

## MEMBANGUN *SELF EFFICACY* DAN KETERAMPILAN KOMUNIKASI PADA REMAJA MELALUI PELATIHAN *PUBLIC SPEAKING* DI SMA DARUSSALAM WANARAJA

### *BUILDING SELF EFFICACY AND COMMUNICATION SKILLS IN ADOLESCENTS THROUGH PUBLIC SPEAKING TRAINING AT DARUSSALAM WANARAJA HIGH SCHOOL*

Ratna Syakilla Tauzirie<sup>1)</sup>, Zikri Facrul Nurhadi<sup>2)</sup>  
Program Studi Ilmu Komunikasi, Universitas Garut

<sup>1</sup>Email: [24071221066@fkominfo.uniga.ac.id](mailto:24071221066@fkominfo.uniga.ac.id)

*Naskah diterima tanggal 18-03-2025, disetujui tanggal 09-05-2025, dipublikasikan tanggal 23-05-2025*

**Abstrak:** Pengabdian kepada masyarakat ini di latar belakang oleh rendahnya kepercayaan diri berbicara di depan umum yang menghambat potensi siswa, adanya rasa gugup yang dimiliki oleh siswa, selain itu tidak ada materi pembelajaran tentang *public speaking* ditingkat sekolah sehingga kemampuan *soft skill* siswa tidak tergali padahal siswa tersebut berpotensi untuk berbicara di khalayak ramai. Hal ini disebabkan oleh keterampilan komunikasi yang tidak efektif, kurangnya pengalaman berbicara di depan umum, dan ketakutan menerima umpan balik yang tidak menyenangkan dari orang lain. Tujuannya untuk mengembangkan keterampilan komunikasi yang baik dan meningkatkan rasa percaya diri siswa dalam berbicara dihadapan khalayak ramai. Melalui pelatihan ini, siswa diharapkan mampu mengatasi rasa gugup, menyampaikan ide dengan jelas dan terstruktur, serta membangun *self-efficacy* dalam berbagai situasi komunikasi. Metode yang digunakan dalam pengabdian ini dengan teknik Pendekatan penilaian, percakapan, *public speaking*, praktik, dan penutup. Hasil dari pengabdian ini meningkatnya kepercayaan diri dan kemampuan berbicara siswa yang meningkat secara signifikan, dengan adanya motivasi dan beberapa teknik *public speaking* sehingga dapat merubah mindset para siswa dan lebih percaya diri ketika berbicara di depan umum. Dapat disimpulkan bahwa pelatihan *public speaking* meningkatkan rasa kepercayaan diri bagi siswa yang ditandai dengan adanya materi atau wawasan yang mereka peroleh.

**Kata Kunci:** *Public Speaking*, Kepercayaan Diri, *Soft Skills*, Komunikasi Efektif, Pelatihan Siswa.

**Abstract:** *This community service initiative is motivated by the low self-confidence of students in public speaking, which hinders their potential. Many students experience nervous, and there is no formal education on public speaking at the school level, preventing the development of their soft skills despite their potential in public speaking. This issue arises due to a lack of experience speaking in front of large audiences, inadequate communication skills, and fear of negative judgment from others. The objective of this program is to enhance students' confidence in public speaking and develop effective communication skills. Through this training, students are expected to overcome nervousness, present their ideas clearly and structured, and build self-efficacy in various communication situations. The*

*methods used in this community service program include assessment techniques, discussions, public speaking exercises, practice sessions, and concluding activities. The results indicate a significant improvement in students' confidence and speaking abilities. Motivation and specific public speaking techniques have helped reshape students' mindsets, making them more confident when speaking in public. It can be concluded that public speaking training effectively increases students' confidence, as evidenced by the knowledge and insights they have gained.*

**Keywords:** *Public speaking, Self-Confidence, Soft Skills, Effective Communication, Student Training.*

## PENDAHULUAN

Komunikasi dan *public speaking* adalah keterampilan penting bagi remaja untuk membangun *self-efficacy* atau keyakinan diri dalam mencapai tujuan *self efficacy* adalah keyakinan pada kapasitas diri sendiri untuk menangani suatu keadaan dan menghasilkan sesuatu yang konstruktif (Hapsari, *et., al.*, 2024). Dengan *self-efficacy* yang kuat, remaja dapat menghadapi perubahan dengan lebih tangguh dan meningkatkan peluang keberhasilan di masa depan. Klaus Schwab mengatakan, "*The Fourth Industrial Revolution will affect the very essence of our human experience*" (Idawati & Sudibjo, 2022). Komunikasi efektif menjadi kunci untuk memahami dan memanfaatkan teknologi.

