

## PENGAJARAN SPEAKING DENGAN METODE SPACE REPETITION (SR) KEPADA PEMBELAJAR PEMULA DI KOTA BENGKULU

Yupika Maryansyah<sup>1\*)</sup>, Ivan Achmad Nurcholis<sup>2)</sup>, Washlurachim Safitri<sup>3)</sup>

Universitas Muhammadiyah Bengkulu, Indonesia

\*Corresponding author: [yupikamaryansyah@umb.ac.id](mailto:yupikamaryansyah@umb.ac.id)

### ABSTRAK

Tujuan dari kegiatan kepada masyarakat ini adalah untuk meningkatkan kemampuan berbicara bahasa Inggris siswa pemula di Kota Bengkulu dengan menggunakan metode pengajaran *Space Repetition (SR)* atau pengulangan berjarak. Pembelajar pemula sering menghadapi masalah seperti kecemasan berbicara, kosakata terbatas, dan kesulitan mempertahankan informasi jangka panjang. Pengajaran berbicara dengan metode SR dimaksudkan untuk mengatasi masalah ini. Metode SR melibatkan penambahan kosakata dan struktur bahasa secara bertahap, meningkatkan retensi memori dan memudahkan pembelajar mengingat materi dalam jangka waktu lebih lama. Program pengabdian masyarakat ini melibatkan mahasiswa dan dosen Universitas Muhammadiyah Bengkulu, serta anak sekolah dasar. Selama dua bulan, mereka mendapatkan bimbingan khusus dalam pengajaran berbicara melalui metode SR. Hasil program menunjukkan bahwa kemampuan berbicara, retensi kosakata, dan kepercayaan diri peserta meningkat secara signifikan. Peserta juga merasa lebih nyaman menggunakan bahasa Inggris dalam berbagai situasi dan tidak takut berbicara. Program ini juga membantu pendidik dengan memberi tahu mereka tentang pentingnya pengajaran berbasis pengulangan berjarak untuk meningkatkan keterampilan berbicara bahasa Inggris.

**Kata Kunci:** Pengajaran Speaking, Space Repetition, Pelajar Pemula.

### PENDAHULUAN

Pembelajar bahasa Inggris harus menguasai kemampuan berbicara dalam bahasa Inggris, terutama dalam lingkungan global yang semakin menekankan komunikasi lintas budaya. Namun, bagi pembelajar pemula, kemampuan ini seringkali menjadi tantangan tersendiri. Keterbatasan kosakata, kurangnya kepercayaan diri, dan kesulitan mempertahankan informasi yang dipelajari dalam jangka waktu yang lama adalah beberapa hambatan umum dalam belajar berbicara. Akibatnya, siswa sering kali tidak ingin berpartisipasi secara aktif dalam percakapan berbahasa Inggris.

Metode pengajaran *Space Repetition (SR)*, juga dikenal sebagai pengulangan berjarak, berfokus pada pengulangan materi pada interval waktu tertentu untuk membantu memperkuat daya ingat dan pemahaman siswa. Pendekatan ini merupakan salah satu cara yang memungkinkan untuk mengatasi masalah ini. Dalam pembelajaran speaking, SR

terbukti meningkatkan retensi informasi, terutama dalam pembelajaran kosa kata dan struktur bahasa. Diharapkan penggunaan metode ini akan membantu pembelajar pemula meningkatkan kepercayaan diri mereka dalam berbicara dan mengingat dan menggunakan kosa kata yang relevan.

Tujuan program pengabdian pada masyarakat ini adalah untuk menerapkan metode SR pada pembelajaran berbicara bagi pembelajar pemula. Diharapkan metode ini tidak hanya membantu mereka meningkatkan kemampuan berbicara mereka, tetapi juga mengurangi kecemasan mereka terhadap penggunaan bahasa Inggris secara aktif. Program ini diharapkan dapat memberikan kontribusi yang signifikan untuk meningkatkan keterampilan berbicara bahasa Inggris di kalangan masyarakat, khususnya bagi pembelajar pemula.

Selain itu, kegiatan pengabdian pada Masyarakat ini juga bertujuan untuk meningkatkan kesadaran pendidik tentang pentingnya pendekatan pembelajaran yang

berbasis pengulangan berjarak melalui program ini. Metode SR meningkatkan perkembangan afektif, seperti peningkatan motivasi dan pengurangan kecemasan berbahasa. Pembelajaran yang dilakukan secara bertahap dan berulang dapat membangun pola pikir positif tentang pembelajaran bahasa Inggris, sehingga pembelajar pemula dapat lebih percaya diri dalam menggunakan bahasa Inggris dalam kehidupan sehari-hari.

