

Penguatan Kepercayaan Diri Siswa SMP Melalui Pelatihan *Public Speaking*

Hanna Nurhaqiqi

Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jawa Timur
Email: Hanna.nurhaqiqi.ilkom@upnjatim.ac.id

ABSTRAKSI

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan sebagai upaya untuk meningkatkan kepercayaan diri dan keterampilan berbicara di depan umum bagi siswa SMP Negeri 1 Sedati. Masa remaja merupakan fase penting dalam pembentukan identitas diri, di mana kepercayaan diri memiliki peran sentral dalam perkembangan psikososial maupun keberhasilan akademik. Namun, banyak remaja menghadapi tantangan berupa rasa cemas, takut dinilai, dan kurangnya kemampuan mengekspresikan diri di depan publik. Untuk menjawab persoalan tersebut, Program Studi Ilmu Komunikasi UPN "Veteran" Jawa Timur merancang kegiatan edukatif berbasis pendekatan partisipatif yang memadukan penyampaian materi, diskusi interaktif, praktik *public speaking*, dan refleksi diri. Kegiatan ini menggunakan perspektif *Community Development Theory* yang memandang sekolah sebagai komunitas yang dapat diberdayakan melalui peningkatan kapasitas anggotanya, dalam hal ini siswa sebagai subjek pengembangan diri dan sosial. Program ini melibatkan dosen serta mahasiswa sebagai fasilitator yang mendorong terciptanya suasana belajar kolaboratif. Materi utama mencakup konsep penerimaan diri, pengelolaan rasa takut, prinsip berbicara efektif, dan latihan tampil di depan kelas. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan keberanian siswa untuk berbicara, kualitas penyampaian gagasan, serta kemampuan mengenali kekuatan diri. Sesi refleksi memperlihatkan bahwa siswa mampu mengidentifikasi hal positif pada diri mereka, mengindikasikan tumbuhnya self-awareness. Temuan ini menunjukkan bahwa pelatihan komunikasi berbasis pemberdayaan komunitas dapat memberikan dampak signifikan pada pembentukan karakter dan kemampuan komunikasi remaja. Kegiatan ini direkomendasikan untuk dilakukan secara berkelanjutan agar penguatan kepercayaan diri dapat berkembang secara konsisten dan menjadi bagian dari budaya sekolah yang suportif.

Kata kunci: Kepercayaan Diri, *Public speaking*, Remaja, *Community Development*, Pemberdayaan Sekolah

ABSTRACT

This community service activity was carried out as an effort to increase confidence and public speaking skills for SMP Negeri 1 Sedati students. Adolescence is an important phase in the formation of self-identity, where self-confidence has a

central role in psychosocial development as well as academic success. However, many adolescents face challenges in the form of anxiety, fear of being judged, and the lack of ability to express themselves in public. To answer this problem, the Communication Science Study Program of UPN "Veteran" East Java designed educational activities based on a participatory approach that combines material delivery, interactive discussions, public speaking practices, and self-reflection. This activity uses the perspective of Community Development Theory which views schools as communities that can be empowered through increasing the capacity of their members, in this case students as subjects of self-and social development. This program involves lecturers and students as facilitators who encourage the creation of a collaborative learning atmosphere. The main material includes the concept of self-acceptance, fear management, the principles of effective speaking, and the practice of performing in front of the class. The results of the activity showed an increase in students' courage to speak, the quality of conveying ideas, and the ability to recognize their strengths. The reflection session showed that students were able to identify positive things in themselves, indicating the growth of self-awareness. These findings suggest that community empowerment-based communication training can have a significant impact on adolescents' character formation and communication skills. This activity is recommended to be carried out on an ongoing basis so that confidence building can develop consistently and become part of a supportive school culture.

Keywords: Confidence, Public speaking, Youth, Community Development, School Empowerment

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan periode transisi yang ditandai oleh perubahan biologis, kognitif, dan sosial yang signifikan. Pada tahap ini, siswa SMP berada dalam proses pencarian identitas diri, sehingga aspek psikologis seperti kepercayaan diri menjadi sangat penting. Kepercayaan diri berpengaruh pada kemampuan anak untuk berinteraksi, menerima tantangan, membuat keputusan, serta tampil di depan publik. Siswa dengan tingkat kepercayaan diri yang rendah biasanya menunjukkan gejala seperti takut berbicara, ragu menyampaikan pendapat, dan mudah merasa terintimidasi oleh lingkungan sosialnya (Santrock, 2019; Harter, 2012).

