

## 'Being a Great Speaker' Training to Improve Student Public Speaking Skills

### Pelatihan 'Being a Great Speaker' untuk Meningkatkan Kemampuan Public Speaking Mahasiswa

Prisca Eunike<sup>1</sup>

<sup>1</sup>School of Psychology, Universitas Ciputra Surabaya, Indonesia  
Email: [prisca.eunike@ciputra.ac.id](mailto:prisca.eunike@ciputra.ac.id)

#### Abstract

The term "preacher" refers to individuals who serve as religious or belief system speakers. The core of this role is the responsibility to communicate the principles and teachings of faith to the community. To perform this task effectively, speakers must have a comprehensive understanding and comprehension of public speaking, which includes the art of conveying oracles and the broader concepts of communication in public places. In public speaking, understanding oneself, building confidence, and overcoming anxiety are essential skills to master. The training aims to equip students to become skilled and impactful preachers by learning about public speaking, managing anxiety, and developing self-confidence. This study was designed using a quasi-experiment, one-group pretest-posttest design. The participants that accomplished the entire training series were 21 students. The data were analyzed using Wilcoxon Signed Rank Test by SPSS 16 program. The result showed a significance value of 0,000 ( $< 0.05$ ) for knowledge and 0.001 ( $< 0.05$ ) for skills. The significance value of 0.001 indicated differences in knowledge and skills of public speaking before and after the training. Public speaking training performed periodically can be a good alternative to help students develop public communication skills.

**Keyword :** Public Speaking, Self-Confidence, Anxiety

#### Abstrak

Istilah "pengkotbah" mengacu pada individu yang berfungsi sebagai pembicara dalam sistem agama atau kepercayaan. Inti dari peran ini adalah tanggung jawab untuk mengkomunikasikan prinsip dan ajaran iman kepada umat/jemaat. Untuk memenuhi tugas ini secara efektif, pengkotbah harus memiliki pemahaman dan keterampilan komprehensif mengenai *public speaking*, yang mencakup seni menyampaikan kotbah dan konsep komunikasi yang lebih luas di tempat umum. Dalam *public speaking*, pemahaman akan diri sendiri, membangun rasa percaya diri dan mengatasi cemas juga merupakan aspek yang penting untuk dikuasai. Pelatihan ini dilakukan untuk melatih mahasiswa menjadi pembicara yang baik dan efektif, melalui pembekalan terkait *public speaking*, kecemasan dan kepercayaan diri. Desain penelitian ini adalah kuasi eksperimen melalui *one group pretest-posttest design*. Subjek penelitian yang mengikuti keseluruhan rangkaian pelatihan ini adalah sebanyak 21 mahasiswa. Analisis data dilakukan dengan menggunakan Wilcoxon Signed Rank Test melalui program SPSS 16. Hasil uji beda menunjukkan signifikansi sig. 0.000 ( $< 0.05$ ) untuk pemahaman dan sig. 0.001 ( $< 0.05$ ) untuk keterampilan. Hal ini menunjukkan bahwa ada perbedaan tingkat pemahaman dan keterampilan *public speaking* setelah dilakukan pelatihan. Maka pelatihan *public speaking* yang dilakukan secara berkala dapat menjadi alternatif baik untuk membantu mahasiswa dalam mengembangkan kemampuan komunikasi di depan umum.

**Kata Kunci :** Public Speaking, Percaya Diri, Kecemasan

Copyright © 2023 Prisca Eunike

Received 2023-07-03

Revised 2023-08-05

Accepted 2023-09-03



## LATAR BELAKANG

Pendidikan merupakan kebutuhan mendasar bagi individu sepanjang hidup. Proses pendidikan yang terstruktur dengan baik dan berkelanjutan dapat memfasilitasi perkembangan kognitif, afektif dan psikomotorik individu. Untuk mencapai tujuan pendidikan, diperlukan kerangka pendidikan yang mampu membentuk karakter dan bakat individu yang terbaik, khususnya individu yang memiliki kreativitas, keahlian, keandalan dan akuntabilitas yang kuat (Triyanto et al., 2013).

Salah satu kemampuan yang penting untuk dikembangkan dalam pendidikan di era modern ini adalah keterampilan *public speaking* (Talalu, 2022). *Public speaking* berarti seni dan prosedur berbicara di depan khalayak umum, seperti dalam pertemuan, konferensi, presentasi akademis dan lainnya (Amelia et al., 2022). Keterampilan ini tidak hanya dibutuhkan oleh tokoh-tokoh besar seperti presiden, menteri atau pejabat tinggi, maupun selebriti dan seniman yang sering muncul di hadapan banyak orang, melainkan oleh seluruh masyarakat karena pada dasarnya manusia akan terus berinteraksi dengan individu lainnya, baik dalam lingkungan formal maupun non-formal (Siregar, 2019; Talalu, 2022). Menguasai keterampilan berbicara di depan umum juga dapat memberikan berbagai manfaat bagi para pelajar, seperti meningkatkan kemampuan berpikir kritis, mengasah keterampilan verbal dan non-verbal, serta mengatasi rasa takut berbicara di depan umum, sehingga pelajar akan lebih mampu mencapai keberhasilan di pendidikannya dan membuka peluang karir yang lebih baik di masa depan (Paradewari, 2017; Zulherminda & Hadiarni, 2020).

