



## Pelatihan *Public Speaking* sebagai Upaya Peningkatan Kepercayaan Diri Siswa di SMPN 15 Banjarmasin

### *Public Speaking Training as an Effort to Increase Student Self-Confidence at SMPN 15 Banjarmasin*

Tri Reski Muchtar<sup>1\*</sup>, Anisa Fitria<sup>2</sup>, Abdul Hadi Hardian<sup>3</sup>, Alfina Ramadhanti<sup>4</sup>, Daut Yahya<sup>5</sup>, Sudirwo<sup>6</sup>, Anna Nur Faidah<sup>7</sup>

<sup>1-7</sup>Program Studi Manajemen, Universitas Lambung Mangkurat, Indonesia

\*Penulis Korespondensi: [2210312220076@mhs.ulm.ac.id](mailto:2210312220076@mhs.ulm.ac.id)<sup>1</sup>

#### Article History:

Naskah Masuk: 19 September 2025;

Revisi: 22 Oktober 2025;

Diterima: 17 November 2025;

Tersedia: 26 November 2025

**Keywords:** *Communication Skills; Public Speaking; Self-Confidence; Students; Training*

**Abstract:** *Public speaking skills are an essential competency that plays an important role in students' personal development. However, many junior high school students still experience challenges such as low self-confidence when speaking in public. This community service activity aims to improve students' self-confidence and verbal communication skills through structured public speaking training at SMPN 15 Banjarmasin. The method applied was Participatory Action Research (PAR) with a quantitative approach involving 27 students as participants. The training program included interactive material on the fundamentals of public speaking, anxiety management techniques, non-verbal communication, and hands-on practice sessions. Evaluation was conducted using pre-test and post-test instruments to measure improvement in students' knowledge and skills. The results showed a significant increase in the students' average scores, from 85.37 before the training to 95.15 after the training. These findings indicate that the public speaking training program effectively builds self-confidence and enhances students' communication skills during adolescence.*

#### Abstrak

Keterampilan berbicara di depan umum merupakan kompetensi esensial yang berperan penting dalam pengembangan diri siswa. Namun, banyak siswa sekolah menengah pertama yang masih menghadapi kendala berupa rendahnya rasa percaya diri dalam berbicara di depan umum. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan kepercayaan diri dan kemampuan komunikasi verbal siswa melalui pelatihan *public speaking* di SMPN 15 Banjarmasin. Metode yang digunakan adalah *Participatory Action Research* (PAR) dengan pendekatan kuantitatif yang melibatkan 27 siswa sebagai partisipan. Program pelatihan meliputi penyampaian materi interaktif tentang dasar-dasar *public speaking*, teknik mengelola kecemasan, penggunaan bahasa non-verbal, serta sesi praktik langsung. Evaluasi dilakukan melalui pre-test dan post-test untuk mengukur peningkatan pengetahuan dan keterampilan siswa. Hasil analisis menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada skor rata-rata siswa dari 85,37 sebelum pelatihan menjadi 95,15 setelah pelatihan. Hasil ini membuktikan bahwa pelatihan *public speaking* efektif dalam membangun kepercayaan diri serta meningkatkan kemampuan komunikasi siswa pada jenjang usia remaja.

**Kata Kunci:** Kepercayaan Diri; Keterampilan Komunikasi; Pelatihan; *Public Speaking*; Siswa

## 1. PENDAHULUAN

Bahasa merupakan elemen krusial dalam proses komunikasi, yang memfasilitasi interaksi antar individu, antar individu dengan kelompok, dan antar kelompok. Sebagai alat komunikasi, bahasa memungkinkan manusia untuk mengekspresikan gagasan, emosi, dan pengalaman secara lebih efektif. Bahasa dapat mencerminkan pikiran dan kesiapan untuk menyampaikan pendapat serta data. Bahasa berfungsi sebagai media interaksi sosial dalam

masyarakat, di mana masyarakat itu sendiri bersifat sosial, sehingga bahasa digunakan oleh setiap orang.

