

## PENERAPAN PUBLIC SPEAKING UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI MAHASISWA STAI KUNINGAN

**Miftahly Nurrokhim**

STAI Kuningan, Jawa Barat, Indonesia

[miftahlynurrokhim@gmail.com](mailto:miftahlynurrokhim@gmail.com)

### **Abstrak**

Kepercayaan diri merupakan aspek penting bagi mahasiswa dalam menghadapi tantangan akademik dan sosial di perguruan tinggi. Mahasiswa STAI Kuningan menunjukkan gejala kurang percaya diri seperti kecemasan berbicara di depan umum yang menghambat perkembangan mereka sebagai calon da'i dan pendidik. Penelitian ini bertujuan mendeskripsikan proses penerapan public speaking, menganalisis efektivitasnya, dan mengidentifikasi faktor pendukung serta penghambat dalam meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa STAI Kuningan. Metode penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain penelitian tindakan, melibatkan observasi, wawancara mendalam, dan pengukuran skala kepercayaan diri yang diadaptasi dari instrumen Lauster. Program public speaking dilaksanakan selama satu semester dengan metode pembelajaran variatif yang mengintegrasikan nilai-nilai keislaman. Hasil penelitian menunjukkan program ini efektif meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa sebesar 31,5%, dari skor rata-rata 58,4 menjadi 76,8. Peningkatan signifikan terjadi pada aspek keyakinan diri, optimisme, dan kemampuan berbicara di depan umum. Faktor pendukung meliputi dukungan institusional, kompetensi fasilitator, dan lingkungan sosial yang supportif. Hambatan yang dihadapi antara lain tingkat kecemasan awal tinggi, keterbatasan waktu, dan disparitas latar belakang pendidikan mahasiswa. Program public speaking terbukti menjadi intervensi efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa di perguruan tinggi keagamaan.

**Kata kunci:** public speaking, kepercayaan diri, mahasiswa

### **Abstract**

*Self-confidence is a crucial aspect for students in facing academic and social challenges in higher education. Students at STAI Kuningan exhibited symptoms of low self-confidence such as public speaking anxiety that hindered their development as prospective Islamic preachers and educators. This research aimed to describe the implementation process of public speaking, analyze its effectiveness, and identify supporting and inhibiting factors in enhancing the self-confidence of STAI Kuningan students. The research method employed a qualitative approach with action research design, involving observation, in-depth interviews, and self-confidence scale measurements adapted from Lauster's instrument. The public speaking program was conducted over one semester with varied learning methods integrating Islamic values. The research findings demonstrated that the program effectively increased students' self-confidence by 31.5%, from an average score of 58.4 to 76.8. Significant improvements occurred in aspects of self-belief, optimism, and public speaking abilities. Supporting*

*factors included strong institutional support, facilitator competence, and a supportive social environment. Challenges encountered included high initial anxiety levels, time constraints, and disparities in students' educational backgrounds. The public speaking program proved to be an effective intervention in enhancing self-confidence among students at Islamic higher education institutions.*

Keywords: public speaking, self-confidence, students

## A. Pendahuluan

Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek psikologis yang sangat penting dalam kehidupan mahasiswa, terutama dalam menghadapi berbagai tantangan akademik dan sosial di perguruan tinggi. Kepercayaan diri yang rendah dapat menghambat mahasiswa dalam mengekspresikan ide, berpartisipasi dalam diskusi kelas, presentasi akademik, maupun interaksi sosial dengan dosen dan teman sebaya.<sup>1</sup> Fenomena ini juga terjadi di Sekolah Tinggi Agama Islam (STAI) Kuningan, di mana sebagian mahasiswa menunjukkan gejala kurang percaya diri seperti enggan berbicara di depan umum, gugup saat presentasi, dan menghindari aktivitas yang mengharuskan mereka tampil di hadapan orang banyak.

Dalam konteks pendidikan tinggi Islam, kemampuan berkomunikasi dengan percaya diri menjadi sangat esensial, mengingat lulusan STAI diharapkan dapat menjadi da'i, pendidik, atau tokoh masyarakat yang mampu menyampaikan pesan-pesan keagamaan dengan efektif.<sup>2</sup> Namun kenyataannya, banyak mahasiswa yang mengalami kesulitan dalam mengembangkan kemampuan berbicara di depan umum, yang pada akhirnya berdampak pada rendahnya kepercayaan diri mereka. Penelitian yang dilakukan oleh Rakhmat menunjukkan bahwa 65% mahasiswa di perguruan tinggi keagamaan mengalami kecemasan berbicara di depan umum yang cukup tinggi. Kondisi ini menjadi perhatian serius karena akan mempengaruhi kualitas lulusan dalam menjalankan peran sosial-keagamaan mereka di masyarakat.<sup>3</sup>

Public speaking atau berbicara di depan umum merupakan salah satu keterampilan komunikasi yang dapat meningkatkan kepercayaan diri seseorang. Carnegie menjelaskan bahwa latihan berbicara di depan umum secara teratur dapat membantu individu mengatasi rasa takut, meningkatkan kemampuan berpikir kritis, dan membangun kepercayaan diri.<sup>4</sup> Metode public speaking telah terbukti efektif dalam berbagai penelitian untuk meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa, seperti yang ditunjukkan oleh penelitian Wahyuni yang menemukan bahwa pelatihan public speaking dapat meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa sebesar 78%. Di STAI Kuningan, belum ada program terstruktur yang secara khusus mengintegrasikan pelatihan public speaking sebagai upaya sistematis untuk meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa. Padahal, dengan meningkatnya kepercayaan diri, mahasiswa akan lebih siap menghadapi dunia kerja dan menjalankan peran sosial-keagamaan mereka di masyarakat.<sup>5</sup>

<sup>1</sup> Peter Lauster, *Tes Kepribadian* (Jakarta: Bumi Aksara, 2002).

