

Berani Berbicara dan Menjadi Pembicara: Strategi Meningkatkan Kemampuan Berbicara dengan Percaya Diri Untuk Mahasiswa Pendidikan Teknik Elektro di Universitas Negeri Medan

Agripa Parata Manalu¹, Joan Emanuella Sitorus², Zaky Atila Cafriano Hutabarat³, Muhammad Harif Raudhatul Akmal⁴, Trisnawati Hutagalung⁵

^{1,2,3,4,5}Universitas Negeri Medan

¹manaluagripa@gmail.com, ²joanimanuella88@gmail.com, ³zakyatilacafrianohtb22@gmail.com,

⁴harifakmal0@gmail.com, ⁵trisnawatihutagalung@yahoo.co.id

Abstrak: Jurnal ini mengkaji strategi meningkatkan kemampuan berbicara dengan percaya diri, sebuah keterampilan esensial dalam pembelajaran bahasa, komunikasi, serta relevan bagi mahasiswa Pendidikan Teknik Elektro di Universitas Negeri Medan. Kepercayaan diri dalam berbicara tidak hanya memperbaiki kemampuan berbahasa dan teknis, tetapi juga mempengaruhi keberanian dan motivasi seseorang dalam berinteraksi sosial maupun akademik. Menjelaskan pentingnya persiapan matang, latihan berbicara, dan mengatasi rasa gugup melalui teknik-teknik seperti visualisasi dan pernapasan. Bagi mahasiswa teknik elektro, keterampilan berbicara di depan umum sangat penting untuk mempresentasikan ide-ide teknis secara efektif. Dengan menggunakan strategi role play dan metode pembelajaran berbasis proyek, individu dapat mengasah keterampilan interpersonal dan meningkatkan keberanian berbicara di depan umum. Ketakutan berbicara, atau glossophobia, menjadi salah satu hambatan utama, namun dapat diatasi melalui strategi-strategi yang tepat. Jurnal ini menyimpulkan bahwa peningkatan kemampuan berbicara membutuhkan latihan konsisten dan pendekatan yang terarah.

Kata Kunci: Kepercayaan diri, kemampuan berbicara, strategi komunikasi, glossophobia

Abstract: This journal examines strategies to improve confident speaking, an essential skill in language learning, communication, and relevant for Electrical Engineering Education students at Medan State University. Confidence in speaking not only improves language and technical skills, but also affects one's courage and motivation in speaking, and technical skills, but it also affects one's courage and motivation in social and academic social and academic interactions. Explains the importance of thorough preparation, speaking practice, and overcoming nervousness through techniques such as visualization and breathing, visualization and breathing. For electrical engineering students, public speaking skills are essential for presenting technical ideas effectively. By using role play strategies and project-based learning methods project-based learning method, individuals can hone their interpersonal skills and increase their public speaking courage. Fear of speaking, or glossophobia, is one of the main obstacles, but can be overcome through the right strategies. The journal concludes that improving speaking ability requires consistent practice and a purposeful approach.

Keywords: Self-confidence, speaking ability, communication strategies, glossophobia.

PENDAHULUAN

Kemampuan berbicara dengan percaya diri merupakan keterampilan penting yang dapat memengaruhi kesuksesan dalam berbagai aspek kehidupan, baik personal maupun profesional. Berbicara di depan umum sering kali menjadi tantangan besar bagi banyak orang, terutama bagi mereka yang merasa cemas atau kurang yakin pada kemampuan komunikasi mereka. Namun, dengan menerapkan strategi-strategi yang tepat, seseorang dapat meningkatkan keterampilan berbicara dan kepercayaan diri mereka secara signifikan. Mengenali diri sendiri adalah langkah awal yang sangat penting dalam mengembangkan kemampuan berbicara dengan percaya diri. Pemahaman tentang kekuatan dan kelemahan pribadi, serta kesadaran akan rasa cemas atau takut, membantu seseorang mengatasi hambatan psikologis yang mungkin muncul ketika harus berbicara di depan umum. Dengan mengenali apa yang menyebabkan ketidaknyamanan, seseorang dapat mulai bekerja pada cara-cara

untuk mengatasinya. Penetapan tujuan yang jelas dan spesifik juga menjadi kunci dalam proses ini. Misalnya, seseorang dapat menetapkan tujuan untuk lebih nyaman berbicara di lingkungan yang lebih kecil sebelum beralih ke situasi yang lebih menantang, seperti berbicara di hadapan audiens yang lebih besar atau dalam konteks formal. Tujuan yang jelas memberi arah pada latihan dan memungkinkan evaluasi kemajuan yang lebih terukur.