Keterampilan *public speaking* tidak hanya menjadi kebutuhan esensial bagi individu, namun juga memainkan peran penting dalam pendidikan kristiani yang bertujuan untuk mendidik hamba Tuhan dan pemimpin keagamaan yang handal dalam mengabarkan injil ke seluruh dunia. Pemimpin agamawi yang akan mengabarkan pesan-pesan keagamaan perlu memiliki kemampuan berbicara di depan umum yang baik untuk menyampaikan ajaran agamanya secara efektif dan persuasif. Hal ini sejalan dengan definisi yang dipaparkan oleh Rothlisberger (2014) bahwa peran seorang pengkotbah adalah sebagai pembawa berita, pemberita injil, memberikan kesaksian, mengajar dan penjala orang. Maka dari itu pesan keagamaan yang disampaikan harus bersifat jelas, meyakinkan dan efektif.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dengan Kepala Sekolah Alkitab X dan mahasiswa sebagai subjek penelitian, ditemui beberapa hambatan yang dihadapi subjek dalam upaya mengembangkan keterampilan *public speaking* yang diperlukan untuk menjadi pengkotbah yang efektif. Temuan pertama dari wawancara adalah subjek seringkali menghadapi kendala terkait cara menyampaikan kotbah. Sebagian besar subjek cenderung menggunakan suara yang terlalu keras atau terlalu pelan, yang berpotensi mengurangi daya serap jemaat terhadap pesan yang disampaikan. Selain itu, posisi dan gerakan tubuh yang tidak tepat juga mengganggu efektivitas komunikasi. Ketidaksesuaian antara kata-kata yang diucapkan dengan bahasa tubuh dan nada

bicara mempengaruhi makna pesan yang ditangkap oleh jemaat sebagai pendengar (Bilgin, 2022).

Fenomena lain yang terungkap dalam wawancara adalah banyak subjek yang cenderung tidak mampu menjadi diri mereka sendiri saat berkotbah. Sebaliknya, mereka mencoba meniru gaya berbicara orang lain, yang pada akhirnya merugikan autentisitas dan kenyamanan mereka saat berbicara di depan jemaat. Kekhawatiran akan penilaian jemaat dan perbandingan dengan orang lain juga menghalangi mereka untuk mengekspresikan diri dengan bebas. Rasa cemas akan pandangan orang lain merupakan salah satu faktor yang seringkali menjadi masalah dalam *public speaking* (Rahman Hz, 2022), sehingga hal ini perlu menjadi sorotan bahwa subjek membutuhkan dorongan untuk dapat memahami identitas dan peran dirinya secara utuh sehingga mengatasi rasa cemas dalam berkomunikasi dengan banyak orang (Dhema, 2023).

Fenomena di atas juga menunjukkan bahwa kemampuan mengendalikan rasa cemas dan stress adalah hal yang menjadi kendala subjek. Sebagian besar subjek mengakui bahwa mereka seringkali mengalami kecemasan dan stress saat berbicara di hadapan jemaat. Kecemasan ini disebabkan oleh tuntutan besar yang ditetapkan kepada mereka untuk menyampaikan pesan agama dengan benar dan efektif. Selain itu, kurangnya pemahaman terkait materi dan teknik berbicara di depan umum juga menjadi pemicu kecemasan ini.

Raja (2017) dalam penelitiannya menemukan bahwa salah satu alasan mahasiswa merasa cemas berbicara di depan umum adalah karena kurangnya keyakinan diri. Rendahnya tingkat kepercayaan diri juga merupakan hambatan yang dihadapi oleh subjek. Beberapa subjek mengakui bahwa mereka tidak yakin dengan kemampuan mereka untuk berbicara di depan umum. Selain itu, mereka juga merasa minder dengan subjek lainnya yang dianggap lebih baik dalam menyampaikan isi kotbah. Perasaan rendah diri, ragu dan tidak yakin ini akhirnya mempengaruhi kemampuan *public speaking* mahasiswa (Nurmalasari et al., 2023), dimana jemaat mengatakan bahwa isi kotbah yang disampaikan oleh subjek seringkali tidak jelas dan bahkan sulit untuk dipahami. Nadiyah et al. (2019) juga menyebutkan bahwa kurangnya rasa percaya diri mengakibatkan pembicara tidak dapat berbicara secara jelas, intonasi monoton dan terhadap banyak jeda yang banyak ditemui pada subjek. Hal ini menunjukkan betapa esensialnya mengatasi kecemasan dan rasa percaya diri dalam mengembangkan kemampuan *public speaking* yang kuat.