Dalam kehidupan, Bahasa memiliki peranan yang penting, maka penting agar anak diajari kemampuan berbahasa yang baik sejak usia dini sebagai bekal saat dewasa nanti (Sofiah S. & Nur Aliyah, 2024). Bahasa juga memiliki dampak yang signifikan terhadap perkembangan anak, memungkinkan mereka untuk berkembang menjadi orang dewasa yang mampu berinteraksi di masyarakat.

Keterampilan komunikasi yang efektif merupakan faktor kunci kesuksesan di berbagai bidang kehidupan. Komunikasi bukan hanya alat untuk menyampaikan informasi, tetapi juga sarana membangun hubungan sosial, menegosiasikan kepentingan, dan menyelesaikan konflik (B Putra et al, 2025). Di era globalisasi saat ini, keterampilan berbicara di depan umum sangat penting, termasuk bagi siswa (Sulaiman, A., & Anisah, N., 2019). Di tingkat SMP, siswa mengalami fase krusial perkembangan sosial dan emosional, di mana keterampilan komunikasi menjadi dasar interaksi sehari-hari (Lucas, 2019). Berbicara di depan umum memiliki dampak yang luar biasa bagi individu, seperti pengembangan pribadi melalui praktik yang meningkatkan kemampuan menyampaikan gagasan kepada orang lain dan memengaruhi lingkungan sekitar (Rahmiati, R. et al, 2022).

Pelatihan berbicara di depan umum sangat relevan untuk membantu siswa mengatasi rasa gugup, membangun kepercayaan diri, dan meningkatkan efektivitas penyampaian gagasan. Berbicara di depan umum, yang melibatkan berbicara di depan audiens, seringkali menghadirkan tantangan yang signifikan bagi remaja karena takut akan penilaian negatif atau kurangnya rasa percaya diri.

Remaja, terutama pelajar, perlu dibekali keterampilan berbicara di depan umum. Kemampuan berbicara di depan umum tidak hanya penting bagi orang dewasa, namun pelajar juga sangat penting untuk mempelajari kemampuan ini. Permasalahan tentang kemampuan berbicara di depan umum juga sering kali ditemui di negara-negara maju. Sebuah survei oleh The People's Almanac Book terhadap 3.000 orang Amerika menemukan bahwa berbicara di depan umum adalah ketakutan terbesar mereka (Rahmayanti et al., 2023).

Berbicara di depan umum tidak hanya berfokus pada kata-kata yang diucapkan pembicara tetapi juga melibatkan bahasa tubuh atau komunikasi non-verbal. Melalui pelatihan berbicara di depan umum, seseorang belajar tidak hanya aspek verbal tetapi juga aspek non-verbal. Bentuk komunikasi ini dapat dipelajari dan dipraktikkan oleh siapa pun, asalkan mereka melakukan upaya yang tepat dan memiliki akses terhadap sumber belajar (Jaini, J., & Sa'i, M., 2025).

Inisiatif pengabdian masyarakat ini inovatif karena menyasar siswa sekolah menengah pertama. Dengan memahami perbedaan dan kebutuhan siswa SMP, pelatihan berbicara di depan umum dapat disusun secara lebih efisien dan disesuaikan dengan perkembangan psikososial mereka. Oleh karena itu, artikel ini diharapkan dapat memberikan landasan yang kuat untuk memperkuat keterampilan komunikasi dan mendukung pengembangan karakter siswa SMP.

Melalui kegiatan ini, siswa SMPN 15 Banjarmasin diberikan kesempatan untuk mempelajari dasar-dasar berbicara di depan umum, seperti kontrol suara, bahasa tubuh, dan struktur pesan. Artikel ini menjelaskan pelaksanaan pengabdian masyarakat di SMPN 15 Banjarmasin, meliputi latar belakang, proses pelatihan, dan hasil yang dicapai. Oleh karena itu, pengabdian masyarakat ini diharapkan dapat menjadi contoh bagi kegiatan serupa di sekolah lain.