Latihan berbicara secara teratur merupakan aspek penting dalam mengembangkan keterampilan berbicara dengan percaya diri. Berbicara di depan cermin, merekam diri saat berbicara, atau bahkan berbicara dengan teman dekat dapat menjadi cara yang efektif untuk meningkatkan keterampilan teknis dan ekspresi verbal. Melalui latihan ini, pembicara dapat memperbaiki intonasi, kejelasan suara, dan penggunaan bahasa tubuh, yang semuanya berkontribusi pada penampilan yang lebih percaya diri. Penguatan vokal, seperti pengaturan napas yang tepat dan pengucapan yang jelas, membantu pembicara mengatasi masalah teknis yang sering kali menjadi penyebab rasa tidak percaya diri. Selain itu, penggunaan bahasa yang jelas dan sederhana juga penting. Menghindari kata-kata yang terlalu rumit atau teknis dapat membantu pembicara merasa lebih nyaman, dan pesan yang disampaikan pun menjadi lebih mudah dipahami oleh audiens.

Keterampilan berbicara di depan umum dapat dikembangkan secara bertahap, dimulai dari situasi yang lebih mudah hingga yang lebih menantang. Mulai dari berbicara di depan kelompok kecil atau dalam pertemuan informal, pembicara dapat secara bertahap meningkatkan tingkat kompleksitas presentasi mereka. Pengalaman berbicara di depan publik akan membantu mengurangi rasa gugup seiring waktu, dan setiap kemajuan akan memperkuat kepercayaan diri. Penggunaan alat bantu visual seperti slide atau gambar juga dapat membantu memperkuat presentasi dan mengurangi ketegangan. Alat bantu visual ini tidak hanya membantu menjelaskan isi presentasi, tetapi juga dapat membantu mengalihkan perhatian dari pembicara sehingga ia tidak terlalu fokus pada dirinya sendiri.

Rasa takut berbicara di depan umum adalah hal yang wajar dan sering kali disebut sebagai glossophobia. Untuk mengatasi rasa takut ini, pembicara perlu mengenali rasa cemas yang muncul dan menerapkan strategi untuk mengatasinya. Salah satu teknik yang efektif adalah menggunakan teknik relaksasi seperti meditasi atau pernapasan dalam-dalam sebelum berbicara. Dengan cara ini, pembicara dapat menenangkan pikiran dan tubuh sehingga rasa gugup berkurang. Visualisasi keberhasilan, di mana pembicara membayangkan dirinya berhasil memberikan presentasi yang baik, juga dapat membantu meredakan rasa takut. Kemampuan mendengarkan yang baik juga berperan penting dalam meningkatkan kemampuan berbicara. Ketika seseorang mendengarkan dengan seksama, ia dapat merespons dengan lebih baik dan relevan, yang pada gilirannya meningkatkan rasa percaya diri dalam berbicara. Mendengarkan secara aktif membantu pembicara memahami audiensnya, sehingga ia dapat menyesuaikan cara bicaranya agar lebih efektif.

Penggunaan teknologi juga dapat menjadi alat yang sangat berguna dalam mengembangkan keterampilan berbicara. Aplikasi seperti TED Talks atau platform kursus online seperti Coursera dan Skillshare menawarkan sumber daya yang dapat membantu seseorang belajar dari para ahli di bidang komunikasi. Rekaman diri saat berlatih berbicara dapat memberikan feedback yang objektif mengenai kekurangan dan kemajuan yang telah dicapai. Melihat perbaikan dari waktu ke waktu melalui rekaman ini dapat meningkatkan kepercayaan diri, karena pembicara dapat melihat hasil nyata dari usahanya. Secara keseluruhan, pengembangan kemampuan berbicara dengan percaya diri memerlukan latihan yang konsisten, penguatan mental, dan kesediaan untuk menghadapi ketakutan. Proses ini mungkin memerlukan waktu, tetapi dengan dedikasi dan pendekatan yang tepat, seseorang dapat mengatasi rasa takut berbicara dan menjadi pembicara yang lebih percaya diri dan efektif.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan kualitatif untuk menganalisis strategi meningkatkan kemampuan berbicara dengan percaya diri. Data dikumpulkan melalui studi literatur dan observasi terhadap individu yang aktif berbicara di depan publik, baik dalam kegiatan formal maupun informal. Penelitian ini mengamati penerapan berbagai strategi seperti latihan berbicara secara rutin, penggunaan alat bantu visual, teknik relaksasi, dan pengembangan keterampilan mendengarkan. Data yang terkumpul dianalisis untuk menemukan strategi paling efektif. Hasil

