



PENGARUH PELATIHAN KETERAMPILAN KOMUNIKASI DALAM MENINGKATKAN *SELF-EFFICACY PUBLIC SPEAKING* SISWA SMK PERSADA BANDAR LAMPUNG TAHUN 2025

Nisaul Lutfiana Azizah¹, Prima Dian Furqoni², Rahma Elliya³

^{1,2,3}Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Malahayati Bandar
Lampung

nisaulazizah@gmail.com

Abstrak

Hasil pre-survey yang telah dilakukan oleh peneliti di SMK Persada Bandar Lampung saat ini ada siswa yang masih kurang percaya diri dalam berkomunikasi, baik berkomunikasi dengan guru ataupun berbicara di depan kelas atau presentasi. Selain itu peneliti membagikan kuesioner *self-efficacy* sebanyak 10 responden di SMK Persada Bandar Lampung didapatkan data bahwa, 3 responden (30%) kategori baik, 5 responden (50%) kategori cukup baik dan 2 responden (20%) kategori tidak baik. Diketahui pengaruh pelatihan keterampilan komunikasi dalam meningkatkan *self-efficacy* dalam *public speaking* siswa di SMK Persada Bandar Lampung Tahun 2025. Jenis penelitian kuantitatif, desain *praktis eksperimen dengan one grub pretest posttest*. Populasi penelitian sebanyak 33 pasien dan sampel 33 responden dengan teknik *total sampling*. Analisa data analisis univariate dan bivariate dengan *Uji t-dependen*. Hasil analisis melalui uji *t-dependen* diperoleh nilai mean dan SD pretest *self-efficacy* dalam *public speaking* (6.152 ± 7.795) sedangkan nilai mean dan SD posttest *self-efficacy* dalam *public speaking* (78.09 ± 6.921). Diperoleh nilai p-value 0,000. Ada pengaruh pelatihan keterampilan komunikasi dalam meningkatkan *self-efficacy* dalam *public speaking* siswa di SMK Persada Bandar Lampung Tahun 2025. Diharapkan penelitian ini memberikan informasi umum yang berkaitan dengan pelatihan keterampilan komunikasi dalam meningkatkan *self-efficacy* dalam *public speaking*.

Kata kunci: Keterampilan Komunikasi, *Self-Efficacy*, *Public Speaking*

I. PENDAHULUAN

Transisi seseorang pada masa bayi menuju masa dewasa terjadi sepanjang masa remaja. Perkembangan rasa percaya diri dan keyakinan akan kemampuan seseorang dalam situasi dan tujuan tertentu dipengaruhi oleh masa pubertas. Masa remaja merupakan fase perkembangan manusia yang menandai transisi dari anak-anak ke masa dewasa. Selain perubahan pada fisik,

pertumbuhan dan perkembangan remaja juga mengalami perubahan psikologis saat mereka tumbuh menjadi orang dewasa [6].

Remaja akan mengalami krisis identitas saat mereka yakin bahwa mereka belum mencapai potensi penuh mereka sebagai individu, yang ditunjukkan dengan perasaan takut, cemas, bingung, dan gelisah. Biasanya, fase krisis identitas ini terjadi saat remaja memasuki masa

pubertas. Dari penjelasan tersebut menimbulkan sejumlah masalah di kalangan remaja, salah satunya adalah kurangnya keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri untuk menyelesaikan segala sesuatu dalam keadaan tertentu baik itu berhasil atau tidak. Persepsi remaja terhadap kemampuan mereka sendiri disebut sebagai *self efficacy* [12].

Data yang didapatkan oleh Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (KPPPA) pada tahun 2018 menunjukkan bahwa sebanyak 56% remaja Indonesia memiliki tingkat kepercayaan diri yang rendah [2]. Rentan anak yang mempengaruhi rasa percaya diri menurut WHO yaitu pada usia 10-19 tahun. Survey yang dilakukan oleh *Internasional Women Day* pada tahun 2022 sekitar 50% di negara Asia dan Eropa merasa tidak percaya diri, lebih dari 3.100 berasal dari negara China, Hongkong, Singapura, Filipina termasuk Indonesia [4].

Data perbandingan dua SMK di Kota Bandar Lampung untuk mencari data *self-efficacy public speaking* dengan membagikan kuesioner terkait ke dua variabel yang telah dilakukan di SMK Persada dan SMK 2 Mei didapat hasil, dari 10 siswa dan siswi kelas 10 SMK Persada memiliki hasil nilai rata-rata kepercayaan diri yang rendah dan kemampuan *public speaking* yang rendah juga, selanjutnya apabila dibandingkan dengan nilai rata-rata pengisian kuesioner di SMK 2 Mei terhadap 10 siswa dan siswi kelas 10, didapatkan nilai yang lebih unggul jika dibandingkan dengan SMK Persada.

