

Pelatihan *Public Speaking* Upaya Meningkatkan Percaya Diri Remaja

Nurul Makrifah¹, Moh. Toyyib², STIT Al Ibrohimy Bangkalan

Abstrak

Ketidakmampuan berkomunikasi dapat menyebabkan seseorang tidak percaya diri ketika ia tampil di depan umum. Bagi siswa SMK Darur Rohman yang memiliki rasa takut untuk berbicara didepan publik, akan muncul rasa panik yang sangat mengganggu pikiran. Sebelum mulai berbicara didepan umum, tubuh siswa SMK Darur Rohman yang belum siap, akan mulai menunjukkan tanda-tanda awal dari reaksi panik akibat tekanan harus tampil. Oleh karena itu, pelatihan public speaking menjadi sangat krusial diadakan di SMK Darur Rohman dengan tujuan agar siswa percaya diri tampil berani di depan umum sebagai public speaker. Metode pelatihan ini diselenggarakan dengan hadirnya pemateri, tanya jawab antar audiens, dan lomba pidato bagi siswa. Dapat diketahui bahwa setelah adanya pelatihan, siswa mulai terbuka dan berani untuk tampil di depan umum, karena dalam pelatihan ini dipaparkan beberapa teknik-teknik untuk menghilangkan panic dan rasa takut.

Kata Kunci: Pelatihan, Public Speaking, Percaya Diri.

Abstract

Inability to communicate can cause someone to be insecure when appearing in public. For students of SMK Darur Rohman who have a fear of speaking in public, a feeling of panic will arise that is very disturbing to the mind. Before starting to speak in public, the bodies of students of SMK Darur Rohman who are not ready will begin to show early signs of a panic reaction due to the pressure of having to appear. Therefore, public speaking training is very crucial to be held at SMK Darur Rohman with the aim of making students confident to appear bravely in public as public speakers. This training method is held with the presence of speakers, questions and answers between audiences, and speech competitions for students. It can be seen that after the training, students began to open up and dare to appear in public, because in this training several techniques were explained to eliminate panic and fear.

Keywords: practice, Public Speaking, Self Confidence.

PENDAHULUAN

Bahasa merupakan media berkomunikasi, tercakup semua cara untuk berkomunikasi dimana pikiran dan perasaan dinyatakan dalam bentuk lambang atau simbol untuk mengungkapkan suatu pengertian seperti dengan menggunakan lisan, tulisan, isyarat, bilangan, lukisan, dan mimik muka. Bahasa sebagai alat komunikasi memungkinkan dua individu atau lebih mengekspresikan berbagai ide, arti, perasaan dan pengalaman.

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. Sebelum mulai berbicara didepan umum, tubuh yang belum siap akan mulai menunjukkan tanda-tanda awal dari reaksi panik akibat tekanan harus tampil. Salah satu penyebab hal ini terjadi adalah karena kurangnya pengetahuan tentang pidato, latihan dan membiasakan berbicara di depan umum.

Tujuan pengabdian ini adalah untuk meningkatkan rasa percaya diri remaja di SMK Darur Rohman Morobuh Kwanyar Bangkalan. Melalui pelatihan public speaking. Metode pelaksanaannya adalah pelatihan public speaking pada remaja SMK Darur Rohman Morobuh Kwanyar Bangkalan. Diharapkan dengan adanya kegiatan ini para remaja SMK Darur Rohman Kwanyar Bangkalan dapat memiliki pengetahuan, pemahaman dan keterampilan tentang ilmu public speaking sehingga lebih memahami dan dapat mengaplikasikan teknik berbicara didepan umum. Selain itu rasa percaya diri yang dimiliki menjadi lebih tinggi sehingga remaja SMK Darur Rohman Kwanyar bangkalan yakin dengan kemampuannya, optimis, objektif, bertanggungjawab, bertindak rasional dan realistis.

Wibawa dkk (2012 dalam Hasyim dan D.W, 2014) dalam tulisannya menyatakan bahwa bagi kebanyakan orang, berbicara di depan umum sangat menakutkan. Bahkan ketakutan berbicara di depan umum menduduki rangking yang lebih tinggi dari pada takut pada ketinggian. Situasi ini menggambarkan baik secara langsung maupun secara tidak langsung bahwa berbicara di depan umum merupakan kemampuan yang jika tidak dilatih maka akan menimbulkan gejala psikologis yang hebat pada seseorang yang belum terbiasa berbicara di depan umum.

