
Pelatihan *Public Speaking* Untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa Pasraman Dana Laksana Sesia

Public Speaking Training to Increase Self-Confidence of Pasraman Dana Laksana Sesia Students

I Putu Teja Paramartha

Pasraman Dana Laksana Sesia, Indonesia

*Email Korespondensi: tejaparamartha1@gmail.com

Diterima: 19 Desember 2024. Disetujui: 25 Februari 2025. Dipublikasikan: 2 Maret 2025.

ABSTRACT

Public speaking is one of the most important aspects of communication. However, public speaking can be hampered when a speaker does not feel confident to speak in public. From this issue, the student of the Dana Laksana Sesia1 still has a sense of mistrust, shame and nervousness when asked to speak in front of other students. The training method is to introduce material about public speaking, then practice speaking in public, then give evaluations, improvements, and tips-tips when doing public speakers. The result of the public speaker training is that students start to speak confidently and not ashamed to speak in front of other students, even students apply to advance and compete in the competition related to public speaking.

Keywords: Devotion, Self-Confident, Public Speaking

ABSTRAK

Public speaking merupakan salah satu aspek terpenting dalam komunikasi. Namun, public speaking dapat terhambat apabila seorang pembicara tidak merasa percaya diri untuk berbicara di depan umum. Dari permasalahan tersebut siswa Pasraman Dana Laksana Sesia masih memiliki rasa tidak percaya diri, malu dan gugup saat diminta untuk berbicara di depan siswa lainnya. Pada pelatihan ini difokuskan untuk melatih rasa percaya diri siswa pasraman melalui pelatihan public speaking. Metode pelatihan yang dilakukan adalah mengenalkan materi tentang public speaking, lalu melakukan praktik berbicara di depan umum, lalu memberikan evaluasi, perbaikan, dan tips-tips saat melakukan public speaking. Hasil dari pelatihan public speaking adalah siswa pasraman mulai percaya diri dan tidak malu untuk berbicara dihadapan siswa lainnya, bahkan siswa pasraman mengajukan diri untuk maju ke depan dan berkompetisi dalam lomba yang berkaitan dengan public speaking.

Kata Kunci: Pengabdian, Percaya Diri, Public Speaking

PENDAHULUAN

Manusia merupakan makhluk sosial yang selalu berinteraksi setiap harinya. Dalam interaksi yang dilakukan tidak luput dari adanya komunikasi. Komunikasi menjadi faktor penting dalam interaksi yang dilakukan. Komunikasi merupakan suatu proses dalam pertukran simbol baik verbal maupun nonverbal dalam memaknai sesuatu dengan tujuan menciptakan hubungan (Suherman, 2020). Komunikasi menjadi aspek penting dalam kehidupan sehari-hari. Tanpa adanya komunikasi, interaksi tidak memungkinkan untuk terjadi. Agar pesan yang diberikan tersampaikan, kemampuan dalam berkomunikasi menjadi salah satu faktor kesuksesan dalam berkomunikasi.

Dalam dunia kerja, kemampuan berkomunikasi yang baik menjadi persyaratan utama dalam dunia kerja. Dengan berbicara di depan banyak orang dapat melatih rasa percaya diri, sehingga pesan-pesan yang disampaikan dapat diterima oleh orang-orang.

Public Speaking adalah proses komunikasi yang dilakukan di depan orang banyak yang bertujuan untuk memberikan informasi, mempengaruhi atau menghibur (Adia & Kom, 2021). *Public speaking* menjadi aspek penting pada masa ini, karena kemampuan berbicara di depan umum dibutuhkan hampir di setiap lini pekerjaan. Namun, tidak semua orang mampu untuk berbicara di depan umum, karena faktor kurangnya rasa percaya diri untuk berbicara di depan orang banyak. Dalam hal ini, *Public*

Speaking perlu dilatih sejak dini untuk meningkatkan rasa percaya diri saat akan berbicara di depan banyak orang.

Rasa percaya diri adalah aspek terpenting dalam *Public Speaking*. Kurangnya rasa percaya diri akan menghambat pesan yang akan disampaikan. Kurangnya rasa percaya diri mengakibatkan pikiran tidak fokus, sehingga timbul rasa gugup pada saat menyampaikan pesan. Terhambatnya pesan mengakibatkan gagalnya proses komunikasi yang dilakukan. Melatih rasa percaya diri memerlukan waktu yang cukup lama jika tidak dilatih sejak dini. Maka, pelatihan *Public Speaking* menjadi salah satu media dalam melatih rasa percaya diri untuk tampil dan berbicara di depan orang banyak.

Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa pelatihan *public speaking* memiliki dampak positif pada perkembangan anak-anak. Dengan *public speaking* dapat meningkatkan rasa percaya diri mereka untuk mengutarakan apa yang mereka rasakan. Pelatihan *public speaking* dapat membuat anak menyampaikan pendapatnya dengan percaya diri dan tanpa rasa takut di depan orang banyak, *public speaking* adalah keterampilan seharusnya dipelajari sejak masih anak-anak (Selviayana & Suyuthi, 2023). Dalam hal ini, pelatihan *public speaking* memiliki peran yang signifikan dalam melatih keberanian dan rasa percaya diri anak-anak. Pelatihan *public speaking* dapat juga merubah dan mengembangkan pola pikir siswa untuk lebih berani dan percaya membuka dan memberikan suara di depan umum (Diantoro & Nurdiana, 2022). Melalui pelatihan *public speaking* dapat membuat anak mulai percaya diri untuk berbicara dan menyampaikan pendapat di depan teman-temannya (Anggriani *et al.*, 2022). Melalui penelitian-penelitian sebelumnya dapat disimpulkan bahwa untuk melatih rasa percaya diri siswa, pelatihan *public speaking* menjadi salah satu sarana yang dapat diterapkan untuk melatih rasa percaya diri tersebut. Penelitian-penelitian yang relevan menunjukkan hubungan antara keterampilan berbicara di depan umum dengan melatih rasa percaya diri dan kemampuan dalam berkomunikasi.

Pentingnya penelitian adalah memberikan pengalaman belajar kepada siswa pasraman tentang bagaimana melatih rasa percaya diri melalui praktik berbicara di depan umum. Memberikan pengalaman kepada mahasiswa tentang kondisi yang terdapat pada masyarakat dan bagaimana hidup di tengah-tengah masyarakat dengan mengimplementasikan disiplin ilmu yang dimiliki. Meningkatkan hubungan antara perguruan tinggi dengan Pemerintah Kecamatan, Pemerintah Desa, dan masyarakat secara langsung. Selain itu, manfaat dari penelitian adalah menjalin kerja sama dan hubungan baik antara mahasiswa dengan masyarakat, mewujudkan Tri Dharma Perguruan Tinggi yaitu penelitian, pengembangan, dan pengabdian pada masyarakat khususnya dalam memperkenalkan program kerja pelatihan *public speaking*.

Pelatihan *Public Speaking* bertujuan untuk melatih rasa percaya diri siswa pasraman untuk berani tampil dan berbicara di depan orang banyak. Selain itu, manfaat dari dilakukannya pelatihan *Public Speaking* tidak hanya memberikan ilmu kepada siswa pasraman tentang cara berbicara yang baik dan benar, mewujudkan Tri Dharma Perguruan Tinggi yaitu penelitian, pengembangan, dan pengabdian kepada masyarakat khususnya dalam melatih rasa percaya diri siswa Pasraman Dana Laksana Sesia melalui pelatihan *Public Speaking*. Hasil pelatihan ini diharapkan dapat memberikan pemahaman tentang hubungan antara pelatihan *public speaking* dan rasa percaya diri siswa pasraman.

METODE PENELITIAN

Penelitian Laksana Sesia memiliki Pasraman yang bernama Pasraman Dana Laksana Sesia. Pasraman tersebut sempat tidak aktif karena adanya pembangunan banjir setelah terkena dampak bencana alam. Siswa pasraman terdiri dari anak-anak berusia 6-15 tahun. Dalam hal ini, program kerja penelitian adalah mengaktifkan kembali Pasraman yang telah vakum selama 3 bulan. Adapun program yang dilaksanakan berupa pelatihan *public speaking*, tari, tabuh, materi