Temuan dari hasil wawancara tersebut relevan dengan literatur yang ditulis oleh (Bilgin, 2022). *Public speaking* sebagai suatu seni berbicara di depan komunitas, akan menjadi efektif jika melibatkan pemahaman mendalam terkait konten yang disampaikan, pengelolaan bahasa tubuh yang tepat, serta kemampuan untuk beradaptasi dengan audiens yang beragam. Para subjek di Sekolah Alkitab X sebenarnya dituntut untuk mendalami konsep dan materi kotbah yang disampaikan, serta mengelola bahasa tubuh yang efektif sehingga dapat menyampaikan firman dengan lebih jelas dan meyakinkan, meskipun dalam praktiknya

mereka masih belum bisa menguasainya. Selain itu, faktor psikologis seperti kepercayaan diri dan kemampuan mengendalikan ketegangan emosional saat berbicara di depan umum juga menjadi faktor penentu keberhasilan penyampaian firman (Nadiyah et al., 2019; Bilgin, 2022; Nurmalasari et al., 2023). Subjek yang saat ini menjadi calon pengkotbah masih mengalami tantangan untuk mengatasi kecemasan dan membangun rasa percaya diri saat tampil di depan jemaat.

Secara umum, literatur yang ditulis oleh (Bilgin, 2022) memberikan dasar teoritis yang kuat untuk membantu para subjek mengatasi hambatan-hambatan di area *public speaking* dalam konteks kristiani. Maka dari itu, peneliti merancang pelatihan terkait *public speaking* yang bersifat holistik, baik dari aspek pengembangan keterampilan teknis maupun aspek psikologis. Sebagai calon pengkotbah, tugas subjek tidak hanya terbatas pada penyampaian pesan agama, tetapi juga melibatkan tanggung jawab menjalin komunikasi yang efektif. Oleh karena itu, selain memahami materi dan konsep keagamaan, subjek juga harus memahami prinsip-prinsip komunikasi dalam *public speaking*, termasuk keterampilan mengelola suara dan bahasa tubuh yang efektif serta struktur penyampaian pesan yang baik, membangun rasa percaya diri yang kuat dan mengatasi kecemasan yang menghambat pengembangan dirinya.

Dalam konteks ini, terdapat cukup banyak penelitian dan literatur yang membahas hubungan antara rasa percaya diri dan kecemasan dengan *public speaking* (Wahyuni, 2013; Raja, 2017, Paradewari, 2017; Nadiyah et al., 2019; Lestari et al., 2021; Nurmalasari et al., 2023). Namun, masih sedikit penelitian dengan pendekatan eksperimental melalui pelatihan secara holistik yang diberikan untuk mengatasi tantangan dalam *public speaking*. Penelitian ini tidak hanya mengeksplorasi aspek teknik penyampaian pesan, namun juga memberikan penekanan pada pengembangan aspek psikologis terkait rasa percaya diri dan kecemasan. Selain itu, pendekatan komprehensif dalam memahami prinsip-prinsip *public speaking* dan integrasinya dengan tugas spiritual pengkotbah adalah kebaruan dalam penelitian ini. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan memberikan wawasan baru tentang peran pelatihan dan pengembangan pengetahuan maupun keterampilan subjek agar dapat menjadi pengkotbah yang efektif dan meyakinkan.

## METODE PENELITIAN

### Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan *quasi-experimental* dengan *one group pretest-posttest design*. Menurut Sugiyono (2004), desain ini dilakukan dengan membandingkan skor sebelum dan setelah pelatihan melalui pemberian *pre-test*

dan *post-test*. Dalam penelitian ini, pelatihan yang diberikan adalah terkait *public speaking*, kecemasan dan kepercayaan diri.

### Subjek Penelitian

Subjek penelitian ini adalah 21 mahasiswa Sekolah Alkitab X di Surabaya, yaitu 14 peserta siswa dari angkatan 24, dan 7 peserta siswa dari angkatan 25. Pemilihan peserta ditentukan berdasarkan angkatan yang tidak mengambil praktik pelayanan karena adanya keterbatasan waktu untuk dapat mengikuti keseluruhan proses intervensi.

### Metode Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan melalui *pre-test* dan *post-test* dalam bentuk kuesioner untuk mengukur level pengetahuan subjek, yang diambil dari materi pelatihan yang diajarkan. Pertanyaan-pertanyaan dalam kuesioner tersebut mengukur pemahaman materi *public speaking*, kecemasan dan kepercayaan diri. Dengan menilai level pengetahuan subjek, peneliti juga dapat memahami pemahaman subjek yang masih salah dan yang perlu ditingkatkan sebelum memulai proses pembelajaran melalui training (Diaz, 2017). *Pre-test* diberikan di awal pertemuan, sebelum peserta mengikuti pelatihan. Setelah melewati 6 sesi pelatihan selama 2 hari, peserta kemudian diberikan *post-test*. Selain itu, terdapat angket untuk menilai keterampilan subjek saat melakukan *role play*, yang juga digunakan sebagai sarana pemberian *feedback* bagi subjek. Form evaluasi *role play* ini disusun berdasarkan komponen *public speaking* dari teori yang dikemukakan oleh (Hamilton et al., 2023; Zainal, 2022), yang mencakup alur penyampaian materi, komunikasi verbal, komunikasi non-verbal, penampilan, dan penanganan rasa cemas.

