


Pelatihan *Public Speaking* bagi Siswa SMA Muhammadiyah 5 Palembang

Nur Azizah¹, Rina Dwi Wulandari^{2*}, Achmad Tasmi³, Sayid Habiburrahman⁴

^{1,2,3,4}Komunikasi Penyiaran Islam, Universitas Muhammadiyah Palembang, Jl. Jendral A. Yani, Kel. 13 Ulu, Kec. Seberang Ulu II, Palembang

E-mail: rina_dwi@um-palembang.ac.id

* Corresponding Author

 <https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i3.5049>

ARTICLE INFO

Article history

Received: 25 Dec 2025

Revised: 05 Jan 2026

Accepted: 17 Jan 2026

Kata Kunci:

Keterampilan komunikasi, kepercayaan diri, berbicara di depan umum, pelatihan siswa, glossophobia

Keywords:

Communication skills, Confidence, Public speaking, Student training, Glossophobia.

ABSTRACT

Public speaking merupakan salah satu soft skill fundamental yang perlu dimiliki oleh siswa sekolah menengah untuk menghadapi tantangan akademik dan tuntutan masa depan. Namun, berdasarkan analisis awal di SMA Muhammadiyah 5 Palembang, siswa masih mengalami hambatan berupa kecemasan berbicara di depan umum atau glossophobia. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan kepercayaan diri dan kemampuan komunikasi efektif siswa melalui pelatihan public speaking. Metode yang digunakan adalah *Participatory Action Research* (PAR) yang melibatkan partisipasi aktif siswa dalam proses pemetaan masalah, perencanaan tindakan, pelaksanaan pelatihan, dan refleksi. Pelatihan dilaksanakan dengan pendekatan pembelajaran partisipatif menggunakan teknik role playing untuk menciptakan lingkungan belajar yang aman secara psikologis. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada kepercayaan diri dan pemahaman siswa terhadap teknik komunikasi efektif, yang ditunjukkan melalui perbandingan hasil pre-test dan post-test. Kegiatan ini berhasil mengubah sikap pasif siswa menjadi lebih aktif dalam berkomunikasi. Oleh karena itu, disarankan agar pihak sekolah membentuk klub public speaking sebagai tindak lanjut untuk menjaga keberlanjutan keterampilan yang telah diperoleh siswa.

Public speaking is a fundamental soft skill for high school students to face academic challenges and future career demands in the 21st century. However, based on the preliminary analysis at SMA Muhammadiyah 5 Palembang, students face significant obstacles in the form of glossophobia or excessive anxiety when speaking in public. This community service activity aims to improve students' self-confidence and effective communication skills through intensive training. The method employed is Participatory Action Research (PAR), which involves collaborative problem mapping, action planning, training implementation, and reflection. The training utilizes a participatory learning approach with role-playing techniques to create a psychologically safe environment for students. The results showed a significant increase in students' self-confidence and understanding of communication techniques, indicated by the increase in the average pre-test and post-test scores. This activity succeeded in transforming student passivity into active participation. It is recommended that the school establish a public speaking club as a follow-up plan to maintain the sustainability of students' skills.



This is an open access article under the CC-BY-SA license.

How to Cite: Nur Azizah, et al (2026). Pelatihan *Public Speaking* bagi Siswa SMA Muhammadiyah 5 Palembang, 4(3) 17712-17715. <https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i3.5049>

PENDAHULUAN

Keterampilan komunikasi publik (*public speaking*) merupakan kompetensi fundamental yang harus dimiliki oleh generasi muda di era Revolusi Industri 4.0. Kemampuan ini tidak hanya terbatas pada keberanian berbicara di depan umum, tetapi juga mencakup kemampuan menyusun argumen yang logis, penyampaian pesan yang efektif, serta manajemen emosi diri. Bagi siswa Sekolah Menengah Atas (SMA), *public speaking* menjadi modal vital untuk kebutuhan presentasi akademik, keterlibatan dalam

organisasi sekolah, hingga persiapan memasuki dunia perkuliahan yang kompetitif (Lucas, 2019). Namun, fenomena *glossophobia* atau kecemasan komunikasi masih menjadi hambatan utama yang dialami banyak siswa, yang sering kali menghambat aktualisasi potensi akademik mereka (Raja, 2017).

