



Efektifitas Konseling Kelompok untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri dalam Kemampuan *Public Speaking* Mahasiswa

Tisya Meutia¹, Jannatul Asni Harefa², Syaputri Wijayanti³, Muhammad Putra Dinata Saragi⁴

^{1,2,3,4}Bimbingan Penyuluhan Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara

Email: meutiatisya@gmail.com¹, jannatulasni05@gmail.com², muhtasyimputri@gmail.com³, putradinatasaragi@uinsu.ac.id⁴

Abstrak

Manusia merupakan makhluk sosial yang tidak dapat dilepaskan dari komunikasi sehari-hari. Ketika bertemu secara langsung di depan umum, manusia tidak bisa lepas dari kebutuhannya terhadap komunikasi baik secara lisan, tertulis atau lainnya. Dalam penelitian ini menggunakan metode analisis deskriptif dengan kajian kepustakaan atau library reserch baik dalam bentuk hardfile maupun softfile. Melalui kajian kepustakaan yang dilakukan penulis dapat mengetahui bahwasanya public speaking telah berkembang menjadi keterampilan yang sangat penting, bukan hanya keterampilan komunikasi dalam kehidupan individu tapi juga sosial. Karena pesatnya perkembangan teknologi informasi yang berkaitan dengan pendidikan mahasiswa juga perlu memperoleh keterampilan public speaking untuk meningkatkan integritas mahasiswa. Salah satu cara untuk meningkatkan rasa percaya diri pada kemampuan public speaking pada mahasiswa dapat dilakukan dengan konsultasi kelompok yang dapat memberikan Informasi tentang peningkatan keterampilan berbicara di depan umum. Hasil penelitian menyimpulkan bahwa layanan konseling kelompok dapat meningkatkan rasa percaya diri dalam kemampuan public speaking mahasiswa..

Kata Kunci: *Konseling Kelompok, Percaya Diri, Public Speaking.*

Abstract

Humans are social creatures that cannot be separated from daily communication. When meeting face to face in public, humans cannot be separated from their need for communication both verbally, in writing or otherwise. This research uses descriptive analysis method with literature study or literature study either in hardfile or softfile form. Through literature review conducted by the author, it can be seen that public speaking has developed into a very important skill, not only communication skills in individual life but also socially. Due to the rapid development of information technology related to education, students also need to acquire public speaking skills to improve student integrity. One way to increase students' confidence in public speaking skills can be done with group consultations that can provide information about improving public speaking skills. The results of the study concluded that group counseling services can increase students' confidence in public speaking abilities.

Keywords: *Group Counseling, Confidence, Public Speaking.*

PENDAHULUAN

Pendidikan lebih dari sekedar mendidik di bidang akademik, pelatihan membawa banyak pengalaman untuk mahasiswa. Pendidikan dapat didefinisikan sebagai proses menggunakan metode untuk membantu orang memperoleh pengetahuan, pemahaman, dan metode ini bekerja dengan baik. Manusia adalah makhluk kompleks yang sulit dipahami karena keunikannya. Keunikan inilah yang membedakan manusia dengan organisme lain dan satu sama lain. Menurut (Nisa & Ridhani, 2022) mengatakan bahwa manusia yang merupakan makhluk sosial yang membutuhkan komunikasi dalam kehidupan sehari-hari. Ketika bersosialisasi di depan umum, masyarakat tidak lepas dari kebutuhan akan komunikasi baik secara lisan, tertulis ataupun lainnya.

Komunikasi adalah dasar dari semua hubungan interpersonal dan dibentuk oleh pengalaman berkomunikasi dengan orang lain dalam kehidupan sehari-hari (Nagarajan & Dr.G.Wiselin, 2012). Sebagai entitas sosial, setiap individu dijamin dapat berkomunikasi dengan orang lain (Maulana & Hidayati, 2016). Oleh karena itu, komunikasi atau public speaking memegang peranan penting dalam kehidupan sehari-hari dan merupakan fungsi interaksi yang paling mendasar.

Public Speaking merupakan kemampuan untuk menjelaskan sesuatu dengan menggunakan keterampilan bahasa dan gaya bahasa. Berbicara di depan umum adalah sarana komunikasi antara orang yang berbicara di depan umum dan penonton (Syarbini, 2015). Sejalan dengan hal tersebut (Oktavianti & Dkk, 2019) dalam jurnalnya menuliskan public speaking tidak hanya sekedar menjelaskan kata-kata, tetapi juga menginformasikan, membujuk, mendidik, menghibur, dan yang paling penting membangun rasa percaya diri.

