

Pelatihan Komunikasi untuk Menanamkan Rasa Percaya Diri Siswa dan Mahasiswa

Ade Novi Nurul Ihsani*¹, Adhi Kusumastuti², Rina Rachmawati³, Octavianti Paramita⁴, Sobah Al Falah⁵, Annisa Dwi Saptiyani⁶, Meisa Rahmawati⁷, Silvia Nouvelia Putri⁸

^{1,2,3,4,5,6,7,8}Fakultas Teknik, Universitas Negeri Semarang, Indonesia

*e-mail: ade.ihsani@mail.unnes.ac.id¹, Adhi.kusumastuti@mail.unnes.ac.id²,
Rinarachmawati@mail.unnes.ac.id³, Octavianti.paramita@mail.unnes.ac.id⁴,
sobahalfalah01@students.unnes.ac.id⁵, nananannisa@students.unnes.ac.id⁶,
meisarahmawati10@students.unnes.ac.id⁷, silvianouvelia@students.unnes.ac.id⁸

Abstrak

Komunikasi sangat dibutuhkan dalam berinteraksi dengan sesama manusia. Permasalahannya masih banyak orang yang belum memiliki kemampuan komunikasi yang bagus. Tujuan kegiatan ini adalah untuk membekali peserta didik dengan keterampilan komunikasi khususnya Ketika berhadapan dengan banyak orang, sehingga mereka menjadi lebih percaya diri Ketika tampil didepan sehingga kegiatan sosialisasi ini penting untuk dilaksanakan. Berdasarkan hasil pra survey tim pengabdian di rumpun jurusan PKK UNNES menunjukkan bahwa ada siswa dan mahasiswa yang mengalami kesulitan khususnya ketika diminta berbicara di depan banyak orang. Mereka merasa ketakutan, cemas, tubuhnya gemetar, grogi, keringat dingin, jantung berdebar, dan lain-lain. Kurangnya rasa percaya diri Ketika berbicara di depan orang dapat menghambat partisipasi aktif dalam diskusi kelas atau kelompok. Kegiatan ini diikuti oleh 112 peserta yang terdiri dari siswa SMA dan Mahasiswa yang berasal dari UNNES, Universitas Putra Malaysia (UPM) dan Sekolah Indonesia Kuala Lumpur (SIKL). Kegiatan ini dilaksanakan secara daring. Hasil pelaksanaan pengabdian kepada Masyarakat menunjukkan bahwa peserta pelatihan sangat antusias dalam mengikuti kegiatan ini. Antusiasme peserta ditunjukkan dengan banyaknya pertanyaan yang diajukan pada saat sesi praktik dan diskusi. Kegiatan pengabdian ini berjalan dengan lancar.

Kata Kunci: Komunikasi, Pengetahuan, Percaya Diri

Abstract

Communication is very much needed in interacting with other people. The problem is that many people still do not have good communication skills. The purpose of this activity is to equip students with communication skills, especially when dealing with many people, so that they become more confident when appearing in front of others, so this socialization activity is important to carry out. Based on the results of the pre-survey of the service team in the UNNES PKK department group, it showed that there were students and students who experienced difficulties, especially when asked to speak in front of many people. They felt scared, anxious, their bodies trembled, nervous, cold sweats, their hearts pounded, and so on. Lack of self-confidence when speaking in front of people can hinder active participation in class or group discussions. This activity was attended by 112 participants consisting of high school students and students from UNNES, Putra Malaysia University (UPM) and the Indonesian School of Kuala Lumpur (SIKL). This activity was carried out online. The results of the implementation of community service showed that the training participants were very enthusiastic in participating in this activity. The enthusiasm of the participants was shown by the many questions asked during the practice and discussion sessions. This service activity went smoothly.

