

## PELATIHAN PENGEMBANGAN *PUBLIC SPEAKING* SEBAGAI UPAYA PENINGKATAN *SOFT SKILL*

Dedi Gunawan Saputra<sup>1</sup>, Yayuk Chayatun Machsunah<sup>2</sup>, Ika Wahyu Pratiwi<sup>3</sup>,  
Ika Sastrawati<sup>4</sup>, Dawi Yanti<sup>5</sup>

<sup>1</sup>Bahasa dan Sastra, Universitas Negeri Makassar

<sup>2</sup>PPKN, Universitas PGRI Adi Buana Surabaya

<sup>3</sup>Ilmu Pendidikan dan Psikologi, Universitas Negeri Yogyakarta

<sup>4</sup>Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Makassar

<sup>5</sup>Teknik Instrumentasi Elektronika Migas, Sekolah Tinggi Teknologi Migas

*e-mail*: dedigunawansaputra@unm.ac.id

### Abstrak

Di era globalisasi dan digitalisasi saat ini, keterampilan berbicara di depan umum tidak hanya diperlukan oleh para profesional di bidang komunikasi, tetapi juga oleh semua individu yang ingin meningkatkan karier dan personal branding mereka. *Public speaking* tidak hanya mencakup kemampuan berbicara dengan baik di depan banyak orang, tetapi juga mencakup keterampilan mendengarkan, mempengaruhi, dan membujuk audiens. itu tujuan pelaksanaan pengabdian ini untuk mengasah keterampilan berbicara di depan umum dapat membantu seseorang menjadi komunikator yang lebih baik, baik dalam hubungan personal maupun sosial. Kemampuan ini juga dapat meningkatkan rasa percaya diri dan harga diri seseorang, karena mereka merasa lebih mampu menyampaikan pikiran dan perasaan mereka dengan jelas dan efektif. Kegiatan PKM ini dilakukan di SMA Karya Sahari, Kab. Bulukumba pada tanggal 4 dan 5 Maret 2024. Kegiatan pelatihan dilakukan dua kali dengan pertimbangan berbagai keterbatasan, termasuk keterbatasan para pelaksana, mitra, dan objek sasaran program, agar semua dapat berjalan lancar tanpa gangguan. Penggunaan kuesioner sebagai instrumen penilaian kuantitatif juga dilakukan untuk mendapatkan indikator numerik dalam kegiatan ini. Hasil Penelitian menunjukkan pelatihan *public speaking* di SMA Karya Sahari pada 4-5 Maret 2024 sangat efektif. Data menunjukkan peningkatan signifikan dalam pemahaman dan keterampilan *public speaking* peserta, termasuk kepercayaan diri, penyusunan presentasi, dan pengelolaan kecemasan. Pelatihan ini bermanfaat dalam pengembangan *soft skill* dan mempersiapkan generasi muda menghadapi tantangan dunia nyata.

**Kata kunci:** Public Speaking, Kepercayaan Diri, Soft Skill, Pengembangan Diri

### Abstract

In the current era of globalization and digitalization, public speaking skills are not only required by professionals in the field of communication, but also by all individuals who want to improve their careers and personal branding. Public speaking not only includes the ability to speak well in front of many people, but also includes the skills of listening, influencing, and persuading the audience. the purpose of this service is to hone public speaking skills can help a person become a better communicator, both in personal and social relationships. This ability can also increase a person's self-confidence and self-esteem, as they feel more able to convey their thoughts and feelings clearly and effectively. This PKM activity was carried out at SMA Karya Sahari, Bulukumba Regency on March 4 and 5, 2024. Training activities were carried out twice in consideration of various limitations, including the limitations of the implementers, partners, and target objects of the program, so that everything could run smoothly without interruption. The use of questionnaires as a quantitative assessment instrument was also carried out to obtain numerical indicators in this activity. The results showed that the public speaking training at SMA Karya Sahari on March 4-5, 2024 was very effective. Data showed significant improvements in participants' understanding and public speaking skills, including self-confidence, presentation organization, and anxiety management. This training is beneficial in developing soft skills and preparing young people for real-world challenges.

**Keywords:** Public Speaking, Self-Confidence, Soft Skill, Development

### PENDAHULUAN

Kemampuan *public speaking* atau berbicara di depan umum adalah salah satu *soft skill* yang sangat penting dalam dunia kerja dan kehidupan sehari-hari. Di era globalisasi dan digitalisasi saat ini, keterampilan berbicara di depan umum tidak hanya diperlukan oleh para profesional di bidang komunikasi, tetapi juga oleh semua individu yang ingin meningkatkan karier dan personal branding

mereka. Public speaking tidak hanya mencakup kemampuan berbicara dengan baik di depan banyak orang, tetapi juga mencakup keterampilan mendengarkan, mempengaruhi, dan membujuk audiens. Dalam dunia kerja, kemampuan untuk berkomunikasi secara efektif sering kali menjadi penentu keberhasilan seseorang dalam menyampaikan ide, memimpin tim, dan menggerakkan orang lain menuju tujuan bersama. Sebuah presentasi yang baik dapat membantu dalam meyakinkan klien, memenangkan proyek, dan memperkuat posisi perusahaan di pasar. Oleh karena itu, penguasaan public speaking menjadi aset yang sangat berharga bagi setiap individu yang ingin mencapai kesuksesan profesional.