SMA Darussalam Wanaraja berkomitmen meningkatkan pendidikan, namun siswa tidak percaya diri saat berbicara di depan audiens. Kepercayaan diri dapat dikembangkan melalui keyakinan pribadi terhadap kapasitas seseorang untuk mencapai tujuan tertentu (Sunyoto, 2015). Berdasarkan hasil observasi penulis, masalah yang teridentifikasi adalah kurangnya keterampilan *public speaking* dan komunikasi efektif. Akibat kurangnya keahlian dan rasa percaya diri, siswa sering menghadapi kecemasan saat berbicara di depan orang lain. Komunikasi interpersonal adalah proses pertukaran informasi, gagasan, perasaan, dan makna antara dua orang atau lebih. Ini melibatkan komunikasi verbal dan nonverbal, mendengarkan aktif, dan umpan balik, yang berupaya membangun dan memelihara hubungan yang sehat dan produktif. Keterampilan komunikasi interpersonal penting untuk menyampaikan ide atau pendapat, sehingga dapat mendukung kegiatan akademik dan sosial mereka.

Remaja perlu memahami dan menguasai keterampilan komunikasi dan *public speaking* untuk bersaing di dunia yang berkembang. Di SMA Darussalam, pembelajaran ini harus menjadi prioritas. Seperti yang dikatakan oleh ahli komunikasi, Dale Carnegie, "*Effective communication is 20% what you know and 80% how you feel about what you know*" Hal ini menekankan pentingnya menyampaikan informasi dengan percaya diri dan empati (Isaac, 2023). Komunikasi lisan merupakan kemampuan yang dapat menyampaikan juga mendengarkan pendapat atau pandangan orang lain, menguasai materi, dapat bertanya dan menjawab pertanyaan secara lugas, serta dapat menyampaikan hasil laporan secara sistematis dan jelas (Melvina & Nurhadi, 2024).

Penulis melakukan pre-test kepada siswa. Hasilnya, hanya 25% yang memahami dasar konsep *public speaking*. Penelitian lain menunjukkan kurangnya pengetahuan dan keterampilan tentang *public speaking* ini, berikut diantaranya :

**Tabel 1.** Data hasil sebaran narasumber

Jenis Kelamin		Fakultas		Permasalahan			Keterangan
Laki-laki	Perempuan	Teknik	Soshum	< Keterampilan Komunikasi	Insecure	< Self-image	Alasan dan reaksi tubuh
6	12	3	15	12	11	9	Takut memulai, pembicaraan, Takut salah, Sulit mengungkapkan ide, Kurang kemampuan, Bahasa asing, Cemas, <i>Blocking</i> , Takut konflik, Keringat dingin, Menarik diri
33%	67%	16.4%	83,3%	66 %	61%	50%	

Sumber: Olah data primer

Berdasarkan hasil data penelitian yang berjudul “Kurangnya Keterampilan Komunikasi Generasi Z memasuki dunia kerja” dapat menjelaskan bahwa ada sebanyak 33% narasumber laki-laki dan 67 persen responden perempuan. Narasumber generasi Z terdiri dari 16,4 dari Ilmu Pengetahuan Alam dan Teknik, dan 83,3 persen dari Sosial Humaniora. Wawancara dengan psikolog menunjukkan 73,3 persen narasumber memiliki masalah komunikasi. Faktor lain termasuk rasa tidak percaya diri 61 persen dan rendahnya self-image 50 persen (Hapsari, *et., al.*, 2024).