### Prosedur Intervensi

Penelitian dilaksanakan dalam dua hari yang terbagi menjadi enam sesi yaitu sesi I-IV pada hari pertama dan sesi V-VI pada hari kedua. Durasi setiap sesi adalah 90 menit. Evaluasi dalam penelitian ini terdiri dari dua yaitu level *reaction* dan *learning*. Dalam pelatihan ini, evaluasi reaksi dilakukan dalam bentuk angket yang akan diisi oleh peserta untuk mengetahui efektivitas *trainer* dalam menjalankan tugasnya selama pelatihan berlangsung, untuk menampung berbagai saran/masukan terhadap program pelatihan, dan untuk mengetahui kepuasan peserta terhadap materi, waktu dan tempat, serta *trainer*. Evaluasi *learning* ini akan diberikan sebelum dan sesudah pelatihan untuk melihat efektivitas pelatihan terkait pengetahuan dan keterampilan. Evaluasi pengetahuan akan diberikan melalui angket yang berisi pertanyaan seputar materi pelatihan, yang dibuat dalam pilihan ganda dan isian dan dikerjakan oleh peserta.

Tabel 1. Prosedur Pelatihan

Sesi	Uraian Kegiatan
I: <i>Public Speaking</i>	Penjelasan mengenai definisi <i>public speaking</i> , cara untuk tampil kreatif dan cara membuat <i>audience</i> tertarik dan memahami materi yang disampaikan
II: Kotbah	Pemberian materi tentang berkotbah yaitu etika kotbah, cara berkotbah kendala serta solusi untuk menghadapi kendala saat berkotbah.

Sesi	Uraian Kegiatan
<b>iii: Menjadi Pembicara Handal</b>	Menjelaskan cara merancang dan menyusun materi dan kerangka materi, serta alur berbicara yang baik. Pada sesi 3 ini, peserta juga dibekali cara membuat presentasi yang menarik.
<b>iv: Bangun Kepercayaan Dirimu</b>	Pembekalan materi tentang konsep diri yang benar dan cara membangun kepercayaan diri.
<b>V: Mengatasi Kecemasan</b>	Peserta dibekali dengan teori tentang kecemasan serta Teknik relaksasi sebagai bagian dari cara untuk menghadapi kecemasan. Metode audio visual, diskusi, ceramah dan <i>writing task</i> digunakan di dalam sesi ini.
<b>Vi: Aku Bisa!</b>	Pada sesi terakhir, peserta diberi kesempatan untuk melakukan <i>role play</i> . Peserta juga diberikan <i>feedback</i> dan refleksi setelah melakukan <i>role play</i> .

#### Teknik Analisis Data

Analisis data dilakukan melalui uji Wilcoxon, yaitu untuk mengukur signifikansi perbedaan kondisi subjek sebelum dan setelah diberikan intervensi. Uji Wilcoxon ini menggunakan SPSS for Windows versi 16.

#### HASIL PENELITIAN

##### Evaluasi Learning (Knowledge)

Berdasarkan tabel 2 di bawah ini, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar peserta mengalami peningkatan skor dari *pre-test* ke *post-test*. Sebanyak 2 peserta tidak mengalami perubahan apapun antara skor *pre-test* dan *post-test* (skor tetap). Maka dari itu, dapat dikatakan bahwa pelatihan ini membawa perubahan pada level pengetahuan (*knowledge*) setelah terjadinya proses pembelajaran (*learning*).

Tabel 2. Hasil Perubahan Nilai Pre-Test dan Post-Test Peserta

No	Pre-Test	Post-Test	Perubahan
1.	5.5	12.5	+7
2.	9.5	11	+1.5
3.	5	8	+3
4.	5.5	8	+2.5
5.	11	13.5	+2.5
6.	13.5	13.5	0
7.	14	17	+3
8.	2.5	4	+1.5
9.	6.5	12.5	+6
10.	6	7	+1
11.	0	4	+4
12.	13.5	15	+1.5
13.	15	17	+2
14.	3.5	7	+3.5
15.	2	6	+4
16.	4	7	+3
17.	9	9	0
18.	3	10	+7
19.	4	8	+4
20.	7	14	+7

Berdasarkan hasil analisis Wilcoxon menggunakan SPSS, menunjukkan nilai Asymp. Sig. sebesar  $0.000 < 0.05$ . Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat perbedaan signifikan antara skor *pre-test* dan skor *post-test*. Jika dilihat pada tabel Ranks, nilai *positive ranks* menunjukkan bahwa terdapat 18 peserta yang memiliki nilai *post-test* > *pre-test*,

serta 2 peserta yang memiliki nilai *post-test* = *pre-test*. Hasil ini menunjukkan bahwa secara keseluruhan, terjadi peningkatan nilai pada *post-test*. Maka dari itu, dapat disimpulkan bahwa pelatihan yang diberikan kepada peserta berjalan dengan efektif.