Kemampuan public speaking merupakan keterampilan yang sangat penting dalam berbagai aspek kehidupan. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Zulhermindra dan Hadiarni (Zulhermindra & Hadiarni, 2020), (Rahayu et al., 2022), dan Kinasih dan Olivia (Kinasih & Olivia, 2022), public speaking dianggap sebagai keterampilan yang esensial, terutama bagi mahasiswa universitas, dalam menyampaikan informasi dengan jelas dan meyakinkan. Sayangnya, tidak semua orang memiliki kemampuan berbicara di depan umum yang baik secara alami. Banyak orang merasa cemas dan tidak percaya diri ketika harus berbicara di depan banyak orang. Rasa takut ini sering kali disebabkan oleh kurangnya pengalaman dan latihan. Oleh karena itu, diperlukan pelatihan khusus untuk mengembangkan keterampilan ini. Pelatihan public speaking dapat memberikan berbagai teknik dan strategi untuk mengatasi rasa takut, meningkatkan kepercayaan diri, dan menyampaikan pesan dengan jelas dan efektif.

Jenis pengabdian sebelumnya telah dilakukan oleh Ambalegin et al., (2023) Dengan menguasai keterampilan public speaking, mahasiswa dan lulusan SMK, seperti yang dibahas oleh, dapat lebih siap dalam menghadapi tantangan di tempat kerja. Pelatihan pengembangan public speaking biasanya mencakup berbagai materi, seperti teknik vokal, bahasa tubuh, struktur presentasi, dan cara mengelola audiens. Peserta pelatihan diajarkan bagaimana cara membuka presentasi dengan menarik, menyusun argumen yang logis dan meyakinkan, serta menutup presentasi dengan kuat. Selain itu, pelatihan ini juga memberikan kesempatan bagi peserta untuk berlatih dan mendapatkan umpan balik yang konstruktif dari pelatih dan rekan-rekan mereka. Oleh sebab itu, pelaksanaan pengabdian ini diharapkan dapat membantu menambah *softskill* para siswa

Pelatihan soft skill berbicara di depan umum menjadi sangat penting bagi siswa pada era modern saat ini karena memiliki dampak yang signifikan dalam pengembangan berbagai aspek kehidupan. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Pratiwi dan Mukminan Pratiwi & Mukminan (2019), keterampilan berbicara menjadi standar kelulusan yang harus dikuasai oleh siswa dan sangat penting untuk studi lanjutan. Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan berbicara di depan umum menjadi keterampilan yang esensial bagi siswa dalam menghadapi tantangan pendidikan dan karir di masa depan. Selain itu, penelitian oleh Hartini dan Chumaeson Hartini & Chumaeson (2021) menyoroti bahwa pelatihan public speaking dapat meningkatkan rasa percaya diri siswa. Aktivitas pelatihan ini mencakup presentasi materi tentang public speaking, sesi diskusi, pelatihan menjadi MC, latihan pidato, sesi bercerita, dan sesi permainan. Dengan demikian, pelatihan ini tidak hanya membantu siswa dalam berbicara di depan umum, tetapi juga dalam membangun rasa percaya diri yang kuat.

Manfaat dari pelatihan public speaking tidak hanya dirasakan dalam konteks profesional, tetapi juga dalam kehidupan sehari-hari. Oleh sebab itu tujuan pelaksanaan pengabdian ini untuk mengasah keterampilan berbicara di depan umum dapat membantu seseorang menjadi komunikator yang lebih baik, baik dalam hubungan personal maupun sosial. Kemampuan ini juga dapat meningkatkan rasa percaya diri dan harga diri seseorang, karena mereka merasa lebih mampu menyampaikan pikiran dan perasaan mereka dengan jelas dan efektif. Selain itu, pelatihan berbicara di depan umum dapat berdampak positif pada pengembangan personal branding dan kepemimpinan. Sebagai contoh, program pelatihan yang dirancang untuk manajer organisasi mahasiswa telah terbukti mendorong pengembangan kemampuan berbicara di depan umum dan meningkatkan kemampuan personal branding (Juwito et al., 2022). Dengan mengasah kemampuan berbicara di depan umum, individu dapat secara efektif merepresentasikan diri mereka sendiri dan organisasi mereka, sehingga mendorong pertumbuhan dan kesuksesan profesional.

Harapan dari pelaksanaan pengabdian ini public speaking juga dapat membantu dalam pengembangan kemampuan berpikir kritis dan analitis. Ketika mempersiapkan sebuah presentasi, seseorang harus mampu menyusun argumen yang kuat, memprediksi pertanyaan atau keberatan yang mungkin muncul, dan merespons dengan baik. Proses ini melibatkan pemikiran yang mendalam dan analisis yang cermat, yang pada akhirnya dapat meningkatkan kemampuan berpikir kritis seseorang.

