

PKM Pendampingan Character & Communication Training (CCT) Untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa SMA Negeri 1 Polewali Mandar

Farida Aryani¹, Suciani Latif², Muhammad Rais³

¹²Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan, Universitas Negeri Makassar

³Pendidikan Teknologi Pertanian, Universitas Negeri Makassar

Email: faridaaryani@unm.ac.id¹

Abstrak – Pengabdian ini berfokus pengabdian terhadap pengembangan mitra antara lain: 1) Melatih peserta didik dalam menerapkan panduan CCT; 2) Melaksanakan pendampingan kepada peserta didik terkait panduan CCT sebagai aspek peningkatan keterampilan berkomunikasi yang efektif dan mengurangi rasa kecemasan dan rasa percaya diri rendah. Metode pelaksanaan terbagi menjadi empat (4) tahapan, yakni: 1) Persiapan; 2) Sosialisasi pelatihan; 3) Pelaksanaan program pelatihan; 4) Evaluasi dan laporan hasil pengabdian. Kegiatan PKM CCT dilaksanakan di SMA Negeri 1 Polewali Mandar, Sulawesi Barat pada Sabtu 15 Juli 2023. Dimulai pukul 08.00 WITA, peserta telah berkumpul di Aula Sekolah. Berdasarkan materi yang terpaparkan, maka beberapa aktivitas yakni melakukan stimulus terhadap peserta didik melalui beberapa kasus dan cara komunikasi yang sesuai dan tepat untuk mencegah kasus perundungan tersebut terjadi. Kegiatan PKM ini memperoleh respon yang sangat baik oleh peserta yang mengikuti kegiatan. Rekomendasi pengabdian ini disampaikan kepada pihak pengabdian untuk terus melanjutkan pengabdian ini dan menyajikan materi yang lebih relevan serta pola intervensi yang mutakhir yang dibutuhkan oleh peserta didik dalam kegiatan pembelajaran di sekolah.

Kata kunci: Pelatihan Karakter & Komunikasi, Percaya Diri, SMA Negeri 1 Polewali Mandar.

PENDAHULUAN

Kemampuan intelektual menjadi salah satu bagian terpenting bagi aspek pendidikan dan perlu di miliki oleh peserta didik. Salah satu bagian utama dalam menjawab tantangan pendidikan di abad 21 adalah mengoptimalkan kemampuan intelektual siswa dalam aspek komunikasi yang berguna sebagai penunjang akademik dan kemampuan menghadapi persoalan kehidupan sehari-hari mengingat sekolah menjadi wadah yang mewujudkan secara profesional sumber daya manusia yang unggul dan berkualitas. Ayuning Tiyas et al. (2019) Mengemukakan bahwa kebutuhan keterampilan komunikasi akan menunjukkan kekuatan dan keahlian seseorang. Dalam mengemukakan target, kepribadian, citra diri, pengetahuan global, dan kemampuan berpikir dan mengekspresikan diri yang semua tercermin dalam kinerja berbicara (Agus Dharmanto et al., 2022).

Keterampilan komunikasi merupakan *soft skills* yang menjadi syarat dalam proses pengembangan diri. Kemampuan intelektual individu yang di dukung dengan keterampilan berkomunikasi yang baik di depan publik menjadi faktor pendukung kesiapan mereka untuk terjun dalam dunia profesional dan setiap kegiatan (Fathoni et al., 2021). Salah satu hambatan yang akan terjadi ketika peserta didik tidak di bekali keterampilan berkomunikasi akan menyebabkan rasa ketakutan dan kurangnya percaya diri saat berinteraksi dengan orang lain. Sehingga hal tersebut menghambat mereka untuk berinteraksi, belajar, dan kesiapan terhadap dunia kerja (Agus Dharmanto et al., 2022).