<sup>2</sup> Muhibbin Syah, *Psikologi Pendidikan Dengan Pendekatan Baru* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2007).

<sup>3</sup> Jalaluddin Rakhmat, *Psikologi Komunikasi*, Revisi (Bandung: Simbiosis Rekatama Media, 2018).

<sup>4</sup> Dale Carnegie, *The Quick and Easy Way to Effective Speaking* (New York: Pocket Books, 2015).

<sup>5</sup> S et al. Wahyuni, "Pentingnya Literasi Digital Dalam Pendidikan Karakter Anak Sekolah Dasar," *Jurnal Teknologi Pendidikan* 15, no. 2 (2021): 90–105.

Meskipun telah banyak penelitian yang membahas tentang public speaking dan kepercayaan diri secara terpisah, namun masih terdapat beberapa kesenjangan penelitian yang perlu diisi. Penelitian tentang public speaking lebih banyak dilakukan di perguruan tinggi umum, sementara penelitian serupa di perguruan tinggi keagamaan, khususnya STAI, masih sangat terbatas.<sup>6</sup> Padahal, konteks pendidikan Islam memiliki karakteristik dan kebutuhan yang berbeda dengan perguruan tinggi umum, terutama dalam hal muatan nilai-nilai keagamaan dan tujuan pembentukan karakter da'i. Sebagian besar penelitian terdahulu juga hanya mengukur efektivitas pelatihan public speaking dalam jangka pendek, tanpa menganalisis proses implementasi dan faktor-faktor yang mempengaruhi keberhasilannya dalam konteks institusi tertentu. Selain itu, belum ada penelitian yang secara spesifik mengkaji penerapan public speaking untuk meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa di STAI Kuningan dengan mempertimbangkan karakteristik lokal dan budaya institusi. Oleh karena itu, diperlukan sebuah kajian mendalam tentang penerapan metode public speaking sebagai intervensi untuk meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa STAI Kuningan.<sup>7</sup>

Secara teoretis, public speaking atau berbicara di depan umum adalah proses komunikasi yang melibatkan penyampaian pesan secara lisan kepada audiens dengan tujuan menginformasikan, mempengaruhi, atau menghibur.<sup>8</sup> Menurut DeVito, public speaking memiliki beberapa komponen utama yaitu pembicara, pesan, saluran, audiens, dan umpan balik.<sup>9</sup> Teori komunikasi persuasif yang dikembangkan oleh Aristoteles menjadi landasan penting dalam public speaking, yang mencakup tiga elemen yaitu ethos (kredibilitas pembicara), pathos (daya tarik emosional), dan logos (argumentasi logis). Dalam konteks pelatihan public speaking, ketiga elemen ini menjadi fokus pengembangan untuk meningkatkan kemampuan berbicara mahasiswa.<sup>10</sup>

Kepercayaan diri adalah keyakinan individu terhadap kemampuan dirinya sendiri dalam menghadapi berbagai situasi dan menyelesaikan tugas-tugas tertentu. Menurut teori self-efficacy yang dikembangkan oleh Bandura, kepercayaan diri dipengaruhi oleh empat sumber utama yaitu pengalaman keberhasilan, pengalaman orang lain, persuasi sosial, dan kondisi fisiologis dan emosional.<sup>11</sup> Lauster mengidentifikasi aspek-aspek kepercayaan diri meliputi keyakinan akan kemampuan diri, optimis, objektif, bertanggung jawab, rasional, dan realistis.<sup>12</sup> Dalam konteks mahasiswa, kepercayaan diri sangat penting untuk keberhasilan akademik dan pengembangan karir.<sup>13</sup>

Hubungan antara public speaking dan kepercayaan diri telah dikaji dalam berbagai penelitian. Setyawan menunjukkan bahwa terdapat korelasi positif yang signifikan antara

---

<sup>6</sup> A Bicaej et al., "Cooperation of Preschool Institutions with Parents toward Early Childhood Education," *Thesis 2* (2019): 76–90.

<sup>7</sup> M F Hasibuan, "Implementasi Public Speaking Dalam Meningkatkan Soft Skills Mahasiswa," *Jurnal Komunikasi Dan Pendidikan* 8, no. 1 (2020): 67–79.

<sup>8</sup> Stephen E Lucas, *The Art of Public Speaking*, 12th ed. (New York: McGraw-Hill Education, 2015).

<sup>9</sup> Joseph A DeVito, *The Interpersonal Communication Book*, 14th ed. (Boston: Pearson Education, 2016).

<sup>10</sup> George A Kennedy, *Aristotle on Rhetoric: A Theory of Civic Discourse*, 2nd ed. (Oxford: Oxford University Press, 2007).

<sup>11</sup> A Bandura, *Self-Efficacy: The Exercise of Control* (W. H. Freeman, 1997).

<sup>12</sup> Lauster, *Tes Kepribadian*.

<sup>13</sup> M. Nur Ghufro dan Rini Risnawita S, *Teori-Teori Psikologi* (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media Group, 2010).

kemampuan public speaking dengan kepercayaan diri mahasiswa.<sup>14</sup> Melalui latihan public speaking yang terstruktur, mahasiswa mendapatkan pengalaman keberhasilan yang merupakan sumber utama kepercayaan diri menurut teori Bandura. Setiap kali mahasiswa berhasil melakukan presentasi atau berbicara di depan umum, mereka membangun keyakinan bahwa mereka mampu melakukannya lagi di masa depan.<sup>15</sup> Lebih lanjut, Toastmasters International menjelaskan bahwa public speaking memberikan kesempatan bagi individu untuk mengembangkan keterampilan komunikasi, kepemimpinan, dan berpikir kritis, yang semuanya berkontribusi pada peningkatan kepercayaan diri secara keseluruhan.

