



Speak Up! Penguatan Kepercayaan Diri Siswa SDN Pakujaya 02 melalui Pelatihan Public Speaking

Anastasia Putri Kristiani^{1*}, Desi Natalia¹, Asep Abdul Rohman¹

¹ Universitas Budi Luhur, Jakarta, Indonesia

* Corresponding Author: anastasyaputri@budiluhur.ac.id

Abstract

Communication skills, particularly the ability to speak in public (public speaking), are essential competencies that need to be developed from an early age to support individuals' future success. However, in practice, many elementary school students still face difficulties in expressing their ideas verbally due to low self-confidence, limited experience, and a lack of structured training. This community service program aims to enhance the self-confidence of students at SDN Pakujaya 02 through public speaking training based on a participatory and experiential learning approach. The methods employed include interactive lectures, demonstrations, role plays, simulations, and direct practice in speaking in front of the class. The results indicate a significant improvement in students' willingness to speak, their ability to express opinions, as well as their mastery of verbal and nonverbal communication aspects. In addition, the program fosters a more active and communicative learning environment. Therefore, public speaking training can serve as an effective strategy to strengthen elementary school students' self-confidence and is recommended to be integrated into classroom learning and extracurricular activities on a sustainable basis.

Keywords:

*Public Speaking;
Self-Confidence;
Communication.*

Abstrak

Keterampilan komunikasi, khususnya kemampuan berbicara di depan umum (public speaking), merupakan kompetensi esensial yang perlu dikembangkan sejak usia dini untuk mendukung keberhasilan individu di masa depan. Namun, pada kenyataannya, banyak siswa sekolah dasar masih menghadapi hambatan dalam menyampaikan ide secara lisan akibat rendahnya kepercayaan diri, keterbatasan pengalaman, serta minimnya pelatihan yang terstruktur. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa SDN Pakujaya 02 melalui pelatihan public speaking berbasis pendekatan partisipatif dan experiential learning. Metode yang digunakan meliputi ceramah interaktif, demonstrasi, role play, simulasi, serta praktik langsung berbicara di depan kelas. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam keberanian siswa untuk tampil, kemampuan menyampaikan pendapat, serta penguasaan aspek verbal dan nonverbal dalam komunikasi. Selain itu, kegiatan ini juga mendorong terciptanya lingkungan belajar yang lebih aktif dan komunikatif. Dengan demikian, pelatihan public speaking dapat menjadi strategi efektif dalam penguatan kepercayaan diri siswa sekolah dasar dan direkomendasikan untuk diintegrasikan dalam pembelajaran maupun kegiatan ekstrakurikuler secara berkelanjutan.

Kata Kunci:

*Public
Speaking;
Kepercayaan
Diri;
Komunikasi.*

Pendahuluan

Perkembangan dunia pendidikan di era globalisasi menuntut peserta didik tidak hanya memiliki kemampuan kognitif yang baik, tetapi juga keterampilan komunikasi yang efektif

sebagai bagian dari kompetensi abad ke-21. Kemampuan ini mencakup keterampilan berbicara, berpikir kritis, berkolaborasi, serta kemampuan mengekspresikan ide secara jelas dan persuasif. Salah satu bentuk keterampilan komunikasi yang sangat penting adalah public speaking, yaitu kemampuan berbicara di depan umum dengan tujuan menyampaikan pesan secara efektif kepada audiens (Lucas, 2015).

Public speaking tidak hanya berfungsi sebagai sarana penyampaian informasi, tetapi juga sebagai alat untuk membangun kepercayaan diri, meningkatkan kemampuan berpikir kritis, serta mengembangkan karakter individu. Menurut DeVito (2016), komunikasi yang efektif melibatkan kemampuan verbal dan nonverbal yang saling mendukung, seperti intonasi suara, ekspresi wajah, serta bahasa tubuh. Oleh karena itu, keterampilan ini perlu dilatih sejak usia dini agar siswa terbiasa tampil dan berinteraksi secara aktif dalam lingkungan sosialnya.

Namun demikian, dalam praktiknya, banyak siswa sekolah dasar masih mengalami kesulitan dalam berbicara di depan umum. Rasa takut, malu, dan kurang percaya diri menjadi hambatan utama yang menyebabkan siswa enggan untuk tampil. Fenomena ini menunjukkan bahwa aspek afektif, khususnya kepercayaan diri, memiliki peran penting dalam keberhasilan komunikasi. Kepercayaan diri merupakan keyakinan individu terhadap kemampuan dirinya dalam melakukan suatu tugas atau menghadapi situasi tertentu (Bandura, 1997). Teori self-efficacy yang dikemukakan oleh Bandura menekankan bahwa pengalaman langsung, dukungan sosial, serta penguatan positif dapat meningkatkan kepercayaan diri individu dalam melakukan suatu aktivitas. Dalam konteks pendidikan, siswa yang memiliki kepercayaan diri tinggi cenderung lebih aktif dalam pembelajaran, berani mengemukakan pendapat, serta memiliki motivasi yang lebih kuat untuk belajar (Schunk & DiBenedetto, 2020).