Seni berkomunikasi secara efektif tentunya dapat di latih oleh setiap individu termasuk generasi muda dalam meningkatkan kepercayaan diri (Juwito et al., 2022). Alfitri Rizqi et al., (2016) mengemukakan Salah satu fenomena yang terjadi di satuan Pendidikan adalah pelatihan *public speaking* peserta didik sebagai proses pengembangan diri untuk melatih rasa percaya

diri yang di terapkan saat tampil di depan umum seperti memasuki organisasi kesiswaan, presentasi, *master of ceremony* (MC), menjadi orator belum di bekali dengan panduan latihan yang sesuai dan teknik yang tepat dengan memperhatikan aspek verbal dan nonverbal yang meliputi bahasa tubuh (Ayuning Tiyas et al., 2019). Sehingga menyebabkan kurang efektifnya cara berkomunikasi seseorang.

Oleh karena itu, segala personel sekolah perlu menekankan pentingnya pengembangan keterampilan berbicara. Dalam hal ini guru bimbingan dan konseling mengimplementasikan pendampingan keterampilan komunikasi sebagai salah satu bagian komponen bimbingan dan konseling sekolah terhadap perkembangan peserta didik dan konseli yang mengalami permasalahan kepercayaan diri melalui pelatihan berkomunikasi.

Berbicara adalah salah satu kemampuan yang diperlukan untuk berkomunikasi, maka berbicara adalah keterampilan yang paling penting. Setiap individu pada suatu saat akan memperoleh kesempatan untuk berbicara di depan publik. Keterampilan tersebut sering menjadi suatu tantangan yang dihadapi individu di berbagai konteks, seperti sekolah atau pekerjaan (Meifilina & Andari, 2021; Murti et al., 2021). Kompetensi berbicara di depan umum dipandang sebagai kompetensi inti bagi peserta didik. Karena kompetensi berbicara di depan umum sudah dibutuhkan pada usia tersebut, pelatihan berbicara di depan umum harus dimulai sejak dini (Hamzah et al., 2022). Ketidakmampuan berkomunikasi menyebabkan seseorang menjadi kurang percaya diri untuk tampil depan umum (Pooja Chand et al., 2022). Hal tersebut banyak remaja takut ketika memperoleh kesempatan berbicara dan tampil di depan umum seperti memberikan gejala psikologis berupa reaksi panik, detak jantung berdetak cepat, telapak tangan berkeringat, dan badan gemetar akibat kurangnya pengetahuan dan latihan yang di biasakan untuk berkomunikasi dengan efektif (Sugiyati & Indriani, 2021).

Situasi demikian juga kerap dirasakan oleh peserta didik di SMA Kabupaten Polewali Mandar yang masih banyak yang mengalami kendala karena kemampuan menyampaikan pendapat dan perasaan dalam pembelajaran disebabkan kurangnya rasa percaya diri peserta didik. Tidak semua orang terutama remaja memiliki kepercayaan diri yang baik. Oleh karena itu, perlu didorong dengan beberapa cara: melalui pelatihan *public speaking* yang dipadukan dengan *personal branding*. Remaja membutuhkan pelatihan keterampilan berbicara mengingat hal tersebut berperan penting pada aspek sehari-harinya secara tidak langsung.

Pelatihan berkomunikasi yang dibekali penerapan Teknik, tata cara dan karakter yang dipadukan secara efektif pada peserta didik SMA di Kabupaten Polewali Mandar, sehingga remaja dapat meningkatkan pengetahuan, pemahaman dan lebih percaya diri untuk berbicara di depan umum. Oleh karena itu tim pengabdian memiliki gagasan kebutuhan terkait pelaksanaan pendampingan *Character & Communication Training* (CCT) bagi remaja yang menerapkan metode positif, kolaboratif, kompetitif, dan meningkatkan rasa percaya diri.

Berdasarkan permasalahan yang temukan oleh mitra, maka aspek yang menjadi fokus pengabdian terhadap pengembangan mitra antara lain: 1) Melatih peserta didik dalam menerapkan panduan CCT; 2) Melaksanakan pendampingan kepada peserta didik terkait panduan CCT sebagai aspek peningkatan keterampilan berkomunikasi yang efektif dan mengurangi rasa kecemasan dan rasa percaya diri rendah.