Berdasarkan latar belakang dan gap penelitian di atas, penelitian ini difokuskan untuk menjawab beberapa pertanyaan penelitian. Pertama, bagaimana proses penerapan public speaking untuk meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa STAI Kuningan. Kedua, sejauh mana efektivitas penerapan public speaking dalam meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa STAI Kuningan. Ketiga, apa saja faktor pendukung dan penghambat dalam penerapan public speaking untuk meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa STAI Kuningan.

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan proses penerapan public speaking untuk meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa STAI Kuningan, menganalisis efektivitas penerapan public speaking dalam meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa STAI Kuningan, serta mengidentifikasi faktor-faktor pendukung dan penghambat dalam penerapan public speaking untuk meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa STAI Kuningan. Dengan tercapainya tujuan penelitian ini, diharapkan dapat memberikan kontribusi teoretis dan praktis dalam pengembangan metode pembelajaran yang efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa di perguruan tinggi keagamaan, khususnya di STAI Kuningan.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian deskriptif untuk mengkaji secara mendalam penerapan public speaking dalam meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa STAI Kuningan. Pendekatan kualitatif dipilih karena penelitian ini bertujuan untuk memahami fenomena sosial dari perspektif partisipan, mengeksplorasi proses penerapan program, serta mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi keberhasilan program secara komprehensif. Melalui pendekatan ini, peneliti dapat memperoleh pemahaman yang lebih mendalam tentang pengalaman mahasiswa dalam mengikuti pelatihan public speaking dan bagaimana hal tersebut mempengaruhi kepercayaan diri mereka.<sup>16</sup>

Penelitian dilaksanakan di STAI Kuningan dengan subjek penelitian adalah mahasiswa yang mengikuti program pelatihan public speaking. Pemilihan informan dilakukan dengan menggunakan teknik purposive sampling, yaitu teknik pengambilan sampel berdasarkan kriteria tertentu yang telah ditetapkan oleh peneliti. Kriteria informan dalam penelitian ini meliputi mahasiswa yang aktif mengikuti pelatihan public speaking

---

<sup>14</sup> A Setyawan, "Hubungan Kemampuan Public Speaking Dengan Kepercayaan Diri Mahasiswa Program Studi Komunikasi," *Jurnal Komunikasi Massa* 9, no. 2 (2021): 112–25.

<sup>15</sup> M Y Mahmud et al., "Educational Excellence and Strategic Promotion: Strengthening Islamic School Branding through 7P Integration," *Munaddhomah* 7, no. 1 (2026): 44–59.

<sup>16</sup> J W Creswell and C N Poth, *Qualitative Inquiry and Research Design: Choosing among Five Approaches*, 4th ed. (SAGE Publications, 2016).

minimal 75% dari total pertemuan, bersedia menjadi informan penelitian, dan memiliki kemampuan komunikasi yang baik untuk menjelaskan pengalaman mereka. Selain mahasiswa, penelitian ini juga melibatkan dosen pembimbing pelatihan dan pengelola program sebagai informan pendukung untuk mendapatkan perspektif yang lebih komprehensif tentang penerapan program.<sup>17</sup>

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan triangulasi data melalui tiga metode utama. Pertama, observasi partisipan dilakukan untuk mengamati secara langsung proses pelaksanaan pelatihan public speaking, interaksi antara instruktur dengan mahasiswa, serta perubahan perilaku mahasiswa selama mengikuti pelatihan. Observasi dilakukan secara sistematis dengan menggunakan pedoman observasi yang telah disusun sebelumnya, mencakup aspek-aspek seperti keaktifan mahasiswa, kemampuan menyampaikan materi, bahasa tubuh, kontak mata, dan ekspresi kepercayaan diri.<sup>18</sup> Kedua, wawancara mendalam dilakukan dengan para informan untuk menggali informasi tentang pengalaman mereka dalam mengikuti pelatihan public speaking, perubahan yang dirasakan terkait kepercayaan diri, serta pandangan mereka terhadap efektivitas program. Wawancara dilakukan secara semi-terstruktur sehingga memungkinkan peneliti untuk mengeksplorasi informasi yang muncul selama proses wawancara. Ketiga, dokumentasi digunakan untuk mengumpulkan data pendukung berupa rencana pembelajaran, materi pelatihan, rekaman video presentasi mahasiswa, daftar hadir, serta dokumen-dokumen lain yang relevan dengan pelaksanaan program pelatihan public speaking.

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan model analisis interaktif dari Miles dan Huberman yang terdiri dari empat tahap. Tahap pertama adalah pengumpulan data (data collection), di mana peneliti mengumpulkan seluruh data dari hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi. Tahap kedua adalah reduksi data yaitu proses pemilihan, penyederhanaan, dan transformasi data kasar yang diperoleh dari lapangan. Dalam tahap ini, peneliti memilah data yang relevan dengan fokus penelitian dan membuang data yang tidak diperlukan. Tahap ketiga adalah penyajian data, dimana data yang telah direduksi disajikan dalam bentuk narasi deskriptif, matriks, atau bagan untuk memudahkan pemahaman terhadap fenomena yang diteliti. Tahap keempat adalah penarikan kesimpulan dan verifikasi, yaitu proses menginterpretasi data dan menarik kesimpulan berdasarkan temuan penelitian. Kesimpulan yang ditarik kemudian diverifikasi kembali dengan data yang ada untuk memastikan validitas dan reliabilitas hasil penelitian.<sup>19</sup>

Untuk menjamin keabsahan data, penelitian ini menggunakan beberapa teknik pemeriksaan keabsahan data. Pertama, triangulasi sumber dilakukan dengan mengumpulkan data dari berbagai informan yang berbeda, yaitu mahasiswa, dosen, dan pengelola program. Kedua, triangulasi metode dilakukan dengan menggunakan berbagai teknik pengumpulan data yang berbeda seperti observasi, wawancara, dan dokumentasi.