Keywords: Communication, Knowledge, Self-Confidence

1. PENDAHULUAN

Dalam kehidupan sehari-hari manusia tidak bisa lepas dari komunikasi. Komunikasi sangat dibutuhkan dalam berinteraksi dengan sesama manusia. Komunikasi berasal dari Bahasa latin yaitu "communicatus" yang artinya menjadi milik Bersama atau berbagi (Desi Damayani Pohan & Ulfi Sayyidatul Fitriah, 2021). Komunikasi adalah proses interaksi antara dua orang atau lebih dengan menggunakan simbol, sinyal, perilaku dan Tindakan (Zamzami & Wili Sahana, 2021). Komunikasi dapat berjalan dengan baik jika komunikator dapat memberikan pemahaman kepada

komunikasikan (Tomi Hendra & Siti Saputri, 2020). Komunikasi harus disesuaikan dengan masing-masing individu (Rieka von der Warth et al., 2025). Komunikasi terdiri dari bermacam-macam yaitu komunikasi public, interpersonal, non verbal dan verbal (Irwanda Ardhi Wijaya et al., 2022). Salah satu bentuk komunikasi yang sering digunakan adalah Bahasa. Manusia selalu menggunakan Bahasa sebagai alat komunikasi yang paling efektif terutama dalam menyampaikan pesan, gagasan, perasaan, tujuan dan kerja sama (Okarisma Mailani et al., 2022). Komunikasi dapat berjalan dengan lancar memerlukan kendali komunikasi (Gunawan Saleh, 2018). Kendali pesan dari komunikasi terdiri dari: (1) pemilihan bahasa yang tepat; (2) emosi. Saat sedang menyampaikan pesan, seorang komunikator mampu mengatur psikologi audience. Dia bisa menempatkan diri kapan saat menggunakan nada tinggi, santai, tegas, bercanda, dll; (3) sikap. Sikap positif dari seorang komunikator dapat dijadikan sebagai fasilitas komunikasi. Seorang komunikator yang memiliki karakter yang positif dapat menyampaikan pesan dengan baik sehingga dapat diterima dan mampu mempengaruhi sikap orang yang diajak komunikasi; (4) pesan non verbal. Pesan nonverbal misalnya diam, ekspresi wajah, kontak mata, Gerakan tubuh, dan lainnya; (5) proxemics yaitu jarak antara orang yang sedang berinteraksi (Jalaluddin Rakhmat, 2012).

Di tengah persaingan yang semakin ketat dalam dunia pendidikan global, bukan hanya kecerdasan akademis yang menjadi kunci sukses bagi peserta didik. Rasa percaya diri yang kuat dan keterampilan komunikasi yang baik juga memainkan peran penting dalam membantu siswa menghadapi tantangan masa depan dengan percaya diri. Keterampilan komunikasi yang baik adalah kunci untuk mengatasi rasa takut dan ketidakpercayaan diri. Ketika seseorang mampu berkomunikasi secara efektif, mereka dapat mengekspresikan ide-ide mereka dengan jelas, mendengarkan orang lain dengan baik, dan membangun hubungan yang kuat dengan orang di sekitarnya. Ini menciptakan lingkungan yang mendukung pertumbuhan pribadi dan profesional. Keterampilan komunikasi yang efektif juga memungkinkan seseorang untuk lebih percaya diri dalam situasi sosial dan profesional. Misalnya, kemampuan untuk berbicara di depan umum, mengatasi konflik dengan baik, dan membangun hubungan interpersonal yang kuat merupakan faktor kunci dalam memperkuat rasa percaya diri seseorang.