Proses ini dilakukan melalui beberapa langkah. Pertama, para siswa dilatih tentang ide-ide dasar metode SR dan cara menggunakannya dalam latihan berbicara. Setelah itu, para pengabdian melakukan pendampingan berkelanjutan dalam kegiatan pembelajaran berbicara yang difokuskan pada pengulangan berjarak. Para siswa dikenalkan dengan materi dasar seperti kosakata dan ekspresi dasar, yang kemudian diulang pada interval waktu yang diatur. Metode ini diharapkan dapat membantu siswa mengingat materi lebih lama dan menggunakannya secara aktif dalam berbagai situasi.

Diharapkan bahwa kegiatan ini akan meningkatkan kemampuan berbicara pembelajar. Ini juga akan menjadi model pembelajaran yang dapat digunakan oleh pendidik di komunitas atau institusi pendidikan yang membutuhkan. Tujuan program ini adalah untuk membuat semakin banyak orang menguasai keterampilan dasar bahasa Inggris. Mereka menjadi lebih siap untuk menghadapi tantangan komunikasi di seluruh dunia dan menghasilkan nilai tambah dalam berbagai aspek kehidupan, seperti pendidikan, sosial, dan profesional.

Secara keseluruhan, diharapkan bahwa program ini akan menjadi titik awal dalam penyebaran pendekatan pembelajaran inovatif yang efektif dan berdampak positif. Para pengabdian berharap program ini mampu memberikan kontribusi nyata terhadap peningkatan kualitas pendidikan bahasa Inggris di kalangan pembelajar pemula di masyarakat dengan menerapkan metode SR dalam pembelajaran speaking.

Metode SR, yang dikenal sebagai pengulangan berjarak, menggunakan

prinsip pengulangan informasi pada interval waktu tertentu untuk meningkatkan retensi dan memori jangka Panjang (Zhang et al., 2022). Konsep kognitif tentang proses penguatan ingatan adalah dasar teori metode ini. Ini terutama berlaku untuk model penyimpanan data jangka panjang. Pada akhir abad ke-19, seorang psikolog Jerman bernama *Hermann Ebbinghaus* memperkenalkan ide ini. Dia menyelidiki kurva lupa, juga dikenal sebagai kurva lupa. Penelitiannya menunjukkan bahwa ingatan terhadap informasi baru akan sangat buruk jika tidak diulang secara teratur dalam jangka waktu tertentu. Pengulangan cenderung membuat informasi bertahan lebih lama dalam memori jangka panjang (Shah et al., 2020; Wollstein & Jabbour, 2022; Gilbert et al., 2023; Krykova et al., 2024).

Metode SR menghasilkan interval pengulangan yang secara bertahap semakin panjang seiring dengan penguatan memori individu. Pengulangan informasi baru pada titik tertentu, seperti pada hari pertama, ketiga, ketujuh, dan seterusnya, meningkatkan kemungkinan retensi jangka panjang. Berdasarkan asumsi bahwa ingatan jangka panjang diperkuat dan diintegrasikan secara permanen hanya dapat dicapai melalui pengulangan berulang. Proses kognitif memperlambat pelupaan informasi jika diulang dalam jangka waktu tertentu. Ini memungkinkan orang untuk mengingat informasi lebih lama (Wickens & Carswell, 2021; Murphy et al., 2023; Yan et al., 2024).

Metode SR tidak hanya digunakan untuk mengajar kosa kata, tetapi juga dapat digunakan untuk mengajar keterampilan berbicara. Metode ini sangat bermanfaat dalam pembelajaran bahasa untuk mengatasi kecenderungan lupa dalam mengingat dan menerapkan struktur bahasa, terutama bagi pembelajar pemula. Pengulangan ruang secara bertahap membantu pembelajar memperkuat keterampilan dasar berbicara. Aspek ini dapat mengurangi kecemasan dan meningkatkan kepercayaan diri pembelajar.