Pelatihan *public speaking* ini juga dapat meningkatkan kemampuan bekerja sama dan berkolaborasi dengan orang lain. Dalam banyak kasus, peserta pelatihan akan bekerja dalam kelompok untuk mempersiapkan dan menyampaikan presentasi bersama. Hal ini membantu mereka belajar bagaimana berkomunikasi secara efektif dalam tim, mengelola dinamika kelompok, dan mencapai tujuan bersama. Tidak kalah pentingnya, pelatihan ini juga membuka peluang jaringan dan koneksi yang lebih luas. Peserta pelatihan sering kali berasal dari berbagai latar belakang dan industri, sehingga memungkinkan pertukaran ide dan pengalaman yang berharga. Melalui interaksi ini, peserta dapat membangun hubungan profesional yang bermanfaat untuk karier mereka di masa depan. Keterampilan berbicara di depan umum sangat penting untuk kemajuan karier dan peran kepemimpinan. Perusahaan tidak hanya menghargai keahlian teknis, tetapi juga keterampilan lunak seperti berbicara di depan umum (Ndejjo et al., 2022). Seiring dengan kemajuan individu dalam karier mereka, pentingnya keterampilan berbicara di depan umum cenderung meningkat dan menjadi bagian integral dari banyak profesi (Buser & Yuan, 2023).

Secara keseluruhan, pelatihan pengembangan *public speaking* adalah investasi yang sangat berharga untuk peningkatan *soft skill*. Kemampuan berbicara di depan umum yang baik tidak hanya meningkatkan peluang sukses dalam karier, tetapi juga memperkaya kehidupan pribadi dan sosial seseorang. Oleh karena itu, setiap individu yang ingin berkembang dan sukses sebaiknya mempertimbangkan untuk mengikuti pelatihan ini sebagai bagian dari upaya peningkatan diri yang berkelanjutan.

## METODE

Kegiatan PKM ini dilakukan di SMA Karya Sahari, Kab. Bulukumba pada tanggal 4 dan 5 Maret 2024. Kegiatan pelatihan dilakukan dua kali dengan pertimbangan berbagai keterbatasan, termasuk keterbatasan para pelaksana, mitra, dan objek sasaran program, agar semua dapat berjalan lancar tanpa gangguan. Penggunaan kuesioner sebagai instrumen penilaian kuantitatif juga dilakukan untuk mendapatkan indikator numerik dalam kegiatan ini. Data yang dihasilkan akan dianalisis secara terpisah dari data lainnya, dan interpretasi data akan dijelaskan secara terpisah agar pembaca memahami dengan jelas setiap aspeknya. Dibawah ini akan dipaparkan pada Tabel 1. terkait langkah-langkah pelaksanaan pelatihan pengembangan *public speaking*. Berikut adalah langkah-langkahnya;

Tabel 1. Langkah-Langkah Kegiatan

Tahap	Deskripsi Kegiatan	Waktu
Observasi Awal	<ul style="list-style-type: none"> <li>▫ Mengunjungi SMA Karya Sahari untuk observasi lokasi dan berdiskusi dengan pihak sekolah mengenai kebutuhan dan kondisi peserta.</li> <li>▫ Mengidentifikasi fasilitas yang tersedia.</li> </ul>	15 Februari 2024
Rapat Koordinasi Internal	<ul style="list-style-type: none"> <li>▫ Mengadakan rapat internal dengan tim dosen untuk membahas rencana pelaksanaan pelatihan, pembagian tugas, dan jadwal kegiatan.</li> <li>▫ Menyusun materi pelatihan.</li> </ul>	20 Februari 2024
Rapat Bersama Mitra	<ul style="list-style-type: none"> <li>▫ Rapat dengan pihak SMA Karya Sahari untuk menyepakati rancangan kegiatan, jadwal, dan teknis pelaksanaan pelatihan.</li> <li>▫ Mendiskusikan peran dan kontribusi masing-masing pihak.</li> </ul>	25 Februari 2024
Pelaksanaan Pelatihan	<p><b>Hari Pertama (4 Maret 2024)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▫ Pembukaan dan pengenalan materi dasar <i>public speaking</i>.</li> <li>▫ Latihan teknik vokal, bahasa tubuh, dan pengelolaan kecemasan.</li> </ul> <p><b>Hari Kedua (5 Maret 2024)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▫ Praktik presentasi singkat dan umpan balik langsung.</li> <li>▫ Pendalaman materi tentang struktur presentasi dan teknik mempengaruhi audiens.</li> <li>▫ Sesi simulasi dan role play dalam kelompok kecil.</li> <li>▫ Presentasi akhir peserta dan evaluasi performa.</li> </ul>	4-5 Maret 2024

Pengumpulan Data dan Evaluasi	<ul style="list-style-type: none"> <li>▫ Mengumpulkan kuesioner dari peserta untuk menilai efektivitas pelatihan.</li> <li>▫ Mendokumentasikan kegiatan melalui foto, video, dan catatan lapangan.</li> <li>▫ Menganalisis data kuesioner dan umpan balik.</li> </ul>	6-10 Maret 2024
Pelaporan Kegiatan	<ul style="list-style-type: none"> <li>▫ Menyusun laporan kegiatan yang mencakup hasil observasi, materi yang diberikan, dokumentasi, dan hasil evaluasi.</li> <li>▫ Menyusun artikel ilmiah berdasarkan temuan dan pengalaman selama pelatihan.</li> </ul>	15 Maret 2024
Evaluasi dan Refleksi	<ul style="list-style-type: none"> <li>▫ Sesi evaluasi internal dengan tim dosen untuk membahas hasil pelatihan dan belajar dari pengalaman.</li> </ul>	20 Maret 2024