Agama Hindu, Aksara Bali, Dharma Gita, dan Sosialisasi Hukum. Kegiatan Pelatihan *Public Speaking* oleh mahasiswa program studi Ilmu Komunikasi. Pelatihan ini memiliki sasaran pada siswa Pasraman Dana Laksana Sesia. Pelatihan *public speaking* dilaksanakan selama satu kali pertemuan selama satu minggu. Dalam pelatihan ini diikuti oleh siswa pasraman mulai dari tingkat Sekolah Dasar dan Sekolah Menengah Pertama dengan usia 6-15 tahun. Pelatihan *public speaking* memiliki empat segmen, yaitu segmen pertama pengenalan tentang *Public Speaking*, segmen kedua praktik *Public Speaking*, segmen ketiga evaluasi setelah melakukan praktik *Public Speaking*, segmen empat mengasah kemampuan *public speaking*. Metode praktik yang digunakan adalah dengan memberikan contoh terlebih dahulu kepada siswa pasraman, lalu praktik langsung dengan maju ke depan di hadapan siswa lainnya dengan mengikuti contoh yang telah diberikan. Setelah dilakukannya praktik dilakukan evaluasi terkait dengan perbaikan dan tips-tips dalam melakukan *public speaking*, setelah dilakukan evaluasi, siswa pasraman diminta untuk mengasah kemampuannya kembali dengan maju ke depan untuk mengulangi sesuai dengan perbaikan yang telah diberikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelatihan *public speaking* dengan sasaran siswa pasraman dengan usia 6-15 tahun menjadikan pelatihan ini memiliki empat tahap. Perbedaan usia pada siswa pasraman membuat kemampuan yang dihasilkan berbeda-beda. Untuk usia 6-12 tahun atau masih pada tingkat SD diberikan materi dan praktik yang mudah dipahami dan mudah untuk dipraktikkan. Sedangkan, untuk usia 13-15 tahun atau pada tingkat SMP diberikan materi dan praktik yang setingkat lebih tinggi dari materi dan praktik tingkat SD. Maka, dalam pelatihan ini dilakukan secara bertahap dengan menyatukan siswa pada tahap pengenalan, lalu memisahkan siswa sesuai dengan usia dan kemampuan yang dimiliki, sehingga memudahkan dalam melatih rasa percaya diri mereka melalui praktik *public speaking*. Adapun penerapan

pelatihan dilakukan sesuai dengan segmen alur dalam metode pelatihan yang telah dirancang.

Pengenalan dan Pemberian Materi Tentang *Public Speaking*

Pada tahap ini dilakukan pengenalan kepada siswa Pasraman Dana Laksana Sesia terkait dengan pengertian, manfaat dan tujuan dari *public speaking*. Pengenalan *public speaking* diawali dengan menjelaskan secara lisan kepada siswa pasraman sekaligus memberikan contoh bahwa menjelaskan materi secara lisan di depan siswa pasraman merupakan salah satu implementasi dari *public speaking* itu sendiri. Setelah tahap pengenalan, siswa pasraman diberikan pemahaman terkait dengan susunan yang umum digunakan dalam *public speaking*, yaitu salam, isi, dan penutup. Selain itu, peneliti juga memberikan pemahaman tentang manfaat ketika memiliki kemampuan berkomunikasi yang baik dengan mengambil contoh dalam kehidupan sehari-hari, seperti pedagang, pengusaha, pemimpin, dan lain-lain, dengan tujuan untuk memberi pemahaman bahwa komunikasi merupakan aspek penting dalam kehidupan sehari-hari. Dasar-dasar yang telah diberikan pada tahap pengenalan dilanjutkan dengan meminta perwakilan siswa pasraman untuk memperkenalkan diri di depan siswa lainnya, dengan tujuan melihat potensi dari siswa tersebut.



Gambar 2. Pengenalan *public speaking* kepada siswa pasraman

Melatih Rasa Percaya Diri Siswa Pasraman Melalui Pelatihan dan Praktik *Public Speaking*

Pada tahap sebelumnya peneliti telah mengamati dan menyimpulkan bahwa siswa Pasraman Dana Laksana Sesia masih belum berani atau belum percaya diri untuk berbicara di depan siswa lainnya. Sehingga dalam hal ini peneliti memberikan pelatihan dengan praktik untuk bercerita tentang kegiatan yang dilakukan siswa sehari-hari. Sebelum itu, peneliti memberikan contoh pengenalan diri sebelum melakukan praktik *public speaking* dengan susunan teks nama, alamat, hobi, warna dan makanan favorit, cita-cita, dan penutup. Untuk praktik *public speaking* peneliti meminta seluruh siswa untuk menuliskan kegiatan keseharian mereka di rumah dengan memberikan susunan teks berupa, salam, nama, cerita keseharian di rumah, dan penutup. Pada tahap ini peneliti memperbolehkan mereka untuk membawa teks yang telah ditulis, dengan tujuan untuk awal siswa berani dan percaya diri untuk maju di hadapan siswa lainnya.



Gambar 3. Melatih Rasa Percaya Diri Melalui Praktik Public Speaking

Setelah melakukan praktik, peneliti melakukan evaluasi dan perbaikan dengan cara mencontohkan kembali tata cara berbicara yang baik dan benar, seperti intonasi, ekspresi, gerak tubuh, dan nada suara. Selain itu, peneliti juga memberikan tips-tips kepada siswa pasraman agar tidak gugup ketika sedang berdiri dihadapan banyak orang. Untuk melatih rasa percaya diri siswa pasraman, peneliti terus melakukan praktik setelah pemberian contoh dengan tujuan agar siswa memiliki rasa percaya diri, berani, dan tidak malu untuk berbicara di depan banyak orang.

