhnya.

Sekiranya anda memikirkan kegagalan maka anda hanya tergambar pelbagai rintangan dan halangan. Ini akan melemahkan semangat anda. Ia juga membuatkan anda meragu kebolehan diri anda.

Dalam berusaha anda mesti berpegang kepada kata-kata seperti:

"Sedikit pencapaian itu lebih baik dari tiada pencapaian langsung".

"Something is better than nothing"

Lakukan "Latihan Minda" setiap hari.

"If you can't see it, you can't have it".

Kata-kata di atas menunjukkan bahawa untuk mencapai sesuatu kejayaan itu maka gambaran kejayaan mestilah terlebih dahulu wujud dalam pemikiran. Sebelum anda mampu mendapat 8A dalam PMR, maka 8A itu mesti terlebih dahulu ada dalam pemikiran. Ia ibarat menghasilkan sebuah lukisan, anda tidak akan melakar sesuatu yang anda tidak gambarkan. Lakaran anda berasaskan kepada apa yang anda nampak dalam mata minda. Begitulah juga dengan kehidupan ini. Anda tidak akan menghasilkan sesuatu yang anda tidak gambarkan. Oleh itu, gambarkanlah kejayaan dan anda pasti akan terdorong untuk merealisasikan apa yang digambarkan itu. Makin jelas gambaran yang ada, makin tinggilah kesungguhan anda untuk merealisasikannya.

Untuk membantu anda menggambar dengan baik, anda perlu membuat latihan minda seperti dibawah.

1. Duduk dikerusi anda dengan selesa. Tangan diletakkan diatas peha. Badan tidak bersandar. Tenangkan fikiran dan kendurkan setiap otot, sendi, uratsaraf dan pejamkan mata anda.
2. Tarik nafas beberapa kali dalam-dalam. Tarik melalui hidung dan hembuskan melalui mulut. Ketika nafas ditarik, gambarkan yang anda menyedut keyakinan diri. Ketika nafas dibuang, gambarkan yang anda membuang segala ketakutan dan kebimbangan.
3. Saya percaya anda pernah capai kejayaan sebelum ini, sama ada kecil atau besar. Saya mahu anda kembali kepada peristiwa kejayaan itu. Kejayaan itu mungkin berkaitan dengan pelajaran, sukan, debat dan sebagainya. Pilih satu yang paling bermakna kepada anda. Dimana ia berlaku? Apa yang berlaku? Apa yang anda dapat lihat? Suara apa yang anda dengar? Kalau ada tepukan, dengar tepukan gemuruh ketika itu. Kalau ada puji-pujian dengarkan duara siapa yang memuji itu. Gambarkannya secara jelas mengikut kemampuan anda. Dengar suara yang ada dengan jelas. Rasakan apa perasaan anda ketika itu. Rasakan keseronokan anda pernah dipuji. Rasakan kebanggaan anda sebagai orang yang berjaya ketika itu. Hadirkan perasaan itu kembali.
4. Apabila perasaan yakin dan bangga mula memuncak, cubit sedikit kedua-dua peha anda dengan tangan. Biar terasa sedikit sakit. Buka mata anda, dan pejam kembali. Ulang langkah 2 - 4 beberapa kali.
5. Kini pejamkan mata, gambarkan anda melangkah masuk ke dewan peperiksaan. Gambarkan anda duduk dikerusi dan diatas meja tersedia kertas soalan. Rasakan ketenangan dalam dewan. Gambarkan kini anda membelek-belek kertas soalan dan anda dapati semua apa yang anda baca keluar. Rasakan kegembiraan itu. Gambarkan bagaimana anda menjawab setiap soalan satu persatu dengan penuh keyakinan. Ide keluar mencurah-curah. Gambarkan 8A dalam PMR (Gred 1 untuk SPM). Ketika ini sekali lagi cubit kedua-dua peha anda seperti yang telah anda lakukan dalam langkah 4 tadi.
6. Buka mata anda, ulangi langkah 5 beberapa kali.
7. Buat latihan minda ini 10 - 15 minit setiap hari. Sekiranya anda lakukan latihan ini sungguh-sungguh setiap hari, anda dapat mengawal perasaan takut anda ketika berada didewan peperiksaan dengan menarik nafas dan mencubit kedua-dua peha.