Foto kegiatan:



Gambar 1. Pendalaman Materi

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

**Deskripsi Peserta Kegiatan Pelatihan Public Speaking**

Peserta kegiatan pelatihan public speaking terdiri dari siswa-siswa SMA Karya Sahari dengan berbagai jenis kelamin dan usia. Rincian peserta dapat dilihat dalam Tabel 2 berikut:

Tabel 2. Peserta Pelatihan Public Speaking

Responden	Keterangan	Total
Jenis Kelamin	Laki-laki	17
	Perempuan	20
Usia	16 tahun	11
	17 tahun	7
	18 tahun	19

Dari Tabel 2. di atas dapat dilihat bahwa jumlah total peserta yang mengikuti pelatihan public speaking adalah 37 siswa, yang semuanya berasal dari tingkat pendidikan SMA. Berdasarkan jenis kelamin, terdapat 17 peserta laki-laki dengan presentase 46% dan 20 peserta perempuan dengan presentase 54%. Hal ini menunjukkan partisipasi yang cukup seimbang antara laki-laki dan perempuan dalam pelatihan ini. Berdasarkan usia, peserta pelatihan terbagi menjadi tiga kelompok umur dengan rincian: 11 peserta berusia 16 tahun dengan presentase 43%, 7 peserta berusia 17 tahun dengan presentase 19%, dan 19 peserta berusia 18 tahun dengan presentase 38%. Terlihat bahwa sebagian besar peserta berada dalam rentang usia 16 hingga 18 tahun. Dengan keberagaman ini, pelatihan public speaking diharapkan dapat memberikan manfaat yang signifikan dan sesuai dengan kebutuhan masing-masing kelompok peserta.

Tabel 3. Respon Peserta Mengenai Pemahaman tentang “Public Speaking”

Sebelum Kegiatan	Tahu	Tidak Tahu
	65,2%	34,5%
Setelah Kegiatan	Tahu	Ragu-ragu
	89,7%	10,3%

Mengenai pertanyaan apakah peserta mengetahui apa yang dimaksud dengan public speaking, terlihat peningkatan pemahaman dari 65,2% sebelum kegiatan menjadi 89,7% setelah kegiatan. Meskipun jawaban peserta bervariasi secara kualitatif, pada umumnya mengarah pada pemahaman yang sama. Sebelum kegiatan, peserta mengerti public speaking secara umum sebagai berbicara di depan publik atau memberikan ceramah. Namun, setelah pelatihan, mereka memahami bahwa keterampilan ini tidak hanya mencakup berbicara di depan umum, tetapi juga melibatkan pengembangan kepercayaan diri, kemampuan berbicara, penyusunan presentasi dan pengelolaan kecemasan, baik dengan tim maupun dengan publik.

Berdasarkan data kuesioner dan umpan balik yang diterima, pelatihan pengembangan public speaking yang diadakan di SMA Karya Sahari pada tanggal 4 dan 5 Maret 2024 menunjukkan efektivitas yang signifikan dalam meningkatkan kemampuan public speaking peserta. Analisis data kuesioner sebelum dan sesudah pelatihan mengungkapkan perubahan positif dalam beberapa aspek utama, seperti kepercayaan diri, kemampuan berbicara, dan pemahaman tentang public speaking. Berikut adalah tabel yang merangkum perubahan dalam keyakinan, keterampilan, dan pemahaman peserta sebelum dan sesudah pelatihan:

Tabel 4. Perubahan Keterampilan Peserta Pelatihan *Public Speaking*

Aspek Penilaian	Sebelum Pelatihan (%)	Setelah Pelatihan (%)
Kepercayaan Diri	55	85
Kemampuan Berbicara	60	88
Penyusunan Presentasi	50	82
Pengelolaan Kecemasan	45	78

Keterangan:

**Kepercayaan Diri:** Kepercayaan diri peserta dalam berbicara di depan umum meningkat dari 55% sebelum pelatihan menjadi 85% setelah pelatihan. Peningkatan ini menunjukkan bahwa peserta merasa lebih yakin dengan kemampuan mereka untuk berbicara di depan audiens setelah mengikuti berbagai sesi latihan dan mendapatkan umpan balik konstruktif.

**Kemampuan Berbicara:** Kemampuan berbicara peserta meningkat dari 60% sebelum pelatihan menjadi 88% setelah pelatihan. Hal ini mencerminkan bahwa teknik vokal, bahasa tubuh, dan strategi pengelolaan kecemasan yang diajarkan selama pelatihan efektif dalam meningkatkan keterampilan berbicara peserta.

**Penyusunan Presentasi:** Peningkatan signifikan juga terlihat dalam kemampuan peserta untuk menyusun presentasi yang terstruktur dan meyakinkan, dengan peningkatan dari 50% sebelum pelatihan menjadi 82% setelah pelatihan. Peserta belajar menyusun argumen yang logis dan menyampaikan pesan dengan jelas dan teratur.

**Pengelolaan Kecemasan:** Kemampuan peserta dalam mengelola kecemasan saat berbicara di depan umum meningkat dari 45% sebelum pelatihan menjadi 78% setelah pelatihan. Teknik-teknik relaksasi dan latihan praktis membantu peserta merasa lebih tenang dan percaya diri saat berbicara di depan audiens.