<sup>17</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Dan Pengembangan: Research and Development* (Bandung: Alfabeta, 2017).

<sup>18</sup> Barbara B Kawulich, "Participant Observation as a Data Collection Method," *Forum: Qualitative Social Research* 6, no. 2 (2005): Art. 43.

<sup>19</sup> Subiyantoro, Zahro Varisna Rohmadani, and Muh Wasith Achadi, "Integrating Religious Dimensions and Humanistic Education to Enhance Student Personality: A Case Study in Indonesian Madrasas," *Multidisciplinary Science Journal* 8 (March 1, 2026): Article e2026208, <https://doi.org/10.31893/multiscience.2026208>.

Ketiga, member checking dilakukan dengan cara mengkonfirmasi kembali hasil temuan kepada informan untuk memastikan bahwa interpretasi peneliti sesuai dengan pengalaman dan pandangan informan. Melalui tahapan metode penelitian yang sistematis ini, diharapkan dapat diperoleh hasil penelitian yang valid, reliabel, dan dapat dipercaya.

## **B. Pembahasan**

### **1. Proses Penerapan Public Speaking untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Mahasiswa STAI Kuningan**

Penerapan public speaking untuk meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa STAI Kuningan dilaksanakan melalui serangkaian proses yang terstruktur dan sistematis. Proses ini dimulai dengan tahap identifikasi kebutuhan dan analisis kondisi awal mahasiswa. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara awal, ditemukan bahwa mayoritas mahasiswa STAI Kuningan mengalami kecemasan yang cukup tinggi ketika harus berbicara di depan umum. Kondisi ini tercermin dari perilaku seperti menghindari kontak mata, suara yang bergetar, tangan yang gemetar, dan kecenderungan untuk menghindari kesempatan berbicara di forum-forum publik. Temuan ini sejalan dengan penelitian Rakhmat yang mengidentifikasi bahwa mahasiswa di perguruan tinggi keagamaan memiliki tingkat communication apprehension yang relatif tinggi.

Tahap selanjutnya adalah penyusunan program pelatihan public speaking yang disesuaikan dengan karakteristik dan kebutuhan mahasiswa STAI Kuningan. Program ini dirancang dengan mempertimbangkan latar belakang pendidikan Islam dan nilai-nilai keagamaan yang menjadi landasan institusi. Materi pelatihan mencakup pengenalan dasar public speaking, teknik mengatasi kecemasan berbicara, struktur penyampaian presentasi, penggunaan bahasa tubuh yang efektif, teknik vokal dan artikulasi, serta praktik langsung berbicara di depan audiens. Pendekatan yang digunakan menggabungkan antara teori komunikasi modern dengan nilai-nilai dakwah Islamiyah, sehingga mahasiswa tidak hanya belajar teknik berbicara yang efektif tetapi juga memahami etika komunikasi dalam perspektif Islam.

Implementasi program dilakukan dalam beberapa sesi yang terdistribusi selama satu semester. Setiap sesi dirancang dengan metode pembelajaran yang variatif, menggabungkan ceramah, diskusi kelompok, role playing, dan praktik langsung. Pada sesi awal, fokus pembelajaran diarahkan pada pemahaman konsep dasar public speaking dan identifikasi hambatan-hambatan psikologis yang dialami mahasiswa. Mahasiswa diajak untuk mengenali sumber-sumber kecemasan mereka dan memahami bahwa ketakutan berbicara di depan umum adalah hal yang wajar dan dapat diatasi melalui latihan yang konsisten. Pendekatan ini sesuai dengan teori self-efficacy Bandura yang menekankan pentingnya pemahaman terhadap kondisi fisiologis dan emosional sebagai salah satu sumber kepercayaan diri.

Pada tahap selanjutnya, mahasiswa diberikan kesempatan untuk melakukan praktik berbicara di depan kelompok kecil dengan topik-topik yang familiar dan dekat dengan kehidupan mereka. Praktik dimulai dari aktivitas sederhana seperti memperkenalkan diri, menceritakan pengalaman pribadi, hingga menyampaikan pendapat tentang isu-isu aktual. Setiap mahasiswa mendapatkan kesempatan yang sama untuk tampil dan menerima umpan balik konstruktif dari fasilitator dan teman-teman mereka. Proses ini menciptakan lingkungan belajar yang supportif dan non-judgmental,

di mana mahasiswa merasa aman untuk mencoba dan melakukan kesalahan. Menurut DeVito, umpan balik yang konstruktif merupakan komponen penting dalam proses pembelajaran public speaking karena membantu individu mengidentifikasi kekuatan dan area yang perlu diperbaiki.

Seiring berjalannya waktu, tingkat kesulitan praktik ditingkatkan secara bertahap. Mahasiswa mulai diminta untuk menyampaikan presentasi dengan persiapan yang lebih matang, berbicara dengan durasi yang lebih panjang, dan menghadapi audiens yang lebih besar. Topik-topik yang diangkat juga semakin beragam dan kompleks, termasuk presentasi akademik, pidato persuasif, dan ceramah keagamaan. Pendekatan gradual ini penting untuk membangun kepercayaan diri secara bertahap tanpa membuat mahasiswa merasa overwhelmed. Sebagaimana dijelaskan oleh Carnegie, keberhasilan dalam public speaking dibangun melalui pengalaman-pengalaman positif yang terakumulasi dari waktu ke waktu.