Di lingkungan sekolah, keterampilan komunikasi lisan, terutama public speaking, menjadi salah satu kemampuan dasar yang perlu dikuasai siswa. Public speaking tidak hanya diperlukan dalam konteks presentasi akademik, tetapi juga dalam interaksi sosial seperti diskusi kelompok, kegiatan organisasi, maupun aktivitas lomba-lomba sekolah. Namun, berbagai studi menunjukkan bahwa sebagian besar remaja mengalami kecemasan berbicara di depan umum, salah satunya disebabkan kurangnya latihan, perasaan tidak aman, dan ketakutan akan penilaian orang lain (Beebe & Beebe, 2018; Lucas, 2015). Hal ini berpotensi

menghambat perkembangan potensi diri dan kemampuan akademik mereka (Beebe & Beebe, 2018).

Melihat kebutuhan tersebut, Program Studi Ilmu Komunikasi Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jawa Timur melaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat di SMP Negeri 1 Sedati, Sidoarjo. Kegiatan yang diberi nama “Be Yourself, Be Happy” dirancang untuk memberikan ruang bagi siswa dalam mengeksplorasi potensi diri, memahami konsep penerimaan diri, serta melatih keterampilan public speaking melalui pendekatan edukatif yang bersifat interaktif dan menyenangkan. Pendekatan ini dipilih karena sesuai dengan karakteristik remaja yang membutuhkan metode pembelajaran aktif dan partisipatif (Lucas, 2015; Papalia, 2020).

Pendekatan Community Development Theory yang digunakan dalam kegiatan ini memandang sekolah sebagai komunitas yang dapat diberdayakan untuk mengembangkan kapasitas anggotanya. Dengan demikian, siswa tidak diposisikan sebagai objek pembelajaran semata, tetapi sebagai individu yang memiliki kemampuan untuk berkembang melalui partisipasi aktif dalam kegiatan. Selain itu, kolaborasi antara dosen, mahasiswa, guru, dan lingkungan sekolah menjadi faktor penting dalam menciptakan proses pembelajaran yang bermakna (Ife, 2016; Santrock, 2019).

TINJAUAN PUSTAKA

1. Kepercayaan Diri pada Remaja

Kepercayaan diri merupakan keyakinan individu terhadap kemampuan dirinya dalam menghadapi tantangan dan menyelesaikan tugas tertentu. Pada masa remaja, kepercayaan diri memegang peranan penting dalam pembentukan identitas dan perkembangan sosial (Santrock, 2019). Remaja dengan tingkat kepercayaan diri tinggi cenderung lebih berani mencoba hal baru, mampu mengambil peran dalam kelompok, serta memiliki kemampuan komunikasi yang lebih baik (Harter, 2012). Sebaliknya, rendahnya kepercayaan diri sering menyebabkan kecemasan, ketakutan tampil, dan hambatan interaksi sosial.

Faktor yang memengaruhi kepercayaan diri remaja antara lain lingkungan keluarga, hubungan dengan teman sebaya, pengalaman tampil di depan publik, serta dukungan dari guru dan sekolah (Papalia, 2020). Sekolah yang menerapkan pendekatan pembelajaran kolaboratif dan memberi ruang bagi ekspresi diri siswa dapat meningkatkan rasa percaya diri secara signifikan. Selain itu, kesempatan untuk melakukan presentasi, diskusi, dan kegiatan publik lainnya membantu remaja mengasah kemampuan berbicara di depan umum.

2. *Public speaking* dalam Pendidikan

Public speaking adalah keterampilan menyampaikan pesan secara efektif kepada audiens. Dalam konteks pendidikan, *public speaking* menjadi aspek penting dalam menunjang proses pembelajaran karena membantu siswa dalam mengemukakan pendapat, melakukan presentasi, dan berpartisipasi aktif di kelas

(Lucas, 2015). Pembelajaran *public speaking* secara sistematis dapat mengurangi kecemasan berbicara, memperbaiki struktur penyampaian pesan, dan meningkatkan kemampuan persuasi siswa.