#### Pembahasan Hasil

Hasil dari pengabdian ini melihat sebuah fenomena bahwa masih adanya siswa yang belum mahir presentasi di depan kelas dapat disebabkan oleh beberapa faktor dalam aspek public speaking. Pertama, kurangnya kepercayaan diri menjadi hambatan utama. Siswa yang tidak percaya diri cenderung merasa cemas dan gugup saat berbicara di depan banyak orang, yang pada akhirnya mengganggu performa mereka. Kurangnya pengalaman berbicara di depan umum juga memperparah masalah ini, karena siswa tidak terbiasa menghadapi audiens dan mengelola kecemasan. Keterampilan mengelola stres dan ketakutan saat presentasi sangat penting dalam public speaking, namun banyak siswa belum memiliki teknik yang efektif untuk mengatasi perasaan tersebut. Rendahnya kepercayaan diri siswa juga dapat disebabkan oleh rasa malu, keraguan untuk mengungkapkan pendapat, dan kurangnya motivasi dalam belajar (Martono et al., 2021).

Intensitas penggunaan media sosial seperti Instagram dan TikTok dapat memengaruhi presentasi diri seseorang di depan umum, karena pengguna media sosial sering kali berusaha untuk menampilkan diri terbaik mereka dan menjaga citra di hadapan publik (Faadhilah et al., 2021; Dewi et al., 2021).

Media sosial sangat berpengaruh terhadap pembelajaran siswa, baik di sekolah maupun pembelajaran anak di rumah. Sehingga, waktu siswa untuk mengasah softskillnya sangat kurang (Wahyuni., dkk., 2023). Selain itu, kurangnya persiapan dan pemahaman mengenai teknik-teknik public speaking yang efektif juga berkontribusi. Public speaking bukan hanya tentang berbicara, tetapi juga melibatkan penyusunan konten yang baik, penggunaan bahasa tubuh yang tepat, kontak mata, dan kemampuan berinteraksi dengan audiens. Siswa yang belum dilatih dalam aspek-aspek ini mungkin merasa kesulitan untuk menyampaikan pesan mereka dengan jelas dan menarik.

Program pelatihan dan praktik berulang kali sangat penting untuk membantu siswa menguasai keterampilan ini. Tanpa bimbingan dan latihan yang memadai, banyak siswa yang masih belum mahir dalam melakukan presentasi yang efektif di depan kelas. Peningkatan terbesar terlihat pada aspek kepercayaan diri dan kemampuan berbicara. Hal ini kemungkinan besar disebabkan oleh kombinasi latihan teknik vokal, bahasa tubuh, dan pengelolaan kecemasan yang diberikan selama pelatihan. Meski begitu, beberapa peserta masih merasa perlu lebih banyak latihan untuk menguasai struktur presentasi yang baik. Siswa saat ini mungkin tidak sepenuhnya memahami teknik berbicara di depan umum karena berbagai faktor yang dapat memengaruhi pemahaman dan keterampilan mereka di bidang ini. Salah satu faktor yang mungkin berperan adalah glossophobia, ketakutan berbicara di depan umum, yang dapat menghalangi siswa untuk berlatih dan mengembangkan keterampilan berbicara mereka Dansieh dkk. (2021). Selain itu, kurangnya kesempatan untuk berlatih secara individu dalam presentasi lisan di kelas juga dapat memengaruhi pemahaman dan keterampilan berbicara di depan umum siswa (Zulhermindra & Hadiarni, 2020).

Berdasarkan penelitian yang relevan, anak-anak sebenarnya dapat diajarkan berbicara di depan umum sejak usia dini. Sebuah studi menunjukkan bahwa pendidikan anak usia dini merupakan masa yang tepat untuk menstimulasi anak dengan unsur kebaikan, karena pada usia tersebut anak berada pada masa emas (golden age) di mana mereka lebih mudah menerima materi dan pengalaman baru (Andriyani 2022). Selain itu, pendidikan anak usia dini juga dianggap penting untuk kualitas pengalaman anak di masa depan (Harahap & Eliza, 2022). Pendidikan anak usia dini dapat melibatkan berbagai metode dan teknik, seperti penggunaan media audio visual untuk meningkatkan keterampilan berbicara anak di depan umum (Sembiring et al., 2021). Selain itu, penggunaan teknik debat juga dapat menjadi sarana efektif untuk meningkatkan kemampuan berbicara di depan umum bagi siswa. Melalui pendekatan yang holistik dan beragam, anak-anak dapat diberikan kesempatan untuk berlatih dan mengembangkan keterampilan berbicara mereka sejak usia dini.

