



PELATIHAN PUBLIC SPEAKING UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI REMAJA FORUM GENRE SULAWESI SELATAN

Miftah Idris¹ | Novita Maulidya Jalal² | Muh.Daud³ | M.Ahkam A⁴ | St.Hadjar Nurul Istiqamah⁵ |
Arinil Hidayah Bur⁶

^{2,3,4,5,6}Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Makassar

¹Fakultas Ilmu Sosial dan Hukum, Universitas Negeri Makassar

miftahidris86@gmail.com

Abstract : *Public speaking skill is the process of speaking to a group of people with the aim of providing information, motivating others, or just telling a story. These skills are considered important, but not everyone is able to do it. Adolescents who function as educators or counselors need public speaking skills so that the objectives of education can be achieved more effectively. anxiety when carrying out their activities speaking in front of many people. The purpose of public speaking training activities is to increase the knowledge of teenagers about the definition of public speaking, effective steps to be able to speak in public, to practice public speaking skills in pairs, groups, and simulations directly in front of the class. The methods used in this training are lecture, discussion, and simulation methods. This training activity was attended by 15 youth members of the South Sulawesi GENRE Forum who act as educators and counselors. The evaluation results show that adolescents are able to know the definition, steps in public speaking, and youth are able to practice public speaking. The security during the training made the teenagers who were participants in this training appear more confident in doing public speaking.*

Keywords: *Training, Public Speaking, Adolescents*

Abstrak: Keterampilan berbicara di depan umum merupakan proses berbicara kepada sekelompok orang dengan tujuan memberikan informasi, memotivasi orang lain, atau hanya sekedar bercerita. Keterampilan tersebut dinilai penting, namun tidak semua orang mampu melakukannya.. Remaja yang berfungsi sebagai educator atau konselor membutuhkan keterampilan berbicara di depan umum agar tujuan dari edukasi dapat tercapai dengan lebih efektif. Namun, beberapa remaja tersebut memiliki kendala dalam menyampaikan edukasi saat berbicara di depan umum karena minimnya pengetahuan, pengalaman berbicara di depan umum, hingga mengalami kecemasan saat menjalankan aktivitasnya berbicara di depan banyak orang. Tujuan dari kegiatan pelatihan *public speaking* untuk meningkatkan pengetahuan remaja tentang defenisi dari *public speaking*, langkah-langkah efektif untuk mampu berbicara di depan umum, hingga mempraktekkan keterampilan berbicara di depan umum secara berpasangan, berkelompok, serta simulasi secara langsung di depan kelas. Metode yang digunakan dalam pelatihan ini adalah metode ceramah, diskusi, dan simulasi. Kegiatan pelatihan ini diikuti oleh 15 orang remaja pengurus Forum GENRE Sulawesi Selatan yang berperan sebagai edukator maupun konselor. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa remaja mampu mengetahui defenisi, Langkah-langkah dala berbicara di depan umum, serta remaja mampu mempraktekkan berbicara di depan umum. Pengalaman selama pelatihan membuat remaja yang menjadi partisipan dalam pelatihan ini tampil lebih percaya diri dalam melakukan *public speaking*.

Kata Kunci: *Pelatihan, Public Speaking, Remaja*

A. PENDAHULUAN

Bahasa adalah media berkomunikasi dengan orang lain dalam bentuk lambang atau simbol untuk mengungkapkan suatu pengertian, seperti dengan menggunakan lisan, tulisan, isyarat, bilangan, lukisan, dan mimik wajah. Bahasa dapat digunakan untuk menjadi alat untuk mengekspresikan berbagai ide, arti, perasaan dan pengalaman. Dengan demikian, bahasa dapat menjadi sangat berperan dalam berkomunikasi dengan lingkungan sekitarnya dan mengungkapkan gagasan atau pikirannya kepada orang lain. Dengan bahasa, seorang anak dan remaja akan tumbuh dan berkembang menjadi manusia dewasa yang mampu bergaul di tengah-tengah masyarakat. (Handayani, 2008).

Bahasa sebagai alat berkomunikasi verbal dan nonverbal dapat dilakukan oleh siapa saja, namun berkomunikasi di depan *audiens* memerlukan ilmu khusus (Mulyana, 2019; Wakhyudi, 2019). Keterampilan berbicara di depan umum penting dipelajari oleh seseorang. Berbicara di depan umum bukan hanya sekedar menyampaikan pesan saja, namun juga memperhatikan bagaimana pesan yang disampaikan dapat dimengerti dan masuk ke dalam hati lawan bicara/ *audiens*.