## 2. METODE

Kegiatan pengabdian dilaksanakan di Jl. Kuin Utara RT. 4 NO. 6, Banjarmasin, dengan melibatkan peserta didik kelas 8G dari SMPN 15 Banjarmasin sebagai subjek utama kegiatan. Metode atau strategi riset yang dipakai untuk kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini *Participatory Action Research* (PAR) dengan pendekatan kuantitatif. Metode ini dipilih karena kegiatan dilakukan secara partisipatif antara tim pengabdian, pihak sekolah dan siswa dalam setiap tahapan kegiatan, serta menggunakan pengukuran hasil pelatihan melalui *pre-test* dan *post-test*. Pelaksanaan kegiatan melalui tiga tahapan utama sebagai berikut:

### **Tahapan Pelaksanaan**

#### ***Observasi dan Penentuan Materi***

Langkah awal dimulai dengan kegiatan observasi dan diskusi bersama pihak sekolah untuk mengetahui kebutuhan siswa dalam hal keterampilan komunikasi. Dari hasil pengamatan tersebut, Hasil menunjukkan bahwa masih banyak siswa masih kurang percaya diri ketika berbicara di depan umum. Berdasarkan temuan tersebut, diputuskan bahwa pelatihan *public speaking* menjadi fokus utama dalam kegiatan pengabdian ini.

#### ***Pelaksanaan Pelatihan***

Tahap ini merupakan inti dari seluruh rangkaian kegiatan, di mana siswa mengikuti pelatihan *public speaking* dengan tema “*Speak Up! Ekspresikan Diri Lewat Public Speaking*”. Kegiatan dimulai dengan *pre-test* untuk mengukur kemampuan awal pada peserta, kemudian dilanjutkan dengan beberapa sesi pelatihan yang bersifat interaktif. Materi pelatihan mencakup pengenalan dasar-dasar *public speaking*, teknik mengatasi rasa

gugup, penggunaan bahasa tubuh dan ekspresi wajah, serta latihan menyusun ide sebelum berbicara di depan *audiens*. Setiap siswa diberi kesempatan untuk tampil langsung di depan kelas agar bisa meningkatkan kepercayaan diri dan kemampuan komunikasi.

### **Evaluasi dan Pengukuran Keberhasilan**

Setelah kegiatan pelatihan, dilakukan evaluasi melalui post-test dan kuesioner untuk menilai peningkatan kemampuan peserta. Selain itu, tim pengabdian juga melakukan observasi langsung terhadap perubahan perilaku siswa selama sesi praktik berbicara. Kemudian hasil dari pre-test dan post-test dianalisis secara deskriptif untuk mengetahui adanya peningkatan skor kemampuan public speaking setelah mengikuti pelatihan.

### **Alat Ukur dan Tingkat Ketercapaian**

#### **Alat Ukur**

a. Tes tertulis (Pre-test dan Post test)

Digunakan untuk mengukur peningkatan pengetahuan dan keterampilan siswa dalam *public speaking*.

b. Kuesioner Feedback

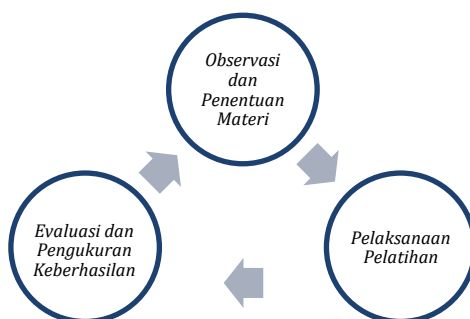
Digunakan untuk mengukur perubahan sikap dan persepsi siswa terhadap kemampuan komunikasi mereka. Jenis alat ukur ini berupa pernyataan likert dan skala 1-4 (sangat tidak setuju-sangat setuju).

#### **Tingkat Ketercapaian**

a. Perubahan Sikap

**Pre-test dan Post-test:** Nilai tes sebelum dan sesudah pelatihan menunjukkan peningkatan pemahaman dan keterampilan.

**Observasi Langsung:** Tim pengabdian mengobservasi perubahan perilaku siswa saat praktik berbicara (misalnya: kontak mata, intonasi, ekspresi).