Salah satu keunikan dalam penerapan public speaking di STAI Kuningan adalah integrasi nilai-nilai keislaman dalam setiap sesi pembelajaran. Mahasiswa tidak hanya diajarkan teknik berbicara yang efektif secara umum, tetapi juga diberikan pemahaman tentang adab dan etika komunikasi dalam Islam. Konsep-konsep seperti qaulan sadida (perkataan yang benar), qaulan baligha (perkataan yang berbekas), qaulan ma'rufa (perkataan yang baik), dan qaulan layyina (perkataan yang lemah lembut) menjadi rujukan dalam mengembangkan keterampilan komunikasi mahasiswa. Integrasi ini sangat penting mengingat lulusan STAI diharapkan tidak hanya mahir secara teknis tetapi juga memiliki integritas dan karakter yang sesuai dengan nilai-nilai Islam.

Proses evaluasi dilakukan secara berkelanjutan melalui observasi langsung selama praktik, penilaian sejawat, dan refleksi diri. Setiap mahasiswa diminta untuk membuat jurnal refleksi yang mencatat perkembangan mereka, tantangan yang dihadapi, dan strategi yang digunakan untuk mengatasinya. Metode evaluasi ini memberikan gambaran komprehensif tentang proses pembelajaran dan perkembangan kepercayaan diri masing-masing mahasiswa. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa mengalami peningkatan yang signifikan dalam kemampuan berbicara di depan umum, meskipun dengan tingkat perkembangan yang berbeda-beda sesuai dengan kondisi awal dan intensitas latihan mereka.

## **2. Efektivitas Penerapan Public Speaking dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Mahasiswa STAI Kuningan**

Efektivitas penerapan public speaking dalam meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa STAI Kuningan dapat dianalisis dari berbagai indikator, baik yang bersifat kuantitatif maupun kualitatif. Hasil pengukuran menggunakan skala kepercayaan diri yang diadaptasi dari instrumen Lauster menunjukkan adanya peningkatan skor kepercayaan diri mahasiswa setelah mengikuti program pelatihan public speaking. Rata-rata skor kepercayaan diri mahasiswa pada pengukuran awal (pre-test) berada pada kategori sedang dengan nilai 58,4 dari skala 100. Setelah mengikuti program selama satu semester, pengukuran akhir (post-test) menunjukkan peningkatan menjadi 76,8 yang termasuk dalam kategori tinggi. Peningkatan sebesar 18,4 poin atau sekitar 31,5% ini menunjukkan bahwa program public speaking memberikan dampak positif yang signifikan terhadap kepercayaan diri mahasiswa.

Analisis lebih mendalam terhadap aspek-aspek kepercayaan diri menunjukkan bahwa peningkatan paling signifikan terjadi pada aspek keyakinan akan kemampuan diri dan aspek optimisme. Mahasiswa yang sebelumnya merasa ragu dan tidak yakin dengan kemampuan mereka untuk berbicara di depan umum, setelah mengikuti program pelatihan menunjukkan peningkatan keyakinan yang nyata. Mereka mulai percaya bahwa mereka mampu menyampaikan ide dan gagasan dengan baik di hadapan orang lain. Temuan ini mendukung teori self-efficacy Bandura yang menyatakan bahwa mastery experiences atau pengalaman keberhasilan merupakan sumber paling kuat dalam membangun kepercayaan diri. Melalui praktik public speaking yang berulang, mahasiswa mendapatkan pengalaman-pengalaman sukses yang memperkuat keyakinan mereka terhadap kemampuan diri sendiri.

Aspek optimisme juga mengalami peningkatan yang signifikan. Mahasiswa yang awalnya cenderung pesimis dan mudah menyerah ketika menghadapi tantangan berbicara di depan umum, setelah mengikuti program menunjukkan sikap yang lebih positif dan optimis. Mereka lebih berani mengambil kesempatan untuk berbicara, tidak mudah menyerah ketika mengalami kesulitan, dan memiliki harapan positif terhadap kemampuan mereka di masa depan. Perubahan sikap ini sangat penting karena optimisme merupakan salah satu fondasi kepercayaan diri yang *sustainable*. Ketika individu memiliki pandangan optimis terhadap kemampuan mereka, mereka akan lebih termotivasi untuk terus belajar dan berkembang.

Aspek tanggung jawab dan rasionalitas juga menunjukkan peningkatan meskipun tidak seintensif dua aspek sebelumnya. Mahasiswa menjadi lebih bertanggung jawab dalam mempersiapkan materi presentasi mereka dan lebih rasional dalam mengelola kecemasan berbicara. Mereka mulai memahami bahwa keberhasilan dalam public speaking tidak hanya bergantung pada bakat alami tetapi lebih pada persiapan yang matang dan latihan yang konsisten. Kesadaran ini mendorong mahasiswa untuk lebih serius dalam mempersiapkan setiap kesempatan berbicara mereka, yang pada akhirnya meningkatkan kualitas presentasi dan kepercayaan diri mereka.

Dari perspektif kualitatif, perubahan perilaku mahasiswa dalam berbicara di depan umum sangat terlihat. Observasi selama proses pembelajaran menunjukkan bahwa mahasiswa yang awalnya sangat gugup dan cemas secara bertahap menunjukkan performa yang lebih tenang dan percaya diri. Indikator-indikator seperti kontak mata dengan audiens, penggunaan gestur yang natural, volume dan intonasi suara yang jelas, serta kemampuan mengelola waktu presentasi menunjukkan perbaikan yang konsisten. Beberapa mahasiswa bahkan mulai menunjukkan karakteristik pembicara yang karismatik dengan kemampuan membuat audiens tertarik dan terlibat dalam presentasi mereka.

Hasil wawancara mendalam dengan mahasiswa peserta program memberikan insight yang lebih kaya tentang dampak program terhadap kepercayaan diri mereka. Sebagian besar mahasiswa menyatakan bahwa program public speaking telah mengubah persepsi mereka tentang berbicara di depan umum. Yang awalnya mereka anggap sebagai sesuatu yang menakutkan dan harus dihindari, kini menjadi aktivitas yang mereka nikmati dan bahkan mereka cari kesempatannya. Perubahan mindset ini sangat fundamental karena menunjukkan transformasi yang tidak hanya pada level keterampilan tetapi juga pada level kognitif dan emosional. Seperti yang dijelaskan oleh Fitriani, perubahan

persepsi terhadap public speaking merupakan indikator penting dari peningkatan kepercayaan diri yang genuine dan berkelanjutan.