Kejayaan latihan minda di atas banyak bergantung kepada kesungguhan anda melatih diri, kekerapan latihan dan tumpuan anda.

PERSEDIAAN EMOSI

Dalam saat-saat menghadapi peperiksaan, anda perlu mengelak diri dari sebarang bentuk gangguan emosi. Perkara-perkara yang berikut perlu dielakkan:

- Pertengkaran dengan rakan-rakan;
- Melakukan perkara yang membuatkan ibu bapa marah;
- Cinta monyet yang mungkin kecundang disaat-saat peperiksaan;
- Bersikap terlalu yakin - "overconfident";
- Berprasangka buruk terhadap orang lain;

Ramai pelajar bertindakbalas secara spontan terhadap sesuatu yang berlaku terhadap mereka. Tindakbalas spontan ini menjadi tabiat semulajadi mereka. Apa perasaan anda kalau raka membohongi anda? Anda mungkin serta-merta menjadi marah. Apa berlaku kalau rakan memulau dan mengejek anda? Anda mungkin rasa tersinggung dan kecil hati. Kalaulah begini tindakbalas spontan anda, apa akan berlaku dengan persediaan peperiksaan anda? Anda pasti tidak mampu memberikan tumpuan untuk mengulang-kaji. Ada ketikanya luka dihati berkekalan berhari-hari.

Kenapa tidak selepas ini kawal emosi anda. Jangan izinkan sesiapa melukai hati anda. Mereka boleh berkata apa sahaja, mereka boleh berbohong dan sebagainya. Mereka ada suara, biarkanlah mereka. Anda cuma pekakkan telinga. Banyakkan bersikap sabar. Terus sahaja kerja anda. Kekalkan matlamat peperiksaan anda. Apabila anda berjaya satu hari nanti, rakan-rakan akan mula menghormati anda.

Sebenarnya peristiwa tidak mencetuskan sebarang emosi. Tanggapan atau paradigma andalah yang mencetuskan emosi. Kita boleh melihat setiap perkara yang berlaku terhadap diri kita dari dua perspektif, iaitu positif atau negatif. Mulai hari ini ambillah dari sudut yang positif. Ingatlah setiap apa yang berlaku adalah ujian Allah dan ada hikmah sekiranya anda bersabar. Dengan cara ini anda mampu membenteng emosi anda.

PERSEDIAAN ROHANI

Selain dari persediaan fizikal, mental dan emosi, persediaan rohani juga perlu. Anda perlu faham kedudukan kita sebagai hamba hanyalah mampu melakukan usaha sebaik mungkin tetapi hasil sebenarnya Allah lah yang menentukannya. Ketenangan jiwa dan fikiran sangat perlu disaat-saat menghadapi peperiksaan, oleh itu lakukanlah sesuatu untuk meraih ketenangan ini.

Antara perkara yang boleh anda lakukan ialah:

1. Sentiasa bermunajat kepada Allah. Lakukan solat hajat dan pohon agar Allah campakkan ketenangan dan terangkan hati dalam menghadapi peperiksaan. Minta pada Allah agar apa yang dipelajari keluar dalam peperiksaan.
2. Minta restu kedua ibu bapa. Doa ibu bapa untuk anakny sangat makbul. Jadi mintalah restu dari keduanya. Mintalah mereka mendoakan kejayaan anda.
3. Banyakkan berzikir dan membaca al-Quran. Hati yang banyak berzikir akan memperolehi ketenangan. Hati juga lebih terang apabila anda sering membaca al-quran. Allah telah berfirman dalam surah ar-Ra'ad, ayat 36, yang mafhumnya "Sesungguhnya dengan mengingat Allah akan menjadi tenanglah semua hati".
4. Jauhi maksiat. Jauhi diri anda dari perbuatan maksiat dan dosa besar. Mereka yang bergelumang dengan maksiat mempunyai jiwa yang resah. Hidup juga tidak diberkati Allah.
5. Banyakkan berdoa. Pastikan anda berdoa mengikut adab-adab berdoa.