penelitian ini akan menyimpulkan berbagai cara praktis untuk membantu orang berbicara dengan lebih percaya diri.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berbicara adalah salah satu keterampilan lisan yang tergolong dalam kategori produksi komunikasi. Dalam konteks ini, terdapat tiga jenis situasi berbicara yang dapat diidentifikasi: interaktif, semi-interaktif, dan non-interaktif. Situasi berbicara interaktif mencakup percakapan tatap muka dan komunikasi melalui telepon, di mana terjadi pergantian antara berbicara dan mendengarkan. Dalam konteks ini, kedua belah pihak aktif terlibat dalam dialog, memungkinkan adanya umpan balik langsung yang memperkaya interaksi. Sebaliknya, situasi semi-interaktif, seperti pidato di hadapan publik, memiliki karakteristik yang berbeda. Dalam konteks ini, audiens tidak dapat melakukan interupsi selama pembicaraan berlangsung, meskipun pembicara tetap dapat mengamati reaksi pendengar melalui ekspresi wajah dan bahasa tubuh mereka. Hal ini memungkinkan pembicara untuk menyesuaikan penyampaian materi berdasarkan respon visual yang ditangkap.

Rata-rata tingkat kemampuan berbicara di depan umum dengan baik hanya 50% mencerminkan tantangan signifikan dalam keterampilan komunikasi yang sangat penting. Dalam masyarakat yang semakin terhubung, kemampuan berbicara di depan umum menjadi krusial, baik dalam konteks akademis maupun profesional. Banyak individu, terutama mahasiswa, mungkin tidak memiliki cukup kesempatan untuk berlatih berbicara di depan umum. Lingkungan pendidikan sering kali lebih fokus pada teori dibandingkan praktik berbicara. Kurangnya pengalaman ini dapat membuat mereka merasa tidak siap saat harus berbicara di depan orang banyak.

Rasa cemas dan takut juga menjadi faktor yang berkontribusi terhadap rendahnya kemampuan berbicara di depan umum. Banyak orang mengalami kecemasan saat berbicara di depan publik, yang sering kali disebut glossophobia. Ketidakpastian tentang bagaimana audiens akan merespons dan kekhawatiran akan penilaian dapat menghambat kemampuan seseorang untuk berbicara dengan percaya diri. Selain itu, minimnya pelatihan formal dalam keterampilan komunikasi di banyak kurikulum pendidikan membuat mahasiswa tidak mengembangkan teknik berbicara yang efektif, seperti penggunaan intonasi, bahasa tubuh, dan cara menyusun argumen yang kuat.

Dampak dari rendahnya kemampuan berbicara ini sangat luas. Ketidakmampuan untuk berbicara di depan umum dapat membatasi individu dalam menyampaikan ide dan pemikiran mereka, yang dapat mengganggu kolaborasi dalam kelompok, presentasi proyek, atau diskusi di kelas. Di lingkungan akademik, kemampuan berbicara di depan umum sering kali menjadi syarat penting bagi keberhasilan mahasiswa. Mahasiswa Universitas Negeri Medan yang mampu berkomunikasi dengan baik cenderung lebih dihargai oleh dosen dan rekan sekelas. Oleh karena itu, rendahnya kemampuan berbicara dapat menyebabkan hilangnya peluang untuk memimpin proyek, presentasi di depan kelas, atau berkontribusi dalam diskusi akademis. Selain itu, rasa percaya diri yang menurun sering kali menjadi konsekuensi dari ketidakmampuan berbicara di depan umum, yang bisa memengaruhi kinerja akademis dan prospek profesional mahasiswa di masa depan.

Dengan menyadari bahwa hanya 50% individu yang mampu berbicara di depan umum dengan baik, kita menghadapi panggilan untuk bertindak. Melalui pelatihan dan lebih banyak kesempatan berlatih, kita dapat meningkatkan tingkat keterampilan berbicara di depan umum. Hal ini tidak hanya akan memberikan manfaat bagi individu itu sendiri, tetapi juga akan meningkatkan kolaborasi dan komunikasi di berbagai lingkungan, baik akademis maupun profesional.

Penyebab Tidak Percaya Diri Dalam Berbicara

Tidak percaya diri dalam berbicara sering kali disebabkan oleh berbagai faktor psikologis, sosial, dan pengalaman pribadi. Salah satu penyebab utama adalah rasa takut akan penilaian atau kritik dari orang lain. Ketika seseorang khawatir tentang bagaimana dia akan dinilai oleh audiens, rasa cemas ini bisa menghambat kemampuannya untuk berbicara dengan percaya diri. Kecemasan berbicara di depan umum, atau glossophobia, sering muncul dari pengalaman buruk di masa lalu, seperti pernah melakukan kesalahan saat berbicara atau merasa malu dalam situasi serupa. Hal ini bisa membuat seseorang merasa ragu untuk berbicara lagi karena takut mengulangi kesalahan yang sama.