Salah satu strategi untuk meningkatkan kemampuan berbicara di depan umum adalah dengan berlatih (Rahmaniah & AR, 2022). Pelatihan *public speaking* dapat meningkatkan rasa percaya diri, semangat, dan motivasi untuk berbagai tugas yang berhubungan dengan sekolah (Lavandaia, *et., al.*, 2022). Keterampilan *public*

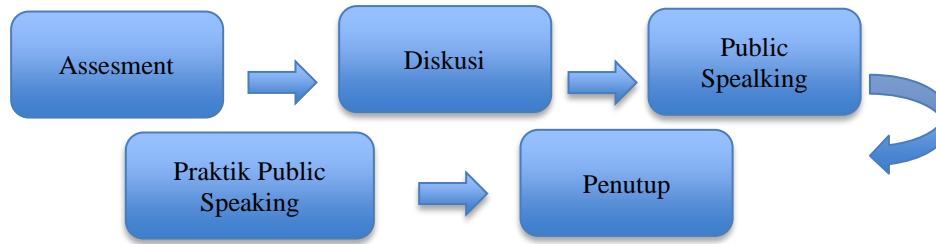
*speaking* akan membantu karier siswa di dunia kerja dengan memudahkan penerimaan perspektif, ide, dan informasi oleh masyarakat yang beragam (Rachmawati & Ananda, 2022).

Pengabdian yang dilakukan oleh penulis relevan dengan pengabdian terdahulu yang berjudul "Pelatihan *public speaking* untuk meningkatkan kepercayaan diri remaja forum Gendre sulawesi selatan". Program pelatihan ini dirancang untuk mengembangkan keterampilan komunikasi mereka melalui sesi praktis dan teori. Hasil dari pelatihan menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan pada rasa percaya diri para peserta, yang diukur dari kemampuan mereka dalam menyampaikan pendapat secara efektif dan mengatasi ketakutan berbicara di depan umum (Idris, *et., al.*, 2022). Pengabdian lain yang mendukung adalah "Peningkatan Kepercayaan Diri Siswa Melalui Pelatihan *Public speaking* di Sekolah Menengah" di SMA Negeri 1 Jakarta. Fenomena yang diteliti adalah Masalah terbesar yang dialami oleh siswa di SMKN 1 Boyolali Selo adalah kurangnya rasa percaya diri dalam berbicara di depan umum. Hasil menunjukkan peningkatan signifikan dalam kepercayaan diri siswa (Manda, *et., al.*, 2023).

Melalui pelatihan *public speaking*, Tujuan penelitian ini adalah untuk membangun rasa percaya diri remaja dan meningkatkan kemampuan berbicara di depan umum, dan memungkinkan remaja untuk menjadi agen perubahan di komunitas mereka. Diharapkan siswa SMA Darussalam Wanaraja dapat memanfaatkan skill *public speaking* dengan baik.

### **METODE**

Metode yang digunakan pada pengabdian ini dilakukan di dalam kelas dan luar kelas dengan menggunakan metode pelatihan. Kegiatan ini dilaksanakan selama 1 hari di SMA Darussalam Wanaraja. Sasaran utama dalam pengabdian ini yaitu kepada siswa-siswi kelas X SMA Darussalam Wanaraja, yang sekelas nya berjumlah 40 orang. Kegiatan tersebut dilaksanakan pada tanggal 16 Juli 2024 dari pukul 08.00 sampai 13.00 WIB. Tindakan ini dibagi menjadi beberapa fase, yang dimulai dengan persiapan dan diakhiri dengan kesimpulan. Berikut ini adalah penjelasan alur proses kerja:



**Gambar 1.** Tahap pelaksanaan pengabdian (Sumber: Hasil Modifikasi peneliti 2025)

## 1. *Assessment*

Pada tahap ini, peserta dinilai kemampuan dasar dalam *public speaking* melalui wawancara, kuisisioner, atau observasi untuk mengetahui kebutuhan pengembangan.

## 2. *Diskusi*

Tahap ini melibatkan diskusi kelompok untuk membahas konsep dasar *public speaking*, seperti bahasa tubuh, intonasi suara, dan struktur pidato. Diskusi ini memungkinkan peserta berbagi pengalaman dan mendapatkan wawasan dari pelatih serta mengidentifikasi kesalahan dalam *public speaking*.

## 3. *Public speaking* (Teori dan Pemahaman)

Dalam tahap ini, peserta diberikan materi mengenai teknik-teknik *public speaking* secara lebih mendalam. Pelatih akan membahas cara mengelola rasa takut, teknik mengatur pernapasan, dan metode menyusun pesan secara efektif.