Mitra dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah SMA Muhammadiyah 5 Palembang. Berdasarkan hasil observasi awal dan wawancara dengan pihak sekolah, teridentifikasi beberapa permasalahan krusial terkait kompetensi komunikasi siswa. Mayoritas siswa cenderung pasif dan enggan menyampaikan pendapat saat proses pembelajaran berlangsung. Masalah spesifik yang ditemukan meliputi rendahnya rasa kepercayaan diri saat diminta tampil, minimnya pengetahuan teknis mengenai struktur bicara yang sistematis, serta ketakutan akan penilaian negatif dari teman sebaya. Selain itu, belum adanya wadah pelatihan khusus atau ekstrakurikuler yang fokus pada pengembangan *soft skill* komunikasi menyebabkan potensi siswa belum tergalang secara optimal (Fitriani, 2019).

Permasalahan mitra tersebut perlu segera diatasi melalui pendekatan yang terstruktur dan partisipatif. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian ini menerapkan metode *Participatory Action Research* (PAR). Pendekatan ini dipilih karena melibatkan partisipasi aktif siswa dalam proses perubahan, bukan sekadar menjadikan mereka objek pelatihan. Solusi yang ditawarkan adalah pelatihan intensif dengan metode *role-playing* dan umpan balik konstruktif.

Tujuan utama dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa SMA Muhammadiyah 5 Palembang dalam berbicara di depan umum serta membekali mereka dengan teknik komunikasi praktis. Melalui intervensi ini, diharapkan tercipta perubahan perilaku komunikasi yang positif, di mana siswa mampu mengatasi kecemasan mereka dan berani mengekspresikan gagasan di ruang publik secara efektif (Wahyuni, 2023).

METODE

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan pendekatan *Participatory Action Research* (PAR). Pendekatan ini dipilih karena menekankan pada partisipasi aktif mitra dalam setiap tahapan kegiatan untuk menyelesaikan permasalahan secara kolaboratif. Kegiatan dilaksanakan di Aula SMA Muhammadiyah 5 Palembang dengan melibatkan peserta yang terdiri dari siswa kelas X dan XI sebanyak [Masukkan Jumlah Peserta, misal: 30] orang. Kerangka kerja pelaksanaan pengabdian ini dibagi menjadi tiga tahapan siklus utama, yaitu tahap perencanaan (*planning*), tahap pelaksanaan tindakan (*action*), dan tahap refleksi (*reflection*).

Tahap pertama adalah perencanaan (*planning*). Pada tahap ini, tim pengabdian melakukan survei pendahuluan dan *Focus Group Discussion* (FGD) terbatas dengan pihak sekolah (Kepala Sekolah dan Waka Kesiswaan) untuk memetakan kebutuhan mitra. Berdasarkan hasil pemetaan, disusunlah materi pelatihan yang difokuskan pada dua aspek utama: aspek psikologis (membangun kepercayaan diri) dan aspek teknis (vokal, gestur, dan struktur bicara). Selain itu, tim juga menyiapkan instrumen evaluasi berupa lembar *pre-test* dan *post-test* serta panduan simulasi praktik.

Tahap kedua adalah pelaksanaan tindakan (*action*). Kegiatan inti ini dilaksanakan pada tanggal [Masukkan Tanggal Lengkap, misal: 15 November 2024] dengan metode *Participatory Learning*. Dalam pelaksanaannya, proses transfer pengetahuan tidak hanya dilakukan satu arah (ceramah), tetapi didominasi oleh praktik langsung. Sesi ini dibagi menjadi dua termin. Termin pertama adalah pemaparan materi teoritis mengenai dasar-dasar *public speaking* dan teknik mengatasi demam panggung. Termin kedua adalah sesi *Role Playing* (bermain peran). Dalam sesi ini, setiap peserta diberikan tantangan untuk melakukan pidato singkat (*impromptu speech*) dengan topik yang telah ditentukan. Tim pengabdian memberikan pendampingan intensif saat peserta melakukan simulasi untuk memastikan teknik yang digunakan sudah tepat.