Lafleur (2024) melakukan penelitian yang menunjukkan bahwa metode Repetisi Ruang membantu pembelajaran bahasa

dengan meningkatkan akurasi dan kecepatan respons. Pembelajar memiliki kesempatan lebih besar untuk memproses informasi secara menyeluruh dengan mengulang kosa kata dan frasa kunci dalam interval waktu tertentu. *Distributed Practice*, atau praktik tersebar, berbeda dengan *Massed Practice* atau praktik massal, di mana informasi dipelajari sekaligus tanpa jeda. Latihan tersebar memungkinkan otak untuk menyerap informasi dalam jangka waktu yang lebih lama, yang mengurangi beban kognitif dan meningkatkan efisiensi pembelajaran (Nakata et al., 2021; Hanzawa & Suzuki, 2023; Kakitani & Kormos, 2024).

Metode SR membantu pembelajar pemula belajar berbicara dengan lebih baik karena memberikan waktu yang lebih lama untuk memahami dan menginternalisasi materi (Hanson & Brown, 2020). Interval pengulangan sistematis dalam metode ini memungkinkan pembelajar mengingat kosa kata dan struktur kalimat lebih baik dan membuatnya lebih mudah menerapkannya dalam konteks berbicara. Dengan demikian, metode SR memberikan kontribusi yang signifikan.

Dalam pendidikan bahasa, metode SR juga menguntungkan pembelajar karena meningkatkan motivasi mereka dan mengurangi kecemasan mereka saat menggunakan bahasa target. Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Ardiyanto et al., 2023), pengulangan terstruktur dapat meningkatkan rasa percaya diri pembelajar karena memberi mereka kesempatan yang lebih besar untuk menguasai materi secara bertahap. Hal ini sangat penting, terutama untuk pembelajar pemula yang sering merasa cemas atau takut membuat kesalahan saat berbicara. Dengan pengulangan yang berjarak, siswa dapat melihat seberapa baik mereka mengingat dan menggunakan kosa kata atau frasa tertentu. Pada akhirnya, ini akan mendorong siswa untuk berpartisipasi secara aktif dalam proses belajar.

Teori *Automaticity* dalam psikologi kognitif berhubungan dengan penerapan metode SR dalam pembelajaran berbicara. Teori ini menyatakan bahwa keterampilan yang dipraktikkan berulang kali dalam

jangka waktu tertentu dapat menjadi otomatis (Ghasemi & Mozaheb, 2021; Chen et al., 2022; Suzuki & Kormos, 2023). Metode SR memungkinkan pembelajar pemula untuk menjadi lebih otomatis dalam berbagai aspek pembelajaran berbicara, seperti pemilihan kosakata, intonasi, dan pengucapan. Ketika elemen-elemen tersebut menjadi otomatis, pembelajar dapat berbicara dengan lebih lancar tanpa mempertimbangkan setiap kata yang ingin mereka katakan. Hal ini membantu pembelajar menjadi lebih percaya diri dan lebih mudah berbicara dalam bahasa Inggris.

Teori *Cognitive Load* yang dikemukakan oleh Sweller juga didukung oleh metode SR. Teori ini menyatakan bahwa menyajikan informasi dalam jumlah kecil pada interval waktu tertentu dapat mengurangi beban kognitif yang terkait dengan belajar (Sweller, 2020; Szulewski et al., 2021). Pengulangan berjarak membuat informasi diserap secara bertahap dan lambat. Ini membuat otak tidak terlalu berat untuk mengingat semua informasi sekaligus. Ini berarti bahwa pembelajar memiliki lebih banyak waktu untuk mencerna informasi tanpa merasa kewalahan. Ini memungkinkan mereka untuk lebih fokus pada produksi bahasa lisan, seperti berbicara, dan secara bertahap meningkatkan kualitas komunikasi mereka.

Selain itu, gagasan *Interleaved Practice*, strategi yang menganjurkan pembelajaran secara acak atau kombinasi materi daripada pengulangan terus-menerus materi tertentu, sangat sejalan dengan penerapan metode SR dalam pengajaran berbicara (Onan et al., 2022). Dengan cara ini, pembelajar dapat meningkatkan kemampuan berpikir kritis dan adaptasi dalam penggunaan bahasa mereka dengan dihadapkan pada berbagai konteks dan jenis materi yang relevan. *Interleaved Practice* dan SR dapat digunakan bersama untuk membuat lingkungan belajar yang dinamis di mana pembelajar terus menghadapi materi dengan jeda waktu yang direncanakan. Ini membantu mereka lebih cepat menyesuaikan diri dengan situasi percakapan yang beragam dan spontan.