Masalah *self-efficacy* di sekolah seringkali dikaitkan dengan rendahnya rasa percaya diri siswa terhadap kemampuannya dalam *public speaking* atau yang biasa disebut berbicara didepan umum. Rendahnya kemampuan *public speaking* di kalangan peserta didik bukanlah masalah yang sepele. Karena *public speaking* memiliki pengaruh yang signifikan dalam meningkatkan kepercayaan diri peserta didik. Dalam hasil penelitiannya menyatakan bahwa kemampuan *public speaking* dapat meningkatkan kepercayaan. Selain itu penelitian

lain, menyatakan hal yang senada bahwa kemampuan untuk berbicara di depan umum dapat menunjang siswa menjadi lebih percaya diri, lebih berani untuk menyatakan pendapat mereka, dan lebih baik berkomunikasi.. Oleh karena itu, kemampuan *public speaking* adalah kemampuan dasar yang diperlukan untuk peserta didik [11].

Untuk sukses dalam *public speaking*, seseorang harus memiliki kepercayaan diri atau *self efficacy* yang tinggi. Berbicara di depan umum dengan bahasa formal biasanya digunakan pada acara formal yang penting, sementara berbicara di depan umum dalam bahasa non-formal digunakan pada acara yang lebih santai atau non-formal) [1].

Keterampilan *public speaking* adalah bagian dari instruksi untuk mempengaruhi orang lain. Siswa belajar menghapuskan materi, menguasai panggung, gaya, dan intonasi suara saat berbicara di depan umum untuk mencapai keberhasilan yang tinggi [5].

Self-efficacy merupakan hal yang krusial dalam lingkup komunikasi, dimana seseorang percaya terhadap keterampilan yang ada pada dirinya untuk menghadapi hambatan dalam lingkup komunikasi yang berkaitan dengan *public*, karena dari keterampilan yang dimiliki adalah kemampuan seseorang untuk mengkomunikasikan apa yang mereka ketahui dan alami dalam mempermudah seseorang mengatasi hambatan yang dihadapi [7].

Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Alimaskus, D. J., Tambunsari, R. S., & Rulita, S. (2023). Pengaruh *Self Efficacy* Terhadap Kemampuan *Public Speaking* Mahasiswa. Berdasarkan hasil penelitian dan hipotesis yang diuji terkait hubungan *self efficacy* dengan kemampuan *public speaking* pada mahasiswa Ilmu Komunikasi Universitas Mercu Buana Yogyakarta angkatan 2021 menunjukkan hasil *self-efficacy* mereka rendah, sedangkan kemampuan *public speaking* mereka normal [1].

Berdasarkan hasil pre-survey yang sudah dilakukan oleh peneliti di SMK 2 Mei dengan wawancara pada salah satu guru didapatkan

bahwa kepercayaan diri siswa tergolong baik, aktif di dalam kelas, sedangkan di SMK Persada Bandar Lampung saat ini masih ada siswa yang kurang percaya diri dalam berkomunikasi, baik berkomunikasi dengan guru ataupun berbicara di depan kelas atau presentasi. Selain itu peneliti membagikan kuesioner *self efficacy* sebanyak 10 responden di SMK Persada Bandar Lampung didapatkan data bahwa, 3 responden (30%) kategori baik, 5 responden (50%) kategori cukup baik dan 2 responden (20%) kategori tidak baik. Latar belakang peneliti memilih SMK Persada Bandar Lampung, dikarenakan kurang dikenalnya SMK tersebut, dan masih rendahnya prestasi akademik dan non akademik yang di tonjolkan oleh SMK tersebut. Peneliti berhaadap setelah dilakukan peneltian ini dapat membantu promosi dan pengenalan di lingkup pendidikan Kota Bandar Lampung.

Berdasarkan latar belakang tersebut penleiti melihat bahwa siswa yang memiliki keterampilan dalam berkomunikasi merupakan siswa yang memiliki tingkat *self efficacy* yang tinggi. Penelitian ini bertujuan untuk pengaruh pelatihan keterampilan komunikasi dalam meningkatkan *self-efficacy* dalam *public speaking* siswa di SMK Persada Bandar Lampung Tahun 2025. Selain itu, dari hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan meningkatkan pengetahuan peneliti mengenai keterampilan komunikasi dalam meningkatkan *self-efficacy public speaking* pada siswa.