SDN Pakujaya 02 sebagai salah satu institusi pendidikan dasar memiliki peran strategis dalam membentuk karakter dan keterampilan siswa. Berdasarkan hasil observasi awal dan diskusi dengan guru, ditemukan bahwa sebagian besar siswa masih menunjukkan tingkat kepercayaan diri yang rendah dalam berbicara di depan kelas. Hal ini terlihat dari minimnya partisipasi aktif siswa dalam diskusi, kecenderungan menghindari presentasi, serta kesulitan dalam menyampaikan ide secara lisan.

Permasalahan ini menunjukkan perlunya intervensi berupa program pelatihan yang dapat membantu siswa mengembangkan keterampilan public speaking sekaligus meningkatkan kepercayaan diri mereka. Pelatihan public speaking yang dirancang secara interaktif dan menyenangkan dapat menjadi solusi efektif untuk mengatasi permasalahan tersebut. Menurut Daly et al. (2014), pelatihan komunikasi yang melibatkan praktik langsung dan umpan balik konstruktif terbukti mampu meningkatkan kemampuan berbicara dan mengurangi kecemasan komunikasi.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk memberikan pelatihan public speaking kepada siswa SDN Pakujaya 02 sebagai upaya penguatan kepercayaan diri. Program ini diharapkan dapat memberikan dampak positif tidak hanya dalam aspek komunikasi, tetapi juga dalam pengembangan karakter siswa secara keseluruhan.

Metode Pelaksanaan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan pendekatan partisipatif dengan metode experiential learning, yaitu pembelajaran berbasis pengalaman langsung yang melibatkan siswa secara aktif dalam proses belajar (Kolb, 1984). Pendekatan ini dipilih karena dianggap efektif dalam meningkatkan keterampilan praktis seperti public speaking.

1. Tahap Persiapan. Tahap ini meliputi identifikasi kebutuhan melalui observasi dan wawancara dengan guru. Selain itu, dilakukan penyusunan materi pelatihan yang disesuaikan dengan karakteristik siswa sekolah dasar.
2. Tahap Pelaksanaan. Pelatihan dilaksanakan dalam beberapa sesi dengan metode yaitu ceramah interaktif dengan penyampaian materi dasar mengenai public speaking secara sederhana dan menarik, demonstrasi, role play, dan simulasi dan praktik langsung.
3. Tahap Evaluasi. Evaluasi dilakukan melalui observasi terhadap perubahan perilaku siswa serta pemberian umpan balik dari guru dan peserta.

Hasil dan Pembahasan

Pelaksanaan program pelatihan public speaking di SDN Pakuajaya 02 menunjukkan dampak yang signifikan terhadap penguatan kepercayaan diri dan kemampuan komunikasi siswa. Secara umum, hasil kegiatan mengindikasikan adanya transformasi perilaku siswa dari kondisi awal yang cenderung pasif, ragu-ragu, dan kurang percaya diri menjadi lebih aktif, berani, serta mampu mengekspresikan ide secara lebih terstruktur dan meyakinkan. Transformasi ini tidak hanya terjadi pada aspek performatif saat berbicara, tetapi juga pada dimensi psikologis dan sosial siswa dalam konteks pembelajaran.

Sebelum pelatihan dilaksanakan, sebagian besar siswa menunjukkan gejala rendahnya kepercayaan diri, seperti menghindari kontak mata, berbicara dengan suara pelan, serta menunjukkan resistensi ketika diminta tampil di depan kelas. Kondisi ini sejalan dengan temuan penelitian bahwa banyak siswa sekolah dasar mengalami hambatan komunikasi akibat rendahnya self-confidence dan kurangnya pengalaman berbicara di depan umum (Putri & Sari, 2022). Setelah mengikuti pelatihan, terjadi perubahan yang cukup mencolok. Siswa mulai berani tampil, menunjukkan ekspresi yang lebih percaya diri, serta mampu menyampaikan pesan secara lebih jelas.