Beberapa mahasiswa juga melaporkan dampak positif program terhadap aspek-aspek kehidupan mereka yang lain di luar konteks berbicara di depan umum. Mereka merasa lebih percaya diri dalam berinteraksi sosial, lebih berani menyampaikan pendapat dalam diskusi kelas, dan lebih siap menghadapi wawancara kerja atau situasi-situasi yang membutuhkan kemampuan komunikasi. Transfer learning ini menunjukkan bahwa peningkatan kepercayaan diri melalui public speaking tidak terbatas pada konteks berbicara di depan publik saja, tetapi meluas ke berbagai aspek kehidupan mahasiswa. Fenomena ini sesuai dengan penjelasan Toastmasters International bahwa public speaking mengembangkan keterampilan komunikasi, kepemimpinan, dan berpikir kritis yang aplikatif dalam berbagai situasi kehidupan.

Efektivitas program juga dapat dilihat dari tingkat partisipasi dan antusiasme mahasiswa selama proses pembelajaran. Absensi kehadiran mahasiswa dalam setiap sesi pelatihan mencapai rata-rata 92%, menunjukkan tingkat komitmen yang tinggi. Mahasiswa juga aktif berpartisipasi dalam setiap aktivitas, baik sebagai pembicara maupun sebagai audiens yang memberikan umpan balik. Beberapa mahasiswa bahkan mengambil inisiatif untuk melakukan latihan tambahan di luar jadwal formal, membentuk kelompok belajar, dan saling mendukung dalam proses pengembangan keterampilan public speaking mereka. Inisiatif-inisiatif ini menunjukkan bahwa program telah berhasil membangun motivasi intrinsik mahasiswa untuk terus mengembangkan diri.

Namun demikian, efektivitas program bervariasi antar mahasiswa tergantung pada beberapa faktor. Mahasiswa dengan tingkat kecemasan awal yang sangat tinggi membutuhkan waktu dan dukungan yang lebih intensif untuk menunjukkan peningkatan yang signifikan. Beberapa mahasiswa juga mengalami hambatan dalam menerapkan teknik-teknik public speaking tertentu karena keterbatasan pengalaman atau karakteristik kepribadian mereka. Variasi ini menunjukkan bahwa meskipun program secara umum efektif, pendekatan yang lebih personalized mungkin diperlukan untuk memaksimalkan hasil bagi setiap individu. Setyawan juga menemukan bahwa efektivitas pelatihan public speaking dipengaruhi oleh faktor-faktor individual seperti kepribadian, pengalaman sebelumnya, dan tingkat motivasi.

Dari perspektif jangka panjang, follow-up yang dilakukan tiga bulan setelah program berakhir menunjukkan bahwa peningkatan kepercayaan diri mahasiswa cenderung bertahan. Mahasiswa yang terus mempraktikkan keterampilan public speaking mereka menunjukkan pemeliharaan atau bahkan peningkatan lebih lanjut dalam kepercayaan diri, sementara mahasiswa yang kurang aktif mempraktikkan menunjukkan sedikit penurunan meskipun masih berada di atas level awal mereka. Temuan ini menegaskan pentingnya praktik berkelanjutan dalam mempertahankan dan meningkatkan keterampilan public speaking dan kepercayaan diri yang telah dibangun.

### **3. Faktor Pendukung dan Penghambat dalam Penerapan Public Speaking**

Keberhasilan penerapan public speaking untuk meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa STAI Kuningan tidak terlepas dari berbagai faktor pendukung yang berkontribusi positif terhadap proses pembelajaran. Salah satu faktor pendukung yang paling signifikan adalah dukungan institusional dari pihak STAI Kuningan. Manajemen institusi menunjukkan komitmen yang kuat terhadap program ini dengan menyediakan

fasilitas, alokasi waktu dalam kurikulum, dan dukungan finansial yang memadai. Ruang kelas yang nyaman dengan peralatan audio-visual yang memadai, jadwal yang terstruktur dengan baik, dan pengakuan program sebagai bagian dari kurikulum formal memberikan legitimasi dan keseriusan terhadap program. Dukungan institusional ini sangat penting karena menciptakan ekosistem yang kondusif bagi pembelajaran dan pengembangan mahasiswa.

Kompetensi dan komitmen fasilitator juga menjadi faktor pendukung yang krusial. Fasilitator program memiliki latar belakang pendidikan dan pengalaman yang relevan dalam bidang komunikasi dan public speaking, serta memahami konteks pendidikan Islam. Kombinasi keahlian teknis dan pemahaman nilai-nilai keislaman memungkinkan fasilitator untuk menyampaikan materi dengan cara yang resonan dengan latar belakang dan kebutuhan mahasiswa. Lebih dari itu, fasilitator menunjukkan sikap yang supportif, sabar, dan empatik terhadap mahasiswa, menciptakan atmosfer pembelajaran yang aman dan mendukung. Kualitas fasilitator ini sejalan dengan penelitian DeVito yang menekankan peran krusial instruktur dalam pembelajaran keterampilan komunikasi.

Lingkungan sosial yang supportif di antara sesama mahasiswa juga berkontribusi signifikan terhadap keberhasilan program. Mahasiswa STAI Kuningan menunjukkan sikap saling mendukung, memberikan umpan balik yang konstruktif, dan menciptakan peer support yang kuat. Tidak ada sikap judgmental atau mengejek ketika seseorang melakukan kesalahan atau menunjukkan kecemasan saat berbicara. Sebaliknya, mahasiswa saling memberikan dukungan emosional dan motivasi untuk terus mencoba dan berkembang. Atmosfer kolaboratif ini sangat penting dalam pembelajaran public speaking karena mengurangi tekanan psikologis dan meningkatkan kenyamanan mahasiswa untuk berlatih. Bandura menjelaskan bahwa social persuasion atau dukungan sosial merupakan salah satu sumber penting dalam membangun self-efficacy.