METODE YANG DIGUNAKAN

Metode pelaksanaan dalam pengabdian ini yaitu melatih kepercayaan diri peserta didik dalam keterampilan komunikasi yang diawali dengan pemberian materi lalu dilanjutkan dengan pendampingan praktik *public speaking* yang secara spesifik dilakukan melalui empat tahapan, yakni: 1) Persiapan; 2) Sosialisasi pelatihan; 3) Pelaksanaan program pelatihan; 4) Evaluasi dan

laporan hasil pengabdian. Adapun penjelasan mengenai tahapan dalam metode pelaksanaan tersebut adalah sebagai berikut:

1. Persiapan

Tahap persiapan dilakukan untuk penyediaan sumber daya dan kesiapan mitra untuk terlibat dalam pelaksanaan program pengabdian masyarakat. Rangkaian kegiatan yang dilakukan pada tahap persiapan meliputi:

 - a. Melaksanakan survei dan identifikasi kegiatan di SMA Kab. Polewali Mandar
 - b. Penentuan lokasi dan sasaran kegiatan.
 - c. Mengurus surat izin persetujuan mitra pengabdian.
 - d. Koordinasi dengan kelompok mitra terkait pelaksanaan dan keterlibatan mitra dalam kegiatan.
 - e. Penyamaan persepsi dengan kedua kelompok mitra mengenai pelaksanaan kegiatan dan bentuk keterlibatan dalam kegiatan pengabdian.
 - f. Penyiapan sumber daya dan sarana pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat.
 - g. Penyusunan panduan pelaksanaan pelatihan dan pendampingan.
 - h. Target yang akan dicapai melalui tahapan ini adalah terbangunnya persepsi yang sama antar pengabdian dan mitra, tersedianya sumber daya untuk mendukung pelaksanaan kegiatan pengabdian, terbentuknya kesepakatan dengan mitra tentang peran masing-masing, dan tersusunnya rencana kegiatan dan fasilitas pendukungnya.
2. Pelaksanaan Pelatihan Public Speaking Berbasis CCT
 - a. Pelatihan ini bertujuan memberikan pemahaman tentang pola komunikasi pada peserta didik. Mitra dengan penuh kesadaran, berani mengatakan apa yang menyebabkan mereka takut dan merasa tidak percaya diri.
 - b. Pelatihan ini memberikan pemahaman tentang memahami diri, apa itu *public speaking*, dasar komunikasi, hambatan berbicara di depan publik, *gesture*, control vocal dan tips personal branding yang tepat dan efektif.
 - c. Peserta yang ditargetkan adalah peserta didik SMA sederajat. Pelatihan ini dirancang dengan metode yang asyik dan interaktif sebanyak kurang lebih 3 bulan.

Target yang akan dicapai dalam pelatihan ini yaitu; a) Meningkatkan pengetahuan peserta didik tentang komunikasi berbasis CCT; b) Meningkatkan rasa percaya diri peserta didik setelah peserta mempraktikkan dan di evaluasi oleh tim pengabdian. Oleh karena itu secara rinci pelaksanaan diuraikan pada tabel pelaksanaan berikut ini:

Tabel 1. Tahapan Pelaksanaan Pengabdian

Waktu	Kegiatan	Fasilitator
Pertemuan Pertama	Pembukaan <i>Pre Test</i> Pendampingan Materi Topik 1 <i>"Who Am I"</i>	Prof. Dr. Farida Aryani, M.Pd
Pertemuan Kedua	Pendampingan Materi: <i>"Meningkatkan Rasa percaya diri"</i>	Dr. Muh. Rais, S.Pd., MP., MT
Pertemuan Ketiga	Pendampingan Materi: <i>"Public Speaking Training"</i>	Dr. Suciani Latif, M.Pd
Pertemuan Keempat	Pendampingan Materi: <i>"Self-Branding"</i>	Prof. Dr. Farida Aryani, M.Pd

Pertemuan Kelima	Praktik pendampingan pelatihan CCT	Dr. Suciani Latif, M.Pd
Pertemuan Keenam	Refleksi & <i>Postest</i>	Prof. Dr. Farida Aryani, M.Pd