Untuk pembelajar pemula yang

belajar berbicara, menggunakan metode pengulangan ruang memiliki banyak manfaat untuk kognitif, afektif, dan strategi pembelajaran. Pengulangan yang terstruktur memungkinkan pembelajar untuk meningkatkan memori jangka panjang, meningkatkan kepercayaan diri, dan mengurangi beban kognitif selama proses pembelajaran bahasa. Oleh karena itu, teknik ini bukan hanya meningkatkan kemampuan siswa untuk mengingat informasi lebih lama, tetapi juga menanamkan dasar yang kokoh untuk pertuturan yang lancar dan efektif.

### **METODE KEGIATAN**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan di lingkungan Rukun Tetangga (RT) di suatu kecamatan di kota Bengkulu. Kegiatan ini dilaksanakan melalui kerja sama antara para pengabdian dan para ketua RT di kota Bengkulu. Para pengabdian bekerja sama dengan ketua RT untuk mendaftarkan siswa SD yang berpotensi mendapatkan pelajaran bahasa Inggris, yang berdomisili di lingkungan RT bersangkutan. Kegiatan ini dilaksanakan di RT 05, RW 02, Kelurahan Jitra, Kecamatan Teluk Segara, Kota Bengkulu. Pada kegiatan ini, terdapat empat komponen utama yang dilibatkan. Mereka adalah 3 orang dosen Prodi Pendidikan Bahasa Inggris Universitas Muhammadiyah Bengkulu (UMB), 5 orang mahasiswa Program Studi Pendidikan Bahasa Inggris UMB, ketua RT di lokasi kegiatan, dan 20 puluh orang anak usia sekolah dasar yang tinggal di lingkungan RT yang terlibat sebagai peserta didik.

Program pengabdian kepada masyarakat ini diwujudkan sesuai dengan porsi masing-masing oleh 4 komponen pelaksana pengabdian, yang terdiri dari dosen, mahasiswa, peserta belajar, dan ketua RT setempat. Sebagai inisiator program, 3 orang dosen memilih mahasiswa untuk mengajar. Mereka juga bertanggung jawab untuk memberikan bimbingan, mengawasi, memberikan kritik, dan memberikan evaluasi selama program berlangsung. Terdapat 5 mahasiswa dari semester 6 Universitas Muhammadiyah Bengkulu yang bertindak sebagai

instruktur. Selain menyediakan tempat dan berkolaborasi dengan para dosen yang terlibat, Ketua RT setempat juga bertanggung jawab untuk memastikan pengajaran berjalan lancar di lokasi mulai dari awal program hingga selesai.

Program ini berlangsung selama dua bulan penuh, dimulai pada awal Desember tahun 2023 dan berakhir pada akhir Januari tahun 2024. Pembelajaran berlangsung selama enam minggu dengan dua pertemuan rutin setiap minggu. 20 siswa dari lokasi pelaksanaan pengabdian dengan tekun mengikuti proses pembelajaran. Setiap pertemuan diadakan di tempat yang telah ditetapkan dan berlangsung selama 1 jam 45 puluh lima menit.

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Tujuan program pengabdian ini adalah untuk menerapkan metode SR dalam pembelajaran speaking bagi pembelajar pemula. Pelaksanaan program dimulai dengan persiapan dan perencanaan, yang mencakup survey awal, pelatihan tim pengajar tentang metode SR dan teknik pendampingan, serta pembuatan materi pembelajaran yang sesuai untuk pembelajar pemula. Pada tahap ini, materi dasar, termasuk kosa kata dan ekspresi sederhana, dirancang khusus untuk diulang secara berkala sesuai dengan prinsip SR.

Tahap pelaksanaan dimulai setelah persiapan. Peserta dikenalkan dengan konsep dasar SR dan cara menggunakannya untuk mengajar berbicara. Setelah sesi ini, peserta diajarkan kosakata dan ekspresi dasar yang berkaitan dengan percakapan sehari-hari. Kemudian, latihan berbicara dilakukan melalui role-play dan simulasi percakapan sederhana yang diulang pada interval tertentu. Pada hari pertama, peserta mempraktikkan berbicara dengan kosakata yang telah diajarkan. Untuk meningkatkan retensi mereka terhadap materi yang dipelajari, pengulangan dilakukan pada hari ketiga dan ketujuh, dengan interval waktu yang semakin panjang di setiap sesi.