## 4. *Praktik*

Setelah memahami teori, peserta mempraktikkan kemampuan *public speaking*. Pelatih memberi topik untuk diuraikan dan memberi umpan balik. Sesi ini meningkatkan keterampilan praktis, keberanian, dan latihan improvisasi berbicara.

## 5. *Penutup*

Di tahap akhir, peserta merenungkan pelajaran dari pelatihan dan menilai kemajuan mereka. Pelatih menyimpulkan dengan menyoroti pencapaian peserta. Peserta menerima panduan praktis dan saran untuk berlatih *public speaking* lebih lanjut.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Program pelatihan *public speaking* di SMA Darussalam Wanaraja telah melalui berbagai tahapan mulai dari *assessment* hingga penutup. Berikut adalah hasil dari observasi yang sudah dilakukan di lapangan sesuai dengan tahapan pelaksanaan pengabdian yang sudah dirancang:

### *Assesment*

Kegiatan pengabdian ini dimulai dengan penilaian melalui observasi dan wawancara singkat dengan guru Bimbingan Konseling untuk kemampuan *public speaking*. Saat berbicara di depan audiens, banyak peserta yang mengalami rasa malu, cemas, dan kurang percaya diri.



**Gambar 2.** Assesment oleh pembicara (Sumber: Dokumentasi penulis)

### **Diskusi**

Sesi pelatihan dimulai dengan mengajak para peserta untuk terlibat dalam diskusi santai selama sepuluh menit. Suasana rileks sengaja diciptakan agar para peserta merasa nyaman untuk berbagi. Tujuan dari diskusi ini adalah untuk menggali pengetahuan awal mereka tentang *public speaking* sekaligus melatih keberanian untuk berbicara. Pertanyaan-pertanyaan pemantik dilontarkan untuk menstimulasi diskusi. Pertama, peserta diajak untuk merenungkan alasan mendasar mengapa manusia perlu berkomunikasi. Kemudian, diskusi berlanjut dengan membahas definisi *public speaking* itu sendiri. Setelah itu, tingkat keyakinan diri peserta untuk berbicara di depan umum diukur, memberikan gambaran tentang seberapa percaya diri mereka.

### ***Public speaking* (Materi)**

Setelah sesi diskusi yang hangat dan interaktif, pelatihan berlanjut ke tahap penyampaian materi *public speaking* selama kurang lebih dua puluh menit. Materi yang disajikan cukup komprehensif, dimulai dengan pembahasan mengenai tujuan

komunikasi itu sendiri. Kemudian, pengertian *public speaking* dijelaskan secara mendalam, diikuti dengan identifikasi berbagai masalah yang sering muncul dalam praktiknya, serta solusi untuk mengatasinya.



**Gambar 3.** Penyampaian Materi (Sumber: Dokumentasi penulis)

Selama penyampaian materi, pelatih tidak hanya menjelaskan teori, tetapi juga menawarkan contoh spesifik tentang berbicara di depan umum yang efektif. Contoh-contoh ini sangat membantu peserta untuk memahami materi dengan lebih mudah dan membayangkan bagaimana menerapkan ilmu yang didapatkan dalam situasi nyata. Dengan pendekatan ini, diharapkan peserta dapat memperoleh pemahaman yang utuh dan siap untuk mempraktikkan *public speaking* dengan lebih percaya diri.

### **Praktik *Public speaking***

Setelah dibekali dengan materi yang komprehensif, tibalah saat yang paling dinantikan, yaitu kesempatan bagi para peserta untuk mempraktikkan langsung kemampuan *public speaking* mereka di depan umum. Tujuan dari sesi khusus ini adalah untuk memantau setiap variasi potensial antara waktu sebelum dan sesudah mereka menerima materi pelatihan. Dua peserta dipilih secara sengaja berdasarkan hasil penilaian dan wawancara singkat dengan salah satu guru. Pemilihan ini bertujuan untuk menampilkan peserta yang memiliki potensi atau tantangan tertentu yang menarik untuk diamati perkembangannya. Sementara itu, dua peserta lainnya dipilih secara acak, memberikan kesempatan kepada peserta yang mungkin kurang percaya diri atau belum memiliki pengalaman sebelumnya untuk unjuk gigi. Dengan kombinasi metode pemilihan ini, diharapkan sesi praktik *public speaking* dapat memberikan gambaran yang komprehensif tentang dampak pelatihan yang telah diberikan.