Percaya diri adalah sikap positif terhadap lingkungan dan keadaan yang mereka hadapi dan terhadap diri mereka sendiri. Hal ini bukan berarti seseorang yang dia rasa memiliki kemampuan, yaitu mampu percaya bahwa dia bisa melakukannya karena didukung melalui pengalaman, prestasi yang mencapai harapan realistis terhadap diri sendiri. Rasa Percaya diri ada karena sadar bahwa ketika seseorang memutuskan untuk melakukan sesuatu. Ketika seseorang memiliki rasa percaya diri di lingkungan sosial, dengan begitu mereka tidak akan merasa gelisah dan akan lebih nyaman terhadap diri sendiri juga dapat mengembangkan perilaku dalam situasi sosial.

Namun pada penerapannya masih banyak mahasiswa yang belum memiliki rasa percaya diri untuk berbicara didepan khalayak ramai. Kebanyakan mahasiswa lebih memilih untuk diam dan tidak mengambil kesempatan untuk melakukan public speaking. Masalah yang mereka hadapi lebih bersifat psikologis, takut dengan kondisi khalayak ramai, takut akan pembicaraan yang tidak jelas, merasa tegang, takut penampilannya tidak dapat diterima oleh umum, atau merasa penampilannya akan membosankan. Padahal berbicara di depan umum merupakan aset penting di era saat ini. Memiliki kemampuan public speaking pada mahasiswa memberikan nilai tambah karena kemampuan berbicara membutuhkan ketangkasan dalam berbahasa.

Berkaitan dengan hal tersebut, untuk meningkatkan keterampilan public speaking mahasiswa dapat dilakukan dengan kegiatan pelayanan konseling kelompok. Proses konseling kelompok di kampus dapat direncanakan dan dilaksanakan agar mahasiswa dapat berinteraksi satu sama lain, mempererat silaturahmi, menggali ilmu dengan teman, menambah rasa percaya diri, meningkatkan hubungan sosial. Konseling kelompok dapat dilakukan untuk mengetahui kebutuhan dan masalah yang dihadapi oleh mahasiswa. Konseling Kelompok adalah layanan bimbingan dan konseling yang dilakukan untuk meringankan masalah mahasiswa secara berkelompok (Daryanto & Dkk, 2015). Selaras menurut Arifin dalam jurnal yang ditulis oleh (Jabbar & Dkk, 2019) mengatakan bahwa konseling kelompok ialah proses yang dilakukan secara berkelompok dengan menggunakan media

dinamika kelompok dengan tujuan memiliki kesempatan untuk berbagi pemikiran mereka tentang masalah yang dihadapi mahasiswa saat ini.

Dengan memiliki keterampilan komunikasi dan interaksi yang sangat baik, tergantung pada kemampuan individu untuk membentuk dan memelihara interaksi yang berkualitas dengan keluarga dan teman, bertindak dalam keadaan ego yang sesuai kita akan lebih menghormati dan menghargai orang lain (Putri, 2021). Berdasarkan hal di atas, peneliti termotivasi untuk meneliti dan menelaah efektifitas konseling secara berkelompok untuk meningkatkan rasa percaya diri dalam kemampuan public speaking mahasiswa.

METODE

Penulis melakukan penelitian dengan menggunakan metode analisis deskriptif berdasarkan penelusuran kajian kepustakaan atau yang dikenal dengan library reserch. Desain penelitian terdiri dari memilih topik penelitian, melakukan penggalian informasi, penentuan fokus penelitian berdasarkan informasi yang diperoleh, sumber data yang dikumpulkan berupa sumber data informasional atau empiris dari buku, jurnal, laporan penelitian dan literatur pendukung judul penelitian dan juga sumber literatur yang sesuai. Selanjutnya dilakukan penyuntingan catatan penelitian, menolah catatan penelitian, terakhir laporan penelitian disusun. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah mengedit, mengorganisasikan, dan mencari dengan metode analisis data menggunakan analisis deduktif dan interpretatif. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas penerapan konseling kelompok untuk meningkatkan rasa percaya diri dalam public speaking mahasiswa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Public speaking adalah kemampuan untuk mengungkapkan ide-ide di depan umum. Pasal 20 Ayat 1 UU Sisdiknas tahun 2003 menyatakan: Kecerdasan, kepribadian, dan kemampuan yang dibutuhkan dirinya, masyarakat, bangsa, dan negara. Agar mencapai hal tersebut, salah satu aspek proses pembelajaran yang perlu dilakukan dan dikelola selama pembelajaran adalah bentuk komunikasi dan interaksi yang terjalin selama dan selama pembelajaran.