**Gambar 1.** Persiapan pembelajaran.

Di setiap sesi, evaluasi berkala dilakukan untuk memantau pemahaman peserta dan efektivitas penerapan SR. Pengajar melakukan evaluasi kognitif serta perubahan elemen afektif, seperti peningkatan kepercayaan diri dalam berbicara. Selain itu, umpan balik dari peserta mengenai pengalaman mereka menggunakan metode ini dikumpulkan untuk tujuan meningkatkan kualitas program. Pengajar mengadakan sesi pendampingan intensif di luar jadwal utama untuk membantu peserta yang memerlukan dukungan lebih lanjut menguasai materi.



**Gambar 2.** Pelaksanaan pembelajaran.

Program ditutup dengan sesi refleksi bersama setelah sesi praktik dan evaluasi. Setelah kuesioner evaluasi akhir digunakan untuk mengevaluasi program secara keseluruhan, sesi ini melibatkan diskusi tentang hasil belajar dan perkembangan yang telah dicapai. Setelah program berakhir, instruktur juga memberikan petunjuk kepada peserta mengenai cara menggunakan metode SR secara mandiri. Tahapan akhir adalah dokumentasi dan pelaporan.

Laporan sistematis harus dibuat tentang semua hasil evaluasi, kemajuan peserta, dan analisis efektivitas metode SR. Laporan ini dapat digunakan sebagai referensi bagi guru atau institusi lain yang ingin menerapkan metode SR dalam pembelajaran bahasa Inggris. Program ini diharapkan dapat meningkatkan keterampilan berbicara peserta secara signifikan, terutama dalam mempertahankan kosakata dan meningkatkan kepercayaan diri mereka saat berbicara.

Metode SR diharapkan dapat memberikan dampak yang signifikan bagi peserta, terutama dalam meningkatkan kemampuan berbicara bahasa Inggris mereka. Ini akan dicapai melalui metode yang dirancang secara menyeluruh ini. Pengulangan yang berjarak membantu peserta mengatasi rasa cemas dan meningkatkan kepercayaan diri dalam berkomunikasi karena memungkinkan mereka untuk lebih mengingat dan menggunakan kosakata dan ungkapan yang telah mereka pelajari. Selain itu, program ini memiliki manfaat jangka panjang bagi peserta karena memberikan mereka pendekatan belajar yang dapat mereka gunakan secara mandiri setelah program selesai. Dengan bekal ini, mereka diharapkan dapat mempertahankan dan meningkatkan kemampuan berbicara mereka melalui prinsip pengulangan berjarak.

Program ini berhasil karena peserta lebih baik dalam berbicara dan lebih terlibat dalam belajar bahasa Inggris. Untuk siswa pemula, program ini menciptakan lingkungan belajar yang mendukung dan ramah. Di lingkungan ini, mereka dapat bereksperimen dengan bahasa mereka dan merasa lebih nyaman untuk melakukannya. Selain itu, strategi interaktif seperti simulasi percakapan dan role-play mendorong peserta untuk lebih aktif terlibat dalam proses belajar, yang membuat belajar lebih menyenangkan dan efektif.

Selanjutnya, diharapkan bahwa hasil dokumentasi dan laporan program ini akan bermanfaat bagi dunia pendidikan bahasa, terutama dalam mengembangkan metode pengajaran yang lebih inovatif dan berbasis

bukti ilmiah. Laporan yang dihasilkan mencakup analisis perkembangan peserta, evaluasi efektivitas metode SR, dan saran untuk perbaikan untuk implementasi program serupa di masa mendatang. Dengan demikian, diharapkan bahwa program pengabdian ini akan menguntungkan tidak hanya peserta yang mengikuti program, tetapi juga institusi pendidikan dan komunitas pembelajaran bahasa lainnya yang ingin meningkatkan kualitas pembelajaran bahasa Inggris bagi pemula.

Secara keseluruhan, program ini adalah upaya untuk memenuhi kebutuhan siswa pemula untuk metode pembelajaran yang efisien, mudah diikuti, dan memberikan hasil yang cepat. Program ini diharapkan memiliki dampak positif yang berkelanjutan bagi peserta melalui metode SR, yang akan menjadikannya model pembelajaran yang dapat diterapkan dalam konteks yang lebih luas.