**Gambar 4.** Peserta tampil *public speaking* (Sumber: Dokumentasi penulis)

Peserta diminta menceritakan hal yang membuat mereka bersyukur, berbagi pengalaman, berimprovisasi, mendeskripsikan kelebihan peserta lain, serta praktik menjadi MC dan berpidato. Pada bagian akhir sesi pelatihan, siswa diberikan kesempatan untuk mencoba berbicara di depan umum untuk melihat kemampuan masing-masing peserta.

### Penutup

Penulis melakukan *pre-test* kepada seluruh peserta untuk mengetahui tingkat kesulitan dan tantangan yang paling dominan selama melakukan *public speaking*. Hasilnya diperoleh sebagai berikut:

**Tabel 2.** Hasil pengisian *pre test*

Pertanyaan	Jawaban "Ya" (%)	Jawaban "Tidak" (%)
Apakah Anda tahu apa itu <i>public speaking</i> ?	70%	30%
Apakah Anda merasa nyaman berbicara di depan banyak orang?	45%	55%
Apakah Anda tahu cara menyusun naskah atau pidato dengan baik?	35%	65%
Apakah Anda pernah mengikuti pelatihan atau workshop <i>public speaking</i> sebelumnya?	25%	75%
Apakah Anda mengetahui teknik mengatasi rasa takut saat berbicara di depan umum?	30%	70%
Apakah Anda tahu cara menggunakan intonasi dan ekspresi yang sesuai saat berbicara?	40%	60%
Apakah Anda mampu mempertahankan perhatian audiens saat berbicara?	35%	65%
Apakah Anda memahami pentingnya kontak mata dalam <i>public speaking</i> ?	50%	50%
Apakah Anda tahu cara mengatur bahasa tubuh agar mendukung pesan yang disampaikan?	40%	60%
Apakah Anda yakin bisa meningkatkan kepercayaan diri melalui <i>public speaking</i> ?	60%	40%

Sumber: *Pengisian Survey, 2024*



Berdasarkan hasil pre-test, mayoritas peserta memiliki pemahaman dasar tentang konsep *public speaking*, dengan 70% menjawab ya terkait pengetahuan umum tentang *public speaking*. Namun, hanya 45% yang merasa nyaman berbicara di depan umum, dan sebagian besar (55%) merasa tidak nyaman. Hanya 35% peserta yang memahami cara menyusun naskah atau pidato dengan baik, dan hanya 25% yang pernah mengikuti pelatihan *public speaking* sebelumnya. Sebagian besar peserta belum tahu cara mengatasi rasa takut berbicara di depan umum (70% menjawab tidak). Hanya 40% yang mengerti intonasi dan ekspresi yang tepat. Hanya 35% yang bisa mempertahankan perhatian *audiens*, dan 50% mengerti pentingnya kontak mata. Persentase yang sama (40%) juga tahu cara mengatur bahasa tubuh yang baik. Namun, 60% peserta yakin dapat meningkatkan kepercayaan diri melalui *public speaking*.

### **Pembahasan**

Berdasarkan hasil pengabdian penulis akan mendeskripsikan hasil pengabdian yang telah diperoleh di mana hasil observasi yang ditemukan di lapangan pada 40 siswa SMA Darussalam menunjukkan bahwa banyak peserta memiliki optimisme untuk meningkatkan kepercayaan diri, namun memiliki keterbatasan dalam keterampilan dasar *public speaking*. Dalam berinteraksi dengan orang lain atau saat dituntut untuk menyampaikan pesan agar tersampaikan secara efektif, memiliki kemampuan *self-efficacy* itu sangat penting. *Self-efficacy* sangat penting dalam menentukan keberhasilan seseorang (Isaac, 2023). Dalam konteks *public speaking*, *self-efficacy* yang rendah dapat menyebabkan kecemasan, rasa takut gagal, dan penurunan performa (Isaac, 2023). Di SMA Darussalam Wanaraja, survei awal menunjukkan bahwa banyak siswa mengalami kesulitan berbicara di depan umum, terutama dalam konteks formal seperti presentasi akademis atau pidato.