Tabel 3. Wilcoxon Signed Ranks Test

	N	Mean Rank	Sum of Ranks
post_test-pre_test			
Negative Ranks	0 <sup>a</sup>	.00	.00
Positive Ranks	18 <sup>b</sup>	9.50	171.00
Ties	2 <sup>c</sup>		
Total	20		

	a.	post_test < pre_test
	b.	post_test > pre_test
	c.	post_test = pre_test
		post_test-pre_test
Z		-3.731 <sup>b</sup>
Asymp. Sig (2-trailed)		.000
	a.	Wilcoxon Signed Ranks Test
	b.	Based on negative ranks

### Evaluasi Learning (Skill)

Berikut adalah paparan data hasil *pre-test* dan *post-test* evaluasi *skill* yang dinilai melalui proses *role play* peserta:

**Tabel 4. Hasil Perubahan Pre-Test dan Post-Test Evaluasi Skill Peserta**

No	Pre-Test	Post-Test	Perubahan
1	8	11	+3
2	11	14	+3
3	5	6	+1
4	6	6	0
5	11	11	0
7	14	15	+1
8	6	6	0
9	12	12	0
10	8	11	+3
11	6	6	0
12	8	12	+4
13	7	11	+4
14	4	6	+2
15	7	8	+1
16	6	13	+7
17	7	14	+7
18	11	15	+4
19	6	6	0
20	8	11	+3

Tabel 4 menunjukkan perubahan *skill* peserta sebelum dan setelah pelatihan. Berdasarkan tabel di atas, sebagian besar peserta mengalami peningkatan *skill* setelah diberikan pelatihan dan terdapat 6 peserta yang tidak mengalami perubahan dalam *skill*. Maka dari itu, dapat dikatakan bahwa pelatihan ini cukup membantu peserta untuk mengubah/meningkatkan *skill* dalam bertotbah.

Hasil Wilcoxon Signed Ranks Test menunjukkan nilai Asymp. Sig. sebesar 0.001, yang artinya lebih kecil dari p-value

0.05. Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat perbedaan antara skor *pre-test* dan skor *post-test*. Jika dilihat pada tabel Ranks, nilai *positive ranks* menunjukkan bahwa terdapat 14 peserta yang memiliki nilai *post-test* > *pre-test*, serta 6 peserta yang memiliki nilai *post-test* = *pre-test*. Hal ini menunjukkan bahwa secara keseluruhan, terjadi peningkatan nilai pada *post-test*. Maka dari itu, dapat disimpulkan bahwa pelatihan yang diberikan kepada peserta berjalan dengan efektif.

**Tabel 5. Wilcoxon Signed Ranks Test**

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
post_test-pre_test	Negative Ranks	0 <sup>a</sup>	.00	.00
	Positive Ranks	14 <sup>b</sup>	7.50	105.00
	Ties	6 <sup>c</sup>		
	Total	20		
	a.	post_test < pre_test		
	b.	post_test > pre_test		
	c.	post_test = pre_test		
			post_test-pre_test	
Z			-3.311 <sup>b</sup>	
Asymp. Sig (2-trailed)			.001	
	c.	Wilcoxon Signed Ranks Test		
	d.	Based on negative ranks		

## PEMBAHASAN

Pelatihan “*Being A Great Speaker*” dilakukan berdasarkan hasil *Training Need Analysis* di Sekolah Alkitab X Surabaya. Hasil *training need analysis* (TNA) tersebut menunjukkan bahwa sekolah memiliki kebutuhan yang cukup mendesak untuk segera diatasi, yaitu terkait keterampilan berbicara di depan umum (dalam hal ini berkhotbah), cara mengatasi kecemasan, dan meningkatkan percaya diri mahasiswanya sehingga dapat menjadi pengkhotbah yang lebih baik. Maka dari itu, sasaran utama dari pelatihan ini adalah untuk meningkatkan keterampilan berkhotbah peserta, melalui peningkatan pemahaman mengenai *public speaking*, kecemasan, dan kepercayaan diri.

Hasil pelatihan yang diberikan menunjukkan adanya perubahan/perbedaan yang terjadi sebelum dan sesudah pelatihan. Perubahan pertama dapat dilihat dari hasil evaluasi *knowledge* yang mengukur pemahaman ilmu yang diberikan saat pelatihan. Secara keseluruhan sebanyak 18 peserta atau 90% peserta mengalami peningkatan *knowledge* dan tidak ada (0%) peserta yang mengalami penurunan *knowledge*. Jika dilihat per-aspek yang diukur, maka terlihat juga bahwa sebagian peserta mengalami peningkatan *knowledge*. Berdasarkan hasil uji beda diperoleh nilai sig. 0.000 ( $< 0.05$ ) yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara nilai *pre-test* dan *post-test* subjek. Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan yang signifikan dalam hal pengetahuan subjek setelah diberikan pelatihan. Temuan ini menambah pemahaman akan pentingnya pengetahuan dalam meningkatkan keterampilan, produktivitas dan efisiensi kerja (Hagemeister & Rodríguez-Castellanos, 2019). Dalam konteks penelitian ini, pengetahuan yang diperoleh subjek menjadi salah satu kunci awal dari terbentuknya keterampilan *public speaking* yang baik.