**Gambar 3.** Peserta belajar melakukan pengulangan materi.

Program pengajaran berbicara bahasa Inggris menggunakan SR yang berhasil dilaksanakan di Kota Bengkulu menunjukkan hasil positif bagi siswa pemula. Para peserta mengalami peningkatan keterampilan berbicara dan kepercayaan diri dalam berbicara bahasa Inggris. Metode SR, yang bergantung pada pengulangan materi pada interval waktu tertentu, membantu peserta mengingat kosakata dan struktur kalimat dasar dengan lebih baik. Hal ini membantu mereka mengatasi keterbatasan kosakata, yang sebelumnya menjadi penghalang utama untuk berbicara. Simulasi percakapan dan role-play yang disusun secara terstruktur

dan interaktif meningkatkan partisipasi peserta. Metode SR membantu peserta mengingat materi lebih lama dengan pengulangan yang dilakukan pada hari pertama, ketiga, ketujuh, dan seterusnya. Ini memungkinkan peserta menggunakan kosakata dan frasa yang mereka pelajari dengan lebih baik dalam kehidupan sehari-hari.

Program ini berdampak pada aspek afektif peserta, seperti menurunkan kecemasan dan meningkatkan keinginan mereka untuk belajar bahasa Inggris. Pengulangan berjarak membantu peserta berbicara dengan lebih nyaman dan tidak terbebani. Seiring waktu, mereka dapat melihat bagaimana kemampuan mereka berkembang, meningkatkan rasa percaya diri mereka. Banyak peserta dalam sesi evaluasi menyatakan bahwa metode SR membantu mereka mengingat dan menggunakan kosa kata, dan mereka merasa lebih siap untuk berkomunikasi dalam bahasa Inggris di luar kelas.

Selain itu, program ini memberikan manfaat bagi guru dan lembaga pendidikan. Analisis perkembangan peserta, efektivitas metode SR, dan saran untuk penggunaan metode serupa di masa depan adalah semua hasil dari program ini. Untuk lembaga pendidikan yang ingin mengembangkan metode pembelajaran yang inovatif dan berbasis bukti ilmiah, dokumen ini akan menjadi referensi yang penting. Dari sudut pandang pendidikan, program ini memberikan model pembelajaran yang dapat diterapkan secara lebih luas untuk mendukung siswa pemula dalam memperoleh keahlian dasar bahasa Inggris.

Program ini telah menjadi pilihan yang bagus untuk memberikan pembelajar pemula pengalaman belajar yang mendukung dan ramah. Metode SR yang diterapkan secara bertahap memungkinkan para peserta untuk mempertahankan pengetahuan bahasa Inggris mereka dalam jangka panjang dan membangun dasar keterampilan berbicara yang kokoh. Diharapkan metode SR ini dapat menjadi model pembelajaran bahasa Inggris yang terus-menerus yang dikembangkan oleh pendidik dalam berbagai konteks pembelajaran, sehingga semakin banyak

pembelajar yang mampu menghadapi tantangan komunikasi global dengan percaya diri.

Hasil program pengabdian ini menunjukkan bahwa metode SR tidak hanya efektif dalam meningkatkan kemampuan berbicara peserta dalam bahasa Inggris, tetapi juga membangun pola belajar yang berkelanjutan dan mandiri. Setelah program selesai, peserta memiliki kemampuan untuk menggunakan prinsip pengulangan berjarak secara mandiri. Dengan kata lain, metode SR memberikan manfaat jangka panjang bagi peserta karena mereka tidak hanya mendapat bantuan dalam pembelajaran selama program, tetapi mereka juga memiliki alat untuk memperbaiki kemampuan berbicara mereka di luar kelas.

Program ini tidak hanya mempengaruhi peserta didik, tetapi juga membuat pengajar dan komunitas pendidikan lebih menyadari pentingnya strategi pembelajaran berbasis pengulangan berjarak dalam pengajaran bahasa. Program ini membantu memperkenalkan dan mempopulerkan metode SR sebagai metode yang efektif, terutama untuk pembelajar pemula yang sering mengalami kesulitan untuk menyimpan informasi yang mereka pelajari. Program ini juga berfungsi sebagai studi kasus yang dapat digunakan oleh lembaga pendidikan dan pendidik lainnya untuk meningkatkan kualitas pembelajaran bahasa Inggris dengan menunjukkan peningkatan keterampilan berbicara peserta.