Dari hasil pengamatan yang dilakukan di SMK Darur Rohman, remaja memiliki kemampuan public speaking yang rendah sehingga remaja masih belum memahami ilmu public speaking dan teknik berbicara didepan umum yang memadai. Selain itu rasa percaya diri yang dimiliki remaja juga masih rendah, sehingga seringkali masih ragu-ragu, takut salah, kurang berani dalam bertindak dan menyuarakan pendapatnya didepan

umum.

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 (Asriandhini dkk, 2020). Public speaking mengutip dari pendapat Zarefsky merupakan proses komunikasi dalam penyampian pesan yang dilakukan terus menerus bahkan berulang antara yang berbicara dengan yang mendengarkan (Yanti, 2017 dalam Rahmadani, 2021).

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. Faktor utama kesuksesan dalam public speaking adalah kepercayaan diri.

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, Wakhyudi, 2019, dalam Asriandhini, 2020).

Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang berupa keyakinan akan kemampuan diri seseorang sehingga tidak terpengaruh oleh orang lain dan dapat bertindak sesuai kehendak, gembira, optimis, cukup toleran, dan bertanggung jawab (Ghufron dan Risnawari, 2010). Kepercayaan diri menurut Lauster (2008 dalam Syam A & Amri, 2017) merupakan suatu sikap atau keyakinan atas kemampuan diri sendiri, sehingga dalam melakukan tindakan-tindakannya tidak terlalu cemas, merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang sesuai dengan keinginan dan tanggung jawab atas perbuatannya, sopan dalam berinteraksi dengan keinginan orang lain, memiliki dorongan prestasi serta mengenal kelebihan dan kekurangan diri sendiri.

Kepercayaan diri merupakan salah satu syarat yang esensial bagi individu untuk mengembangkan aktivitas dan kreativitas sebagai upaya dalam mencapai prestasi. Namun demikian, kepercayaan diri tidak tumbuh dengan sendirinya. Kepercayaan diri tumbuh dari proses interaksi yang sehat di lingkungan sosial individu dan berlangsung secara kontinu dan berkesinambungan.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan dalam bentuk kegiatan pembinaan. Peserta pengabdian kepada masyarakat seluruhnya berjumlah 60 orang yaitu seluruh siswa SMK Darur Rohman. Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Selasa, 24 November 2024, dan dimulai pada pukul 08.00 sampai pukul 10.30 WIB. Media yang

digunakan oleh pemateri yaitu LCD power point agar lebih interaktif dan komunikatif. Kegiatan dimulai dengan pemaparan MC tentang tata urutan acara, dan dilanjutkan oleh sambutan Wakil Kepala SMK Darur Rohman. Selanjutnya MC mempersilakan pemateri memberikan pengarahan tentang public speaking. Kemudian dilanjutkan dengan sesi Tanya-jawab atau konsultasi antara siswa dengan pemateri, dan yang terakhir adalah penutup yang diisi dengan lomba pidato.

HASIL KEGIATAN

A. Gambaran kegiatan

PKM dilaksanakan dengan konsep pelatihan. Siswa berada pada jejeran depan pemateri. Sedangkan di depan peserta dihadiri pemateri, Wakil Kepala Sekolah, Guru SMK, dan Moderator. Materi disampaikan dengan metode ceramah, yang kemudian disusul dengan diskusi antara siswa dan pemateri. Sebelum pemateri menjelaskan materi, Wakil kepala Sekolah terlebih dahulu menyampaikan sambutan dan motivasi atas pentingnya pengetahuan tentang public speaking. Berikut adalah tabel serangkaian acara pembinaan tersebut:

No	Waktu	Agenda
1.	08.00 – 08.10	Moderator membuka acara sekaligus muqaddimah
2.	08.10 – 08.30	Sambutan Wakil Kepala SMK dan motivasi
3.	08.30 – 09.30	Presentasi Nara Sumber
4.	09.30 – 10.00	Konsultasi dan diskusi siswa dengan Nara Sumber
5.	10.00 – 10.15	Kesimpulan materi dari Nara Sumber serta motivasi
6.	10.15 – 10.20	Penutup oleh Moderator
7.	10.20 – 10.30	Lomba pidato