Faktor lainnya adalah kurangnya persiapan atau pengetahuan tentang topik yang akan dibicarakan. Ketika seseorang merasa tidak cukup menguasai materi atau tidak siap, mereka cenderung merasa gugup dan tidak percaya diri saat berbicara. Pengalaman berbicara yang minim juga bisa menjadi faktor penting. Jika seseorang jarang mendapat kesempatan untuk berbicara di depan publik, mereka mungkin merasa tidak terbiasa atau tidak yakin dengan kemampuan mereka, yang kemudian memicu rasa tidak percaya diri.

Lingkungan sosial juga dapat berperan dalam membentuk rasa percaya diri seseorang. Jika seseorang tumbuh dalam lingkungan yang tidak mendukung atau sering mendapat kritik negatif, hal ini dapat membentuk pola pikir negatif tentang kemampuan mereka. Kurangnya dukungan atau dorongan dari lingkungan sekitar dapat menyebabkan seseorang merasa kurang mampu atau tidak layak untuk berbicara di depan umum.

Selain itu, faktor psikologis seperti rendahnya rasa harga diri atau self-esteem dapat memperburuk rasa tidak percaya diri. Seseorang yang memiliki pandangan negatif tentang diri mereka sendiri akan cenderung meragukan kemampuan mereka, termasuk dalam hal berbicara di depan orang lain. Sifat perfeksionis juga dapat menjadi penyebab tidak percaya diri, karena seseorang dengan sifat ini mungkin menetapkan standar yang sangat tinggi dan merasa takut gagal atau tidak memenuhi ekspektasi, sehingga memilih untuk menghindari berbicara di depan umum. Rasa tidak percaya diri dalam berbicara di depan umum merupakan kombinasi dari faktor psikologis, sosial, dan pengalaman pribadi, yang membentuk pola pikir dan perilaku seseorang terhadap komunikasi verbal di hadapan audiens.

Beberapa Strategi Untuk Meningkatkan Kemampuan Berbicara

A. Persiapan Matang

Persiapan yang baik adalah kunci untuk berbicara dengan percaya diri. Pertama, penting untuk mengumpulkan informasi yang relevan tentang topik yang akan disampaikan. Ini mencakup penelitian mendalam melalui berbagai sumber, seperti buku, artikel, dan publikasi terkait. Pemahaman yang mendalam tentang materi akan membantu pembicara menjawab pertanyaan dan mengatasi tantangan yang mungkin muncul selama presentasi. Selanjutnya, membuat rangkuman atau poin-poin penting adalah langkah strategis untuk memudahkan penyampaian. Rangkuman ini harus mencakup gagasan utama, contoh relevan, dan argumen pendukung. Dengan memiliki catatan yang terstruktur, pembicara dapat menjaga alur pembicaraan dan memastikan bahwa semua aspek penting disampaikan dengan jelas dan sistematis.

B. Latihan Berbicara

Latihan berbicara secara aktif sangat penting untuk membangun kepercayaan diri. Bergabung dengan kelompok diskusi atau klub debat merupakan cara yang efektif untuk berlatih. Dalam lingkungan ini, pembicara dapat mendapatkan umpan balik konstruktif dari anggota lain, yang memungkinkan mereka memperbaiki teknik berbicara, intonasi, dan penguasaan materi. Interaksi dalam kelompok juga membantu mengasah kemampuan berargumentasi dan merespons pertanyaan dengan cepat. Mengikuti kursus atau pelatihan berbicara di depan umum juga merupakan langkah yang bermanfaat. Program-program ini sering kali menyediakan teknik dan strategi yang terbukti efektif dalam meningkatkan keterampilan berbicara, serta memberi kesempatan untuk berlatih di bawah bimbingan instruktur yang berpengalaman.

C. Observasi dan Belajar dari Orang Lain

Belajar dari pembicara yang berpengalaman sangat berharga. Melihat cara mereka berbicara, menggunakan bahasa tubuh, dan berinteraksi dengan audiens dapat memberikan wawasan tentang teknik yang efektif. Pembicara dapat menganalisis gaya berbicara, pengaturan nada, dan cara mereka menangani pertanyaan dari audiens. Observasi ini tidak hanya memberi inspirasi tetapi juga memperkaya repertori teknik berbicara yang dapat diadaptasi oleh pembicara pemula.

D. Mengatasi Rasa Gugup

Mengatasi rasa gugup sebelum berbicara sangat penting untuk mencapai performa yang optimal. Latihan pernapasan dalam-dalam dapat membantu menenangkan pikiran dan tubuh. Mengambil beberapa napas dalam-dalam sebelum berbicara dapat mengurangi kecemasan dan membantu fokus

pada materi yang akan disampaikan. Selain itu, memvisualisasikan diri sendiri berbicara dengan sukses dapat menjadi teknik yang efektif untuk membangun kepercayaan diri. Dengan membayangkan momen berbicara yang positif, pembicara dapat mengurangi kecemasan dan meningkatkan rasa optimis terhadap kemampuan mereka.