Kemahiran anak dalam berbicara di depan umum dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti gangguan bicara, kecemasan, dan penghambatan perilaku (Muris et al., 2015). Memahami faktor-faktor ini dan dampaknya terhadap kemampuan komunikasi anak sangat penting untuk merancang intervensi yang efektif. Penelitian mengenai pelatihan pembalikan kebiasaan dan pelatihan kesadaran telah menunjukkan hasil yang menjanjikan dalam mengurangi gangguan bicara dan kebiasaan gugup saat berbicara di depan umum (Spieler & Miltenberger, 2016; Mancuso & Miltenberger, 2015; Pawlik & Perrin, 2019). Teknik-teknik ini dapat bermanfaat untuk membantu anak-anak dalam meningkatkan kemampuan berbicara dan kepercayaan diri mereka ketika berbicara di depan audiens. Adapun pemaparan materi pada pelaksanaan pengabdian ini juga menampilkan teknik – teknik *public speaking* sebagai berikut :

Tabel 5. Teknik – teknik *public speaking*

Aspek	Langkah - Langkah
Persiapan yang Matang	<ul style="list-style-type: none"> <li>▫ <b>Riset dan Penyusunan Materi:</b> Kumpulkan informasi yang relevan dan susun presentasi dengan struktur yang jelas (pendahuluan, isi, penutup).</li> <li>▫ <b>Latihan:</b> Latih presentasi secara berulang-ulang, baik sendiri maupun di depan teman atau keluarga untuk mendapatkan masukan.</li> </ul>
Penguasaan Materi	<ul style="list-style-type: none"> <li>▫ <b>Pemahaman Mendalam:</b> Kuasai topik presentasi sehingga dapat menjelaskan dengan percaya diri dan menjawab pertanyaan audiens.</li> <li>▫ <b>Catatan Penting:</b> Gunakan poin-poin penting sebagai panduan, bukan teks lengkap, untuk menjaga alur dan tetap terhubung dengan audiens.</li> </ul>
Kontak Mata	<ul style="list-style-type: none"> <li>▫ <b>Berinteraksi dengan Audiens:</b> Lakukan kontak mata dengan audiens untuk menciptakan koneksi dan menunjukkan kepercayaan diri.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>▫ <b>Pandangan Menyeluruh:</b> Jangan fokus pada satu titik, tetapi alihkan pandangan ke seluruh ruangan.</li> </ul>
Bahasa Tubuh	<ul style="list-style-type: none"> <li>▫ <b>Postur Tubuh:</b> Berdirilah dengan tegak dan rileks, menunjukkan sikap terbuka dan percaya diri.</li> <li>▫ <b>Gerakan Tangan:</b> Gunakan gerakan tangan yang alami untuk menekankan poin penting, tetapi jangan berlebihan.</li> </ul>
Vokal dan Artikulasi	<ul style="list-style-type: none"> <li>▫ <b>Proyeksi Suara:</b> Pastikan suara Anda terdengar jelas di seluruh ruangan, tidak terlalu pelan atau terlalu keras.</li> <li>▫ <b>Intonasi dan Kecepatan:</b> Variasikan intonasi dan tempo berbicara untuk menjaga minat audiens dan menghindari monoton.</li> </ul>
Mengelola Kecemasan	<ul style="list-style-type: none"> <li>▫ <b>Teknik Relaksasi:</b> Gunakan teknik pernapasan dalam, meditasi, atau visualisasi untuk mengurangi kecemasan sebelum dan selama presentasi.</li> <li>▫ <b>Persiapan Mental:</b> Fokus pada pesan yang ingin disampaikan dan anggap audiens sebagai teman yang ingin mendengar ide-ide Anda.</li> </ul>
Penggunaan Visual Aids	<ul style="list-style-type: none"> <li>▫ <b>Slide Presentasi:</b> Buat slide yang menarik, jelas, dan tidak terlalu padat teks untuk mendukung poin-poin utama.</li> <li>▫ <b>Rekvisita:</b> Jika perlu, gunakan objek fisik atau demonstrasi untuk menjelaskan konsep secara lebih konkret.</li> </ul>
Interaksi dengan Audiens	<ul style="list-style-type: none"> <li>▫ <b>Tanya Jawab:</b> Sisipkan sesi tanya jawab untuk melibatkan audiens dan memberikan klarifikasi tambahan.</li> <li>▫ <b>Partisipasi Aktif:</b> Ajak audiens untuk berpartisipasi melalui pertanyaan atau aktivitas sederhana yang relevan dengan topik.</li> </ul>
Penutupan yang Kuat	<ul style="list-style-type: none"> <li>▫ <b>Rangkuman:</b> Ringkas poin-poin utama di akhir presentasi untuk memperkuat pesan yang disampaikan.</li> <li>▫ <b>Ajakan Bertindak:</b> Berikan ajakan yang jelas, misalnya mengajak audiens untuk menerapkan informasi yang telah disampaikan atau mengambil langkah lanjut.</li> </ul>