**Gambar 1.** Diagram Tahapan Pelaksanaan Kegiatan.

### **3. HASIL**

Pengaruh pelatihan terhadap pengetahuan tentang *public speaking* diukur melalui angket *pretest* dan *posttest* untuk melihat apakah terdapat perbedaan sebelum dan sesudah mengikuti

pelatihan. Hipotesis awal (H0) yaitu tidak adanya perbedaan sebelum dan sesudah mengikuti pelatihan, sedangkan hipotesis alternatif (H1) menyatakan bahwa terdapat perbedaan setelah diberikan pelatihan. Hasil analisis statistik deskriptif dari pengukuran tersebut dapat dilihat pada Tabel 1 bahwa skor rata-rata pengetahuan tentang *public speaking* sebelum dan sesudah pelatihan mengalami peningkatan dari 85,37 menjadi 95,15. Berdasarkan data tersebut terjadi peningkatan skor sebesar 9,78 poin.

Hasil menunjukkan adanya keberhasilan dari kegiatan yang telah dilaksanakan kepada siswa. Siswa mampu memahami dengan baik materi-materi yang telah disampaikan dan mampu mengaplikasikannya.

**Tabel 1.** Statistika *Pretest* dan *Posttest* Siswa.

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Pretest	27	59	100	85,37	10,058
Posttest	27	20	100	95,15	16,035

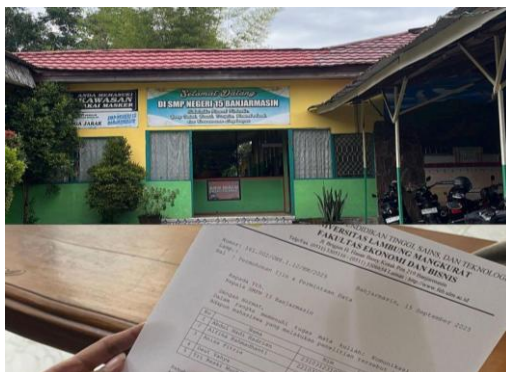
#### 4. DISKUSI

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan melalui beberapa tahapan yang dirancang secara sistematis dan bertahap guna mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Pelaksanaannya didasarkan pada hasil identifikasi kebutuhan sekolah dengan disesuaikan permasalahan yang dihadapi oleh siswa. Adapun tahapan pelaksanaan yaitu (1) Observasi dengan pihak sekolah, yang dimana menganalisis kebutuhan siswa SMPN 15 Banjarmasin; (2) Pelaksanaan pelatihan; dan (3) Evaluasi terhadap kegiatan.

##### Observasi

Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini sudah dilakukan sesuai tahap yang direncanakan dari awal observasi tempat sampai kebutuhan yang yang diperlukan oleh tempat tersebut. Temuan tersebut sejalan dengan kerangka teori perubahan sosial dan pembelajaran aktif, yang didukung oleh pendekatan *Theory of Change* (ToC) menyebutkan apabila kegiatan dirancang secara jelas mulai dari input, aktivitas, output hingga outcome dan dampak, maka perubahan yang diharapkan dapat terjadi secara sistematis (Sheth, 2025). Dalam konteks pengabdian masyarakat, memulai dari mengidentifikasi kebutuhan sesuai dengan yang dilakukan pada tahap observasi, pelatihan, dan evaluasi yang dapat dipandang jalur kausal yang mendukung perubahan kompetensi siswa.

Kegiatan ini dilakukan bersama Siswa SMPN 15 Banjarmasin, Guru SMPN 15 Banjarmasin tim Dosen dan Mahasiswa.



**Gambar 2.** Observasi Lapangan.

Sebagai langkah awal kegiatan pengabdian kepada masyarakat, tim pengabdian terlebih dahulu melakukan observasi ke SMPN 15 Banjarmasin untuk memahami situasi serta kebutuhan para siswa (Gambar 2). Kegiatan observasi dilakukan melalui diskusi langsung dengan pihak sekolah guna memperoleh gambaran mengenai kemampuan komunikasi siswa dan menentukan jenis pelatihan yang paling sesuai dengan kebutuhan mereka.

Dalam proses tersebut, tim pengabdian mengusulkan tiga pilihan materi pelatihan yaitu, **Pesan Persuasif, Surat Elektronik, dan *Public Speaking***. Setelah melakukan diskusi dan pertimbangan pihak sekolah, disepakati bahwa pelatihan *Public Speaking* merupakan topik yang paling relevan untuk diberikan kepada siswa. Keputusan ini didukung oleh hasil pengamatan guru yang menunjukkan bahwa banyak siswa masih merasa kurang percaya diri saat berbicara di depan umum, baik dalam presentasi maupun kegiatan sekolah lainnya.