Berdasarkan pengamatan dan wawancara dengan guru dan siswa di SMA Darussalam Wanaraja, ditemukan bahwa rendahnya *self-efficacy* dalam *public speaking* menjadi permasalahan utama yang dihadapi oleh siswa. Siswa yang tidak percaya diri cenderung menghindari berbicara di depan umum (Idawati & Sudibjo, 2022). Adanya hambatan dan kurangnya pengalaman serta pelatihan formal dalam

*public speaking* yang menyebabkan kecemasan dan ketakutan ketika menghadapi audiens (Mashudi, *et., al.*, 2020).

Pelatihan *public speaking* merupakan salah satu intervensi yang efektif untuk meningkatkan *self-efficacy*. Dalam sebuah jurnal pengabdian di SMA Al Azhar Surabaya menemukan bahwa pelatihan ini dapat secara signifikan meningkatkan keterampilan komunikasi dan kepercayaan diri siswa (Jalal, *et., al.*, 2023). Pelatihan ini mencakup teknik seperti latihan vokal, simulasi presentasi, dan pengendalian kecemasan. Keterampilan ini penting untuk sukses di dunia kerja dan pendidikan (Fitrananda, *et., al.*, 2018)

Hasil temuan dalam pengabdian ini selaras dengan penelitian terdahulu yang berjudul, “Membangun Kepercayaan Diri Remaja Melalui Pelatihan *Public speaking* Guna Menghadapi Era Industri 4.0” yang menyebutkan bahwa pelatihan *public speaking* memberikan informasi, strategi, keahlian, dan kemampuan kepada siswa untuk membantu mereka dengan pekerjaan sekolah dan layanan lingkungan masyarakat.

Penelitian lain yang mendukung hasil temuan ini yang berjudul, “Hubungan *Self Efficacy* Terhadap Kecemasan Berbicara di Depan Umum Pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia” menyebutkan bahwa semakin rendah *self efficacy*, maka semakin tinggi tingkat kecemasan berbicara di depan umum.

Kecemasan dalam berbicara di depan umum umumnya bukan disebabkan oleh ketidakmampuan seseorang, melainkan lebih sering muncul karena pikiran negatif mengenai bagaimana orang lain menilai penampilannya. Faktor seperti kurangnya kepercayaan diri, rasa takut tidak mampu berinteraksi dengan orang lain, serta kekhawatiran terhadap performa pribadi dapat memicu kecemasan tersebut. Salah satu cara untuk mengatasinya adalah dengan meningkatkan *self-efficacy* (Rahayu, *et., al.*, 2004).

Menurut Myers (Carlos, *et., al.*, 2006), tingkat kecemasan seseorang dipengaruhi oleh tingkat *self-efficacy* atau *self-confidence*. Terdapat korelasi antara kecemasan berkomunikasi dengan *self-efficacy*. Ketika dihadapkan pada situasi yang tidak menyenangkan atau menegangkan, siswa yang memiliki efikasi diri yang tinggi akan merasa lebih aman dan mampu mengatasinya secara efektif. Hal

ini sejalan dengan pandangan Bandura (Rizvi, *et. al.*, 1997) ia menyatakan bahwa harapan individu tentang kapasitas mereka untuk mencapai hasil yang diinginkan terhubung dengan efikasi harapan, komponen efikasi diri.

Di SMA Darussalam Wanaraja, pelatihan *public speaking* dilakukan dalam 1 hari dengan teori dan praktik melalui prosedural tahapan dari assesment, diskusi, pelatihan *public speaking* dan penutup didapatkan bahwa siswa mengalami peningkatan rata-rata 30% dalam *self-efficacy* setelah pelatihan, termasuk kemampuan mengendalikan kecemasan. Hal ini membuktikan bahwa pelatihan *public speaking* meningkatkan keterampilan komunikasi dan kepercayaan diri siswa. Keterampilan komunikasi dalam cara menyampaikan pesan yang lebih efektif dan menarik di mata audiens. Begitupun, *self efficacy* yang meningkat membuat siswa SMA Darussalam berani melakukan tugas akademik seperti presentasi yang tidak berfokus pada teks dalam catatan. Program ini meningkatkan *self-efficacy* dan keterampilan komunikasi siswa, berdampak positif pada akademik dan interaksi sosial (Nurcandrani, *et. al.*, 2020). Tidak hanya dalam berkomunikasi, siswa SMA Darussalam Wanaraja juga melaporkan bahwa mereka merasa lebih termotivasi untuk berpartisipasi dalam berbagai kegiatan sekolah setelah mengikuti pelatihan. Program pelatihan ini meningkatkan aktivitas akademik dan sosial siswa yang lebih aktif saat berbicara di depan umum. Pelatihan *public speaking* meningkatkan motivasi, antusiasme, dan rasa percaya diri (Mashudi, *et. al.*, 2020).