MENGATASI PELBAGAI SOALAN DAN KEBIMBANGAN

Saya tidak tahu dimana patut bermula.

Jangan panik. Senaraikan semua perkara yang perlu anda lakukan. Agih-agihkan tugas anda kepada bahagian yang lebih kecil dan mudah dilaksanakan. Tentukan keutamaan tugas, yang utama didahulukan. Rancang masa untuk menyelesaikan setiap tugas ini sebaik-baiknya. Jangan sesekali ponteng kelas ketika hampir dengan peperiksaan. Anda mungkin tertinggal ulangkaji dan tip-tip penting yang dibincangkan oleh guru atau pensyarah. Gunakan masa-masa rehat yang ada untuk mengimbas kembali apa yang telah dipelajari. Berikan masa bukan sahaja untuk belajar tetapi juga untuk merancang strategi pembelajaran anda. Jangan terburu-buru, mulakan belajar anda dengan topik yang senang dahulu. Mulakan 30 minit – 1 jam dahulu. Semakin lama, terutamanya apabila semakin hampir dengan peperiksaan, tingkatkan waktu belajar anda.

Terlalu banyak untuk dibaca sedangkan peperiksaan semakin hampir.

Buat tinjauan. Berikan masa untuk anda membuat tinjauan keseluruhan topik. Kenalpasti topik-topik penting. Fahami konsep-konsep penting. Pastikan topik yang anda mahi belum faham. Mulakan belajar topik yang penting-penting dahulu. Mana-mana topik yang kurang penting, dan tidak sempat diulangkaji sepenuhnya, fokus hanya kepada fakta-fakta utama. Tetapi ingat, tinjauan hanya boleh membantu sekiranya anda benar-benar sudah tidak punya masa. Kalau anda masih sempat membacanya, maka bacalah dengan terperinci.

Subjek ini cukup membosankan. Anda rasa jemu dan mengantuk apabila membacanya.

Belajar secara aktif bukannya pasif. Gunakan kaedah membaca yang berkesan. Dapatkan soalan-soalan berkaitan dengan topik yang dipelajari sebelum memulakan ulangkaji. Pelbagaikan aktiviti ketika belajar. Selang-selikan diantara aktiviti membaca dengan menulis nota, melakar peta minda (atau peta konsep), menghafal, menggaris kata kunci dan menjawab soalan-soalan. Libatkan diri anda sebanyak mungkin dengan apa yang sedang dibaca. Tukarkan apa yang dibaca kepada gambaran minda. Belajar bersama rakan yang lebih arif tentang subjek tersebut dan bincangkan.

Anda baca dan anda faham, tetapi anda tidak mampu mengingatnya.

Cuba kaitkan apa yang sedang anda pelajari dengan apa yang telah anda ketahui. Gunakan beberapa pendekatan untuk mengingat seperti:

Hafal kata kunci, bukannya hafal ayat.

Gunakan Teknik Ceraian.

Gunakan Teknik Mnemonik.

Tuliskan fakta-fakta penting pada kad dan bawanya bersama anda kemana sahaja. Kerapkan buat imbasan terhadap kad-kad ini.

Anda rasa anda faham apa yang dibaca. Anda rasa anda telah mengingatnya.