### **Pelaksanaan**

Tahapan pelaksanaan dilakukan setelah pihak sekolah menetapkan materi yang akan diberikan kepada siswa, yaitu *Public Speaking* dengan tema “*Speak up!*, ekspresikan diri lewat *Public Speaking*”. Kegiatan pelatihan dilaksanakan di SMPN 15 Banjarmasin dan diikuti oleh 27 siswa yang dipilih langsung oleh pihak sekolah.



**Gambar 3.** Pelaksanaan *Pretest*.

Sebelum pelatihan dimulai, tim pengabdian terlebih dahulu memberikan pre-test kepada para siswa untuk mengukur kemampuan awal mereka dalam berbicara di depan umum

(Gambar 3). Tes ini mencangkup beberapa aspek kejelasan dalam menyampaikan pesan, bahasa tubuh, serta tingkat kepercayaan diri saat berbicara di depan audiens.



**Gambar 4.** Pemateri Sesi Pertama.

Pelaksanaan pelatihan *public speaking* dilakukan secara bertahap melalui beberapa sesi kegiatan. Sesi pertama disampaikan oleh pemateri pertama yaitu Anisa Fitria, yang membahas tentang pengertian *public speaking* dan pentingnya kemampuan berbicara di depan umum bagi siswa. Pada sesi ini juga dijelaskan berbagai teknik untuk mengatasi rasa gugup dan cemas ketika berbicara di hadapan audiens, sehingga siswa dapat lebih siap secara mental untuk tampil seperti yang terlihat pada Gambar 4.



**Gambar 5.** Pemateri Sesi Kedua.

Selanjutnya, pelatihan dilanjutkan oleh pemateri kedua yaitu Tri Reski Muchtar yang membawakan dua sesi seperti yang terlihat pada Gambar 5. Pada sesi kedua, pemateri memaparkan tentang penggunaan bahasa tubuh, intonasi, dan ekspresi wajah dalam *public speaking*. Materi ini bertujuan agar siswa mampu menyampaikan pesan secara menarik dan meyakinkan melalui gerak tubuh dan ekspresi yang sesuai. Kemudian, pada sesi ketiga, siswa dilatih untuk menyusun ide singkat sebelum berbicara (Gambar 6). Dalam sesi ini, peserta diajak membuat kerangka sederhana dari topik yang akan disampaikan, kemudian mempraktikkannya secara langsung di depan kelas.



**Gambar 6.** Latihan dan Simulasi.

Pelatihan dilaksanakan dalam suasana yang interaktif dan kondusif. Para siswa terlihat antusias mengikuti setiap tahapan kegiatan, terutama saat diberikan kesempatan untuk berbicara di depan audiens. Pada sesi ini, peserta diajak untuk melatih keberanian tampil serta mengasah kemampuan berbicara di hadapan orang lain. Berdasarkan hasil pengamatan selama kegiatan, terlihat adanya perkembangan positif pada diri siswa. Mereka mulai lebih percaya diri ketika tampil, berbicara dengan lebih lancar, dan mampu mengendalikan rasa gugup dengan lebih baik dibandingkan sebelum mengikuti pelatihan.



**Gambar 7.** Foto Bersama.

Pada gambar 7 adalah rangkaian terakhir dalam kegiatan Pengabdian Masyarakat bersama Siswa SMPN 15 Banjarmasin.

## **5. KESIMPULAN**

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan di SMPN 15 Banjarmasin melalui pelatihan public speaking bagi siswa kelas 8G berhasil meningkatkan kemampuan komunikasi peserta baik pengetahuan dan keterampilan dalam berbicara di depan umum dengan skor 9,78 poin. Pelatihan dengan metode Participatory Action Research (PAR) ini efektif karena melibatkan siswa secara aktif melalui tahapan observasi, pelaksanaan, dan evaluasi. Siswa menunjukkan perubahan positif, seperti meningkatnya rasa percaya diri, kemampuan menyampaikan ide, serta keberanian berbicara di hadapan audiens.