Keterampilan berbicara di depan umum atau disebut *public speaking* adalah proses berbicara kepada sekelompok orang dengan berbagai macam tujuan antara lain untuk memberikan informasi, memotivasi orang lain, atau hanya sekedar bercerita. *Public speaking* berfokus pada efektivitas pesan yang disampaikan kepada *audiens*. Komunikasi efektif dalam *public speaking* didukung oleh beberapa faktor, diantaranya penguasaan materi, kepercayaan diri, mengelola situasi, mengelola *audiens*, dan penampilan pembicara yang menarik (Hojanto, 2016; Noer, 2018). Pembicaraan menjadi *powerfull* ketika konten yang disampaikan oleh *public speaker* dapat mempengaruhi pikiran *audiens* sehingga termanifestasi dalam tindakan (Sirait, 2016).

Urgensi dari kemampuan *public speaking* yang dimiliki oleh seorang individu tak terlepas dari definisi *public speaking* itu sendiri. Definisi dari *public speaking* berdasarkan etimologis yakni berasal dari kata “public” yang berarti kepada siapa kita akan berbicara. Sedangkan, kata “speaking” yang artinya bagaimana cara menyampaikannya. Dengan demikian *public speaking* diartikan sebagai kemampuan seseorang untuk mampu berbicara di depan umum atau banyak orang. Namun demikian, Wibawa dkk (2012) menyatakan bahwa tidak semua orang mampu merasa percaya diri berbicara di depan umum. Sebaliknya, terdapat orang yang bahkan ketakutan berbicara di depan. Ketidakmampuan berkomunikasi dapat menyebabkan seseorang tidak percaya diri ketika ia tampil didepan umum. Bagi mereka yang memiliki rasa takut untuk berbicara didepan publik, akan muncul rasa panik yang sangat mengganggu pikiran. Saat sebelum mulai berbicara didepan publik, tubuh yang belum siap akan mulai menunjukkan tanda-tanda awal dari reaksi panik akibat tekanan harus tampil. Detak jantung menjadi semakin cepat, telapak tangan mulai berkeringat, saat berdiri kepala terasa pusing dan kedua kaki gemetar. Salah satu penyebab hal ini terjadi adalah karena kurangnya pengetahuan tentang pidato, latihan dan membiasakan berbicara di depan umum (Indayani dkk, 2011)

Turistiati (2019) menyatakan bahwa seseorang yang untuk meningkatkan kepercayaan diri ketika terjun ke masyarakat salah satunya dengan meningkatkan *soft skill*. Tantowi Yahya berpendapat bahwa keterampilan ini dipraktikkan dengan memanfaatkan setiap kesempatan. Untuk mendapatkan kepercayaan diri ketika berbicara di depan *audiens* adalah dengan cara berlatih, tidak ada cara instan untuk mendapatkan kemampuan *public speaking* (Hojanto, 2016 dan Wakhyudi, 2019). Dengan mengikuti kegiatan pelatihan, seseorang dapat mempelajari teknik-teknik berbicara di depan umum atau bagaimana menggunakan alat presentasi yang mumpuni, atau bagaimana cara mengatasi hambatan dalam berbicara di depan umum. Selain itu, praktik *public speaking* sering juga dipahami sebagai praktik menjadi *Master of*

Ceremony (MC), menjadi komunikator dalam pidato, menjadi orator, dan semuanya ini sangat berguna dan dibutuhkan dalam kehidupan bermasyarakat.

Permasalahan yang dihadapi oleh orang remaja pengurus Forum GENRE Sulawesi Selatan yakni kemampuan berbicara di depan umum yang masih rendah, hanya sebagian anggota saja yang terlibat aktif dalam berbicara jika diberi kesempatan untuk memberikan informasi kepada remaja lain yang membutuhkan informasi dari Forum GENRE. Solusi dari permasalahan ini adalah melakukan Pelatihan *Public Speaking* bagi Remaja Forum GENRE Sulawesi Selatan. Kegiatan pelatihan ini diharapkan dapat memberi kontribusi kepada remaja sehingga terjadinya peningkatan dalam pemahaman dan pengetahuan dalam berbicara di depan umum. Dengan mengikuti pelatihan ini maka peserta pelatihan akan lebih percaya diri untuk berbicara di depan publik karena mereka lebih memahami tata cara berbicara di depan umum.