Jangan cepat merasa puas hati dengan apa yang anda usahakan. Uji ingatan dan pengetahuan anda. Jawab soalan-soalan dari buku atau dari peperiksaan tahun-tahun sebelumnya. Bina soalan-soalan berdasarkan tujuh soalan asas iaitu Apa? Siapa? Bila? Dimana? Berapa? Kenapa? Bagaimana? Misalnya, kalau anda sedang membaca sejarah Melaka diserang Portugis, tanyakan soalan-soalan seperti:

Bila Melaka diserang?

Kenapa Melaka diserang?

Siapa yang menyerang?

Bagaimana Melaka diserang?

Terlalu banyak untuk dihafal dan diingat.

Penyusunan maklumat. Maklumat dan fakta-fakta dapat dikeluarkan dengan lebih baik sekiranya ia dibaca, dihafal dan disimpan dalam bentuk yang sistematik. Terdapat pelbagai pendekatan yang boleh anda guna untuk menyusun maklumat atau fakta ini, antaranya ialah:

Tuliskan rangka setiap bab yang dibaca atau ringkasan tentangnya. Perhatikan perkaitan antara satu bahagian dengan bahagian yang lain dalam tajuk tersebut. Cuba kumpulkan maklumat kepada beberapa kategori berdasarkan persamaan yang ada. Cuba bahagikan kepada hierarki (sekiranya ini boleh dilakukan). Pemetaan maklumat. Cuba lakarkan peta konsep bagi menyusun bahan-bahan yang ada perkaitan. Misalnya kalau anda sedang membaca sejarah tentang perang dunia kedua, anda mungkin boleh buat satu carta tentang semua negara yang terlibat. Kemudian senarai isu penting atau peristiwa penting disebelah carta tersebut. Anda mungkin kaitkan kembali isu/perkara penting ini dengan negara-negara tersebut berdasarkan kepentingan dan kesan ke atas mereka.

Tadi anda masih ingat tetapi kenapa kini anda lupa?

Sering buat imbasan. Kajian menunjukkan bahawa sebagai manusia normal anda akan lupa 80% apa yang telah dibaca hanya dalam masa 24 jam. Oleh itu anda perlu merancang satu strategi agar anda mampu mengatasi kelemahan ini.

Pastikan setiap apa yang anda baca telah diringkaskan. Jadikan fakta ringkas mungkin dengan syarat apabila anda melihat fakta tersebut anda mampu menceritakan semula apa yang mahu disampaikan olehnya. Ada ketikanya fakta yang panjang sekalipun anda ringkaskan menjadi dua atau tiga patah perkataan. Selepas 24 jam, cuba lihat nota ringkas anda ini. Cuba ceritakan semula apa yang anda fahami. Sekiranya anda mampu menceritakannya, bermakna anda sudah mampu memanggil semula maklumat tersebut. Sekiranya tidak, semak semula sekali imbas teks asal. Berikan masa menjawab soalan-soalan berkaitan dengannya bagi mengukuhkan lagi ingatan anda. Semak semula apa yang dibaca dari semasa ke semasa. Dengan cara ini anda tidak perlu bersusah payah membaca teks asal kembali sewaktu hampir dengan peperiksaan.

Anda suka belajar disaat-saat akhir.

Ramai pelajar yang berpendapat lebih baik belajar disaat-saat akhir, sebab kalau belajar awal pun nanti lupa juga. Pendapat di atas adalah tidak benar. Anda perlu belajar seawal mungkin bagi mengenal pasti kelemahan dalam sesuatu bab. Dengan belajar awal juga anda punya banyak masa untuk bertanya pada guru dan rakan-rakan. Salah satu rahsia belajar ialah kekerapan. Lagi kerap sesuatu bahan itu diulangbaca maka lagi besar potensi untuk anda memahami dan mengingatnya. Oleh itu, mulakan langkah anda sekarang. Mulakan sedikit dahulu. Mulakan dengan yang mudah-mudah dahulu dan apabila minat dan semangat mula berputik, barulah lakukan dengan lebih bersungguh-sungguh.