Pada tahap praktik *public speaking* peneliti membagi siswa pasraman menjadi dua tingkat, yaitu tingkat SD dan tingkat SMP. Untuk siswa di tingkat SD, peneliti memfokuskan mereka pada materi praktik bercerita, sedangkan untuk tingkat SMP peneliti memfokuskan pada tingkat yang lebih tinggi seperti bercerita tanpa membawa teks, berlatih menjadi MC dan berlatih berpuisi. Dengan demikian pelatihan *public speaking* dibagi menjadi dua segmen, yaitu segmen anak-anak dan segmen remaja.

- a. Segmen anak-anak, dalam segmen ini peneliti memberikan tugas kepada anak-anak yang masih duduk di bangku SD dengan cara bercerita. Dengan kemampuan dan potensi yang dimiliki oleh anak-anak, peneliti memberikan gambar-gambar seperti gambar makhluk hidup dan benda mati. Peneliti memberikan kesempatan bagi anak-anak untuk memilih gambar yang mereka sukai untuk diceritakan di depan siswa lainnya. Dengan memberikan gambar yang mereka sukai bertujuan untuk mempermudah mereka untuk menceritakan gambar tersebut. Mengingat tidak sedikit anak-anak tersebut masih gugup, malu-malu, dan terkadang lupa dengan apa yang akan mereka ceritakan. Namun, dalam praktik bercerita ini masih ada beberapa anak yang merasa kesulitan untuk bercerita karena merasa malu dan gugup, dengan begitu peneliti mendampingi sembari memberikan arahan kepada anak-anak yang masih merasa gugup. Setelah diadakan pelatihan dan praktik bercerita selama tiga kali pertemuan, anak-anak sudah berani dan percaya diri, bahkan mereka mengajukan diri untuk maju ke depan bercerita dihadapan siswa lainnya.



Gambar 4. Mendampingi Anak-Anak Dalam Praktik Bercerita

- b. Segmen remaja, pada segmen ini peneliti memberikan materi dan praktik yang setingkat lebih tinggi. Khusus bagi remaja yang duduk di bangku SMP berusia 13-15 tahun diberikan materi dan praktik seperti berlatih menjadi MC, dan berlatih vokal dengan membaca puisi. Peneliti telah mencoba untuk memberikan materi bercerita dan mereka mampu bercerita dengan lantang tanpa membawa bacaan, namun masih merasa sedikit gugup dan terkadang lupa dengan apa yang akan dibicarakan.



Gambar 5. Praktik Membaca Teks MC



Gambar 6. Berlatih Vokal Dengan Praktik Membaca Puisi

Mengasah Kemampuan *Public Speaking* Siswa Pasraman

Pada tahap mengasah kemampuan siswa pasraman, peneliti melakukan latihan tambahan diluar jadwal pertemuan setiap minggunya. Latihan tambahan ini bertujuan untuk mempertajam kemampuan dan meningkatkan rasa percaya diri mereka agar berani untuk tampil di depan umum.



Gambar 7. Latihan Vokal Tambahan Praktik *Public Speaking*

Tahap ini merupakan tahapan akhir sebagai hasil dari pelatihan dan praktik *public speaking*. Hasil dari pelatihan dan praktik *public speaking* mampu meningkatkan rasa percaya diri, keberanian, dan mengatasi rasa malu siswa pasraman untuk tampil di depan orang banyak. Dalam program kelompok penelitian seperti diadakannya lomba-lomba, peneliti mengerahkan dua orang perwakilan siswa pasraman yang dianggap memiliki potensi yang bagus dalam *public speaking* untuk mengikuti perlombaan membaca puisi.