Beberapa literatur terdahulu juga menyebutkan pentingnya pemahaman akan suatu konsep/teori dalam proses belajar. Ketika subjek sudah memiliki pengetahuan yang memadai, maka ia akan lebih mudah terlibat dalam proses pembelajaran serta lebih aktif dalam mengembangkan kemampuan dirinya (Dong et al., 2020). Pengetahuan yang sudah dimiliki oleh individu kemudian perlu diaktifkan dan diintegrasikan secara tepat agar proses pembelajaran menjadi bermakna dan membangun rasa percaya diri subjek (Brod, 2021; Geoffrey, 2021). Dalam hal ini, bertambahnya pemahaman akan komponen, faktor yang mempengaruhi, dan cara meningkatkan kemampuan *public speaking*, kepercayaan diri serta kecemasan, menjadi relevan dan berguna untuk membangun keterampilan berkhotbah subjek. Di sisi lain, subjek juga harus terus menerus mengaktifkan proses pembelajaran ini (diluar situasi *training*) agar pengetahuan yang telah diperolehnya sungguh dapat meningkatkan keterampilannya di masa depan.

Jika dilihat per-aspek yang dinilai dalam evaluasi *knowledge*, masih terdapat beberapa peserta yang belum dapat menunjukkan adanya perubahan terkait pemahaman materi (nilai *pre-test* dan *post-test* sama), bahkan ada yang mengalami penurunan. Hal ini terjadi karena faktor dari dalam diri beberapa peserta tersebut yang kurang memperhatikan penjelasan peneliti. Berdasarkan hasil

observasi, beberapa subjek menunjukkan karakteristik dari pelajar yang tidak mampu berkonsentrasi dalam mengikuti proses pembelajaran, seperti mengantuk, bosan, diam dan sibuk sendiri (Cicekci & Sadik, 2019). Kurangnya perhatian tersebut menjadikan subjek kurang terlibat dalam proses pembelajaran dan berakibat pada kurangnya pemahaman akan materi yang dijelaskan. Menurut Bradbury (2016), perhatian pelajar tidak hanya dipengaruhi oleh materi yang menarik, namun cara pengajar mengelola proses pembelajaran sehingga dapat memberikan pengalaman yang memuaskan. Relevansi materi dengan subjek juga menjadi catatan yang penting untuk dikembangkan agar subjek lebih bisa terlibat dalam proses pembelajaran.

Perubahan kedua dapat dilihat dari hasil evaluasi keterampilan (*skills*) melalui *role play*. Hasil uji beda menunjukkan nilai sig. 0.001 ( $< 0.05$ ). Nilai ini menunjukkan adanya antara *pre-test* dan *post-test* dalam aspek keterampilan subjek. Maka dari itu, dapat disimpulkan bahwa peserta mengalami peningkatan yang signifikan terkait keterampilan *public speaking* setelah diberikan pelatihan. Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian Sibatuara (2022) yang menunjukkan bahwa pelatihan *public speaking* merupakan cara yang efektif dalam meningkatkan rasa percaya diri dan keterampilan berbicara di depan umum. Selain itu, pelatihan *public speaking* juga mampu meningkatkan motivasi individu untuk terus melatih keterampilan *public speaking* setelah mengikuti pelatihan, dimana hal serupa juga terlihat dalam temuan deskriptif di penelitian ini.

Pelatihan *public speaking* dalam penelitian ini bersifat menyeluruh, dari aspek pengembangan keterampilan teknis hingga pengelolaan rasa cemas dan kepercayaan diri. Berdasarkan analisis data per aspek, terlihat bahwa peningkatan paling signifikan terjadi pada aspek teknis (alur penyampaian materi), dimana 85% peserta mampu menyampaikan materi dengan lebih menarik dan terstruktur pada saat *post-test*. Temuan ini sejalan dengan adanya perbaikan dalam kemampuan peserta untuk memulai pembicaraan dengan cerita atau hal menarik sehingga dapat menarik perhatian pendengar (Bilgin, 2022).

Di sisi lain, sebanyak 40% peserta mampu meningkatkan komunikasi non-verbal (posisi, *gesture*, kontak mata) serta 25% peserta mampu meningkatkan pengelolaan komunikasi verbal (volume, intonasi, artikulasi, variasi nada) setelah proses pelatihan. Meskipun peningkatan yang terjadi pada aspek komunikasi verbal dan komunikasi *non-verbal* tidak sebesar aspek alur penyampaian materi, hasil yang diperoleh tetap menunjukkan temuan yang positif. Peningkatan ini sudah cukup baik mengingat beberapa kendala dalam komunikasi verbal dan non-verbal merupakan simptom dari kecemasan berbicara (Valenzano & Braden, 2015; Nuridzdzati & Akhriyah, 2023) dan masalah kecemasan tidak dapat berubah sepenuhnya dalam waktu yang singkat sehingga diperlukan latihan dalam durasi yang lebih panjang (Nadia & Yansyah, 2018).