Evaluasi program menunjukkan bahwa siswa merasa lebih percaya diri dan siap berbicara di depan umum setelah pelatihan. Umpan balik siswa menunjukkan motivasi yang lebih tinggi untuk kegiatan *public speaking*. Berikut table hasil post test:

**Tabel 2.** Hasil pengisian *Post test*

<b>Pertanyaan</b>	<b>Jawaban Ya (%)</b>	<b>Jawaban Tidak (%)</b>
Apakah Anda sekarang merasa lebih nyaman berbicara di depan umum?	85%	15%
Apakah Anda tahu cara menyusun naskah atau pidato dengan lebih terstruktur?	80%	20%
Apakah Anda telah memahami pentingnya menggunakan intonasi dan ekspresi dalam <i>public speaking</i> ?	90%	10%
Apakah Anda mengetahui teknik-teknik untuk mengatasi rasa takut atau gugup saat berbicara di depan orang banyak?	88%	12%

Pertanyaan	Jawaban Ya (%)	Jawaban Tidak (%)
Apakah Anda sekarang mengerti cara menjaga perhatian audiens selama berbicara?	75%	25%
Apakah Anda mampu melakukan kontak mata yang efektif dengan audiens?	80%	20%
Apakah Anda tahu bagaimana mengatur bahasa tubuh saat berbicara di depan umum?	85%	15%
Apakah Anda tahu cara mengatur jeda dan kecepatan berbicara dengan baik?	83%	17%
Apakah Anda merasa lebih percaya diri dalam menyampaikan ide di depan umum?	88%	12%
Apakah Anda merasa mampu meningkatkan keterampilan <i>public speaking</i> secara mandiri di masa depan?	78%	22%

Sumber: Pengisian survey 2024

Hasil *post-test* menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam pemahaman dan kenyamanan peserta terhadap *public speaking*. Sebagian besar peserta (misalnya, 85% untuk kenyamanan berbicara di depan umum dan 88% untuk peningkatan kepercayaan diri) menghasilkan adanya kemajuan. Perbandingan dengan hasil *pre-test* dapat mengindikasikan efektivitas pelatihan.

## KESIMPULAN

Pelatihan *public speaking* di SMA Darussalam Wanaraja secara positif dapat meningkatkan *self-efficacy* siswa dalam berbicara di depan umum. Dapat disimpulkan bahwa siswa mengalami peningkatan dalam kepercayaan diri, kemampuan berbicara, penyusunan presentasi, dan pengelolaan kecemasan. Metode yang digunakan dalam pelatihan ini berhasil menginspirasi siswa untuk menginternalisasi konsep-konsep penting dalam komunikasi, menjadikan mereka lebih siap menghadapi tantangan di dunia nyata.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada semua pihak yang berkontribusi, terutama siswa SMA Darussalam Wanaraja dan para guru. Terima kasih juga kepada Dosen Fakultas Komunikasi dan Informasi Prodi Ilmu Komunikasi dan Ketua Program Studi Ilmu Komunikasi Universitas Garut Dr. Zikri Fachrul Nurhasdi, M.Si., CPRP yang telah membimbing dalam penulisan jurnal