Konseling adalah praktik dukungan profesional untuk satu atau lebih anak, remaja, dan orang dewasa, dengan pendamping yang memanfaatkan kekuatan dan potensi masing-masing, dan norma-norma ini adalah norma umum (Priyatna, 2019). Kelompok adalah layanan yang mendukung pengembangan diri klien dan mahasiswa, keterampilan sosial, kegiatan belajar, karir dan pengambilan keputusan, serta pelaksanaan kegiatan tertentu melalui dinamika kelompok (Rosmalia, 2016). Konseling kelompok adalah layanan konseling yang diberikan dalam lingkungan kelompok. Gazda menjelaskan bahwa konseling kelompok di sekolah merupakan kegiatan kecerdasan untuk membantu sekelompok mahasiswa merencanakan dan mengambil keputusan yang tepat. Layanan konseling kelompok adalah layanan konseling individu yang diberikan dalam suatu kelompok, pelanggan ketika melakukan layanan ini dapat menerima umpan balik berupa jawaban dan pengalaman dari anggota kelompok lain untuk mengatasi masalah awal yang takut untuk berbicara. lebih aktif dalam berinteraksi.

Seperti yang dikemukakan (Sutanti, 2015) bahwa “pengajaran kelompok adalah dukungan bagi individu yang dilakukan dalam suasana kelompok”. Dilihat dari berbagai jenis layanan tersebut, upaya layanan yang dapat dilakukan guru BK untuk meningkatkan keterampilan berbicara di depan umum adalah layanan konseling kelompok dan layanan penguasaan konten. Layanan konseling kelompok untuk meningkatkan keterampilan berbicara mahasiswa dapat diberikan selama 1x45 menit, pertemuan pertama dua kali. Sedangkan tugas perkembangan yang harus diselesaikan

mahasiswa melalui group instruction antara lain memahami pentingnya keterampilan berbicara di depan umum dan mengetahui tips mengatasi kecemasan berbicara di depan umum. Topik atau topik yang dapat dipilih antara lain manfaat public speaking dan tips mengatasi kecemasan berbicara di depan umum. Langkah-langkah untuk meningkatkan berbicara di depan umum yang dapat dilihat jika layanan orientasi kelompok ini ingin berhasil adalah membantu mahasiswa memahami pentingnya memiliki keterampilan berbicara di depan umum dan dapat menemukan tips untuk mengatasinya, mengatasi kecemasan berbicara di depan umum dan dapat menerapkan tips ini. Caranya adalah ketika berbicara di depan umum, mahasiswa dapat mengatasi kecemasan yang mereka alami.

Penyediaan layanan penguasaan konten dimaksudkan untuk membantu mahasiswa memahami pentingnya public speaking, mengetahui cara meningkatkan keterampilan umum mereka, dan mengetahui cara atau kiat mengatasi gugup saat berbicara di depan orang banyak. Metode yang dapat digunakan untuk memberikan layanan penguasaan konten adalah metode ceramah, tanya jawab, dan latihan. Standar profisiensi dalam layanan profisiensi konten dimaksudkan untuk meningkatkan kemampuan berbicara mahasiswa secara umum agar siswa dapat berkembang, belajar, dan mampu berkomunikasi atau berbicara di depan umum, masyarakat dan sekitarnya secara optimal. Tugas perkembangan yang harus dilakukan mahasiswa sendiri adalah membangun hubungan sosial yang lebih matang dalam masyarakat yang lebih luas.

Untuk membantu mahasiswa mengatasi rasa percaya diri yang rendah, digunakanlah teknik layanan konseling kelompok. Layanan konseling kelompok adalah layanan konseling perorang yang dilakukan dalam kelompok, dan mahasiswa yang menerapkan layanan ini akan mendapatkan interaksi berupa jawaban serta pengalaman dari anggota kelompok yang lain agar dapat mengarahkan dirinya menjadi lebih aktif dalam interaksi (Permatasari, 2020).

Melalui konseling kelompok, konseli mendapat umpan balik berupa umpan balik dan pengalaman dari anggota tim lain untuk mengatasi masalah yang mereka hadapi yang awalnya takut untuk angkat bicara. dan menerima Dalam konseling kelompok perlu diciptakan perasaan peduli, penerimaan dan persetujuan perasaan untuk membentuk konsep diri yang positif. Konseling kelompok mempunyai fungsi dasar, yaitu fungsi paliatif (penyembuhan), dimana klien atau mahasiswa mendapat kesempatan untuk berdiskusi dan memecahkan masalahnya melalui dinamika kelompok dalam suasana kelompok. Oleh karena itu teknik konseling kelompok dapat menumbuhkan rasa percaya diri pada public speaking mahasiswa.