Jika melihat penelitian terdahulu, keterampilan berbicara di depan umum sudah banyak ditemukan berkaitan dengan rasa percaya diri dan kecemasan individu (Wahyuni,

2013; Raja, 2017, Paradewari, 2017; Nadiah et al., 2019; Lestari et al., 2021; Nurmalasari et al., 2023). Semakin tinggi keyakinan individu akan kemampuan yang ia miliki maka kecemasannya untuk berbicara di depan umum akan semakin rendah (Wahyuni, 2013). Salah satu faktor yang diduga membantu meningkatkan rasa percaya diri subjek adalah pemahaman akan teknis penyampaian materi yang menarik dan terstruktur yang telah diperoleh subjek selama pelatihan. Dengan adanya rasa percaya diri, komunikasi verbal dan non-verbal subjek juga menjadi lebih terkontrol dan dapat disampaikan dengan baik (Nadiah et al., 2019; Bilgin, 2022). serta menjadikan isi firmannya menjadi lebih berkualitas (Gallego et al., 2022). Pengelolaan rasa cemas melalui teknik relaksasi juga membantu subjek sehingga dapat menyampaikan pesan melalui volume, intonasi dan artikulasi yang lebih jelas dibandingkan sebelumnya. Hal ini didukung oleh Valenzano & Braden (2015) yang menyebutkan bahwa suara sebagai bentuk penyampaian pesan kepada audiens dapat dipengaruhi oleh tingkat kecemasan subjek.

Kecemasan berbicara di depan umum juga didapati dapat memprediksi durasi penyampaian informasi maupun perilaku menghindari situasi untuk berbicara di depan umum (Gallego et al., 2022). Maka dari itu, penanganan akan masalah kecemasan ini perlu mendapatkan perhatian lebih agar subjek dapat melakukan tugasnya dengan lebih baik dan benar-benar dapat menjadi seorang pengabar injil. Hal yang perlu diingat adalah bahwa implikasi penelitian dari Nadia & Yansyah (2018) menjelaskan bahwa pelatihan *public speaking* dapat menjadi alat yang positif dalam menurunkan tingkat kecemasan berbicara di depan umum serta meningkatkan keterampilan komunikasi individu jika dilakukan dalam secara berkelanjutan dalam jangka waktu yang panjang. Di sisi lain, kecemasan tidak berkorelasi signifikan dengan prestasi sehingga sangat diperlukan kesadaran akan kecemasan dan efikasi diri terkait berbicara di depan umum agar subjek dapat secara konsisten menunjukkan usaha untuk meningkatkan keterampilan *public speaking* (Melawati & Nirwanto, 2021).

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa pelatihan yang diberikan kepada subjek tergolong efektif dalam mengubah/meningkatkan keterampilan berkhotbah peserta sehingga peserta dapat menjadi pembicara yang lebih baik kedepannya.

Melihat hasil penelitian ini, maka para mahasiswa disarankan untuk dapat terus melatih keterampilan *public speaking* dan pengelolaan kecemasan agar dapat mempertajam kemampuan dalam menyampaikan isi kotbah secara jelas dan efektif. Bagi penelitian selanjutnya, saran yang dapat diberikan adalah untuk memperluas penggunaan metode penyampaian pelatihan dengan lebih menekankan pada praktik/simulasi untuk meningkatkan keterampilan peserta serta memasukkan fenomena yang dialami oleh peserta sehingga dapat meningkatkan keterlibatan.

## DAFTAR PUSTAKA

Amelia, D., Afrianto, A., Samanik, S., Suprayogi, S., Pranoto, B. E., & Gulo, I.