E. Menggunakan Strategi Pembelajaran yang Efektif

Strategi pembelajaran yang inovatif, seperti role playing, dapat memberikan pengalaman langsung yang berharga. Dalam latihan ini, individu berperan sebagai pembicara dalam situasi yang beragam, yang membantu mereka beradaptasi dengan berbagai konteks komunikasi. Pendekatan ini juga memungkinkan peserta untuk mengeksplorasi berbagai gaya berbicara dan mengembangkan kepercayaan diri secara bertahap. Strategi kontekstual juga sangat penting. Mengaitkan materi yang dibahas dengan pengalaman pribadi atau situasi nyata akan membuat pembelajaran lebih menarik dan relevan. Ketika pembicara dapat mengaitkan topik dengan konteks yang familiar bagi mereka dan audiens, komunikasi menjadi lebih efektif dan menarik.

F. Berbicara Keterampilan Interpersonal

Menggunakan metode pembelajaran berbasis proyek (PBL) dapat menjadi cara yang efektif untuk meningkatkan keterampilan berbicara dan kepercayaan diri. Dalam pendekatan ini, peserta terlibat dalam proyek yang menuntut mereka untuk berkolaborasi dan berkomunikasi secara aktif dengan orang lain. Melalui pengalaman ini, mereka belajar tidak hanya bagaimana berbicara tetapi juga bagaimana berinteraksi, mendengarkan, dan merespons dengan efektif. PBL mendorong partisipasi aktif dan memberi kesempatan untuk menerapkan keterampilan berbicara dalam konteks yang lebih praktis dan nyata.

Dengan menerapkan strategi-strategi ini secara konsisten, individu dapat secara signifikan meningkatkan kemampuan berbicara mereka, mengatasi rasa takut, dan menjadi pembicara yang lebih percaya diri dan efektif.

Tantangan dalam Meningkatkan Kemampuan Berbicara dengan Percaya Diri

Meningkatkan kemampuan berbicara dengan percaya diri bukanlah perjalanan yang sederhana; melainkan sebuah proses yang penuh dengan berbagai tantangan yang kompleks dan saling terkait. Tantangan-tantangan ini, jika tidak dihadapi dengan strategi yang tepat, dapat menghambat individu dalam mengembangkan keterampilan berbicara mereka, serta menurunkan motivasi untuk terlibat dalam situasi berbicara. Dalam konteks ini, beberapa tantangan utama yang sering dihadapi antara lain:

1. **Ketidakpastian dan Ketakutan yang Mendalam:** Rasa cemas saat berbicara di depan umum adalah fenomena psikologis yang umum, sering kali berakar pada ketidakpastian tentang bagaimana audiens akan bereaksi. Rasa takut ini dapat diperburuk oleh pengalaman negatif sebelumnya, di mana individu merasa dihakimi atau tidak didengarkan. Ketakutan akan kegagalan, yang dapat membangkitkan imajinasi tentang skenario terburuk, menciptakan siklus negatif yang sulit diputus. Dalam banyak kasus, glossophobia, ketakutan yang intens terhadap berbicara di depan publik dapat menghalangi individu untuk mengambil peluang berbicara, bahkan sebelum mereka memiliki kesempatan untuk mencoba. Ketidakpastian ini tidak hanya memengaruhi motivasi, tetapi juga dapat menyebabkan gejala fisik, seperti jantung berdebar, berkeringat, dan gemetar, yang semakin mengintensifkan ketidaknyamanan.
2. **Kurangnya Pengalaman dan Paparan:** Banyak individu tidak memiliki cukup pengalaman berbicara di depan umum, sehingga perasaan tidak percaya diri semakin menguat. Tanpa paparan yang memadai, mereka mungkin merasa tidak siap, dan ini dapat menyebabkan mereka menghindari kesempatan untuk berbicara. Ketidakpastian tentang bagaimana berinteraksi dengan audiens, menyampaikan materi, atau bahkan menggunakan alat bantu visual dapat memperburuk rasa cemas. Keterbatasan pengalaman ini juga dapat menghambat perkembangan keterampilan komunikasi interpersonal yang penting untuk berbicara secara efektif.
3. **Pengaruh Lingkungan Sosial dan Budaya:** Lingkungan sosial dan budaya di sekitar individu memiliki dampak yang signifikan dalam membentuk sikap mereka terhadap berbicara. Dalam konteks tertentu, norma sosial dapat membebani individu dengan ekspektasi yang tidak realistis tentang bagaimana mereka seharusnya berbicara atau berinteraksi. Misalnya, dalam budaya yang

sangat menghargai kerendahan hati, individu mungkin merasa tertekan untuk tidak menonjol atau mengekspresikan pendapat pribadi, yang dapat menghalangi keberanian mereka untuk berbicara. Ketidaknyamanan ini sering kali mengarah pada penghindaran situasi berbicara, bahkan saat mereka memiliki pengetahuan atau pengalaman yang relevan.