Secara keseluruhan, program pengajaran ini menunjukkan bagaimana metode SR dapat memiliki dampak yang luas dan berkelanjutan pada komunitas dan individu. Dalam jangka panjang, program ini diharapkan akan membuat masyarakat lebih mahir berbicara bahasa Inggris, mengurangi kecemasan mereka untuk berbicara dalam bahasa asing, dan membangun sikap positif terhadap proses pembelajaran bahasa. Program ini dapat menjadi inspirasi bagi inisiatif serupa di masa mendatang yang bertujuan untuk membantu siswa pemula dalam menguasai keterampilan berbicara bahasa Inggris dengan memanfaatkan pendekatan inovatif dan berbasis bukti.

## **PENUTUP**

Pembelajar pemula di Kota Bengkulu yang mengikuti program pengajaran berbicara bahasa Inggris menggunakan metode SR berhasil mencapai tujuan yang ditetapkan; meningkatkan keterampilan berbicara, meningkatkan retensi kosakata, dan meningkatkan kepercayaan diri peserta dalam menggunakan bahasa Inggris. Metode SR, yang mengandalkan pengulangan berjarak, terbukti sesuai dan efektif dalam menangani masalah utama yang dihadapi peserta. Masalah seperti kecemasan berbicara, kosakata terbatas, dan kesulitan mempertahankan informasi dalam memori jangka panjang adalah contoh dari masalah yang dihadapi peserta. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa peserta tidak hanya menguasai kosakata dan ekspresi dasar, tetapi mereka juga lebih aktif berbicara dan lebih percaya diri menggunakan bahasa Inggris setiap hari.

Kegiatan ini memiliki manfaat bagi pendidik, peserta, dan komunitas pendidikan secara keseluruhan. Metode SR memberikan fondasi belajar yang kuat bagi peserta, yang memungkinkan mereka untuk melanjutkan pendidikan secara mandiri setelah program selesai. Program ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran komunitas akan pentingnya pembelajaran bahasa Inggris sebagai keterampilan dasar untuk menghadapi tantangan global, serta menekankan pentingnya strategi pembelajaran yang berbasis bukti ilmiah untuk meningkatkan retensi dan mengurangi kecemasan peserta.

Program yang berkaitan dengan metode SR harus diperluas untuk melibatkan lebih banyak peserta, memasukkan materi yang lebih beragam dan konteks berbicara yang lebih kompleks. Selain itu, kolaborasi yang lebih erat antara lembaga pendidikan dan komunitas lokal dapat meningkatkan dampak program. Untuk membuat lingkungan belajar yang dinamis dan responsif terhadap kebutuhan peserta, metode SR harus digabungkan dengan pendekatan lain seperti *Interleaved Practice*. Diharapkan program ini akan menjadi model pembelajaran yang lebih luas, membantu semakin banyak siswa