- (2022). Improving public speaking ability through speech. *Journal of Social Sciences and Technology for Community Service (JSSTCS)*, 3(2), 322. <https://doi.org/10.33365/jsstcs.v3i2.2231>
- Bilgin, R. (2022). A review of public speaking and its components. *Canadian Journal of Educational and Social Studies*, 2(3), 37–49. <https://doi.org/10.53103/cjess.v2i3.39>
- Bradbury, N. A. (2016). Attention span during lectures: 8 seconds, 10 minutes, or more? *Advances in Physiology Education*, 40(4), 509–513. <https://doi.org/10.1152/advan.00109.2016>
- Brod, G. (2021). Toward an understanding of when prior knowledge helps or hinders learning. *Npj Science of Learning*, 6(1), 2–4. <https://doi.org/10.1038/s41539-021-00103-w>
- Cicekci, M. A., & Sadik, F. (2019). Teachers' and students' opinions about students' attention problems during the lesson. *Journal of Education and Learning*, 8(6), 15. <https://doi.org/10.5539/jel.v8n6p15>
- Dhema, A. M. (2023). Konsep diri dengan kecenderungan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa. *Journal of Indonesian Psychological Science*, 03(1), 298–309. <https://10.0.73.172/jips.v3i1.21072>
- Diaz, K. V. L. T. (2017). Prior knowledge: Its role in learning. *Unpublished Essays*, July, 8–10. <https://doi.org/10.13140/rg.2.2.26816.69125>
- Dong, A., Jong, M. S. Y., & King, R. B. (2020). How does prior knowledge influence learning engagement? The mediating roles of cognitive load and help-seeking. *Frontiers in Psychology*, 11(October), 1–10. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.591203>
- Gallego, A., McHugh, L., Penttonen, M., & Lappalainen, R. (2022). Measuring public speaking anxiety: self-report, behavioral, and physiological. *Behavior Modification*, 46(4), 782–798. <https://doi.org/10.1177/0145445521994308>
- Geofrey, M. (2021). Children's prior knowledge is very important in teaching and learning in this era of constructivism. *Research Gate*. <https://doi.org/10.13140/rg.2.2.28470.22083>
- Hagemeister, M., & Rodríguez-Castellanos, A. (2019). Knowledge acquisition, training, and the firm's performance: A theoretical model of the role of knowledge integration and knowledge options. *European Research on Management and Business Economics*, 25(2), 48–53. <https://doi.org/10.1016/j.iedeen.2019.02.003>
- Hamilton, C., Kroll, T. L., & Creel, B. R. (2023). *Communicating for success* (3rd ed.). Routledge.
- Lestari, B. S., Parung, J., & Sinambela, F. C. (2021). Public speaking anxiety reviewed from self-efficacy and audience response on students: systematic review. *Proceedings of the International Conference on Psychological Studies (ICPSYCHE 2020)*, 530(Icpsyche 2020), 75–81. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.210423.011>
- Melawati, R., & Nirwanto, R. (2021). The relationship between public speaking anxiety and achievement. *Proceedings ...*, 4432(November), 116–127. <https://e-proceedings.iainpalangkaraya.ac.id/index.php/INACELT/article/view/710%Ahttps://e-proceedings.iainpalangkaraya.ac.id/index.php/INACELT/article/viewFile/710/722>
- Nadia, H., & Yansyah, Y. (2018). The effect of public speaking training on students' speaking anxiety and skill. *Proceedings of the 65th TEFLIN International Conference*, 65(1), 227–232. <https://ojs.unm.ac.id/teflin65/article/download/6276/3615>
- Nadiah, Arina, & Ikrom. (2019). The students' self-confidence in public speaking. *ELITE Journal*, 1(1), 1–11. <https://www.elitejournal.org/index.php/ELITE>
- Nuridzdzati, R. Y., & Akhiriyah, S. (2023). Exploring students' speaking anxiety: A case of high achiever students. *Journal of English Language Teaching & Literature (JELITA)*, 4(2), 160–175.
- Nurmalasari, Tahir, M., & Korompot, C. A. (2023). The impact of public speaking on student's speaking ability. *International Journal of Business, English, and Communication (IJoBEC)*, 1(2), 53–57.
- Paradewari, D. S. (2017). Investigating students' self-efficacy of public speaking. *International Journal of Education and Research*, 5(10), 97–108. [www.ijern.com](http://www.ijern.com)
- Rahman Hz, B. I. (2022). An exploration on students' public speaking anxiety: STIFIn perspective. *LLT Journal: A Journal on Language and Language Teaching*, 25(1), 149–159. <https://doi.org/10.24071/llt.v25i1.4502>
- Raja, F. (2017). Anxiety level in students of public speaking: Causes and remedies. *Journal of Education and Educational Development*, 3(2), 222–249.
- Rothlisberger, H. (2014). *Homiletika ilmu berkotbah*. PT. BPK Gunung Mulia.

- Sibatuara, U. D. (2022). The effectiveness of public speaking training in improving youths and adolescences' self-confidence at GPDI Bethlehem, Sungai Rengas. *BLESS*, 2(2), 92–99. <https://journal.widyadharma.ac.id/index.php/bless/article/view/1038>  
<https://journal.widyadharma.ac.id/index.php/bless/article/download/1038/1120>
- Siregar, R. K. (2019). Students' anxiety on their public speaking. *English Education: English Journal for Teaching and Learning*, 7(01), 69. <https://doi.org/10.24952/ee.v7i01.1654>
- Sugiyono. (2004). *Statistika untuk penelitian*. Alfabeta.
- Talalu, T. R. (2022). Kendala public speaking dan solusi kecemasan komunikasi pada mahasiswa. *Jurnal Dinamika Penelitian: Media Komunikasi Sosial Keagamaan*, 22(2), 263–282.
- Triyanto, E., Anitah, S., & Suryani, N. (2013). Peran kepemimpinan kepala sekolah dalam pemanfaatan media pembelajaran sebagai upaya peningkatan kualitas proses pembelajaran. *Jurnal Teknologi Pendidikan*, 1(2), 226–238.
- Valenzano, J. M., & Braden, S. W. (2015). The speaker: The tradition and practice of public speaking. *Communication Faculty Publications*, 1–27. [https://ecommons.udayton.edu/cmm\\_fac\\_pub/16](https://ecommons.udayton.edu/cmm_fac_pub/16)
- Wahyuni, S. (2013). Hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa psikologi. *Psikoborneo*, 1(4), 220–227.
- Zainal, A. G. (2022). Public speaking cerdas saat berbicara di depan umum. In *Eureka Media Aksara*.
- Zulhermindra, Z., & Hadiarni, H. (2020). Improving students' public speaking skills through the use of videotaped feedback. *Ta'dib*, 23(1), 75–86. <https://doi.org/10.31958/jt.v23i1.2008>