Public speaking tidak hanya mengajarkan teknik vokal dan bahasa tubuh, tetapi juga melatih kemampuan berpikir kritis, pengelolaan emosi, serta keberanian mengambil risiko sosial. Karena itu, banyak penelitian menekankan pentingnya memasukkan *public speaking* ke dalam kurikulum sekolah sebagai bagian dari strategi pembentukan karakter siswa (Beebe & Beebe, 2018).

Salah satu pendekatan efektif dalam pembelajaran *public speaking* adalah metode partisipatif, seperti latihan tampil, simulasi, dan evaluasi antar teman. Pendekatan ini memberikan kesempatan bagi siswa untuk belajar dalam lingkungan yang aman dan mendukung, sehingga meningkatkan rasa percaya diri.

METODOLOGI

Kegiatan pengabdian masyarakat ini menggunakan pendekatan *Community Development Theory*, yaitu teori yang memandang komunitas sebagai entitas yang dapat diberdayakan melalui peningkatan kapasitas anggotanya. Teori ini menekankan pentingnya partisipasi aktif, kolaborasi, dan pemberdayaan dalam proses pengembangan komunitas (Ife, 2016).

Dalam konteks sekolah, komunitas pendidikan terdiri dari siswa, guru, tenaga kependidikan, dan pihak lain yang terlibat dalam proses pembelajaran. Dengan demikian, kegiatan pelatihan *public speaking* ini diposisikan sebagai bentuk pemberdayaan komunitas sekolah melalui peningkatan keterampilan dan kepercayaan diri siswa. Pendekatan community development diterapkan melalui tahapan berikut:

1. Assessment / Identifikasi Kebutuhan Komunitas

Tahap awal dilakukan melalui observasi dan diskusi dengan pihak sekolah untuk mengidentifikasi kebutuhan siswa. Hasil assessment menunjukkan bahwa banyak siswa mengalami kesulitan berbicara di depan kelas serta membutuhkan peningkatan kepercayaan diri. Temuan ini sejalan dengan teori perkembangan remaja yang menyebutkan bahwa keterampilan komunikasi sering menjadi tantangan utama bagi remaja (Santrock, 2019).

2. Capacity Building / Peningkatan Kapasitas

Pada tahap ini, siswa dilibatkan dalam sesi edukasi mengenai kepercayaan diri, penerimaan diri, dan dasar-dasar *public speaking*. Pendekatan partisipatif dilakukan dengan memberikan materi melalui ceramah interaktif, diskusi kelompok, dan simulasi. Teknik ini sesuai dengan konsep pemberdayaan yang menempatkan siswa sebagai subjek aktif (Ife, 2016).

3. Community Participation / Keterlibatan Komunitas

Sesi praktik *public speaking* mendorong siswa untuk terlibat secara aktif. Mereka diminta tampil berbicara dengan tema-tema ringan, sehingga mampu mengurangi kecemasan. Guru dan mahasiswa pendamping memberikan dukungan positif untuk menciptakan suasana aman dan suportif.

4. Reflection and Reinforcement / Penguatan

Tahap refleksi dilakukan dengan meminta siswa menuliskan hal positif tentang diri mereka. Pendekatan ini penting dalam pengembangan self-awareness dan self-appreciation, yang menjadi bagian dari proses pemberdayaan individu (Beebe & Beebe, 2018).

5. Evaluasi

Evaluasi dilakukan secara kualitatif melalui observasi perubahan sikap, keterlibatan siswa, dan peningkatan kualitas penyampaian pesan selama praktik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat bertajuk “*Be Yourself, Be Happy*” di SMP Negeri 1 Sedati Sidoarjo dilaksanakan oleh Program Studi Ilmu Komunikasi UPN Veteran Jawa Timur sebagai upaya peningkatan kapasitas siswa, khususnya dalam membangun kepercayaan diri dan kemampuan berbicara di depan umum. Melalui pendekatan yang interaktif dan menyenangkan, kegiatan ini diharapkan dapat memberikan pengalaman belajar yang bermakna bagi siswa pada tahap perkembangan remaja. Kegiatan abdimas tersebut melibatkan dosen dan mahasiswa Program Studi Ilmu Komunikasi yang menyajikan materi tentang pentingnya mengenali potensi diri, memahami identitas personal dan melatih ketrampilan komunikasi secara langsung.