II. TINJAUAN PUSTAKA

Menurut WHO, remaja adalah individu yang berusia 10-19 tahun. Menurut Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 25 Tahun 2014, remaja adalah penduduk berusia 10-18 tahun, dan menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN), rentang usia remaja adalah 10 -24 tahun dan masih lajang. Masa remaja merupakan peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa dengan rentang usia 10 sampai 24 tahun. Istilah

Adolescence atau remaja berasal dari kata latin *adolescence* yang berarti “tumbuh” menjadi dewasa [13].

Seseorang dengan *self efficacy* yang tinggi percaya bahwa mereka mampu melakukan sesuatu untuk mengubah kejadian- kejadian di sekitarnya, sedangkan seseorang dengan efikasi diri yang rendah menganggap dirinya pada dasarnya tidak mampu mengerjakan segala sesuatu yang ada disekitarnya. Dalam situasi yang sulit, orang dengan *self efficacy* yang rendah cenderung mudah menyerah. Sementara orang dengan *self efficacy* yang tinggi akan berusaha lebih keras untuk mengatasi tantangan yang ada [15].

Dalam kehidupan sehari-hari, *self efficacy* memimpin kita untuk menentukan cita-cita yang menantang dan tetap bertahan cita-cita yang menantang tetatp bertahan dalam menghadapi kesulitan-kesulitan. *self efficacy* merupakan salah satu aspek pengetahuan tentang diri atau self-knowledge yang paling berpengaruh dalam kehidupan manusia sehari-hari karena *self efficacy* yang dimiliki ikut mempengaruhi individu dalam menentukan tindakan yang akandilakukan untuk mencapai suatu tujuan, termasuk di dalamnya perkiraan terhadap tantangan yang akan dihadapi [16].

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), secara etimologi komunikasi adalah salah satu suku kata Inggris communication) yang berasal dari bahasa Latin (Yunani comunicare) yang artinya "menyampaikan". Berdasarkan makna kata ini, maka secara istilah komunikasi dapat dimaknai sebagai proses penyampaian makna dari satu entitas atau kelompok ke kelompok lainnya melalui pemakaian tanda, simbol, serta aturan semiotik yang dipahami bersama. Secara terminologi, komunikasi adalah proses penyampaian suatu pesan atau pernyataan oleh seseorang kepada orang lain atau dari suatu komunitas pada komunitas lain [8].

Hipotesis pada penelitian ini ialah Ada hubungan perilaku *bullying* dengan tingkat stres

pada remaja di SMA Persada Bandar Lampung Tahun 2025.

III. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *pra-eksperimen dengan one grub pretest posttest*. Penelitian ini sudah dilakukan di SMK Persada Bandar Lampung dan waktu penelitian dilaksanakan pada tanggal 14-15 Mei 2025. Populasi penelitian ini mencakup seluruh siswa kelas X yang bersekolah di SMK Persada Bandar Lampung, dengan total sebanyak 33 siswa dan sampel yang dipakai sebanyak 33 siswa dengan teknik *total sampling*. Variabel independent penelitian ini yaitu Pelatihan Keterampilan Komunikasi. Sedangkan, variabel dependen dalam penelitian ini yaitu *self-efficacy public speaking* siswa. Alat ukur yang digunakan pada penelitian ini adalah kuesioner yang sudah dinyatakan *valid* dan *reliabel*. Penelitian ini sudah dinyatakan laik etik pada tanggal 28 April 2025 dengan nomor surat 4734/EC/KEP-UNMAL/IV/2025. Analisa data yang digunakan yaitu analisa univariat dan analisa bivariat menggunakan uji *t-dependen*.

IV. PEMBAHASAN

Tabel 1. Rata-rata *self-efficacy* dalam public speaking siswa sebelum diberi pelatihan keterampilan komunikasi di SMK Persada Bandar Lampung Tahun 2025 (n=33)

Variabel	Mean	SD	Mi-Max	95% CI
Self-efficacy public speaking	61.52	7.795	47-84	58.75-64.28

Berdasarkan tabel 1 diatas didapatkan bahwa, rata-rata *self-efficacy* dalam public speaking siswa sebelum diberikan pelatihan keterampilan komunikasi di SMK Persada Bandar Lampung adalah 61.52 (95% CI: 58.74-

64.28), dengan standar deviasi 7.795. Nilai terendah *self-efficacy* siswa dengan skor 47, dan tertinggi skor 84. Dari hasil estimasi interval dapat disimpulkan bahwa 95% rata-rata *self-efficacy* siswa dalam public speaking sebelum diberikan pelatihan keterampilan komunikasi yaitu 58.75 sampai 64.28.