3. Evaluasi dan Refleksi

Kegiatan evaluasi ini bertujuan untuk mengukur ketercapaian program dan mengidentifikasi kendala yang ditemukan selama pelaksanaan kegiatan. Dalam tahapan ini, juga dilakukan pemberian *post-test*. Tahap evaluasi ini dilaksanakan di akhir pelaksanaan untuk memonitoring dan mengevaluasi setiap kegiatan yang dilakukan sebagai bentuk rekomendasi keberlanjutan kegiatan. Pelaksanaannya yaitu melakukan *briefing* bersama mitra dan pengabd.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan Program

Kegiatan PKM CCT dilaksanakan di SMA Negeri 1 Polewali Mandar, Sulawesi Barat pada Sabtu 15 Juli 2023. Dimulai pukul 08.00 WITA, peserta telah berkumpul di Aula Sekolah. Peserta berjumlah sebanyak 50 Peserta Didik (berasal dari kelas IPA dan IPS) mengikuti kegiatan dengan tertib didampingi seorang guru.



Gambar 1. Pembukaan Materi

Aktivitas perdana dimulai dari pembukaan oleh Kepala Sekolah selama 15 menit. Kemudian dilanjutkan pemaparan materi oleh penulis selama kurang lebih 120 Menit, materi disampaikan secara lugas dengan gaya Bahasa yang sederhana agar peserta didik dapat menyerap materi yang disampaikan. Beberapa penyampaian materi dimulai dari pencegahan bullying hingga mencegah *bullying*/ perundungan dengan metode CCT. Peserta diminta untuk membagi pengalaman yang pernah mengalami perundungan atau toxic relationship. Berikut gambaran ringkas pemberian materi melalui metode interaktif dan presentasi. Dengan dimulai pemahaman dasar terkait *Character & Communication Training (CCT)*:

1. Pengertian Bullying
2. Jenis perundungan
3. Dampak perundungan
4. Ciri-ciri mengalami perundungan
5. Teknik pencegahan berbasis metode CCT



Gambar 2. Pemaparan Materi

Kemudian selama materi berlangsung para peserta merasa tidak mampu menerapkan metode *CCT*. Hal tersebut disebabkan karena untuk melakukan speaking/ komunitas asertif bukanlah bawaan sesuatu dari lahir melainkan suatu keahlian. Pola komunikasi seperti ini dapat dilatihkan secara terus menerus hingga dapat berhasil. Berdasarkan materi yang terpaparkan, maka penulis berinisiatif memberikan aktivitas yakni melakukan stimulus terhadap peserta didik melalui beberapa kasus dan cara komunikasi yang sesuai dan tepat untuk mencegah kasus perundungan tersebut terjadi. Terdapat beberapa hambatan yakni pada saat ingin menemukan kata-kata yang sesuai dan positif yang hendak di sampaikan.

Selanjutnya, pemateri meminta peserta didik untuk belajar mempraktikkan sikap tubuh (*gesture*) yang benar dan tepat. Cara mengekspresikan emosi juga dituangkan dalam pemberian materi selama aktivitas berlangsung. Selanjutnya pemateri melakukan evaluasi hingga seluruh peserta didik memahami cara menerapkan *Character & Communication Training (CCT)*. Pemateri mengajak semua peserta untuk melakukan praktik komunikasi melalui perkenalan menggunakan *role play*.



Gambar 3. Aktivitas Peserta Didik

Diakhir praktik, pemateri memberikan pelatihan untuk meningkatkan rasa empati mereka dalam berkomunikasi. Mereka kemudian membuat suatu media yakni origami berbentuk hati untuk mengatakan kepada peserta lain yang menyimbolkan bahwa sesama peserta didik harus saling menghormati dan menunjukkan *respect*. Ditemukan beberapa peserta dapat mengkomunikasikan kelebihan teman dan saling memuji. Bahkan terdapat beberapa peserta yang memberikan pesan positif terhadap temannya.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan oleh tim PKM dengan peserta diperoleh bahwa para peserta sangat antusias dan senang karena kedatangan tim PKM ke sekolah mereka

sebab kegiatan ini dapat menambah pengetahuan baru bagi para peserta untuk dapat diterapkan dalam lingkungan sehari-hari secara sosial. Selanjutnya, peserta juga mengatakan kegiatan PKM ini perlu dilakukan secara berkesinambungan sehingga dapat memperluas wawasan dan melatih diri lebih baik lagi untuk berkomunikasi dengan efektif dan positif.