Keterampilan komunikasi yang baik tidak hanya membantu siswa untuk menyampaikan ide-ide mereka dengan jelas, tetapi juga memungkinkan mereka untuk membangun hubungan yang positif dengan teman sebaya, guru, dan lingkungan sekitar. Komunikasi interpersonal adalah keahlian dalam komunikasi verbal antar sesama manusia. Komunikasi ini sangat berguna untuk menjalin hubungan dengan orang lain. Bentuk komunikasi interpersonal antara lain kontak mata, gerakan tubuh dan tangan (Indah Yasminum Suhanti et al., 2018). Di lingkungan sekolah, siswa dituntut untuk dapat berkomunikasi dengan orang lain, seperti guru, teman sejawat, tenaga kependidikan, cleaning service, dll. Bagi siswa belajar bersosialisasi dan berkomunikasi dengan lingkungan sekitar termasuk dalam pengembangan aspek kognitif, afektif dan psikomotorik (Erwin Erlangga, 2018). Salah satu kemampuan yang harus dimiliki siswa adalah kemampuan berkomunikasi (Endang Wahyuni, 2015).

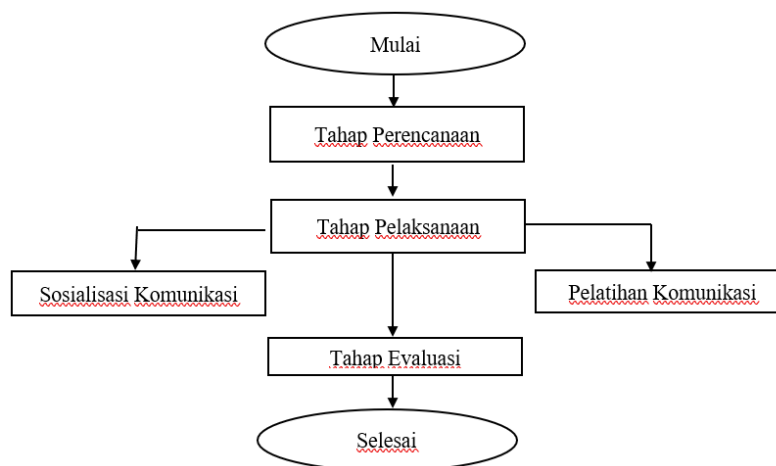
Percaya diri harus ditanamkan pada diri siswa. Percaya diri adalah yakin akan kemampuan pada diri sendiri yang tercermin dalam emosi, tingkah laku dan kerohanian yang berasal dari hati nurani untuk melakukan sesuatu guna memenuhi kebutuhan hidup agar lebih bermakna (Zulfriadi Tanjung & Sinta Huri Amelia, 2017). Percaya diri dapat membuat hidup seseorang lebih bermakna (Emria Fitri et al., 2018). Percaya diri yang kuat memungkinkan siswa untuk mengatasi rasa takut dan tantangan dengan lebih baik, serta memberikan dasar yang kuat bagi perkembangan pribadi dan akademis mereka.

Berdasarkan hasil survey tim pengabdian UNNES menunjukkan adanya (1) kemampuan mahasiswa dalam komunikasi sudah cukup baik tetapi masih ada siswa yang kemampuan komunikasinya rendah. Hal ini ditunjukkan dengan gaya bicara yang kurang sopan, suka menyela pembicaraan orang; (2) ada mahasiswa yang selama proses pembelajaran cenderung pasif, tidak percaya diri, cemas, malu bertanya; (3) mereka juga mengatakan bahwa ketika diminta berbicara di depan kelas merasa tubuhnya gemetar, grogi, keringat dingin, jantung berdebar, dan lain-lain. Berdasarkan permasalahan tersebut para mahasiswa perlu diberikan pengetahuan tentang komunikasi guna menambah pengetahuan dalam melakukan komunikasi sehingga dapat

meningkatkan rasa percaya diri mereka. Berdasar hasil observasi tersebut kegiatan sosialisasi tentang komunikasi untuk menambah rasa percaya diri perlu diadakan. Dalam kegiatan ini rumpun jurusan PKK bekerjasama dengan Sekolah Indonesia Kuala Lumpur (SIKL) dan Universitas Putra Malaysia (UPM) mengadakan sosialisasi keterampilan komunikasi.