Menurut teori *self-efficacy* yang dikemukakan oleh Rozalia, Nadiyah et al. (2024), efikasi diri adalah keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk melakukan suatu tindakan atau menyelesaikan tugas tertentu. Dalam konteks *public speaking*, *self-efficacy* berperan penting dalam menentukan kesiapan, keberanian, dan konsistensi seseorang untuk tampil berbicara di depan umum. Nilai rata-rata *self-efficacy* siswa sebelum diberikan pelatihan *public speaking* tergolong rendah, yaitu sebesar 61.52. Rendahnya *self-efficacy* ini disebabkan oleh beberapa faktor yang saling berkaitan. Salah satu faktor utama adalah kurangnya pengalaman siswa dalam berbicara di depan umum, sehingga mereka merasa tidak percaya diri terhadap kemampuan berbicara mereka. Selain itu, banyak siswa mengalami kecemasan atau ketakutan saat berbicara di hadapan orang lain karena khawatir melakukan kesalahan atau mendapat penilaian negatif dari teman dan guru. Minimnya pengetahuan dan keterampilan dasar dalam *public speaking*, seperti cara menyusun materi yang baik, teknik vokal, dan penggunaan bahasa tubuh, juga turut mempengaruhi persepsi negatif siswa terhadap kemampuan mereka sendiri. Lingkungan sosial yang kurang mendukung, seperti adanya ejekan dari teman sebaya, dapat memperburuk kondisi ini. tidak adanya *figur* panutan atau role model dalam kemampuan *public speaking* serta pengalaman negatif sebelumnya saat berbicara di depan umum semakin memperkuat keyakinan siswa bahwa mereka tidak mampu tampil dengan baik. Akumulasi dari berbagai faktor tersebut menjelaskan mengapa *self-efficacy* siswa dalam *public speaking* masih berada pada tingkat yang rendah sebelum pelatihan diberikan [9].

Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fauziyah (2024) menunjukkan data bahwa, siswa MAN Pemalang yang mengikuti program Khotbah berada pada kategori sedang dengan persentase 68.8% dan tingkat kemampuan *public speaking* berada pada kategori sedang dengan persentase 66.3%. Ada hubungan hipotesis nya diterima yaitu ada hubungan efikasi diri dengan kemampuan *public speaking* dengan nilai Sig. $0.000 < 0.05$. Maka dapat disimpulkan efikasi diri berhubungan dengan kemampuan *public speaking*, semakin tinggi efikasi diri maka semakin tinggi pula kemampuan *public speaking* [3].

Perbandingan antara hasil penelitian sekarang dengan penelitian terdahulu ini menunjukkan bahwa, rendahnya *self-efficacy* sebelum pelatihan merupakan kondisi yang umum terjadi dan disebabkan oleh faktor-faktor seperti kurangnya pengalaman, kecemasan, dan ketidaktahuan terhadap teknik berbicara yang efektif. Oleh karena itu, hasil penelitian ini mendukung pentingnya intervensi atau pelatihan keterampilan komunikasi untuk meningkatkan *self-efficacy* siswa dalam konteks *public speaking*.

Berdasarkan asumsi peneliti, hasil pretest ini mencerminkan kondisi alami siswa sebelum mendapatkan intervensi berupa pelatihan keterampilan komunikasi. Peneliti berasumsi bahwa sebagian besar siswa masih belum terbiasa atau tidak percaya diri untuk tampil berbicara di depan umum karena keterampilan komunikasi yang belum dilatih secara sistematis. Nilai standar deviasi sebesar 7.795 juga menunjukkan bahwa terdapat variasi yang cukup besar di antara siswa, yang bisa jadi disebabkan oleh faktor internal (seperti pengalaman pribadi, latar belakang keluarga) maupun eksternal (seperti lingkungan sekolah atau dukungan guru). Temuan ini memperkuat urgensi perlunya intervensi yang terstruktur dan terencana dalam bentuk pelatihan keterampilan komunikasi, sebagai upaya untuk meningkatkan *self-efficacy* siswa dalam *public speaking*. Data pretest ini menjadi dasar pembandingan penting untuk

menilai efektivitas pelatihan yang dilakukan dalam penelitian ini

Tabel 2. Rata-rata *self-efficacy* dalam *public speaking* siswa sesudah diberi pelatihan keterampilan komunikasi di SMK Persada Bandar Lampung Tahun 2025 (n=33)

Variabel	Mean	SD	Mi-Max	95% CI
Self-efficacy public speaking	78.09	6.921	64-93	75.64-80.54