pengabdian ini. Semoga hasil penelitian ini bermanfaat untuk pengembangan keterampilan komunikasi siswa di masa depan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Andriyani, A. A. A. D., Sulatra, I. K., Pratiwi, D. P. E., Candra, K. D. P., & Dosen Fakultas Bahasa Asing Universitas Mahasraswati. (2022). Pelatihan *Public speaking* bagi Siswa SMAN1 Kintamani. *Abdi Humaniora*, 3(2), 13–18. <https://doi.org/10.24036/abdi-humaniora.v3i2.116730>
- Fitrananda, C. A., Anisyahrini, R., & Iqbal, M. (2018). Pelatihan *Public speaking* Untuk Menunjang Kemampuan Presentasi Bagi Siswa Sman 1 Margahayu Kabupaten Bandung. *Ijccs*, x, No.x(2), 66–69.
- Hapsari, R. N., Agustina, S. M., Wijaya, R., & Romadona, M. R. (2024). Kurangnya Keterampilan Komunikasi Generasi Z Memasuki Pasar Kerja Inadequate Communication Skills of Generation Z Entering *the Workplace*. 9(1), 55-66 <https://doi.org/10.56873/jpkm.v9i1.5241>
- Idawati, L., & Sudibjo, N. (2022). Karakteristik Pendidik di Era Digital [Educator's Characteristics in the Digital Era]. *Jurnal Ketopong Pendidikan*, 2(1), 1. <https://doi.org/10.19166/jkp.v2i1.5489>
- Idris, M., Jalal, N., Daud, M., A. M. A., Istiqamah, S., & Bur, A. (2022). Pelatihan *Public speaking* untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Remaja Forum Genre Sulawesi Selatan. *Jurnal Kebajikan Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 36–42. <https://www.researchgate.net/profile/Ahmad>
- Isaac, B. (2023). Revised Edition. *The Limits Of Empire*, viii–viii. <https://doi.org/10.1093/oso/9780198149262.002.0004>
- Jalal, N. M., Gaffar, S. B., Syam, R., Syarif, K. A., & Idris, M. (2023). Pemberian Pelatihan *Public speaking* Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Dan Keterampilan Presentasi Di Depan Umum. *Jurnal Abdimas Indonesia*, 3(2), 192–200. <https://doi.org/10.53769/jai.v3i2.460>
- Lavandaia, Y., Bali, D., Hamzah, I., Wahyudin, A. Y., Oktaviani, L., Aldino, A. A., Alfathaan, M., Julius, A., Inggris, P., & Bahasa, E. (2022). Pendampingan Pembelajaran *Public speaking* Bagi Siswa-Siswi Man 1 Lampung Tengah. *Jurnal Widya Laksmi (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat)*, 2(2), 76–81.
- Manda, D., Rahman, A., Kasmita, M., Rukmana, N. S., & Darmayanti, D. P. (2023). Peningkatan Kepercayaan Diri Remaja Melalui Pelatihan *Public speaking* di SMPN 33 Makassar. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Nusantara*, 4(4), 4610–4620.

- Mashudi, T., Hesti, R. M., & Purwandari, E. (2020). Membangun Kepercayaan Diri Remaja Melalui Pelatihan *Public speaking* Guna Menghadapi Era Industri 4.0. *Abdi Psikonomi*, 1, 79–78. <https://doi.org/10.23917/psikonomi.v1i2.214>
- Melvina, Y. D., & Nurhadi, Z. F. (2024). *PELATIHAN REPORTASE BERITA DALAM MENINGKATKAN KOMUNIKASI LISAN BAGI SISWA SMKN 2GARUT*. 7(3). 862-875. <http://jurnal.unpad.ac.id/kumawula/index>
- Nurcandrani, P. S., Asriandhini, B., & Turistiati, A. T. (2020). Pelatihan *Public speaking* untuk Membangun Kepercayaan Diri dan Keterampilan Berbicara pada Anak-Anak di Sanggar Ar-Rosyid Purwokerto. *Jurnal Abdi MOESTOPO*, 03(01), 27–32. <https://doi.org/10.32509/am.v3i01.979>
- Rachmawati, F., & Ananda, A. R. (2022). Pelatihan *Public speaking* Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa SMAN 17 Surabaya. *Humanism : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(3), 126–143. <https://doi.org/10.30651/hm.v3i3.14528>
- Rahmaniah, N., & AR, R. A. (2022). *Public speaking* for Student Sebagai Upaya Peningkatan Kemampuan Komunikasi Siswa SMA Negeri 1 Tinambung. *Jurnal Abdimas Indonesia*, 2(4), 538–545. <https://doi.org/10.53769/jai.v2i4.342>
- Sunyoto, D. (2015). *Penelitian Sumber Daya Manusia*. 2(2), 61–67. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/sip>