Gambar 8. Pemenang Juara 1 dan 2 Lomba Puisi Perwakilan Pasraman Dana Laksana Sesia

Melatih percaya diri siswa pasraman dengan mengikut sertakan mereka pada lomba yang berkaitan dengan *public speaking* merupakan cara dalam mengasah kemampuan yang telah mereka pelajari selama pelatihan dan praktik. Dari praktik yang dilakukan pada setiap pertemuan, membuat mereka merasa terbiasa dengan suasana dan kondisi pada saat tampil di depan umum. Dengan terbiasanya

mereka dengan situasi tersebut, mereka akan lebih mudah untuk mengatasi rasa gugup dan rasa malu. Walaupun terkadang rasa gugup itu muncul, tetapi itu merupakan hal yang wajar dialami oleh semua manusia. Dengan pelatihan dan praktik *public speaking*, setidaknya siswa Pasraman Dana Laksana Sesia sudah memiliki keberanian, dan percaya diri untuk berbicara di depan orang banyak. Namun, terkait dengan *public speaking* diperlukan latihan secara terus-menerus dan memerlukan waktu yang cukup lama untuk menjadi seorang ahli. Pencapaian pada target program pelatihan *public speaking* ini siswa pasraman menjadi lebih percaya diri dan merasa takut lagi serta mengetahui dasar-dasar dari *public speaking*. Sehingga saat mereka dibutuhkan di Banjar Dana Laksana Sesia, mereka siap dan mampu untuk maju.

SIMPULAN

Public speaking merupakan salah satu aspek terpenting dalam komunikasi. Menjadi seorang *public speaker* memerlukan jam terbang yang tinggi atau sudah terlatih sejak lama. Namun, kurangnya rasa percaya diri menjadi salah satu penghambat dalam melakukan *public speaking*. Dalam hal ini, permasalahan utama dari siswa Pasraman Dana Laksana Sesia adalah kurangnya rasa percaya diri dan masih takut serta malu untuk maju ke depan dan berbicara. Maka, melalui pelatihan *public speaking*, siswa pasraman telah mampu dan berani untuk maju di hadapan siswa lainnya, walaupun mereka masih memiliki rasa gugup dan terkadang lupa akan apa yang akan dibicarakan saat di hadapan orang banyak. Namun, dalam pelatihan *public speaking* beberapa siswa berani bahkan mengajukan diri mereka untuk maju dan berbicara. Dalam melatih percaya diri mereka, dua orang perwakilan bahkan berani untuk tampil berkompetisi dalam lomba puisi yang diadakan, dalam lomba tersebut dua orang perwakilan siswa pasraman memperoleh juara 1 dan juara 2.

DAFTAR PUSTAKA

Adia, V. R., & Kom, S. I. (2021). Menjadi public speaker andal. Deepublish.

- Andayani, B., & Afiatin, T. (1996). Konsep diri, harga diri, dan kepercayaan diri remaja. *Jurnal psikologi*, 23(2), 23-30.
- Anggriani, D., Hamima, N. W., Azka, K. F. L., & Umara, N. S. (2022). Mengembangkan Keterampilan Berbicara Dan Rasa Percaya Diri Melalui Public Speaking Bagi Anak Panti Asuhan Wisma Karya Bakti. *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ*, 1(1).
- Blöte, A. W., Kint, M. J., Miers, A. C., & Westenberg, P. M. (2009). The relation between public speaking anxiety and social anxiety: A review. *Journal of anxiety disorders*, 23(3), 305-313.
- Diantoro, F., & Nurdiana, W. (2022). Peningkatan Kualitas Komunikasi Peserta Didik SMA Yapis Nimbokrang Kabupaten Jayapura Melalui Pelatihan Public Speaking dalam Membentuk Agen Komunikator Moderasi Beragama di Masyarakat. *PISCES: Proceeding of Integrative Science Education Seminar*, 2(1), 200-211.
- Menzel, K. E., & Carrell, L. J. (1994). The relationship between preparation and performance in public speaking. *Communication Education*, 43(1), 17-26.
- Paganini, A. P., Widana, I. N. M., Sumari, M., & Suardana, I. K. P. (2023). Maintaining Traditional Cultural Communication in Digital Media (Study on the Maintenance of the Sorong Serah Aji Krama Tradition on Community Social Interaction in Bayan, North Lombok). *Journal of Digital Media Communication*, 2(1), 21-28.
- Santiawan, I. N., & Warta, I. N. (2020). Upaya Pasraman Padma Bhuana Saraswati Dalam Mewujudkan Sisya Yang Cerdas Berbudaya. *Bawi Ayah: Jurnal Pendidikan Agama Dan Budaya Hindu*, 11(1), 1-17.
- Selviayana, D., & Suyuthi, H. (2023). Pelatihan Public Speaking Pada Anak-Anak Sd Muhammadiyah 02 Pendakian Kota Bengkulu. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kuliah Kerja Nyata (JIMAKUKERTA)*, 3(3), 134-141.

- Suherman, A. (2020). Buku Ajar Teori-Teori Komunikasi. Deepublish.
- Tanjung, Z., & Amelia, S. (2017). Menumbuhkan kepercayaan diri siswa. JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia), 2(2).