2. METODE

Pada bagian Kegiatan ini dilaksanakan tanggal 12 Juni 2024 melalui Zoom Meeting, melibatkan dosen dari rumpun jurusan PKK, mahasiswa rumpun jurusan PKK, siswa SIKL dan mahasiswa UPM. Kegiatan pengabdian ini terdiri dari 3 tahap yaitu perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi. Pada tahap perencanaan terdiri dari: observasi ke mahasiswa yang berasal dari Rumpun Jurusan PKK, melakukan koordinasi dengan pimpinan SIKL dan dosen UPM; Menyusun materi; dan menyiapkan perlengkapan kegiatan pengabdian. Tahap pelaksanaan terdiri dari: pemberian materi melalui metode ceramah, diskusi dan praktik. Tahap ketiga adalah evaluasi. Kegiatan evaluasi dilakukan dengan tujuan melihat kemampuan peserta dalam melakukan komunikasi setelah kegiatan pengabdian. Tahapan kegiatan pengabdian disajikan pada gambar 1.



Gambar 1. Tahapan Sosialisasi Komunikasi³.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian ini diikuti oleh 112 peserta yang berasal dari mahasiswa rumpun PKK Universitas Negeri Semarang, SIKL dan UPM. Kegiatan pengabdian ini terdiri dari 3 tahap yaitu perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi. Berikut paparan hasil kegiatan pengabdian.

3.1. Perencanaan

Sebelum melaksanakan kegiatan pengabdian, tim pengabdian melakukan observasi terhadap mahasiswa dan dosen terkait dengan kemampuan komunikasi mahasiswa. Selanjutnya menentukan waktu kegiatan sesuai dengan kesepakatan antara rumpun PKK UNNES, SIKL dan UPM. Selanjutnya tim pengabdian menyiapkan semua keperluan yang dibutuhkan untuk kegiatan pengabdian seperti menghubungi nara sumber, membuat leaflet dan link Zoom. Kegiatan ini menghadirkan nara sumber bernama Devi Purnamasari, S.I.Kom., M.I.Kom. Beliau adalah dosen dari Universitas Dian Nuswantoro Semarang.

3.2. Pelaksanaan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 12 Juni 2024 pukul 10.00 WIB (11.00 MYT) melalui platform Zoom Meeting. Kegiatan ini diikuti oleh 112 peserta yang terdiri dari perwakilan siswa Sekolah Indonesia Kuala Lumpur Malaysia dan mahasiswa dari berbagai program studi, termasuk University Putra Malaysia Prodi Home

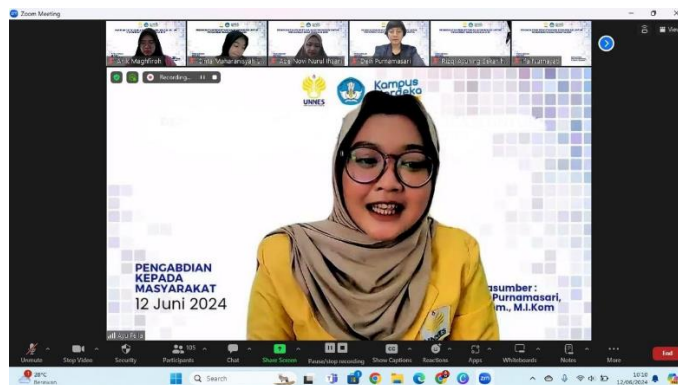
Economic, Prodi Pendidikan Tata Boga, Prodi Pendidikan Tata Kecantikan, Prodi Pendidikan Tata Busana, dan Prodi Pendidikan Kesejahteraan Keluarga.