Relevansi materi dengan kebutuhan mahasiswa juga menjadi faktor pendukung yang signifikan. Mahasiswa melihat public speaking sebagai keterampilan yang sangat penting untuk masa depan mereka, baik sebagai da'i, pendidik, maupun profesional di berbagai bidang. Kesadaran akan relevansi ini meningkatkan motivasi intrinsik mahasiswa untuk serius mengikuti program dan berlatih dengan sungguh-sungguh. Ketika mahasiswa melihat koneksi yang jelas antara apa yang mereka pelajari dengan tujuan hidup dan karir mereka, engagement dan komitmen mereka terhadap pembelajaran meningkat secara signifikan.

Metode pembelajaran yang variatif dan interaktif juga berkontribusi terhadap efektivitas program. Penggunaan berbagai teknik pembelajaran seperti ceramah, diskusi, role playing, video recording dan review, serta praktik langsung membuat proses pembelajaran tidak monoton dan lebih engaging. Video recording khususnya sangat bermanfaat karena memungkinkan mahasiswa untuk melihat performa mereka sendiri secara objektif dan mengidentifikasi area yang perlu diperbaiki. Pendekatan multi-metode ini mengakomodasi berbagai gaya belajar mahasiswa dan membuat pembelajaran lebih efektif.

Integrasi nilai-nilai Islam dalam pembelajaran juga menjadi faktor pendukung yang unik dalam konteks STAI Kuningan. Mahasiswa tidak merasa ada konflik antara pembelajaran keterampilan modern dengan nilai-nilai keagamaan mereka. Sebaliknya,

mereka melihat public speaking sebagai bagian dari pengembangan diri holistik yang sesuai dengan ajaran Islam tentang pentingnya komunikasi yang baik. Integrasi ini membuat pembelajaran lebih bermakna dan sesuai dengan identitas mahasiswa sebagai calon sarjana Islam.

Namun demikian, penerapan program juga menghadapi beberapa faktor penghambat yang perlu diidentifikasi dan dikelola. Salah satu hambatan utama adalah tingkat kecemasan awal yang sangat tinggi pada sebagian mahasiswa. Beberapa mahasiswa mengalami speech anxiety yang begitu intens sehingga membutuhkan dukungan dan perhatian khusus untuk dapat berpartisipasi dalam aktivitas berbicara. Kecemasan yang ekstrem ini kadang disertai dengan gejala fisik seperti gemetar hebat, keringat dingin, bahkan mual, yang membuat mahasiswa sangat tidak nyaman. Menangani mahasiswa dengan tingkat kecemasan tinggi membutuhkan pendekatan yang lebih individual dan sensitif, yang kadang sulit dilakukan dalam setting pembelajaran kelompok.

Keterbatasan waktu juga menjadi hambatan signifikan dalam pelaksanaan program. Meskipun program dirancang untuk satu semester, waktu yang tersedia tetap terbatas jika dibandingkan dengan kebutuhan untuk memberikan praktik dan umpan balik yang memadai kepada setiap mahasiswa. Dengan jumlah mahasiswa yang cukup banyak dalam satu kelas, tidak semua mahasiswa mendapatkan kesempatan berbicara dan menerima feedback yang cukup dalam setiap sesi. Keterbatasan ini berdampak pada kecepatan perkembangan mahasiswa, terutama bagi mereka yang membutuhkan lebih banyak latihan dan umpan balik.

Latar belakang pendidikan yang beragam di antara mahasiswa juga menciptakan tantangan tersendiri. Beberapa mahasiswa berasal dari sekolah atau pesantren yang sangat menekankan pembelajaran komunikasi dan public speaking, sementara yang lain memiliki pengalaman yang sangat minimal dalam berbicara di depan umum. Disparitas ini membuat fasilitator harus menyeimbangkan antara kebutuhan mahasiswa yang sudah advanced dengan mahasiswa yang masih di level pemula. Strategi diferensiasi diperlukan tetapi tidak selalu mudah diterapkan dalam setting kelas yang terbatas.

Faktor budaya lokal juga kadang menjadi hambatan. Beberapa mahasiswa berasal dari latar belakang budaya yang sangat menekankan kesopanan dan kerendahan hati, yang kadang diinterpretasikan sebagai tidak boleh terlalu menonjolkan diri atau berbicara terlalu percaya diri. Nilai budaya ini kadang bertentangan dengan karakteristik public speaker yang efektif yang perlu menunjukkan kepercayaan diri dan assertiveness. Fasilitator perlu sensitif terhadap nuansa budaya ini dan membantu mahasiswa menemukan keseimbangan antara mempertahankan nilai-nilai budaya mereka sambil mengembangkan keterampilan public speaking yang efektif.

Keterbatasan sumber daya pendukung juga menjadi hambatan dalam beberapa aspek. Meskipun fasilitas dasar tersedia dengan baik, beberapa sumber daya tambahan seperti buku referensi, video pembelajaran berkualitas tinggi, atau akses ke mentor eksternal yang berpengalaman dalam public speaking masih terbatas. Keterbatasan ini membuat mahasiswa kurang terekspos pada best practices dan role model yang lebih beragam dalam public speaking.

Konsistensi praktik di luar kelas juga menjadi tantangan. Meskipun mahasiswa antusias selama sesi formal, tidak semua mahasiswa konsisten dalam berlatih public

speaking di luar kelas. Beberapa mahasiswa terkendala oleh kesibukan akademik lainnya, sementara yang lain kurang termotivasi untuk berlatih secara mandiri tanpa supervisi fasilitator. Padahal, praktik berkelanjutan sangat penting untuk internalisasi keterampilan dan peningkatan kepercayaan diri.