B. Tema Program

“Public Speaking Upaya Meningkatkan Percaya Diri Remaja” di SMK Darur Rohman Morombuh Kwanyar

C. Lokasi pengabdian

Kegiatan PKM ini dilaksanakan di SMK Darur Rohman Morombuh Kwanyar Bangkalan, yang didirikan di bawah Yayasan Pondok Pesantren Darul Rohman. Sekolah ini terletak di desa Morombuh, Kwanyar, Bangkalan. Desa Morombuh adalah salah satu desa di kecamatan Kwanyar kabupaten Bangkalan, yang terletak di perbatasan kecamatan antara kwanyar dan tanah merah. Desa Morombuh merupakan daerah yang cukup kondusif dengan mayoritas penduduk beragama Islam dan mata pencaharian sebagian besar adalah Petani dan pedagang. Sarana pendidikan di desa ini cukup memadai dengan adanya beberapa gedung sekolah baik swasta maupun negeri dan juga pondok pesantren

:

D. Metode pelaksanaan kegiatan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan dalam bentuk kegiatan pembinaan. Peserta pengabdian kepada masyarakat seluruhnya berjumlah 60 orang yaitu seluruh siswa SMK Darur Rohman. Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Selasa, 24 November 2024, dan dimulai pada pukul 08.00 sampai pukul 10.30 WIB. Media yang digunakan oleh pemateri yaitu LCD power point agar lebih interaktif dan komunikatif. Kegiatan dimulai dengan pemaparan MC tentang tata urutan acara, dan dilanjutkan oleh sambutan Wakil Kepala SMK Darur Rohman. Selanjutnya MC mempersilakan pemateri memberikan pengarahan tentang public speaking. Kemudian dilanjutkan dengan sesi Tanya-jawab atau konsultasi antara siswa dengan pemateri, dan yang terakhir adalah penutup yang diisi dengan lomba pidato.

E. Ketercapaian Target luaran

Sasaran atau target kegiatan pengabdian ini adalah siswa beserta guru SMK Darur Rohman, Morombuh, Kwanyar, Bangkalan. Adapun yang terlibat dalam kegiatan ini adalah dosen STIT Al Ibrohimy Bangkalan yang telah berpengalaman dalam materi tentang public speaking. Hasil kegiatan PKM secara garis besar mencakup beberapa komponen sebagai berikut: (1) Ketercapaian tujuan kegiatan. (2) Ketercapaian target materi yang telah direncanakan. (3) Semangat siswa dalam menerapkan public speaking.

PEMBAHASAN KEGIATAN

Berangkat dari hasil wawancara dan observasi, ditemui banyak komplek guru mengenai sikap siswa, guru merasakan sikap siswa yang kurang percaya diri, sedangkan budaya yang ada di SMK Darur Rohman semua siswa harus bisa terampil. Setelah ditelusuri, banyak pengakuan dari siswa bahwasanya mereka jarang diajari oleh guru cara berkomunikasi yang baik melalui public speaking. Oleh karena ini, penting adanya sebuah pembinaan mengenai pentingnya public speaking agar siswa paham tentang pilar-pilar dalam public speaking diantaranya berpidato, orasi, dan sebagainya.

Di SMK Darur Rohman, dalam melaksanakan kegiatan belajar mengajar agar dapat meningkatkan kualitas siswa bukanlah hal yang mudah. Hasil wawancara dengan wali kelas 3 SMK Darur Rohman, banyak sekali ditemukan siswa yang tidak memanfaatkan public speaking dengan baik, salah satunya adalah berpidato atau tampil berbicara di depan umum.

Mengapa PKM ini mengangkat tema untuk remaja, karna remaja adalah masa dimana seseorang mengalami perubahan fisik, psikis, dan sikap. Hal ini bisa dilihat suatu perubahan saat seseorang beranjak ke jenjang sekolah menengah atas. Selain itu, remaja terkadang cenderung sulit dinasehati dalam beberapa hal. Salah satu contoh maraknya gadget dan media sosial, terkadang memberik dampak negative dan juga positif.