BELAJAR UNTUK PEPERIKSAAN

Ramai pelajar yang rajin belajar tetapi tidak memperolehi keputusan yang setimpal dengan usaha mereka. Keadaan ini berlaku disebabkan mereka tidak belajar dengan pendekatan untuk cemerlang dalam peperiksaan. Mereka tidak merancang jadual belajar dan masa mereka dengan betul. Artikel ini akan membincangkan apa yang perlu anda lakukan mulai sekarang hinggalah ke dewan peperiksaan bagi memastikan anda lakuka yang terbaik.

Bersedia untuk belajar

Peperiksaan semakin hampir. Anda perlu melakukan persediaan bagi memastikan anda mampu melanjutkan pelajaran ke peringkat yang lenih tinggi sama ada di kolej ataupun universiti.

Sekiranya anda memang telah belajar dari awal, pastinya tidak banyak yang perlu dirisaukan. Tetapi bagaimana pula sekiranya anda baru mahu bersungguh-sungguh mengulangkaji. Lebih-lebih lagi

sekiranya anda bakal menduduki SPM. Kepada pelajar SPM saya nasihatkan agar memberikan tumpuan kepada matapelajaran penting. Iaitu matapelajaran yang membawa anda ke menara gading. Matapelajaran ini ialah Bahasa Melayu, Bahasa Inggeris, Matematik dan dua matapelajaran elektif (Fizik, Kimia, Biologi, Prinsip Akaun, Ekonomi, Sains Tambahan, Matematik Tambahan, Kejuruteraan). Sekiranya anda mendapat markah yang baik dalam kelompok mata pelajaran ini maka peluang anda untuk ke universiti adalah cerah.

Namun begitu, sekiranya anda mampu, hendaklah anda dapatkan markah yang terbaik bagi semua mata pelajaran. Sebab persaingan ke universiti kini semakin sengit. Mereka yang berjaya biasanya memiliki pencapaian yang baik dalam semua mata pelajaran.

Buatkan jadual belajar untuk peperiksaan

Jangan panik. Itu adalah pesan saya yang paling utama. Walaupun anda rasakan banyak yang perlu difahami dan diingati, jangan sekali-kali anda panik. Sekiranya anda panik, anda akan mengundang lebih banyak masalah berbanding penyelesaian. Tidak ada masalah tanya penyelesaian.

Mula menyemak semua buku-buku yang ada termasuk nota sekolah, buku teks, buku rujukan, soalan-soalan ramalan dan soalan-soalan tahun lepas. Pastikan semuanya lengkap dan dalam keadaan baik.

Langkah pertama kenal pasti bab-bab yang susah dan belum anda kuasai untuk semua mata pelajaran. Senaraikan bab-bab ini. Senaraikan juga bab-bab yang telah anda kuasai dengan baik.

Langkah kedua buat analisa soalan-soalan sejak 5 tahun yang lepas. Lihat bab-bab yang sering keluar soalan darinya. Bab-bab ini merupakan bab-bab penting yang tidak boleh tidak mesti anda kuasai dengan baik.

Buatkan jadual perancangan belajar anda. Agihkan tajuk-tajuk dari sekarang hinggalah seminggu sebelum peperiksaan. Jangan diganggu minggu terakhir sebelum peperiksaan sebab minggu terakhir ini adalah untuk anda lakukan semakan terakhir nanti. Mana-mana bab yang penting, mulakan ulangkajinya dahulu. Lagi awal anda mengulangkaji bab-bab ini lagi cepat anda mengenalpasti dan seterusnya mengatasi setiap masalah. Sekiranya anda terpaksa menghabiskan 4 bab seminggu maka habiskanlah. Anda mungkin terpaksa belajar 5 - 8 jam sehari untuk mengulangkaji semua matapelajaran. Oleh itu anda perlu berkorban demi masa depan. Anda mungkin belajar 1 jam di waktu pagi, 2 jam pada tengahari, 1 jam di waktu petang dan 3 jam di waktu malam. Ini menjadikan masa belajar anda 7 jam sehari.