Namun demikian, kegiatan ini memiliki keterbatasan pada durasi pelaksanaan yang singkat sehingga belum dapat mendalami seluruh aspek public speaking secara optimal. Jumlah peserta yang terbatas juga membuat dampak kegiatan belum menjangkau seluruh siswa di sekolah tersebut. Untuk pengabdian selanjutnya, disarankan agar pelatihan dilakukan secara berkelanjutan dengan waktu yang lebih panjang serta cakupan peserta yang lebih luas. Selain itu, pengukuran hasil dapat dikembangkan menggunakan analisis statistik yang lebih mendalam untuk memperkuat validitas data. Secara keseluruhan, kegiatan ini memberikan kontribusi nyata dalam meningkatkan kemampuan komunikasi dan kepercayaan diri siswa di lingkungan sekolah

## PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Dengan penuh hormat mengucapkan terima kasih dan penghargaan yang sebesar-besarnya kepada seluruh pihak yang telah memberikan dukungan dan kontribusi dalam pelaksanaan program pengabdian masyarakat ini. Ucapan terima kasih secara khusus ditujukan kepada Kepala SMPN 15 Banjarmasin atas fasilitas dan kesempatan yang diberikan, dan kepada Bapak Sudirwo, SE, MM dan Ibu Hj. Anna Nur Faidah, S.E., M.Si. selaku dosen yang telah berperan aktif, baik langsung maupun tidak langsung, dalam mendukung setiap tahap kegiatan. Bantuan, masukan, dan kerja sama yang diberikan sangat berharga bagi kelancaran dan keberhasilan program ini. Semoga segala bentuk partisipasi dan dukungan ini mendapatkan balasan yang layak.

## DAFTAR REFERENSI

- Jaini, J., & Sa'i, M. (2025). Public speaking: Teknik berbicara di depan umum dalam mengelola vokal dan gesture yang tepat. *Saniskala: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(1), 25–34. <https://doi.org/10.31949/jsk.v3i1.13506>
- Kepuasan kerja dan potensi mogok kerja karyawan.* (n.d.). *Jurnal Maksipreneur: Manajemen, Koperasi, dan Entrepreneurship*, 5(2), 57–66. <http://dx.doi.org/10.30588/SOSHUMDIK.v5i2.164>
- Lucas, S. E. (2019). *The art of public speaking*. McGraw-Hill Education.
- Putra, E. E., Hidayat, R., Putra, T. A., Safnur, F. A., Novita, R., & Putra, M. A. (2025). *Komunikasi bisnis: Skill esensial untuk dunia kerja*. Serasi Media Teknologi.
- Rahmayanti, S., Asbari, M., & Fajrin, S. F. (2023). Pentingnya public speaking guna meningkatkan kompetensi komunikasi mahasiswa. *Journal of Information Systems and Management (JISMA)*, 3(3), 11–14. <https://doi.org/10.4444/jisma.v3i3.981>
- Rahmiati, R., Ridwan, H., Faridah, F., & Suriati, S. (2022). Pelatihan public speaking dalam menumbuhkan rasa percaya diri siswa di Desa Arabika Kecamatan Sinjai Barat.

*Jurnal Panrita: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 31–35.  
<https://doi.org/10.47435/jcs.v1i1.1148>

Sheth, U. (2025). *Theory of change: A modern guide to impact measurement and learning*.  
[https://www.sopact.com/use-case/theory-of-change?utm\\_source](https://www.sopact.com/use-case/theory-of-change?utm_source)

Sofiah, S., & Aliyah, N. (2024). Peran interaksi sosial terhadap pengembangan bahasa anak usia dini. *Inspirasi Dunia: Jurnal Riset Pendidikan dan Bahasa*, 3(3), 39–45.  
<https://doi.org/10.58192/insdun.v3i3.2229>

Sulaiman, A., & Anisah, N. (2019). Analisis kemampuan public speaking kepala sekolah tingkat SMP Negeri di Kota Banda Aceh. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial & Ilmu Politik*, 4(2). <https://jim.usk.ac.id/FISIP/article/view/10809>