Pelatihan *public speaking* bagi remaja di SMK Darur Rohman sangat penting dilaksanakan. Agar supaya mereka bisa memahami tentang public speaking, cara

berpidato dengan baik. Dalam PKM ini, pemateri menjelaskan bahwa meningkatkan rasa percaya diri dalam persiapan berbicara di depan umum 1. Kesiapan performance outlook (make up, dress up, accessories) 2. Kesiapan first impression (cara jalan, perkenalan, facial expression) 3. Kesiapan dan penguasaan alat-alat dan media pendukung public speaking (mic, sound, LCD, layar) 4. Penguasaan audiens (identifikasi lingkungan, identifikasi audiens, identifikasi pihak-pihak terkait).

Orang yang ahli berpidato bisa menjadikan keahliannya tersebut menjadi sebuah kekuatan untuk mencapai sebuah cita-cita. Salah satu kegiatan *public speaking* yang sering dilakukan adalah pidato. Sirait (2008) mengatakan bahwa seorang *public speaker* harus mampu menyampaikan informasi, menghibur, dan meyakinkan pendengarnya. Memberanikan berbicara di hadapan umum artinya siap menyampaikan pesan kepada orang-orang dengan latar belakangnya berbeda.

Informasi yang disampaikan bisa salah dan membuat pendengar bingung ketika pemberi informasi tidak memahami atau tidak memperoleh sumber materi dengan utuh. Selanjutnya, tanpa kepercayaan diri, seorang pembicara tidak akan bisa meyakinkan orang lain untuk percaya pada yang disampaikannya.

PENUTUP

PKM dengan tema “Public Speaking Upaya Meningkatkan Percaya Diri Remaja” di SMK Darur Rohamn terealisasi dengan baik. Dihadiri 56 siswa, 2 Guru SMK, Wakil Kepala SMK, dan Dosen PGMI STIT Al-Ibrohimy. Acara berjalan dengan lancar dengan banyaknya antusiasme siswa dan guru dalam menyimak penjelasan pemateri, bahkan banyak pula beberapa siswa yang konsultasi mengenai cara agar percaya diri dalam tampil di muka umum. PKM ini dikonsepsi dengan sosialisasi dengan adanya sambutan Wakil kepala SMK, penjelasan materi dari nara sumber, dan konsultasi siswa dengan narasumber. Dapat diketahui bahwa setelah adanya pelatihan, siswa mulai terbuka dan

berani untuk tampil di depan umum, karena dalam pelatihan ini dipaparkan beberapa teknik-teknik untuk menghilangkan panic dan rasa takut.

Dari hasil kegiatan PKM bersama siswa dan guru SMK, perlu adanya evaluasi dan saran-saran guna mampu mengembangkan potensi siswa dalam memhami public speaking. Kegiatan sosialisasi terhadap siswa perlu diadakan lebih intensif guna tercapai kerjasama yang baik antara pihak sekolah dengan siswa dalam rangka mendukung pemahaman siswa akan public speaking. Waktu pelaksanaan kegiatan pengabdian perlu ditambah agar tujuan kegiatan dapat tercapai sepenuhnya, tetapi dengan konsekuensi penambahan biaya pelaksanaan. Target jumlah peserta sebaiknya dilaksanakan dengan skala besar atau menyeluruh dengan menghadirkan guru-guru dan semua siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Asriandhini, B., Khasidah, N., Merliana., Kristika, NA., Pramudita. (2020). Pelatihan Dasar Public Speaking Untuk Mengembangkan Keterampilan Penyampaian Informasi dan Kepercayaan Diri Bagi Siswa Tunarungu. *Jurnal Loyalitas Sosial*, 2(2), 71-84. DOI:<http://dx.doi.org/10.32493/JLS.v2i2.p71-84>.
- Ghufron, M. N., & Risnawati S. R. (2010). *Teori-teori Psikologi*. Ar Ruz Media Yogyakarta
- Hakim, T. (2002). *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Jakarta: Puspa Swara
- Handayani, Putri Ayu. (2008). *Pentingnya Peningkatan Keterampilan Berbicara Pada Anak Usia Dini Melalui Metode Bercakap-Cakap*. Bandung : Sekolah Sekolah Tinggi Keguruan Dan Ilmu Pendidikan.
- Hasyim, M., & D.W irwan. (2014). Pelatihan Public Speaking Pada Remaja Dan Anak-Anak Dusun Puluhan, Desa Banyusidi, Pakis, Magelang, Jawa Tengah. *Jurnal Inovasi dan Kewirausahaan*, 3(2), 96-100.