SIMPULAN

Penyelenggaraan pendidikan menitikberatkan pada potensi peserta didik. Untuk mencapai hal tersebut, salah satu aspek proses pembelajaran yang perlu dilakukan dan dikelola selama pembelajaran adalah bentuk komunikasi dan interaksi yang terjalin selama dan selama pembelajaran. Manusia adalah makhluk sosial yang komunikasi sehari-hari. Ketika berhadapan satu sama lain di ruang publik, orang tidak dapat memisahkan kebutuhan untuk berkomunikasi, secara lisan, tertulis atau sebaliknya.

Berbicara di depan umum adalah kemampuan untuk mengekspresikan ide-ide di depan orang banyak dengan kefasihan. Upaya bimbingan dan konseling yang dapat diberikan untuk meningkatkan keterampilan berbicara di depan umum adalah pengajaran, informasi, pengajaran kelompok, dan layanan penguasaan konten. Layanan yang diberikan sesuai dengan keadaan dan masalah mahasiswa. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok dapat meningkatkan rasa percaya diri dalam public speaking mahasiswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Corey, G. (2015). Theory and practice of counseling and psychotherapy. *Nelson Education*.
- Daryanto, & Dkk. (2015). *Bimbingan Konseling Panduan Guru BK dan Guru Umum*. Gava Media.
- Febriani, A. R., & Barida, M. (2021). Layanan Konseling Kelompok Teknik Relaksasi untuk Mereduksi Kecemasan Berbicara di Depan Umum. *In Prosiding Seminar Nasional Bimbingan Dan Konseling Universitas Ahmad Dahlan, 1*.
- Jabbar, A. A., & Dkk. (2019). Konseling kelompok menggunakan pendekatan cognitive behavior therapy (cbt) untuk meningkatkan kematangan karir. *Jurnal Selaras Kajian Bimbingan Dan Konseling Serta Psikologi Pendidikan, 2(1)*, 38.
- Maulana, M. A., & Hidayati, A. (2016). Penggunaan Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Diskusi untuk Meningkatkan Kemampuan Komunikasi Interpersonal Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Univet Bantara Sukoharjo Angkatan Tahun 2015/2016. *Edudikara: Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran, 1(1)*, 27–72.
- Nagarajan, D. P., & Dr.G.Wiselin, J. (2012). Online Educational System (e- learning). *International Journal of U- and e- Service, Science and Technology, 3(4)*, 37–48.
- Nisa, N. K., & Ridhani, A. R. (2022). Layanan Bimbingan Dan Konseling Kelompok Untuk Mengembangkan Kemampuan Public Speaking. *Proceeding: Islamic University of Kalimantan*.
- Oktavianti, R., & Dkk. (2019). Belajar Public Speaking sebagai Komunikasi yang Efektif. *Jurnal Bakti Masyarakat Indonesia, 2(1)*, 118.
- Permatasari, D. (2020). Konseling Kelompok Analisis Transaksional dalam Meningkatkan Keterampilan Komunikasi Interpersonal Mahasiswa. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling, 5(1)*, 1–11.
- Priyatna, A. J. (2019). Efektivitas layanan konseling kelompok dengan teknik Modeling dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Peserta Didik Kelas X IPS SMA Negeri 3 Bandar Lampung Tahun 2019/2020. *Doctoral Dissertation, UIN Raden Intan Lampung*.
- Putri, E. (2021). Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Menggunakan Pendekatan Analisis Transaksional Melalui Layanan Konseling Individual Dikelas VIII Smp It Ummi A'yuni Perbaungan Tahun Ajaran 2020/2021. *JIMAWA: Jurnal Ilmiah, 1(2)*.
- Rosmalia, L. P. (2016). Miskonsepsi Pembelajaran Matematika Kelas IV Semester II di Sekolah Dasar. *Repository Universitas Muhammadiyah Purwokerto*.
- Sundah, A. J. (2018). The Effectiveness of Transactional Analysis Counseling to Increase Self Esteem. *International Journal of Scientific Research and Management, 6(4)*, 266.
- Suryani, N. A. N. (2018). Perbedaan Efektifitas Model Konseling Analisis Transaksional Teknik Analisis Struktural Dengan Model Konseling Behavioral Teknik Operant Conditioning Terhadap Peningkatan Self Order Dengan Kovariabel Locus Of Control Pada Siswa Kelas Vii SmpIb C Di Slb Bn. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Indonesia, 2(1)*, 1–10.
- Sutanti, T. (2015). Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok Pada Siswa Cerdas Istimewa Di SMA Negeri Kota Yogyakarta. *Jurnal Konseling GUSJIGANG, 1(1)*, 1–16.
- Syarbini, A. (2015). *Guru Hebat Indonesia Rahasia Menjadi Guru Hebat dengan Keahlian Public Speaking, Menulis Buku & Artikel di Media Massa*. Ar-Ruzz Media.