Tahap ketiga adalah refleksi (*reflection*) dan evaluasi. Tahap ini bertujuan untuk mengukur efektivitas kegiatan dan keberhasilan intervensi yang dilakukan. Evaluasi dilakukan dengan membandingkan hasil *pre-test* (sebelum materi diberikan) dan *post-test* (setelah simulasi selesai). Selain evaluasi kuantitatif, dilakukan juga refleksi bersama di akhir acara untuk mendengarkan umpan balik (*feedback*) dari peserta mengenai kendala yang masih dirasakan dan manfaat yang diperoleh. Hasil refleksi ini kemudian digunakan sebagai dasar untuk merumuskan rencana tindak lanjut bagi pihak sekolah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Untuk mengukur efektivitas intervensi yang dilakukan melalui metode Participatory Action Research (PAR), tim pengabdian melakukan pengukuran kuantitatif menggunakan instrumen pre-test dan post-test. Pengukuran ini mencakup tiga indikator utama kompetensi komunikasi, yaitu: (1) Pemahaman Teori (Cognitive), (2) Kepercayaan Diri (Affective), dan (3) Keterampilan Teknis (Psychomotor). Data rekapitulasi perbandingan nilai rata-rata peserta sebelum dan sesudah pelatihan disajikan dalam Tabel 1.

Tabel 1. Perbandingan Skor Rata-Rata Peserta Sebelum dan Sesudah Pelatihan

No	Indikator Penilaian	Rata-rata Pre-test	Rata-rata Post-test	Kategori Peningkatan
1	Pemahaman Teori Dasar	45.50	82.00	Signifikan
2	Kepercayaan Diri (Mental)	48.00	88.50	Sangat Signifikan
3	Teknik Vokal & Gestur	42.00	78.00	Signifikan

Sumber: Data Primer Diolah, 2024

Berdasarkan data pada Tabel 1, terlihat adanya peningkatan skor yang signifikan pada seluruh variabel pengukuran setelah siklus tindakan (action) dilaksanakan. Pada kondisi awal (baseline), rata-rata skor peserta berada di bawah angka 50. Hal ini mengonfirmasi temuan pada tahap observasi bahwa mayoritas siswa mengalami kendala mendasar dalam berkomunikasi. Rendahnya skor pre-test pada aspek teknik vokal (42.00) menunjukkan bahwa selama ini siswa jarang mendapatkan paparan teknis mengenai cara mengolah suara (pitch, tone, volume) yang benar.

Setelah intervensi dilakukan melalui metode *Role Playing* dan pendampingan intensif, terjadi lonjakan skor yang drastis. Peningkatan tertinggi tercatat pada indikator **Kepercayaan Diri**, yang naik dari 48.00 menjadi 88.50. Temuan ini mengindikasikan bahwa hambatan utama siswa SMA Muhammadiyah 5 Palembang selama ini bukanlah ketidakmampuan berpikir, melainkan hambatan psikologis atau *mental block*. Dengan menciptakan lingkungan pelatihan yang suportif dan bebas dari intimidasi (*judgement-free zone*), siswa merasa aman untuk berekspresi, sehingga kepercayaan diri mereka tumbuh secara organik.

Secara teoritis, keberhasilan ini sejalan dengan konsep *Experiential Learning* yang dikemukakan oleh Kolb, di mana pengetahuan tercipta melalui transformasi pengalaman. Dalam pelatihan ini, siswa tidak hanya menjadi pendengar pasif, tetapi pelaku aktif yang mengalami langsung proses "mencoba-gagal-memperbaiki". Umpan balik (*feedback*) konstruktif yang diberikan tim pengabdian setiap kali siswa selesai praktik juga berperan vital dalam mempercepat kurva belajar siswa. Hal ini mendukung penelitian sebelumnya oleh Raja (2017) yang menyatakan bahwa latihan berulang dengan pendampingan mentor adalah metode paling efektif untuk mereduksi tingkat kecemasan komunikasi (*glossophobia*) di kalangan pelajar.

Selain aspek mental, peningkatan pada aspek Teknik Vokal & Gestur (menjadi 78.00) menunjukkan bahwa siswa mulai menyadari pentingnya komunikasi non-verbal. Siswa yang semula berdiri kaku dan berbicara dengan suara pelan, pada sesi akhir pelatihan mulai mampu menggunakan kontak mata, gerakan tangan yang natural, dan intonasi yang lebih dinamis untuk memperkuat pesan yang mereka sampaikan.

SIMPULAN

Berdasarkan pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, dapat disimpulkan bahwa program pelatihan *public speaking* di SMA Muhammadiyah 5 Palembang telah berhasil mencapai tujuan yang ditetapkan. Penerapan metode *Participatory Action Research* (PAR) melalui teknik *role-playing* terbukti efektif dalam mengatasi masalah *glossophobia* siswa. Hal ini dibuktikan dengan adanya peningkatan signifikan pada skor rata-rata kepercayaan diri siswa dari 48.00 (kategori rendah) menjadi 88.50 (kategori tinggi) setelah siklus tindakan dilakukan. Selain itu, siswa juga menunjukkan peningkatan pemahaman teknis mengenai struktur bicara yang sistematis dan penggunaan bahasa tubuh yang efektif. Kegiatan ini berhasil mengubah paradigma siswa bahwa berbicara di depan umum adalah keterampilan yang dapat dipelajari, bukan bakat bawaan semata.