4. **Persepsi Diri yang Negatif:** Banyak individu berjuang dengan pandangan diri yang negatif, yang sering kali merupakan akibat dari pengalaman traumatis atau kritik yang diterima di masa lalu. Rasa rendah diri ini dapat menghalangi mereka untuk berbicara secara terbuka dan percaya diri. Kecenderungan untuk meremehkan kemampuan sendiri – misalnya, menganggap ide-ide yang ingin disampaikan tidak berharga atau kurang menarik – dapat menciptakan ketidakpastian dan kebingungan dalam proses berbicara. Hal ini sering kali menyebabkan individu berjuang untuk menemukan suara mereka sendiri dan mengembangkan gaya berbicara yang autentik.
5. **Kurangnya Dukungan Sosial yang Memadai:** Dukungan sosial yang kuat merupakan elemen kunci dalam proses pembelajaran berbicara. Namun, banyak individu tidak memiliki **lingkungan** yang mendukung – baik dari teman, keluarga, atau mentor – yang dapat memberikan dorongan dan umpan balik positif. Ketika individu tidak merasakan adanya dukungan yang kuat, rasa cemas dapat meningkat, dan mereka mungkin merasa terisolasi dalam perjuangan mereka untuk meningkatkan keterampilan berbicara. Dalam hal ini, komunitas yang mendukung dan terbuka menjadi sangat penting untuk mengatasi ketakutan dan menciptakan rasa percaya diri.
6. **Metode Pembelajaran yang Tidak Efektif:** Pendekatan yang digunakan dalam pembelajaran berbicara sering kali dapat menjadi faktor penentu dalam keberhasilan individu. Metode yang tidak sesuai atau kurang efektif dapat menghambat kemajuan dalam keterampilan berbicara. Misalnya, metode pengajaran yang terlalu teoretis tanpa praktik nyata bisa membuat individu merasa tidak siap saat harus menghadapi audiens. Sebaliknya, pendekatan yang lebih interaktif dan partisipatif, seperti role-playing dan diskusi kelompok, dapat meningkatkan keterlibatan dan kepercayaan diri individu.
7. **Manajemen Waktu dan Prioritas:** Dalam dunia yang serba cepat, individu sering kali **menghadapi** tantangan untuk menemukan waktu yang cukup untuk berlatih berbicara. Keterbatasan waktu, disertai dengan komitmen terhadap pekerjaan, studi, dan tanggung jawab lainnya, sering kali mengalihkan fokus dari pengembangan keterampilan berbicara. Tanpa dedikasi yang cukup terhadap latihan dan pembelajaran, kemajuan dapat terhambat, dan individu mungkin merasa frustrasi. Selain itu, kesulitan dalam mengatur prioritas dapat menyebabkan individu mengabaikan latihan berbicara demi tugas-tugas lain yang dianggap lebih mendesak.
8. **Resistensi terhadap Umpan Balik Konstruktif:** Menghadapi kritik dan umpan balik **konstruktif** adalah bagian penting dari proses pembelajaran. Namun, banyak individu mengalami kesulitan dalam menerima umpan balik dengan cara yang positif. Ketidakmampuan untuk mengatasi umpan balik secara produktif dapat menghambat perbaikan dan pengembangan keterampilan berbicara. Perasaan defensif atau ketakutan akan penilaian dapat membuat mereka menutup diri terhadap masukan yang seharusnya berguna. Selain itu, ketidakmampuan untuk membedakan antara kritik yang bersifat membangun dan yang bersifat merusak dapat menciptakan ketidakpastian lebih lanjut dalam proses belajar.
9. **Kecemasan Situasional yang Beragam:** Kecemasan yang muncul dalam situasi berbicara sering kali bervariasi tergantung pada konteksnya. Misalnya, berbicara di hadapan audiens yang tidak dikenal dapat menimbulkan tingkat kecemasan yang lebih tinggi dibandingkan berbicara di hadapan teman dekat. Ketidakpastian tentang audiens, termasuk apakah mereka akan mendengarkan dengan seksama atau tidak, dapat menimbulkan ketegangan yang berlebihan, mengganggu fokus dan performa. Dalam konteks tertentu, audiens yang lebih besar atau lebih formal dapat memperburuk rasa gugup, sementara dalam situasi yang lebih akrab, individu mungkin merasa lebih santai namun tetap menghadapi tantangan tersendiri.
10. **Overthinking dan Perfeksionisme:** Banyak individu terjebak dalam pola pikir perfeksionis, di mana mereka merasa bahwa setiap kata dan gestur harus sempurna. Overthinking mengenai cara penyampaian, isi materi, dan reaksi audiens dapat menyebabkan mereka terjebak dalam

kekhawatiran yang berlebihan. Ketidakmampuan untuk melepaskan harapan yang tidak realistis dapat menghasilkan stres yang berlebihan, mengakibatkan penurunan performa saat berbicara. Dalam beberapa kasus, individu mungkin lebih fokus pada kesalahan yang mungkin terjadi daripada pada pesan yang ingin disampaikan, sehingga menghambat kemampuan mereka untuk terhubung dengan audiens.