Pelaksanaan kegiatan pengabdian dilakukan dengan menggunakan metode ceramah dan praktik. Pelaksanaan kegiatan pengabdian diawali dengan sambutan dan pembuka yang dilakukan oleh ibu Dr. Ade Novi Nurul Ihsani M.Pd selaku ketua dari kegiatan ini. Kegiatan selanjutnya adalah pemberian materi komunikasi yang dilakukan oleh Devi Purnamasari, S.I.Kom., M.I.Kom. Materi yang diberikan yaitu tentang keterampilan komunikasi. Penyampaian materi dilakukan dengan menggunakan metode ceramah. Metode ceramah yaitu metode penerangan dan penuturan yang dilakukan secara lisan yang dilakukan dihadapan peserta kegiatan (Annisa' Ni'ma Savira et al., 2018). Pada saat penyampaian materi, diselipkan kegiatan tanya jawab dengan peserta agar suasana lebih hidup sehingga peserta semangat dalam mengikuti kegiatan ini. Kegiatan ini diikuti oleh 112 peserta dengan usia 15-20 tahun. Kondisi ini merupakan kesempatan bagi pemateri untuk mengaitkan materi komunikasi dengan permasalahan yang terjadi di kehidupan sehari-hari. Hal ini dilakukan dengan tujuan agar materi dapat mudah diterima oleh peserta pengabdian mengingat rentang usia yang bervariasi.

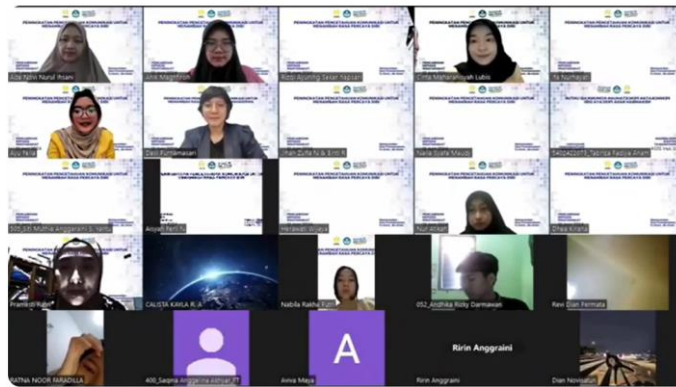
Selesai pemberian materi, dilanjutkan dengan kegiatan demonstrasi. Metode demonstrasi adalah metode pembelajaran yang dilakukan dengan cara mempresentasikan barang, kejadian, aturan dan urutan kegiatan baik dilakukan secara langsung maupun menggunakan media pembelajaran yang sesuai dengan materi yang sedang diajarkan (Dede Salim Nahdi et al., 2018). Pada kegiatan ini Devi Purnamasari, S.I.Kom., M.I.Kom memberikan contoh dan diikuti oleh peserta yang ditunjuk. Kegiatan penyampaian materi dan demonstrasi disajikan pada gambar 2 dan 3.



Gambar 2. Penyampaian Materi Oleh Pembicara



Gambar 3. Mahasiswa Mencoba Berlatih Komunikasi



Gambar 4. Mahasiswa Mencoba Berlatih Komunikasi

3.3. Evaluasi

Setelah tahap pelaksanaan selesai, tahap selanjutnya adalah evaluasi. Evaluasi dilaksanakan selama dua kali. Pada evaluasi yang pertama kami ingin mengetahui apakah para peserta mempraktikkan kembali pengetahuan dan keterampilan komunikasi. Kegiatan evaluasi ini dilakukan dengan cara diskusi tentang komunikasi terhadap mahasiswa rumpun PKK UNNES. Dari hasil diskusi ini kami melihat bahwa masih ada peserta yang belum percaya diri Ketika berbicara didepan. Para peserta masih membutuhkan waktu supaya tidak gugup Ketika berbicara di depan kelas. Kami menyarankan untuk banyak berlatih agar bisa lebih luwes. Disamping itu setiap hari mereka harus berlatih komunikasi di depan kelas. Evaluasi yang kedua mereka sudah mampu berbicara di depan kelas tanpa gugup dan cemas. Hal ini menunjukkan bahwa pelatihan ini dapat memberikan manfaat bagi mahasiswa, karena dengan pengetahuan dan keterampilan dalam komunikasi yang mereka miliki sekarang, mereka menjadi lebih percaya diri.