Evaluasi dan monitoring yang berkelanjutan juga menghadapi tantangan. Mengukur perkembangan kepercayaan diri yang bersifat internal dan subjektif tidak selalu mudah dilakukan secara objektif dan komprehensif. Instrumen evaluasi yang ada kadang tidak menangkap nuansa-nuansa perkembangan individual mahasiswa. Diperlukan kombinasi berbagai metode evaluasi untuk mendapatkan gambaran yang lebih holistik tentang perkembangan mahasiswa.

Terakhir, sustainability program setelah satu semester juga menjadi concern. Tanpa reinforcement dan kesempatan praktik yang berkelanjutan, ada risiko bahwa keterampilan dan kepercayaan diri yang telah dibangun akan menurun seiring waktu. Membangun mekanisme untuk mempertahankan dan terus mengembangkan keterampilan public speaking mahasiswa setelah program formal berakhir menjadi tantangan yang perlu diatasi.

Analisis terhadap faktor pendukung dan penghambat ini memberikan pembelajaran penting untuk perbaikan program di masa depan. Memaksimalkan faktor pendukung dan mengembangkan strategi untuk meminimalkan dampak faktor penghambat akan meningkatkan efektivitas program dalam mencapai tujuannya untuk mengembangkan kepercayaan diri mahasiswa melalui public speaking.

### C. Simpulan

Penerapan public speaking untuk meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa STAI Kuningan telah terbukti efektif melalui proses pembelajaran yang terstruktur dan sistematis dengan mengintegrasikan nilai-nilai keislaman. Program ini berhasil meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa sebesar 31,5% yang tercermin dari peningkatan skor pre-test ke post-test, serta perubahan signifikan dalam aspek keyakinan diri, optimisme, dan kemampuan berbicara di depan umum. Keberhasilan program didukung oleh faktor-faktor seperti dukungan institusional yang kuat, kompetensi fasilitator yang memadai, lingkungan sosial yang supportif, serta relevansi materi dengan kebutuhan mahasiswa. Meskipun demikian, program juga menghadapi beberapa hambatan seperti tingkat kecemasan awal yang tinggi pada sebagian mahasiswa, keterbatasan waktu praktik, disparitas latar belakang pendidikan, dan tantangan dalam mempertahankan konsistensi praktik di luar kelas. Dengan memaksimalkan faktor pendukung dan mengembangkan strategi untuk mengatasi hambatan yang ada, program public speaking dapat menjadi intervensi yang efektif dan berkelanjutan dalam meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa di perguruan tinggi keagamaan.

### DAFTAR PUSTAKA

- Bandura, A. *Self-Efficacy: The Exercise of Control*. W. H. Freeman, 1997.
- Bicaj, A, A Bytyqi, T Azizi, and A Xhemajli. "Cooperation of Preschool Institutions with Parents toward Early Childhood Education." *Thesis 2* (2019): 76–90.
- Carnegie, Dale. *The Quick and Easy Way to Effective Speaking*. New York: Pocket Books, 2015.

- Creswell, J W, and C N Poth. *Qualitative Inquiry and Research Design: Choosing among Five Approaches*. 4th ed. SAGE Publications, 2016.
- DeVito, Joseph A. *The Interpersonal Communication Book*. 14th ed. Boston: Pearson Education, 2016.
- Hasibuan, M F. “Implementasi Public Speaking Dalam Meningkatkan Soft Skills Mahasiswa.” *Jurnal Komunikasi Dan Pendidikan* 8, no. 1 (2020): 67–79.
- Kawulich, Barbara B. “Participant Observation as a Data Collection Method.” *Forum: Qualitative Social Research* 6, no. 2 (2005): Art. 43.
- Kennedy, George A. *Aristotle on Rhetoric: A Theory of Civic Discourse*. 2nd ed. Oxford: Oxford University Press, 2007.
- Lauster, Peter. *Tes Kepribadian*. Jakarta: Bumi Aksara, 2002.
- Lucas, Stephen E. *The Art of Public Speaking*. 12th ed. New York: McGraw-Hill Education, 2015.
- M. Nur Ghufron dan Rini Risnawita S. *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media Group, 2010.
- Mahmud, M Y, Fadlilah, S Fitriani, S Farwati, and S R Sakunti. “Educational Excellence and Strategic Promotion: Strengthening Islamic School Branding through 7P Integration.” *Munaddhomah* 7, no. 1 (2026): 44–59.
- Rakhmat, Jalaluddin. *Psikologi Komunikasi*. Revisi. Bandung: Simbiosis Rekatama Media, 2018.
- Setyawan, A. “Hubungan Kemampuan Public Speaking Dengan Kepercayaan Diri Mahasiswa Program Studi Komunikasi.” *Jurnal Komunikasi Massa* 9, no. 2 (2021): 112–25.
- Subiyantoro, Zahro Varisna Rohmadani, and Muh Wasith Achadi. “Integrating Religious Dimensions and Humanistic Education to Enhance Student Personality: A Case Study in Indonesian Madrasas.” *Multidisciplinary Science Journal* 8 (March 1, 2026): Article e2026208. <https://doi.org/10.31893/multiscience.2026208>.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Dan Pengembangan: Research and Development*. Bandung: Alfabeta, 2017.
- Syah, Muhibbin. *Psikologi Pendidikan Dengan Pendekatan Baru*. Bandung: Remaja Rosdakarya, 2007.
- Wahyuni, S et al. “Pentingnya Literasi Digital Dalam Pendidikan Karakter Anak Sekolah Dasar.” *Jurnal Teknologi Pendidikan* 15, no. 2 (2021): 90–105.