B. METODE YANG DIGUNAKAN

Psyco-education atau *psychological education* disebut juga sebagai *personal and social aeducation* serta dapat pula diartikan sebagai pendidikan pribadi dan sosial (Supratiknya, 2011). Berdasarkan pernyataan dari pasal 70 Kode Etik Psikologi Indonesia menunjukkan bahwa psikoedukasi dapat berbentuk pelatihan dan tanpa pelatihan (*non training*) (Himpunan Psikologi Indonesia, 2010). Psikoedukasi yang dilakukan dalam pengabdian ini menggunakan metode pelatihan atau biasa disebut dengan *training*. Adapun langkah-langkah yang akan dilakukan adalah sebagai berikut: (1) pemberian materi tentang *public speaking*; (2) pembagian kelompok berpasang-pasangan untuk melakukan simulasi *public speaking*. Untuk itu para peserta yang telah berpasang-pasangan diminta untuk menyusun acara dan sekaligus praktik untuk menjadi pembawa acara dalam acara tersebut. Jenis acara yang akan disusun, adalah: (a) Acara Formal; ataupun (b) Acara semi formal. Selanjutnya, (3) monitoring dan evaluasi kegiatan pelatihan dan pendampingan *public speaking*.

Metode yang digunakan dalam pelatihan ini ialah metode ceramah, diskusi, serta simulasi. Kegiatan pelatihan dilaksanakan pada 15 orang remaja pengurus Forum GENRE Sulawesi Selatan. Pada kegiatan pelatihan ini, pemateri menggunakan *slide power point* yang dipresentasikan menggunakan peralatan seperti laptop, LCD, Proyektor. Modul psikoedukasi ini disusun berdasarkan hasil *need analysis* yang telah dilakukan oleh fasilitator pelatihan. Berdasarkan *need analysis*, permasalahan utama yang dihadapi adalah kemampuan berbicara di depan umum. Selain itu, kegiatan diadakan dalam bentuk pelatihan yang menghadirkan pemateri secara langsung bernama Novita Maulidya Jalal, S.Psi., M.Psi., Psikolog.

Pengumpulan data dan evaluasi terhadap pelaksanaan kegiatan pelatihan dilakukan melalui observasi selama diskusi dan simulasi. Evaluasi yang dilakukan pada kegiatan dilakukan pada tahap pelaksanaan yang meliputi evaluasi terkait minat dan antusiasme siswa yang dilakukan dengan mengobservasi keaktifan peserta selama pelaksanaan kegiatan. Evaluasi juga dilakukan terhadap kesesuaian pelaksanaan dengan susunan acara yang telah disusun sebelumnya. Data yang diperoleh dari tes ini akan dianalisis dengan metode deskriptif.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Tujuan dari kegiatan pelatihan ini adalah membantu peserta dalam mengetahui, memahami, dan menerapkan meningkatkan rasa percaya diri dengan belajar Teknik *public speaking*. Kegiatan ini dilakukan dengan memberikan materi berjudul "*Public Speaking*".

Materi yang diberikan bertujuan agar peserta dapat lebih percaya diri ketika berbicara di depan umum. Diakhir penjelasan materi peserta diminta satu persatu untuk praktik berbicara di depan peserta lainnya.



Gambar 1. Pemberian Materi Psikoedukasi oleh Pemateri

Kegiatan pelatihan kepada 15 orang remaja pengurus Forum GENRE Sulawesi Selatan pada hari Sabtu, 06 Agustus 2022. Pengumpulan data dan evaluasi terhadap pelaksanaan kegiatan psikoedukasi dilakukan melalui observasi pada saat sesi diskusi dan simulasi. Berdasarkan hasil observasi diketahui bahwa peserta aktif dan antusias dalam mengikuti seluruh rangkaian proses pelatihan. Peserta memberikan pertanyaan antara lain terkait Teknik

yang dapat digunakan untuk menurunkan kecemasan saat berbicara, Teknik menarik perhatian peserta, serta teknik menghadapi peserta yang rebut atau tidak mempedulikan materi. Peserta menyampaikan bahwa peserta memperoleh manfaat dari kegiatan pelatihan ini disebabkan narasumber yang interaktif. Selain itu, peserta juga memperoleh kesempatan untuk berlatih dengan peserta lainnya serta memperoleh kesempatan untuk simulasi mempraktekkan berbicara di depan umum dengan Langkah-langah public speaking.

Pembahasan

Tahap persiapan

Tahap persiapan merupakan tahap awal mempersiapkan kebutuhan yang diperlukan dalam melakukan pengabdian pada remaja pengurus Forum GENRE Sulawesi Selatan. Berdasarkan hasil analisis kebutuhan diketahui bahwa remaja Forum GENRE membutuhkan soft skill untuk berbicara di depan umum melalui pelaksanaan pelatihan Public Speaking. Persiapan selanjutnya dilakukan dengan berkoordinasi dengan pihak Forum GENRE.