Menghadapi tantangan-tantangan ini memerlukan kesadaran diri yang tinggi, ketekunan, dan pengembangan strategi yang komprehensif. Penting bagi individu untuk mengenali hambatan-hambatan ini dan merancang rencana yang lebih efektif untuk meningkatkan kemampuan berbicara mereka. Dalam hal ini, menciptakan lingkungan yang mendukung, mencari pengalaman positif, dan melibatkan diri dalam praktik yang konsisten menjadi langkah-langkah kunci. Melalui pendekatan yang terstruktur dan dukungan yang tepat, individu dapat belajar untuk mengatasi ketakutan mereka dan bertransformasi menjadi pembicara yang lebih percaya diri. Proses ini mungkin penuh dengan tantangan, tetapi dengan tekad dan komitmen, setiap orang memiliki potensi untuk berbicara dengan percaya diri dan menyampaikan ide-ide mereka secara efektif.

Contoh Keterampilan Berbicara Menjadi Sebuah Profesi

A. Master of Ceremony (MC)

Master of Ceremony (MC) merujuk pada pengatur acara atau pemandu yang bertanggung jawab dalam mengelola jalannya sebuah kegiatan. Dalam kapasitasnya sebagai “tuan rumah” acara, MC berperan penting dalam mengumumkan susunan acara dan memperkenalkan pembicara atau pengisi acara kepada audiens. Tanggung jawab utama MC adalah memastikan kelancaran dan ketepatan waktu acara, serta menciptakan suasana yang meriah atau khidmat dari awal hingga akhir. Tugas MC bukanlah perkara ringan; mereka harus mampu menjaga agar acara berjalan sesuai rencana, mengumumkan rincian agenda, serta berkoordinasi dengan panitia untuk memastikan semuanya teratur. MC adalah orang pertama yang secara resmi membuka acara di hadapan hadirin.

Seorang MC idealnya memiliki beberapa kriteria, antara lain: (1) bakat yang sesuai dalam berbicara di depan umum; (2) rasa percaya diri yang tinggi; (3) kemampuan untuk menciptakan suasana akrab, sehingga pendengar merasa nyaman dan tidak asing; (4) kepribadian yang baik yang tercermin dalam sikap sopan dan etika; (5) kemampuan vokal yang jelas dan dapat dipahami; (6) penguasaan bahasa yang baik; (7) pengetahuan yang luas mengenai topik yang dibahas; (8) penggunaan gerak tubuh dan ekspresi wajah yang efektif; (9) kreativitas serta inisiatif, serta kemampuan berpikir cepat; dan (10) kemampuan menciptakan suasana menyenangkan melalui humor, sehingga mengurangi ketegangan dan kebosanan.

B. Moderator

Istilah “moderator” sering dijumpai dalam konteks diskusi dan debat. Seorang moderator bertugas untuk memimpin, mengatur, dan memandu jalannya kegiatan diskusi. Tugas utama moderator adalah memastikan bahwa diskusi berjalan dengan lancar, teratur, dan sesuai dengan aturan yang telah ditetapkan. Moderator memiliki wewenang untuk memilih siapa yang berhak bertanya kepada penyaji, serta bertanggung jawab untuk menjelaskan “aturan main” sebelum diskusi dimulai, seperti durasi penyampaian materi dan jumlah sesi pertanyaan. Sebagai pemimpin dalam diskusi atau debat, moderator tidak boleh meninggalkan acara sebelum selesai. Selain itu, mereka memiliki kemampuan untuk menciptakan suasana yang bisa bersifat santai maupun tegang, sesuai kebutuhan. Untuk menjadi moderator yang efektif, beberapa syarat yang perlu dipenuhi meliputi: (1) penampilan yang menarik, agar audiens tidak merasa bosan; (2) kemampuan untuk menjadi jembatan antara pendengar dan penyaji; (3) penggunaan bahasa yang baik dan benar untuk memastikan pesan dapat dipahami; dan (4) pengetahuan yang luas agar dapat mengelola diskusi dengan baik.