Gambar 1. Dokumentasi Kegiatan

Peningkatan kepercayaan diri ini dapat dijelaskan melalui perspektif self-efficacy dalam teori kognitif sosial. Pengalaman langsung berbicara di depan kelas memberikan apa yang disebut sebagai mastery experience, yaitu pengalaman keberhasilan yang menjadi sumber

utama peningkatan kepercayaan diri (Schunk & DiBenedetto, 2021). Selain itu, aktivitas seperti demonstrasi dan role play memungkinkan siswa belajar melalui pengamatan terhadap orang lain (*vicarious experience*), yang juga terbukti efektif dalam meningkatkan keyakinan diri siswa. Penelitian terbaru menunjukkan bahwa pembelajaran berbasis pengalaman dan simulasi sosial memiliki pengaruh positif terhadap peningkatan self-efficacy dan keberanian berbicara pada siswa sekolah dasar (Rahman et al., 2023).

Selain peningkatan kepercayaan diri, pelatihan ini juga berdampak signifikan terhadap kemampuan komunikasi siswa, baik secara verbal maupun nonverbal. Dari aspek verbal, siswa menunjukkan peningkatan dalam struktur penyampaian, pemilihan kata, serta kelancaran berbicara. Mereka mulai mampu menyampaikan ide secara runtut dan mudah dipahami. Hal ini menunjukkan bahwa latihan public speaking tidak hanya melatih keberanian, tetapi juga mengembangkan kemampuan kognitif dalam mengorganisasi informasi. Penelitian oleh Chen dan Hwang (2022) menegaskan bahwa aktivitas komunikasi lisan berkontribusi terhadap perkembangan keterampilan berpikir kritis dan kemampuan berbahasa pada anak.

Sementara itu, dari aspek nonverbal, siswa menunjukkan peningkatan dalam penggunaan bahasa tubuh, ekspresi wajah, dan kontak mata. Sebelum pelatihan, banyak siswa cenderung menunduk atau menghindari interaksi visual dengan audiens. Setelah pelatihan, mereka mulai menunjukkan gestur yang lebih terbuka dan ekspresif. Hal ini penting karena komunikasi nonverbal memiliki peran dominan dalam efektivitas penyampaian pesan. Studi terbaru menunjukkan bahwa penggunaan komunikasi nonverbal yang tepat dapat meningkatkan pemahaman audiens dan kepercayaan diri pembicara (Kim & Kim, 2021).



Gambar 2. Pelaksanaan Kegiatan

Temuan lain yang cukup signifikan adalah berkurangnya tingkat kecemasan komunikasi (*communication apprehension*) pada siswa. Pada tahap awal, banyak siswa menunjukkan tanda-tanda kecemasan seperti gugup, terbata-bata, dan enggan berbicara. Namun, setelah mengikuti beberapa sesi pelatihan, gejala tersebut mulai berkurang. Hal ini menunjukkan bahwa pelatihan yang dilakukan mampu menciptakan lingkungan belajar yang aman dan mendukung, sehingga siswa merasa lebih nyaman untuk berekspresi. Penelitian oleh Zhang (2022) menunjukkan bahwa pendekatan pembelajaran yang menyenangkan dan bebas tekanan dapat secara efektif menurunkan kecemasan komunikasi pada anak.

Penurunan kecemasan ini juga berkaitan dengan metode pelatihan yang digunakan, yaitu pendekatan experiential learning. Melalui metode ini, siswa tidak hanya menerima materi secara teoritis, tetapi juga terlibat langsung dalam praktik dan refleksi. Hal ini sejalan dengan temuan bahwa pembelajaran berbasis pengalaman mampu meningkatkan keterlibatan emosional siswa serta memperkuat retensi pembelajaran (Kolb & Kolb, 2022). Dalam konteks ini, kegiatan seperti simulasi, permainan peran, dan praktik langsung menjadi faktor kunci dalam keberhasilan program.

Selain berdampak pada individu, pelatihan ini juga memengaruhi dinamika sosial di dalam kelas. Terjadi peningkatan partisipasi siswa secara lebih merata, di mana siswa yang sebelumnya pasif mulai menunjukkan keterlibatan aktif dalam kegiatan pembelajaran. Mereka juga menunjukkan sikap saling mendukung, seperti memberikan apresiasi kepada teman yang tampil. Hal ini menunjukkan bahwa pelatihan public speaking tidak hanya meningkatkan kemampuan individu, tetapi juga membangun budaya komunikasi yang positif dan inklusif di lingkungan kelas. Studi oleh García-Martínez et al. (2021) menegaskan bahwa lingkungan belajar yang kolaboratif dapat meningkatkan keterampilan sosial dan komunikasi siswa secara signifikan.