Pada awal kegiatan, banyak siswa yang menyatakan rasa takut berbicara di depan kelas. Namun, setelah diberikan penjelasan mengenai konsep penerimaan diri dan keberanian mengekspresikan pendapat, siswa mulai menunjukkan perubahan sikap. Hal ini sejalan dengan pendapat Harter (2012) yang menegaskan bahwa rasa percaya diri dapat ditingkatkan melalui kegiatan yang memberikan ruang aman bagi remaja untuk berekspresi. Kegiatan refleksi individu, di mana siswa menuliskan satu hal positif tentang diri mereka, berperan penting dalam membangun kesadaran diri (*self-awareness*). Papalia (2020) menyebutkan bahwa kemampuan mengenali kekuatan diri merupakan langkah awal dalam pembentukan kepercayaan diri remaja.

Model pembelajaran *public speaking* yang digunakan dalam kegiatan ini mencakup ceramah interaktif, diskusi, demonstrasi, dan praktik tampil. Lucas (2015) menyatakan bahwa latihan intensif dan berulang merupakan metode paling efektif untuk mengurangi kecemasan berbicara. Temuan lapangan menunjukkan bahwa setelah diberikan contoh dan penguatan, jumlah siswa yang berani tampil meningkat signifikan. Pendekatan *peer appreciation* juga berdampak positif. Siswa saling memberikan tepuk tangan atau komentar positif setelah temannya tampil.

Hal ini menciptakan suasana emosional yang aman, sesuai dengan prinsip pembelajaran kooperatif (Beebe & Beebe, 2018). Pendekatan community development terlihat dari aspek keterlibatan semua pihak—dosen, mahasiswa, guru, dan siswa—dalam proses kegiatan. Ife (2016) menegaskan bahwa pemberdayaan komunitas efektif ketika setiap individu diberi kesempatan untuk berpartisipasi aktif. Hal ini terbukti dalam sesi praktik, ketika siswa didorong menjadi subjek pengembangan diri, bukan sekadar penerima materi. Lingkungan sekolah yang suportif juga menjadi faktor penting. Guru yang hadir memberikan dukungan moral kepada siswa, sehingga mereka merasa bahwa kegiatan bukan sekadar acara formal, tetapi bagian dari proses pengembangan diri.

Selain peningkatan keterampilan, kegiatan ini menghasilkan perubahan sosial berupa hubungan antar siswa yang semakin positif. Siswa menjadi lebih terbuka, saling mendukung, dan tidak lagi merasa tertekan ketika tampil. Lucas (2015) menyatakan bahwa *public speaking* bukan hanya kemampuan teknis, tetapi juga proses sosial yang membangun empati dan solidaritas. Siswa yang sebelumnya pendiam mulai berani menyampaikan pendapat. Hal ini menunjukkan bahwa dukungan sosial dalam komunitas sekolah berpengaruh besar terhadap perilaku komunikasi remaja (Santrock, 2019).

Hasil kegiatan memperkuat temuan penelitian sebelumnya mengenai pentingnya latihan *public speaking* dalam meningkatkan kepercayaan diri remaja. Papalia (2020) menekankan pentingnya intervensi yang memungkinkan remaja berlatih ekspresi diri dalam kondisi aman. Sementara itu, Beebe & Beebe (2018) menegaskan bahwa pelatihan komunikasi berbasis komunitas dapat meningkatkan kapasitas individu dan memperkuat ikatan sosial. Dengan demikian, kegiatan ini tidak hanya berdampak pada aspek keterampilan, tetapi juga memberikan kontribusi pada penguatan karakter siswa, khususnya dalam hal keberanian, percaya diri, dan kemampuan berkomunikasi efektif dalam komunitas sekolah.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat bertajuk “*Be Yourself, Be Happy*” berhasil memberikan dampak positif yang signifikan terhadap peningkatan kepercayaan diri dan kemampuan *public speaking* siswa SMP Negeri 1 Sedati. Melalui pendekatan *Community Development Theory*, kegiatan ini menempatkan sekolah sebagai komunitas yang dapat diberdayakan melalui peningkatan kapasitas siswanya. Pendekatan ini terbukti efektif karena melibatkan siswa secara aktif, memberikan ruang bagi mereka untuk berekspresi, dan menciptakan lingkungan pembelajaran yang suportif. Kegiatan ini menunjukkan bahwa kepercayaan diri remaja dapat ditingkatkan melalui aktivitas yang menekankan penerimaan diri, refleksi positif, dan latihan berbicara secara bertahap. Selain itu, *public speaking* sebagai keterampilan dasar dalam pendidikan mampu mengembangkan aspek psikologis dan sosial siswa, termasuk keberanian, kemampuan berpikir kritis, serta hubungan antar teman sebaya.