Kegiatan pengabdian ini berhasil menjawab permasalahan mitra terkait kebutuhan peningkatan kemampuan komunikasi dan rasa percaya diri. Antusiasme peserta dan keragaman latar belakang mereka menunjukkan bahwa materi yang disampaikan memiliki relevansi yang luas. Peran tim pengabdian dalam transfer pengetahuan terlihat jelas melalui pemilihan ahli komunikasi sebagai pemateri, fasilitasi diskusi interaktif, dan penyusunan rencana tindak lanjut. Keberhasilan publikasi dan dokumentasi kegiatan juga menunjukkan upaya tim dalam memperluas dampak pengabdian. Kegiatan pengabdian masyarakat ini juga menunjukkan efektivitas pendekatan komprehensif dalam meningkatkan keterampilan komunikasi dan rasa percaya diri peserta. Pelaksanaan kegiatan melalui platform daring tidak mengurangi antusiasme dan partisipasi aktif peserta, sejalan dengan temuan yang menekankan potensi pembelajaran daring dalam memberikan pengalaman belajar yang interaktif dan efektif. (Shivangi Dhawan, 2020). Materi yang disampaikan oleh ahli komunikasi memberikan landasan teoretis yang kuat, sementara sesi diskusi interaktif memfasilitasi penerapan praktis pengetahuan tersebut. Pengembangan keterampilan praktis melalui diskusi aktif selama kegiatan sejalan dengan konsep experiential learning (David Kolb, 1984). Pelatihan ini menampilkan simulasi, Dimana peserta berlatih komunikasi didampingi oleh trainer komunikasi dan strategi komunikasi langsung (Carolina Tannenbaum-Baruchi, PhD, 2024)

Peserta mendapat kesempatan langsung untuk mempraktikkan keterampilan komunikasi mereka, yang berpotensi meningkatkan retensi pengetahuan dan pembentukan kebiasaan positif dalam berkomunikasi. Keberhasilan menjangkau peserta dari berbagai institusi dan program studi menunjukkan relevansi luas dari materi yang disampaikan.

4. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian ini menambah pengetahuan dan keterampilan komunikasi dan rasa percaya diri peserta. Melalui kombinasi penyampaian materi teoretis dan praktik langsung, peserta mendapatkan pengalaman belajar yang komprehensif. Keberhasilan ini menjadi landasan

kuat untuk pengembangan program-program serupa di masa mendatang, dengan fokus pada peningkatan soft skills yang crucial bagi kesuksesan akademik dan profesional peserta.