Gambar 4. Foto Bersama Tim Pengabdian

Dengan demikian, beberapa hal yang dapat diharapkan dapat tercapai melalui kasus perundungan yang rentan terjadi, metode CCT dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari untuk mencegah perundungan yang terjadi dalam lingkungan sekolah maupun luar sekolah. Pelaksanaan pengabdian memperoleh respon positif dari peserta karena menggunakan metode yang beragam dalam membantu peserta didik SMA Negeri 1 Polewali Mandar. Beberapa metode penerapan diberikan oleh pemateri yakni bermain peran (*role play*) dan media origami untuk melatih sikap regulasi empati.

Temuan tersebut didukung oleh (Bagès et al., 2021) bahwa intervensi *bullying* dapat dilakukan melalui metode bermain *role play* bersama siswa melalui beberapa implementasi tahapan seperti sesi video, aktivitas, dan materi yang diberikan. Stevens et al (2001) mengemukakan bahwa implementasi *role playing* dalam mencegah perundungan di sekolah harus dilakukan secara sistematis seperti peran peserta didik melalui peran yang terdapat dalam lingkaran *bullying*, kemudian skenario masing-masing peran yang dapat diarahkan langsung oleh guru di sekolah. Oleh karena itu *role playing* yang berisi dengan skenario positif akan menstimulus peserta didik untuk lebih memahami setiap karakter dalam *bullying*.

Hasil penelitian oleh (Nurfitriya L. Hidayati & Rahma Widyana, 2021) bahwa melalui regulasi emosi dapat menurunkan sifat emosi negatif anak terutama dalam mencegah terjadinya perundungan. Temuan yang dikemukakan oleh (Al Baqi & Sista, 2018) bahwa melatih regulasi emosi remaja menggunakan media yang sesuai menjadi suatu upaya katarsis untuk melatih sikap empati dari proses emosi yang terjadi dalam diri remaja yang tentunya menjadi penyebab terjadinya perundungan dalam lingkungan mereka.

KESIMPULAN

Secara umum antusias peserta didik dari gabungan jurusan IPA dan IPS SMAN 1 Polewali Mandar sangat proaktif. Hasil yang diperoleh dalam pengabdian ini adalah adanya peningkatan pemahaman oleh peserta didik tentang *bullying* yang ada di sekolah dan upaya pencegahan melalui Teknik CCT. Hal tersebut dibuktikan melalui hasil observasi melalui pola diskusi. Kegiatan PKM ini memperoleh respon yang sangat baik oleh peserta yang mengikuti kegiatan. Direkomendasikan kepada pihak pengabdian untuk terus melanjutkan pengabdian ini dan menyajikan materi yang lebih relevan serta pola intervensi yang mutakhir yang dibutuhkan oleh peserta didik dalam kegiatan pembelajaran di sekolah. Kegiatan ditutup dengan pemberian sertifikat dari pihak sekolah dan foto bersama seluruh peserta.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan Terimakasih kepada Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi yang telah memberikan hibah. Selanjutnya ucapan terimakasih kepada Ketua Lembaga Penelitian UNM dan Pemerintah Sulawesi Barat Polewali Majene, khususnya kepada kepala sekolah yang menjadi pusat pelaksanaan PKM yaitu SMA Negeri 1 Polewali Mandar.