Peningkatan kepercayaan diri juga dapat terjadi melalui pengembangan *soft skill*, penguatan kompetensi, dan pelatihan berpikir positif (Permana & Aminah, 2023; Azizah & Fatayati, 2021). Studi menunjukkan bahwa kepercayaan diri merupakan keyakinan atas kemampuan diri sendiri untuk mencapai tujuan yang diinginkan, dan hal ini dapat ditingkatkan melalui pelatihan public speaking (Saalino et al., 2020; Komara, 2016; Ginting et al., 2022). Selain itu, kepercayaan diri juga merupakan faktor penting pada anak dan individu, yang memungkinkan mereka untuk mengaktualisasikan potensi yang dimiliki. Dengan demikian, pelatihan public speaking tidak hanya berdampak pada kemampuan berbicara, tetapi juga berperan penting dalam membangun kepercayaan diri individu. Melalui dukungan teman sebaya, keterampilan sosial, dan pengembangan *soft skill*, pelatihan public speaking dapat menjadi sarana efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri peserta, baik dalam berbicara di depan umum maupun dalam kehidupan sehari-hari. Dengan menerapkan teknik-teknik ini, seseorang dapat meningkatkan kemampuan public speaking mereka, membuat presentasi lebih menarik dan efektif, serta mengatasi rasa takut berbicara di depan umum. Secara keseluruhan, pelatihan pengembangan public speaking ini terbukti efektif dalam meningkatkan berbagai keterampilan penting yang dibutuhkan untuk berbicara di depan umum. Manfaat dari pelatihan ini tidak hanya dirasakan dalam konteks profesional, tetapi juga dalam kehidupan sehari-hari para peserta. Peningkatan dalam kepercayaan diri, kemampuan berbicara, dan pengelolaan kecemasan menunjukkan bahwa pelatihan ini adalah investasi yang berharga untuk pengembangan *soft skill* peserta.

## SIMPULAN

Dengan demikian, kesimpulan dari pelatihan pengembangan public speaking di SMA Karya Sahari pada tanggal 4 dan 5 Maret 2024 adalah sangat positif. Berdasarkan analisis data kuesioner sebelum dan sesudah pelatihan, serta umpan balik yang diterima dari peserta, dapat disimpulkan bahwa pelatihan ini efektif dalam meningkatkan kemampuan public speaking peserta. Terdapat peningkatan signifikan dalam pemahaman mereka tentang public speaking, serta pemahaman konsep-konsep

penting seperti kepercayaan diri, kemampuan berbicara, penyusunan presentasi, dan pengelolaan kecemasan. Peserta pelatihan berhasil memahami bahwa public speaking bukan hanya tentang berbicara di depan umum, tetapi juga melibatkan pengembangan berbagai soft skill penting seperti kepercayaan diri, kemampuan mengatur diri, keterampilan kepemimpinan, dan kemampuan sosial. Hal ini menunjukkan bahwa materi dan metode pelatihan yang diterapkan berhasil menginspirasi peserta untuk menginternalisasi konsep-konsep tersebut.

Pelatihan public speaking bukan hanya memberikan manfaat dalam konteks profesional, tetapi juga dalam kehidupan sehari-hari peserta. Meningkatnya kepercayaan diri dan kemampuan berbicara akan membantu mereka dalam berbagai situasi, baik dalam karier maupun dalam hubungan sosial. Oleh karena itu, pelatihan ini merupakan investasi yang berharga dalam pengembangan soft skill dan peningkatan potensi individu. Selain itu, keberhasilan pelatihan ini juga menunjukkan pentingnya peran pendidikan formal dan non-formal dalam membekali generasi muda dengan keterampilan yang relevan dan diperlukan di era digital dan globalisasi ini. Dengan melibatkan siswa-siswa SMA dalam pelatihan semacam ini, sekolah tidak hanya memberikan pendidikan akademik, tetapi juga mempersiapkan mereka untuk menghadapi tantangan dunia nyata. Dengan demikian, pelatihan public speaking di SMA Karya Sahari dapat dijadikan contoh bagi lembaga pendidikan lainnya untuk mengimplementasikan program-program serupa dalam rangka mempersiapkan generasi muda untuk menjadi pemimpin dan pembicara yang efektif di masa depan.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Andriyani, S. S. (2022). Penyusunan Tes Pilihan Ganda Keterampilan Membaca Teks Eksposisi: Supervisi Klinik Kepala Sekolah Bermetode Workshop. *Jurnal Pembelajaran Bahasa dan Sastra*, 1(2), 215-226.
- Azizah, L. F. and Fatayati, N. U. (2021). Efektivitas pelatihan berpikir positif untuk meningkatkan kepercayaan diri pada siswa tunarungu slb negeri saronggi. *Shine: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 1(2), 113-122. <https://doi.org/10.36379/shine.v1i2.155>
- Buser, T. and Yuan, H. (2023). Public speaking aversion. *Management Science*, 69(5), 2746-2760. <https://doi.org/10.1287/mnsc.2022.4500>
- Bylkova, S., Chubova, E., & Kudryashov, I. (2021). Public speaking as a tool for developing students' communication and speech skills. *E3s Web of Conferences*, 273, 11030. <https://doi.org/10.1051/e3sconf/202127311030>
- Dansieh, S. A., Owusu, E., & Seidu, G. A. (2021). Glossophobia: the fear of public speaking in esl students in ghana. *Language Teaching*, 1(1), p22. <https://doi.org/10.30560/lt.v1n1p22>
- Dewi, C., Putri, A., Nugraha, M., & Haq, A. (2021). Kepercayaan diri dengan intensitas penggunaan media sosial tiktok di masa pandemi : studi korelasi. *Fenomena*, 29(2). <https://doi.org/10.30996/fn.v29i2.4653>
- Faadhilah, A. H., Baihaqi, M., & Damaianti, L. F. (2021). Efek moderasi efikasi diri terhadap hubungan umpan balik positif dari teman sebaya dan presentasi diri pada remaja akhir pengguna instagram. *Journal of Psychological Science and Profession*, 4(3), 146. <https://doi.org/10.24198/jpsp.v4i3.28991>
- Ginting, N. A., Harun, H., & Nurmaniah, N. (2022). Hubungan kecerdasan interpersonal dengan kepercayaan diri anak usia 5-6 tahun. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(5), 4297-4308. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i5.2437>
- Harahap, M., & Eliza, D. (2022). E-modul pembelajaran coding berbasis pengenalan budaya Indonesia untuk meningkatkan computational thinking. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(4), 3063-3077.
- Hartini, S. and Chumaeson, W. (2021). Peningkatan rasa percaya diri melalui pelatihan public speaking pada siswa smk n i selo boyolali. *Senyum Boyolali*, 2(1), 33-39. <https://doi.org/10.36596/sb.v2i1.572>
- Juwito, J., Achmad, Z., Kaestingtyas, I., Dewani, P., Wahyuningtyas, D., Kusuma, R., ... & 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>
- Kinasih, P. R. and Olivia, O. (2022). An analysis of using movies to enhance students' public speaking skills in online class. *Journal of Languages and Language Teaching*, 10(3), 315. <https://doi.org/10.33394/jollt.v10i3.5435>