Mengingati Tajuk

Ramai pelajar tidak menyedari hakikat penting ini. Kalau anda mampu mengingati apa tajuk-tajuk yang terkandung dalam sesuatu matapelajaran maka anda mempunyai gambaran yang jelas tentang apa yang anda pelajari.

Buatkan Nota

Anda hanya perlu mempelajari sekali sahaja setiap tajuk. Pastikan dengan usaha yang sekali ini anda mampu memahaminya. Ramai pelajar yang mengulang baca sesuatu tajuk beberapa kali dan kemudiannya lupa. Cara belajar begini bukan sahaja menjemukan malah merugikan masa anda, sedangkan peperiksaan semakin hampir.

Setelah anda memahami apa yang dibaca, buatlah nota-nota ringkas. Yang terbaik ialah anda ringkaskannya mengikut apa yang anda fahami. Bandingkan nota anda dengan teks asal bagi memastikan fahaman anda betul dan tidak ada fakta penting yang tertinggal.

Ringkaskan setiap fakta menjadi lebih pendek bagi memudahkan anda mengingatinya. Kenalpasti kata kunci dalam setiap fakta. Buat senarai kata kunci dan hafal. Lakarkan peta minda atau peta konsep

berdasarkan tajuk-tajuk dan kata kunci yang ada. Pastikan apabila anda mengingati kata kunci, maka anda mampu mengingati keseluruhan fakta yang berkaitan dengannya.

Latih diri anda untuk peperiksaan

Anda perlu melatih diri anda untuk peperiksaan. Tanpa latihan anda tidak mungkin dapat memberikan hasil yang terbaik. Minda anda juga seperti otot-otot fizikal anda yang lain. Ia perlu dilatih secara intensif bagi mencapai sesuatu hajat. Mereka yang mahu cemerlang dalam 'bowling' perlu melakukan latihan berterusan bagi meningkatkan kemahiran ber'bowling'. Begitu juga dengan peperiksaan. Anda perlu melatih diri anda bagi tujuan cemerlang dalam peperiksaan.

Syarat-syarat latihan peperiksaan ialah:

1. Latih mengeluarkan maklumat dengan banyak, cepat dan tepat.
2. Latih dalam tempoh masa yang tertentu.
3. Anggapan setiap latihan seperti peperiksaan sebenar.
4. Latih menjawab mengikut strategi menjawab soalan yang berkesan.

Latih mengeluarkan maklumat

Maklumat yang dibaca mestilah mampu dikeluarkan semula. Oleh itu anda perlu sentiasa melatih diri anda untuk mengeluarkan maklumat yang telah dipelajari. Perbanyakkan latihan-latihan seperti:

Menjawab soalan-soalan;
Menceritakan semula apa yang telah dipelajari;
Melakarkan kembali dalam bentuk peta konsep / minda;
Mengadakan perbincangan dengan rakan;
Menyediakan kad imbasan kecil.
Menggambarcarakan apa yang telah dipelajari.

Sekiranya anda pelajar SPM atau STPM, cuba hasilkan model jawapan soalan esei berdasarkan soalan-soalan yang ada. Cuba pecahkan fakta-fakta penting dalam bentuk peta minda/konsep. Ini memudahkan anda mengingati isi-isinya dalam peperiksaan sebenar kelak.

Hadkan masa menjawab

Pastikan anda menjawab dalam had masa yang ditetapkan. Peperiksaan bukan sahaja memerlukan anda mengetahui banyak fakta, tetapi anda perlu mengeluarkan fakta-fakta yang berkaitan dalam masa yang telah ditetapkan. Oleh itu anda perlu pantas dan kepantasan hanya boleh dibina melalui latihan yang berterusan.

Oleh itu anda perlu kerap menjalankan latihan ujian. Iaitu menjawab soalan-soalan dalam had masa seperti dalam peperiksaan.