Kegiatan pengabdian ini tidak hanya berhasil mentransfer pengetahuan tentang komunikasi efektif dan pembangunan kepercayaan diri, tetapi juga membuka peluang untuk pengembangan program serupa di masa depan. Keberhasilan ini menegaskan pentingnya integrasi teori dan praktik dalam pengabdian masyarakat, serta nilai strategis kolaborasi lintas institusi dalam memperluas dampak positif kegiatan akademik.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim Pengabdian Kepada Masyarakat mengucapkan terimakasih kepada Fakultas Teknik Universitas Negeri Semarang yang telah mendanai kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Annisa' Ni'ma Savira, Muchammad Rozin Z., Rahma Fatmawati, & Muhammad Eko S. (2018). Peningkatan Minat Belajar Siswa Dengan Menggunakan Metode Ceramah Interaktif. *Focus Action of Research Mathematic*, 1(1). https://doi.org/10.30762/f_m.v1i1.963
- Carolina Tannenbaum-Baruchi, PhD. (2024). Enhancing nursing students' communication skills with deaf patients: Workshop impact on nursing education programs. *Nursing Outlook*, 72.
- David Kolb. (1984). *Experiential learning: Experience as the source of learning and development*. Prentice Hall.
- Dede Salim Nahdi, Devi Afriyuni Yonanda, & Nurul Fauziah Agustin. (2018). Upaya Meningkatkan Pemahaman Konsep Siswa Melalui Penerapan Metode Demonstrasi Pada Mata Pelajaran Ipa. *Jurnal Cakrawala Pendas*, 4(2). <https://doi.org/10.31949/jcp.v4i2.1050>
- Desi Damayani Pohan & Ulfi Sayyidatul Fitria. (2021). Jenis Jenis Komunikasi. *Cybernetics: Journal Educational Research and Social Studies*, 2(3), 29–37.
- Emria Fitri, Nilma Zola, & Ifdil Ifdil. (2018). Profil Kepercayaan Diri Remaja serta Faktor-Faktor yang Mempengaruhi. *JPPI (Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia)*, 4(1), 1–5.
- Endang Wahyuni. (2015). Hubungan Self-Efficacy dan Keterampilan Komunikasi dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum. *Jurnal Komunikasi Islam*, 5(1).
- Erwin Erlangga. (2018). Bimbingan Kelompok Meningkatkan Keterampilan Berkomunikasi Siswa. *PSYMPATHIC : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4(1), 149–156.
- Gunawan Saleh. (2018). Pengaruh Komunikasi Interpersonal Gurudalam Mengikatkan Rasa Percaya Diri Anak Usia Dini. *Medium: Jurnal Ilmiah Fakultas Ilmu Komunikasi Universitas Islam Riau*, 6(2).
- Indah Yasminum Suhanti, Dwi Nikmah Puspitasari, & Rakhmaditya Dewi Noorrizki. (2018, Agustus). Keterampilan Komunikasi Interpersonal Mahasiswa UM. *Prosiding Seminar Nasional Psikologi Klinis 2018*. Perkembangan Masyarakat Indonesia Terkini Berdasarkan Pendekatan Biopsikososial, Universitas Negeri Malang.
- Irwanda Ardhi Wijaya, Rosida Apriliana Shahirah, & Margartha Evi Yuliana. (2022). Analisis Pengaruh Komunikasi Dan Kerjasama Tim Terhadap Peningkatan Kinerja Karyawan. *CITIZEN: Jurnal Ilmiah Multidisiplin Indonesia*, 2(3).
- Jalaluddin Rakhmat. (2012). *Psikologi Komunikasi*. PT Remaja Rosdakarya.
- Okarisma Mailani, Irna Nuraeni, Sarah Agnia Syakila, & Jundi Lazuardi. (2022). Bahasa Sebagai Alat Komunikasi Dalam Kehidupan Manusia. *KAMPRETJournal*, 1(2), 1–10.
- Rieka von der Warth, Mirjam Korner, & Erik Farin-Glattacker. (2025). Factors associated with communication preferences in transgender and/or gender-diverse individuals – a survey study. *Patient Education and Counseling*, 131.

- Shivangi Dhawan. (2020). Online Learning: A Panacea in the Time of COVID-19 Crisis. *Journal of Educational Technology Systems*, 49(1), 5–22. <https://doi.org/10.1177/0047239520934018>
- Tomi Hendra & Siti Saputri. (2020). Korelasi Antara Komunikasi dan Pendidikan. *Ishlah: Jurnal Ilmu Ushuluddin, Adab Dan Dakwah*, 2(1).
- Zamzami & Wili Sahana. (2021). Strategi Komunikasi Organisasi. *Cybernetics: Journal Educational Research and Social Studies*, 2(1).
- Zulfriadi Tanjung & Sinta Huri Amelia. (2017). Menumbuhkan Kepercayaan Diri Siswa. *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)*, 2(2), 1–4.

Halaman Ini Dikосongkan