- Komara, I. B. (2016). Hubungan antara kepercayaan diri dengan prestasi belajar dan perencanaan karir siswa smp. *PSIKOPEDAGOGIA Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 5(1), 33. <https://doi.org/10.12928/psikopedagogia.v5i1.4474>
- Kunasiroh, K., Chumaeson, W., & Hartini, S. (2023). IMPLEMENTASI BAURAN KOMUNIKASI PEMASARAN DALAM MENINGKATKAN PEROLEHAN SISWA BARU DI MADRASAH IBTIDAIYAH UNGGULAN MIFTAHUL HUDA TUMANG BOYOLALI. *Digikom*, 3(1), 37-43.
- Mancuso, C. and Miltenberger, R. G. (2015). Using habit reversal to decrease filled pauses in public speaking. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 49(1), 188-192. <https://doi.org/10.1002/jaba.267>
- Martono, E., Solihatun, S., & Prasetyaningtyas, W. (2021). Pengaruh keterampilan sosial terhadap kepercayaan diri siswa terisolir. *Orien Cakrawala Ilmiah Mahasiswa*, 1(2), 167-174. <https://doi.org/10.30998/ocim.v1i2.5262>
- Muris, P., Hendriks, E., & Bot, S. (2015). Children of few words: relations among selective mutism, behavioral inhibition, and (social) anxiety symptoms in 3- to 6-year-olds. *Child Psychiatry & Human Development*, 47(1), 94-101. <https://doi.org/10.1007/s10578-015-0547-x>
- Ndejjo, R., Ssemugabo, C., Osuret, J., Zziwa, E. B., Fonn, S., Alfvén, T., ... & Wanyenze, R. K. (2022). Positioning africa's public health doctoral students to lead societal transformation and development. *BMJ Global Health*, 7(2), e007996. <https://doi.org/10.1136/bmjgh-2021-007996>
- Pawlik, B. and Perrin, C. J. (2019). Reducing speech disfluencies during public speaking using brief habit reversal. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 53(2), 1080-1088. <https://doi.org/10.1002/jaba.627>
- Permana, R. and Aminah, R. S. (2023). Pengembangan soft skill “public speaking” bagi guru dan terapis anak berkebutuhan khusus di yayasan assalam cendekia. *Abdimas Galuh*, 5(1), 935. <https://doi.org/10.25157/ag.v5i1.10125>
- Rahayu, P., Rozimela, Y., & Jufrizal, J. (2022). Students' public speaking assessment for informative speech. *AL-ISHLAH: Jurnal Pendidikan*, 14(2), 2447-2456. <https://doi.org/10.35445/alishlah.v14i2.1433>
- Saalino, V., Bannepadang, C., & Lembang, F. B. (2020). Hubungan kepercayaan diri dan keaktifan dalam berorganisasi dengan kemampuan public speaking mahasiswa semester iv stikes tana toraja tahun 2020. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Promotif*, 5(1), 41-60. <https://doi.org/10.56437/jikp.v5i1.28>
- Sembiring, S. B., Agung, A. A. G., & Antara, P. A. (2021). Media Audio Visual dengan Tema Lingkunganku Terhadap Keterampilan Berbicara Anak di Depan Umum. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini Undiksha*, 9(3), 371-380.
- Spieler, C. and Miltenberger, R. (2016). Using awareness training to decrease nervous habits during public speaking. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 50(1), 38-47. <https://doi.org/10.1002/jaba.362>
- Wahyuni, N., Putri, D. K., Widiyastuti, S., Siburian, H. K., & Saputra, D. G. (2023). The Impact of Social Media on the Learning Process of Children Aged 6-12 Years Old. *Journal International of Lingua and Technology*, 3(1), 29-42. <https://doi.org/10.55849/jiltech.v3i1.507>
- Zulhermindra, Z. and Hadiarni, H. (2020). Improving students' public speaking skills through the use of videotaped feedback. *Ta'dib*, 23(1), 75. <https://doi.org/10.31958/jt.v23i1.2008>
- Zulhermindra, Z. and Hadiarni, H. (2020). Improving students' public speaking skills through the use of videotaped feedback. *Ta Dib*, 23(1), 75. <https://doi.org/10.31958/jt.v23i1.2008>