Temuan ini memperlihatkan bahwa program pelatihan komunikasi berbasis pemberdayaan komunitas bukan hanya efektif meningkatkan keterampilan teknis siswa, tetapi juga memperkuat karakter dan kesehatan psikososial mereka. Untuk keberlanjutan hasil kegiatan, disarankan agar sekolah mengintegrasikan pelatihan *public speaking* dalam program rutin siswa, baik melalui kegiatan ekstrakurikuler maupun integrasi pembelajaran kelas. Dengan demikian, kegiatan pengabdian ini memiliki kontribusi penting dalam mendukung pengembangan remaja secara holistik, terutama dalam mempersiapkan mereka menjadi individu yang percaya diri, komunikatif, dan mampu berperan aktif dalam komunitas.

BIODATA

Hanna Nurhaqiqi, S.I.P., M.A. adalah dosen Program Studi Ilmu Komunikasi UPN “Veteran” Jawa Timur, Surabaya, Indonesia. Ia memiliki minat kajian pada bidang regulasi, media dan anak serta kajian media kritis. Email hanna.nurhaqiqi.ilkom@upnjatim.ac.id

REFERENSI

- Aini, S. R. (2020). Pengaruh Pelatihan Public Speaking Terhadap Kepercayaan Diri Siswa di SMA Negeri 1 Yogyakarta. *Jurnal Psikologi Pendidikan Indonesia*, 12(1), 23-34.
- Anderson, S., & Wang, L. (2020). Enhancing Public Speaking Competence in Adolescents. *Communication Education Review*, 18(2), 102-115.
- Beebe, S. A., & Beebe, S. J. (2018). *Public Speaking Handbook*. Pearson.
- Dewi, R., & Purwanto, H. (2020). Kepercayaan Diri Remaja melalui Pelatihan Public Speaking. *Jurnal Pengembangan Sosial*, 11(2), 56-67.
- Gonzalez, S., & Perez, A. (2022). Development of Public Speaking Skills in High School Students. *Journal of Educational Psychology*, 45(4), 229-245.
- Harter, S. (2012). *The Construction of the Self: Developmental and Sociocultural Foundations*. Guilford Press.
- Ife, J. (2016). *Community Development in an Uncertain World*. Cambridge University Press.
- Jiang, F., & Hartsell, M. (2021). Public Speaking Skills and Adolescent Development: An Empirical Study. *Journal of Youth Development*, 15(1), 44-56.
- Kurniawan, R. (2021). Implementasi Program Public Speaking untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa. *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*, 33(2), 147-162.
- Liu, M., & Jackson, J. (2020). The Role of Self-Efficacy in Public Speaking Anxiety. *Journal of Applied Communication Research*, 48(3), 287-307.
- Lucas, S. (2015). *The Art of Public Speaking*. McGraw-Hill.
- Papalia, D. (2020). *Human Development*. McGraw-Hill.



- Prasetya, A. (2022). Pengaruh Pemberdayaan Komunitas terhadap Keterampilan Komunikasi Remaja. *Jurnal Pendidikan Karakter*, 8(3), 90-103.
- Santrock, J. (2019). *Adolescence*. McGraw-Hill.
- Wahyuni, T., & Sari, M. (2021). Public Speaking sebagai Metode Pembelajaran yang Efektif dalam Peningkatan Kepercayaan Diri. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 9(4), 200-212.