Tahap pelatihan dan pelaksanaan

Tujuan dari kegiatan ini adalah memberikan pelatihan tentang tata cara berbicara di muka umum serta menanamkan keberanian dan rasa percaya diri berbicara di muka umum. Materi yang diberikan meliputi Jenis-jenis Berbicara di Muka Umum, Tampil Percaya Diri Di Muka Umum, Teknik Berbicara *Role Play*. Materi pertama yang diberikan mengenal jenis-jenis berbicara di muka umum.

Terdapat beberapa faktor yang dapat memberikan pengaruh pada keberhasilan saat berbicara dimuka umum salah satunya adalah penggunaan bahasa yang tepat. Sari (2015) menjelaskan bahwa bahasa merupakan bagian dari kehidupan masyarakat penuturnya. Selain itu, factor kepercayaan diri juga penting agar remaja dapat menyampaikan ide atau gagasannya di depan umum. Kepercayaan diri erat kaitannya dengan konsep diri. Sebelum membangun kepercayaan diri, maka terlebih dulu untuk membentuk konsep diri positif sehingga memiliki harga diri yang tinggi (Rakhmat,201).

Beberapa teknik praktis *public speaking* yang dapat dipraktekkan meliputi: (1) mengetahui defenisi publisc speaking, mengetahui hambatan public speaking, mengetahui teknik-teknik public speaking mulai dari pembukaan hingga penutupan, serta memberikan kesempatan untuk diskusi dan tanya jawab, kemudian tantangan dalam mempraktekkan public seaking meliputi mengenali karakter pembicara dan audiens.

Setiap pembicara memiliki karakter, diantaranya ceria, lembut, kharismatik, berapi- api. Begitupun dengan peserta pelatihan, mereka memiliki karakter masing- masing. Selain itu, audiens juga memiliki tantangan tersendiri dalam *public speaking*, peserta berlatih menghadapi tipikal audiens dan reaksinya. Tipikal audiens diantaranya, tipe pembelajar, tipe penyimak, tipe pengkritik, tipe penghibur, dan tipe *no response* (Hojanto,2016). Peserta berlatih untuk menghadapi dinamika reaksi audiens selama tampil. Peserta yang mempunyai spontanitas tinggi mudah beradaptasi dengan situasi tersebut. Sebagian besar siswa tidak siap saat ditertawakan, dikritik, dan didiamkan oleh audiens, akibatnya tiba-tiba peserta lupa materi, grogi, dan tidak menguasai panggung. Solusinya peserta berlatih untuk merespon reaksi audiens sewajarnya, menarik nafas panjang, mengolah dan menata pikiran.

Kesan pertama dalam tampilan *public speaking* dapat menghipnotis audiens, peserta berlatih memberi pembukaan yang *powerfull* dan menarik perhatian audiens untuk menyimak lebih lanjut. Pembukaan dapat dilakukan dengan mempertimbangkan *visual impact* (Hojanto, 2016:85). Peserta pelatihan mempraktikkan teknik ini diantaranya berpantomim. Audiens tertarik dan antusias menyimak. Teknik pembukaan *powerfull* lainnya yaitu dengan cara meninggikan volume suara, membuat pantun, memberi humor, memberi pantun di awal. Hal

tersebut disebabkan karena pembukaan yang berkesan dapat menarik perhatian audiens menyimak materi yang akan disampaikan oleh *public speaker*. Selanjutnya, penutupan yang sempurna dimaksudkan untuk memberikan kesan akhir yang baik pada seluruh penampilan, ada kalimat atau *momen* yang diingat oleh audiens. Penutupan yang berkesan dapat dilakukan dengan cara mereview poin-poin materi, ajakan, himbauan, cerita, pantun, puisi, bahkan lagu (Hojanto, 2016).

Fasilitator mengevaluasi dengan mengobservasi perilaku para peserta selama proses pemberian pelatihan mulai dari penerimaan materi, diskusi, dan mempraktekkan dalam bentuk simulasi. Berdasarkan hasil observasi diketahui bahwa peserta aktif dan antusias dalam mengikuti seluruh rangkaian proses pelatihan. Peserta juga antusias dalam mempraktekkan simulasinya.

D. KESIMPULAN

Pada kegiatan pelatihan ini dapat berjalan cukup lancar. Fasilitator membagikan analisis kebutuhan dengan melakukan diskusi dengan forum GENRE. Kemudian dilaksanakan penyusunan rancangan pelatihan public speaking yang dilakukan secara langsung. Evaluasi dilakukan dengan melihat antusiasme dari partisipan sehingga kegiatan berjalan menyenangkan, hasil evaluasi menunjukkan bahwa partisipan merasa pamer materi dan materi yang disampaikan sudah sangat baik dan menyenangkan. Pelatihan *public speaking* dapat menjadi salah satu metode yang membantu partisipan untuk meningkatkan kepercayaan diri dalam berbicara di depan umum. Berdasarkan hasil pelatihan, maka disarankan pihak selanjutnya agar dapat memberikan untuk membentuk perubahan sikap dan perilaku peserta dapat dilihat secara langsung.