DAFTAR PUSTAKA

- Agus Dharmanto, Hani Astuti, & Nita Komala Dewi. (2022). Pelatihan dan Pendampingan Program Pengembangan Diri dengan Teknik Keterampilan Dalam Berkomunikasi. *Jurnal Terapan Abdimas*, 7(2), 252–258.
- Al Baqi, S., & Sista, T. R. (2018). Pengaruh Pelatihan Manajemen Emosi untuk Meningkatkan Reegulasi Emosi dan Ekspresi Emosi dalam Konteks Keluarga. *Jurnal Sains Psikologi*, 7(1), 81–87. <https://doi.org/10.17977/um023v7i12018p81-87>
- Alfitri Rizqi, A., Suyitno, H., Pendidikan Matematika, P., Pascasarjana, P., & Negeri Semarang, U. (2016). Analisis Kemampuan Komunikasi Matematis Ditinjau Dari Kepercayaan Diri Siswa Melalui Blended Learning. *Journal of Mathematics Education Research*. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/ujmer>
- Ayuning Tiyas, Yayah Nurhidayah, & Rama Dwika Herdiawan. (2019). Why I Can't Speak Up? “: Students” Anxiety in Public Speaking.” *Journal of English Language Learning (JELL)*.
- Bagès, C., Hoareau, N., & Guerrien, A. (2021). Play to reduce bullying! Role-playing games are a useful tool for therapists and teachers. *Journal of Research in Childhood Education*, 35(4), 631–641. <https://doi.org/10.1080/02568543.2020.1810834>
- Fathoni, T., Asfahani, A., Munazatun, E., & Setiani, L. (2021). Upaya Peningkatan Kemampuan Public Speaking Pemuda Sragi Ponorogo. *Amalee: Indonesian Journal of Community Research and Engagement*, 2(1), 23–32. <https://doi.org/10.37680/amalee.v2i1.581>
- Hamzah, I., Wahyudin, A. Y., Oktaviani, L., Aldino, A. A., Alfathaan, M., & Julius, A. (2022). Pendampingan Pembelajaran Public Speaking Bagi Siswa-Siswi Man 1 Lampung Tengah. *Jurnal WIDYA LAKSMI*, 2(2), 76–81. <http://jurnalwidyalaksmi.com>
- Juwito, J., Achmad, Z. A., Kaestingtyas, I., Dewani, P. K., Wahyuningtyas, D., Kusuma, R. M., Mas'udah, K. W., Sari, T. P., & Febrianita, R. (2022). Public speaking and personal branding skills for student organization managers at Dharma Wanita High School Surabaya. *Journal of Community Service and Empowerment*, 3(1), 9–17. <https://doi.org/10.22219/jcse.v3i1.18596>
- Meifilina, A., & Andari, B. (2021). Pendampingan Pelatihan Speakerpreneur dan MC. *Prosiding Seminar Nasional Abdimas Ma Chung*, 98–105.
- Murti, S., Syahrin Effendi, M., & Lazuardi, D. R. (2021). Pelatihan dan Pendampingan Public Speaking. *Lembaga Publikasi Penelitian, Pengabdian Masyarakat Dan Karya Ilmiah Linggau*, 1(1).
- Nurfitria L. Hidayati, & Rahma Widyana. (2021). Perilaku Perundungan Pada Remaja Pelaku Perundungan. *Jurnal Psikologi Volume*, 14(1). <https://doi.org/10.35760/psi.2021.v14i1.3352>
- Pooja Chand, Madhu Nand, & Noneet Nitesh Lal. (2022). The Importance of Speaking Skills of Youth in English Classroom: A Comparative Analysis of Literature Reviews. *Educational Technology and Management Academy*, 15–26. <https://educationtetma.etma-india.in/index.php/journal/index>

- Stevens, V., De Bourdeaudhuij, I., & Van Oost, P. (2001). Anti-bullying interventions at school: Aspects of programme adaptation and critical issues for further programme development. *Health Promotion International*, 16(2), 155–167. <https://doi.org/10.1093/heapro/16.2.155>
- Sugiyati, K., & Indriani, L. (2021). Exploring the level and primary causes of public speaking anxiety among English department students. In *Journal of Research on Language Education (JoRLE)* (Vol. 2, Issue 1). <https://ejurnal.teknokrat.ac.id/index.php/JoRLE/index>