Dampak lebih lanjut dari pelatihan ini terlihat pada proses pembelajaran secara keseluruhan. Guru melaporkan adanya peningkatan dalam keaktifan siswa, kualitas diskusi, serta keberanian dalam menyampaikan pendapat. Hal ini menunjukkan bahwa keterampilan public speaking memiliki kontribusi yang luas terhadap pengembangan soft skills siswa. Dalam konteks pendidikan abad ke-21, keterampilan komunikasi merupakan salah satu kompetensi utama yang harus dimiliki oleh peserta didik (OECD, 2023).

Namun demikian, terdapat beberapa tantangan dalam implementasi program ini. Salah satunya adalah keterbatasan waktu pelatihan yang menyebabkan belum semua siswa mencapai tingkat kepercayaan diri yang optimal. Selain itu, perbedaan karakteristik individu juga memengaruhi hasil yang dicapai. Siswa dengan tingkat kecemasan tinggi membutuhkan pendekatan yang lebih intensif dan berkelanjutan. Penelitian oleh Lee (2024) menunjukkan bahwa intervensi komunikasi yang berkelanjutan memiliki dampak yang lebih signifikan dibandingkan dengan pelatihan jangka pendek.

Oleh karena itu, keberlanjutan program menjadi aspek penting yang perlu diperhatikan. Integrasi pelatihan public speaking ke dalam kurikulum atau kegiatan ekstrakurikuler dapat menjadi solusi untuk memastikan keberlanjutan dampak program. Selain itu, peran guru sebagai fasilitator juga sangat penting dalam mempertahankan dan mengembangkan keterampilan yang telah diperoleh siswa.

Secara keseluruhan, hasil kegiatan ini menunjukkan bahwa pelatihan public speaking berbasis experiential learning merupakan strategi yang efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri dan kemampuan komunikasi siswa sekolah dasar. Temuan ini memperkuat berbagai penelitian sebelumnya yang menekankan pentingnya pengalaman langsung, lingkungan belajar yang suportif, serta pendekatan pembelajaran yang interaktif dalam pengembangan keterampilan komunikasi (Rahman et al., 2023; OECD, 2023). Dengan demikian, program ini tidak hanya memberikan manfaat jangka pendek, tetapi juga memiliki potensi untuk memberikan dampak jangka panjang dalam membentuk generasi yang percaya diri, komunikatif, dan siap menghadapi tantangan masa depan.

Penutup

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui pelatihan public speaking di SDN Pakuajaya 02 terbukti efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri dan kemampuan komunikasi siswa. Pendekatan experiential learning memberikan pengalaman belajar yang bermakna dan menyenangkan bagi siswa.

Program ini tidak hanya meningkatkan keberanian siswa dalam berbicara, tetapi juga berkontribusi terhadap pengembangan soft skills secara keseluruhan. Oleh karena itu, pelatihan public speaking direkomendasikan untuk diintegrasikan dalam kegiatan pembelajaran dan ekstrakurikuler secara berkelanjutan guna mendukung pengembangan kompetensi abad ke-21 pada siswa sekolah dasar.

Daftar Pustaka

- Chen, Y., & Hwang, G. J. (2022). Effects of oral communication activities on students' critical thinking and language skills. *Educational Technology & Society*, 25(2), 45–57.
- García-Martínez, I., Fernández-Batanero, J. M., Cobos-Sanchiz, D., & Luque-de la Rosa, A. (2021). Using cooperative learning to improve communication skills. *Education Sciences*, 11(5), 1–12.
- Kim, S., & Kim, H. (2021). The role of nonverbal communication in enhancing public speaking performance. *Journal of Communication Education*, 70(3), 305–320.
- Kolb, A. Y., & Kolb, D. A. (2022). Experiential learning theory as a guide for experiential educators. *Experiential Learning & Teaching*, 5(1), 1–15.
- Lee, J. (2024). Long-term effects of communication training on student confidence. *Journal of Educational Psychology*, 116(2), 210–225.
- OECD. (2023). *Future of Education and Skills 2030*. OECD Publishing.
- Putri, D. A., & Sari, M. (2022). Pengaruh pelatihan public speaking terhadap kepercayaan diri siswa sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Dasar Indonesia*, 7(2), 85–94.
- Rahman, A., Yusuf, M., & Hidayat, R. (2023). Experiential learning approach in improving students' communication skills. *International Journal of Instruction*, 16(1), 233–248.
- Schunk, D. H., & DiBenedetto, M. K. (2021). Self-efficacy and human motivation. *Educational Psychologist*, 56(4), 1–15.
- Zhang, L. (2022). Reducing communication anxiety through interactive learning strategies. *Journal of Educational Research*, 115(4), 345–356.