Anggap seperti peperiksaan sebenar

Pastikan anda bebas dari gangguan, tidak melengahkan masa, tumpuan yang tinggi dan rasakan seolah-olah tekanan peperiksaan yang sebenar. Elakkan dari meniru sepanjang menjalani latihan ujian. Gunakan strategi menjawab soalan (lihat di bawah). Ingat masa berjalan, oleh itu jangan sekali-kali biarkan fikiran anda melayang. Sekiranya soalan itu susah, maka berikanlah jawapan yang terbaik. Anda perlu belajar mengenali gerak hati anda sebab anda memerlukannya dalam peperiksaan yang sebenar nanti.

Strategi menjawab soalan

Untuk mendapatkan markah yang tinggi dan mengelak dari berlakunya kecuaiian, anda memerlukan strategi menjawab soalan yang berkesan. Langkah-langkah berikut dapat membantu:

1. Baca arahan terlebih dahulu.
2. Baca arahan terlebih dahulu.
3. Kenal pasti dan garis kata kunci kepada soalan.
4. Jawab soalan mengikut turutan berikut:

Jawab soalan BONUS - iaitu soalan yang anda pasti jawapannya betul. Ia mungkin soalan yang telah anda ramal, atau yang pernah anda latih sebelumnya.

Jawab soalan yang senang - iaitu soalan yang mampu anda jawab hanya dengan satu kali cubaan.

Jawab soalan-soalan yang susah - iaitu soalan yang memerlukan masa yang panjang atau soalan yang anda memang tidak tahu jawapannya.

Semak - Pastikan semua soalan dijawab; Untuk soalan objektif, pastikan tandanya betul.

Ulang jawab - Kalau masih ada masa, ulang jawab soalan bonus dan senang. Ingat! soalan inilah yang anda pasti lakukan kecuaiian oleh itu semak dengan tujuan mencari kesilapan tersebut. Bukannya menyemak dengan tujuan berpuashati dengan jawapan. Langkah terakhir barulah ulang jawab soalan-soalan susah. Itu pun sekiranya masa masih mengizinkan.

Mencari sebab (post-mortem)

Anda perlu mengkaji kelemahan diri anda setiap kali selesai menjawab soalan-soalan. Setelah anda selesai membuat latihan ujian. Semak setiap jawapan yang dibuat. Sekiranya jawapan anda salah maka lakukan 'post-mortem', iaitu proses mencari sebab. Setiap kesilapan ada sebab-sebabnya dan ini merupakan masalah utama yang perlu anda atasi. Antara sebab-sebab kesalahan berlaku ialah:

Tidak tahu (tidak baca) - Ini bermakna persediaan diri anda kurang. Maka berikan masa membaca tajuk-tajuk tersebut.

Tidak faham - Anda baca tetapi tidak faham. Tanyakan padaguru atau rakan.

Lupa - Ini disebabkan anda kurang mengulangi apa yang telah dipelajari.

Cuai - Pastikan anda mengikuti langkah-langkah dalam Strategi Menjawab Soalan di atas.

Keliru - Tanyakan pada guru tentang bentuk soalan yang mengelirukan anda. Minta penjelasan dari guru sebelum hari peperiksaan agar kesilapan yang sama tidak diulangi.

Jangan buang masa

Dalam suasana peperiksaan semakin hampir anda perlu gunakan setiap masa yang terluang untuk mengulangkaji. Sekiranya masa yang terluang tidak sesuai untuk anda membaca dan menghafal, maka gunakan masa tersebut untuk anda melatih mengeluarkan maklumat. Ceritakan apa yang telah anda pelajari kepada diri anda sendiri. Lakarkan apa yang anda ketahui pada sehelai kertas. Aktiviti sebegini mengukuhkan lagi ingatan anda dan memudahkan pengaliran keluar maklumat ketika dalam peperiksaan kelak.

Bagi mengelakkan rasa jemu belajar, pelbagaikan aktiviti dalam satu-satu sesi mengulangkaji.