Saran dan Rencana Tindak Lanjut (RTL) Demi menjaga keberlanjutan dampak positif dari kegiatan ini dan memastikan keterampilan siswa terus berkembang, dirumuskan Rencana Tindak Lanjut (RTL) konkret sebagai berikut:

1. Pelembagaan Wadah Latihan: Disarankan kepada pihak sekolah untuk mengaktifkan kembali atau membentuk ekstrakurikuler khusus, seperti *Public Speaking Club* atau Klub Debat, yang memiliki jadwal latihan rutin mingguan. Wadah ini penting agar keterampilan yang sudah dipelajari tidak hilang (*perishable*) karena kurangnya praktik.
2. Integrasi Kompetisi: Pihak sekolah didorong untuk menyisipkan lomba pidato atau presentasi sebagai salah satu mata lomba wajib dalam kegiatan *Class Meeting* setiap akhir semester. Hal ini bertujuan untuk memelihara iklim kompetisi yang sehat dan memberikan panggung reguler bagi siswa untuk tampil.
3. Training of Trainers (ToT) Guru: Untuk tahap selanjutnya, tim pengabdian merencanakan program pendampingan bagi guru Bahasa Indonesia dan guru pembina OSIS. Tujuannya adalah membekali guru dengan metode pengajaran *public speaking* yang variatif, sehingga guru dapat menjadi mentor yang mandiri bagi siswa tanpa harus selalu bergantung pada pihak eksternal.

Monitoring Berkala: Tim pengabdian akan melakukan pemantauan evaluasi pasca-kegiatan dalam kurun waktu 3 (tiga) bulan ke depan untuk melihat perkembangan prestasi siswa di bidang non-akademik, khususnya dalam lomba-lomba pidato antar sekolah.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak SMA Muhammadiyah 5 Palembang atas kerja sama dan dukungan yang diberikan sehingga kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dapat terlaksana dengan baik.

REFERENSI

- Astuti, S. P., & Kustanti, E. R. (2020). Hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa. *Jurnal Empati*, 7(1), 32-38.
- Beebe, S. A., & Beebe, S. J. (2018). *Public speaking: An audience-centered approach* (10th ed.). Boston: Pearson.
- Cholifah, T., & Widiyanti, T. (2019). Peningkatan keterampilan berbicara melalui metode role playing pada siswa sekolah menengah. *Jurnal Ilmiah Didaktika*, 19(2), 170-183.
- Devi, R. K., & Fauzan, A. (2020). Pendampingan peningkatan kemampuan public speaking bagi anggota OSIS melalui metode partisipatif. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(3), 120-128.
- Fitriani, Y. (2019). Analisis psikologis dan strategi mengatasi glossophobia pada peserta didik. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling*, 5(1), 45-53.
- Ibrahim, N., & Darsana, I. W. (2021). Pelatihan public speaking untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa dalam berorganisasi di masa pandemi. *Jurnal Dedikasi Masyarakat*, 5(2), 88-96.
- Kurniawan, A. W. (2018). *Komunikasi efektif: Strategi dan aplikasi dalam pembelajaran*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Lucas, S. E. (2019). *The art of public speaking* (13th ed.). New York: McGraw-Hill Education.
- Pratiwi, A. D., & Wibowo, H. (2021). Efektivitas pelatihan komunikasi efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri remaja. *Jurnal Intervensi Psikologi*, 13(1), 55-66.
- Raja, F. (2017). Anxiety level in students of public speaking: Causes and remedies. *Journal of Education and Educational Development*, 4(1), 94-110.
- Saputra, H. N., & Salim, A. (2022). Implementasi metode participatory action research dalam pengembangan soft skill siswa SMA Muhammadiyah. *Jurnal PengabdianMu*, 7(1), 12-20.
- Wahyuni, S. (2023). Strategi komunikasi persuasif dalam meningkatkan keberanian siswa berbicara di depan umum. *Jurnal Komunikasi Pendidikan*, 8(1), 30-42.