DAFTAR PUSTAKA

- Bukhori B. (2017). Kecemasan Berbicara di Depan Umum Ditinjau Dari Kepercayaan Diri dan Keaktifan dalam Organisasi Kemahasiswaan. *Jurnal Komunikasi Islam*, 6(1), 158-186. <https://doi.org/10.15642/jki.2016.6.1.158-186>
- Handayani, Putri Ayu. 2008. *Pentingnya Peningkatan Keterampilan Berbicara Pada Anak Usia Dini Melalui Metode Bercakap-Cakap*. Bandung: Sekolah Sekolah Tinggi Keguruan Dan Ilmu Pendidikan.
- Helen Keller Biography*. Retrieved From [https:// www. afb. org/ about-afb /history/ helen-keller/ biography-and- chronology/ biography](https://www.afb.org/about-afb/history/helen-keller/biography-and-chronology/biography)
- Hojanto, O. (2016). *Public Speaking Mastery*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama. <http://prosiding.lppm.unisba.ac.id/index.php/sosial/article/viewFile/158/96>
- Indayani, Iin. 2011. *Peranan Pembimbing Kegiatan Public Speaking dan Kepercayaan Diri Siswi di Pesantren Darul Hikmah Medan* <http://jurnal.usu.ac.id/index.php/flow/article/viewFile/11291/4886>
- Komputindo. Tubbs, S. L., Moss, S. (2012). *Human Communication Prinsip-Prinsip Dasar (Edisi Bahasa Indonesia)*. Bandung: Remaja Rosda Karya.
- Mulyana, D. (2019). *Ilmu Komunikasi Suatu Pengantar*. Bandung: Remaja Rosda Karya.
- Noer, M. (2017). *Mengasah Kemampuan Public Speaking*. Diambil dari presentasi Net Website <https://www.presentasi.net/author/noerpressadm/>
- Rahardi, K. (2016). *Dimensi-dimensi Kebahasaan*. Jakarta: Erlangga.
- Rakhmat, J. (2019). *Psikologi Komunikasi Edisi Revisi*. Bandung: Simbiosis Rekatama Media.
- Sari, I. P. (2015, October 28). Pentingnya Pemahaman Kedudukan Dan Fungsi Bahasa Indonesia Sebagai Pemersatu Negara Kesatuan Republik Indonesia. *Prosiding Seminar Nasional Bulan Bahasa UNIB 2015*, pp. 234-242.

- Sirait, C. B., Sirait, B. (2016). *The Power Of Public Speaking*. Jakarta: Elex Media Undang-undang Disabilitas No.8 Tahun
- Supratiknya. (2011). *Merancang Program dan Modul Psikoedukasi edisi revisi*. Yogyakarta: Universitas Sanata Dharma
- Turistiati, A. T., & Ramadhan, H. F. A. (2019). *Pelatihan Soft Skills Dan Pendampingan Siswa-Siswi SMK Di Kota Bogor Untuk Persiapan Memasuki Dunia Kerja*. *Jurnal Komunitas: Jurnal* 2016.
- WahyuniE. (2015). *Hubungan Self-Effecacy dan Keterampilan Komunikasi dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum*. *Jurnal Komunikasi Islam*, 5(1), 51-82. <https://doi.org/10.15642/jki.2015.5.1.51-82>
- Wibawa, Agung. Sarwoko. Eko, Cahyono. Suciska, Wulan. 2012. *Pelatihan Dasar Public Speaking (Pelatihan Bagi Pegawai Negeri Sipil Dan Tokoh Masyarakat Di Wilayah Desa Taman Bogo Kecamatan Purbolinggo, Lampung Timur)*. Seminar Hasil-Hasil Penelitian DanPengabdian Kepada Masyarakatdies Natalis Fisip Unila. Lampung.
- Yuliati,Nova. Roxhim, Muhammad. Lilis, Dede. 2014. *Pelatihan Keterampilan Dasar Public Speaking Bagi Siswa Sma Di Kota Bandung*.
- Wakhyudi, Y. (2019). *Kiat Praktis Kuasai Public Speaking, Tips dan Trik Berbicara di Depan Umum dengan Asyik dan Memukau*. Yogyakarta: Checklist.