C. Presenter

Presenter adalah individu yang bertanggung jawab untuk menyampaikan informasi, ide, atau materi kepada audiens dalam berbagai format, baik itu dalam presentasi formal, seminar, workshop, atau acara lainnya. Peran presenter sangat penting karena mereka adalah penghubung antara informasi yang disampaikan dan audiens yang mendengarkan. Kualitas penyampaian presenter dapat memengaruhi pemahaman, keterlibatan, dan respon audiens terhadap materi yang dibahas.

Seorang presenter yang efektif memiliki beberapa kriteria kunci. Pertama, mereka harus memiliki pengetahuan mendalam tentang topik yang dibawakan, sehingga dapat memberikan informasi yang akurat dan relevan. Kedua, keterampilan komunikasi yang baik sangat penting. Ini mencakup kemampuan berbicara dengan jelas, mengatur pemikiran dengan logis, serta menggunakan bahasa tubuh yang mendukung penyampaian pesan. Selain itu, presenter perlu mampu memahami audiens mereka. Dengan mengetahui latar belakang dan minat audiens, presenter dapat menyesuaikan gaya penyampaian dan konten agar lebih menarik dan mudah dipahami. Kemampuan untuk menjawab pertanyaan dan berinteraksi dengan audiens juga merupakan bagian penting dari peran seorang presenter, karena ini dapat memperdalam keterlibatan dan membuat diskusi lebih dinamis.

Fleksibilitas dan adaptabilitas juga merupakan sifat yang penting bagi seorang presenter. Terkadang, situasi dapat berubah secara tiba-tiba, dan presenter harus mampu menyesuaikan pendekatan mereka untuk tetap menjaga perhatian audiens. Selain itu, penggunaan alat bantu visual seperti slide, video, atau grafik dapat meningkatkan pemahaman dan menarik minat audiens lebih jauh. Dengan kombinasi pengetahuan, keterampilan komunikasi, dan kemampuan beradaptasi, seorang presenter dapat menjadi pengaruh positif dalam menyampaikan informasi dan menciptakan pengalaman belajar yang berkesan bagi audiens.

PENUTUP

Meningkatkan kemampuan berbicara dengan percaya diri adalah proses yang memerlukan waktu dan latihan yang konsisten. Bagi mahasiswa Universitas Negeri Medan, khususnya mahasiswa Pendidikan Teknik Elektro, kemampuan berbicara di depan umum menjadi keterampilan esensial yang dapat mendukung keberhasilan akademis dan profesional mereka. Dengan menerapkan berbagai strategi yang telah dibahas, mahasiswa dapat memperbaiki keterampilan berbicara dan membangun kepercayaan diri. Latihan berbicara di depan umum, observasi pembicara sukses, serta pemahaman elemen non-verbal akan membantu mahasiswa berkomunikasi lebih efektif, terutama saat mempresentasikan ide-ide teknis. Pengembangan keterampilan berbicara ini adalah perjalanan berkelanjutan yang tidak hanya memperkuat kemampuan komunikasi, tetapi juga membuka peluang baru dalam kehidupan sosial, akademik, dan profesional. Investasi dalam pengembangan ini akan berdampak positif pada hubungan interpersonal, kesuksesan akademis, dan kemajuan karier, menjadikannya langkah strategis yang berharga bagi mahasiswa. Memiliki keterampilan berbicara terbukti dapat menghasilkan peluang karier seperti menjadi penyiar, presenter, MC, moderator, dan berbagai profesi lain yang relevan dengan kemampuan komunikasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Alawiyah, Desi, et al. "Upaya meningkatkan kepercayaan diri terhadap kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa." *RETORIKA: Jurnal Kajian Komunikasi Dan Penyiaran Islam* 4.2 (2022): 104-113.
- Cahyanti, Triana Wuri. (2020). *Meningkatkan Keterampilan Berbicara Mahasiswa Menggunakan Video Refleksi Diri dalam Kompetisi Pidato*. Dharma Pendidikan 15.2, 1-9.
- Fathoni, T., Asfahani, A., Munazatun, E., & Setiani, L. (2021). *Upaya peningkatan kemampuan public speaking pemuda sragi ponorogo*. Amalee: Indonesian Journal of Community Research and Engagement, 2(1), 23-32.
- Mashudi, T., Hesti, R. M., & Purwandari, E. (2020). *Membangun kepercayaan diri remaja melalui pelatihan public speaking guna menghadapi era industri 4.0*. Abdi Psikonomi, 79-78.
- Simarmata, M. Y., & Qoriyanti, Q. (2017). *Keterampilan berbicara menjadi sebuah profesi*. Jurnal Pendidikan Bahasa, 6(1), 1-9.
- Subandi, Subandi. (2014). *Peningkatan keterampilan berbicara mahasiswa Bahasa Jepang melalui pendekatan lesson study dengan menggunakan materi ajar apresiatif*. Paramasastra: Jurnal Ilmiah Bahasa Sastra dan Pembelajarannya 1.(1)