pemula dalam meningkatkan keterampilan bahasa Inggris mereka secara berkelanjutan.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Ardiyanto, J., Handayani, O., Raharjo, T., & Pujiastuti, R. (2023). The Role of Learning Repetition Strategy in Determining Learning Performance: An Insight from Health Vocational School. *Health Education and Health Promotion*, 11(2), 261–266. <https://doi.org/10.58209/hehp.11.2.261>
- Chen, M. J., Yin, G. J., Goh, H. S., Soo, R. S., Raja Harun, R. N. S., Singh, C. K. S., & Wong, W. L. (2022). Theoretical Review of Phonics Instruction among EFL Beginner-level Readers in China. *International Journal of Academic Research in Progressive Education and Development*, 11(2), 374–390. <https://doi.org/10.6007/ijarped/v11-i2/13141>
- Ghasemi, A. A., & Mozaheb, M. A. (2021). Developing EFL Learners' Speaking Fluency: Use of Practical Techniques. *Mextesol Journal*, 45(2). <https://doi.org/10.61871/mj.v45n2-15>
- Gilbert, M. M., Frommeyer, T. C., Brittain, G. V., Stewart, N. A., Turner, T. M., Stolfi, A., & Parmelee, D. (2023). A Cohort Study Assessing the Impact of Anki as a Spaced Repetition Tool on Academic Performance in Medical School. *Medical Science Educator*, 33(4), 955–962. <https://doi.org/10.1007/s40670-023-01826-8>
- Hanson, A. E. S., & Brown, C. M. (2020). Enhancing L2 learning through a mobile assisted spaced-repetition tool: an effective but bitter pill? *Computer Assisted Language Learning*, 33, 1–23. <https://doi.org/10.1080/09588221.2018.1552975>
- Hanzawa, K., & Suzuki, Y. (2023). How do learners perceive task repetition? Distributed practice effects on engagement and metacognitive judgment. *Modern Language Journal*, 107(2), 451–478. <https://doi.org/10.1017/S0027243023000011>
- Kakitani, J., & Kormos, J. (2024). The effects of distributed practice on second language fluency development. *Studies in Second Language Acquisition*, 46, 770–794. <https://doi.org/10.1017/S0272263124000251>
- Krykova, Y., Yamshinska, N., Kutsenok, N., & Meleshko, I. (2024). Enhancing ELS Students' Language Proficiency Through Spaced Repetition. 12(8), 34–41. <https://doi.org/10.31110/2616-650X-vol12i8-005>
- Lafleur, L. (2024). *The Effects of Interleaved Spaced Repetition and Gamification on Digital Flashcard Vocabulary Learning in Foreign Language Education* (Issue September). Kyoto University.
- Murphy, D. H., Hoover, K. M., & Castel, A. D. (2023). Strategic metacognition: Self-paced study time and responsible remembering. *Memory and Cognition*, 51(1), 234–251. <https://doi.org/10.3758/s13421-022-01307-0>
- Nakata, T., Tada, S., Mclean, S., & Kim, Y. A. (2021). Effects of Distributed Retrieval Practice Over a Semester: Cumulative Tests as a Way to Facilitate Second Language Vocabulary Learning. *TESOL Quarterly*, 55(1), 1–23. <https://doi.org/10.1002/tesq.596>
- Onan, E., Wiradhany, W., Biwer, F., Janssen, E. M., & de Bruin, A. B. H. (2022). Growing Out of the Experience: How Subjective Experiences of Effort and Learning Influence the Use of Interleaved Practice. In *Educational Psychology Review* (Vol. 34, Issue 4). Springer US. <https://doi.org/10.1007/s10648-022-09692-3>
- Shah, D. P., Jagtap, N. M., Shah, S. S., & Nimkar, A. V. (2020). Spaced repetition for slow learners. *2020 IEEE Bombay Section Signature Conference, IBSSC 2020*, 146–151. <https://doi.org/10.1109/IBSSC49251.2020.9311111>

- <https://doi.org/10.1109/IBSSC51096.2020.9332189>
- Suzuki, S., & Kormos, J. (2023). The multidimensionality of second language oral fluency: Interfacing cognitive fluency and utterance fluency. *Studies in Second Language Acquisition*, 45(1), 38–64.  
<https://doi.org/10.1017/S0272263121000899>
- Sweller, J. (2020). Cognitive load theory and educational technology. *Educational Technology Research and Development*, 68(1), 1–16.  
<https://doi.org/10.1007/s11423-019-09701-3>
- Szulewski, A., Howes, D., Van Merriënboer, J. J. G., & Sweller, J. (2021). From Theory to Practice: The Application of Cognitive Load Theory to the Practice of Medicine. *Academic Medicine*, 96(1), 24–30.  
<https://doi.org/10.1097/ACM.00000000000003524>
- Wickens, C. D., & Carswell, C. M. (2021). Information Processing. In G. Salvendy & W. Karwowski (Eds.), *Handbook of Human and Ergonomics* (5th ed., pp. 114–158). Jhon Wiley & Son Inc.
- Wollstein, Y., & Jabbour, N. (2022). Spaced Effect Learning and Blunting the Forgetfulness Curve. *Ear, Nose and Throat Journal*, 101(9\_suppl), 42S-46S.  
<https://doi.org/10.1177/01455613231163726>
- Yan, V. X., Sana, F., & Carvalho, P. F. (2024). No Simple Solutions to Complex Problems: Cognitive Science Principles Can Guide but Not Prescribe Educational Decisions. *Policy Insights from the Behavioral and Brain Sciences*, 11(1), 59–66.  
<https://doi.org/10.1177/23727322231218906>
- Zhang, R., Zou, D., & Xie, H. (2022). Spaced repetition for authentic mobile-assisted word learning: nature, learner perceptions, and factors leading to positive perceptions. *Computer Assisted Language Learning*, 35(9), 1–34.  
<https://doi.org/10.1080/09588221.2021.1888752>