Berdasarkan tabel 2 diatas didapatkan bahwa, rata-rata *self-efficacy* dalam *public speaking* siswa sesudah diberikan pelatihan keterampilan komunikasi di SMK Persada Bandar Lampung adalah 78.09 (95% CI: 75.64-80.54), dengan standar deviasi 6.921. Nilai terendah *self-efficacy* siswa dengan skor 64, dan tertinggi skor 93. Dari hasil estimasi interval dapat disimpulkan bahwa 95% rata-rata *self-efficacy* siswa dalam *public speaking* sesudah diberikan pelatihan keterampilan komunikasi yaitu 75.64 sampai 80.54.

Menurut teori *self-efficacy* dari Rozalia, Nadiyah et al. (2024), peningkatan efikasi diri seseorang dapat dicapai melalui pengalaman performative (*performance accomplishments*), yaitu pengalaman langsung dalam melaksanakan tugas tertentu secara berhasil. Dalam hal ini, keterampilan komunikasi yang diberikan melalui pelatihan memberi siswa kesempatan untuk mempraktekkan kemampuan berbicara mereka dalam berbagai situasi, yang secara langsung memperkuat keyakinan mereka terhadap kemampuan berbicara di depan umum [9].

Hasil ini diperkuat oleh penelitian Widiati (2023) dan Alimaskus & Tambunsaribu (2023) yang menyatakan bahwa, keterampilan komunikasi yang baik secara signifikan dapat meningkatkan *self-efficacy* dalam konteks *public speaking*. Siswa yang dilatih dalam menyusun argumen, berbicara sistematis, dan mengelola

emosi ketika berbicara cenderung menunjukkan peningkatan kepercayaan diri dalam penampilan publik mereka [14], [1].

Nilai minimum sebesar 64 dan maksimum sebesar 93 setelah pelatihan menunjukkan bahwa, seluruh siswa mengalami peningkatan, bahkan siswa yang sebelumnya memiliki efikasi diri rendah pun berhasil naik ke kategori sedang hingga tinggi. Sementara itu, standar deviasi sebesar 6.921 yang lebih kecil dari saat pretest (7.795) mengindikasikan bahwa perbedaan antar individu semakin menyempit, atau dengan kata lain, pelatihan tersebut tidak hanya meningkatkan rata-rata nilai, tetapi juga membuat kemampuan siswa menjadi lebih merata.

Berdasarkan asumsi penelitian, pelatihan keterampilan komunikasi yang dilakukan secara terstruktur memberi dampak positif tidak hanya dalam aspek pengetahuan dan keterampilan, tetapi juga dalam membentuk persepsi dan keyakinan siswa terhadap kemampuannya sendiri. Siswa yang sebelumnya pasif dan ragu-ragu mulai menunjukkan perubahan sikap dan perilaku yang lebih percaya diri. Hal ini menunjukkan bahwa, intervensi pelatihan keterampilan komunikasi tidak hanya efektif dari segi akademik, tetapi juga mendukung pengembangan personal siswa. Dengan demikian, hasil posttest ini menginformasi bahwa peningkatan keterampilan komunikasi secara signifikan berkontribusi terhadap peningkatan *self-efficacy* siswa dalam *public speaking*. Hal ini menegaskan pentingnya program pembelajaran atau pelatihan yang difokuskan pada pengembangan komunikasi untuk mendukung kesuksesan siswa dalam berbicara di depan umum.

Tabel 3. Pengaruh pelatihan keterampilan komunikasi dalam meningkatkan *self-efficacy public speaking* siswa di SMK Persada Bandar Lampung Tahun 2025

Variabel	Mean	SD	SE	t-test	P-value
----------	------	----	----	--------	---------

Self-Efficacy public speaking (Pre-test)	61.52	7.795			
Self-Efficacy public speaking (Post-test)	78.09	6.921	1.164	-14.244	0.000

Berdasarkan tabel 3 diatas diketahui bahwa, rata-rata *self-efficacy* siswa dalam *public speaking* sebelum diberikan pelatihan keterampilan komunikasi adalah 61.52 dengan standar deviasi 7.795 dan setelah diberikan pelatihan *self-efficacy* siswa meningkat dengan mean 78.09 dengan standar deviasi 6.921. Terlihat nilai mean perbedaan antara *pre-test* dan *post-test* yaitu sebesar 1.164 dengan standar deviasi 0.874. Hasil uji statistik didapatkan nilai 0.000 yang artinya ada pengaruh yang signifikan antara *pre-test* dan *post-test* mengenai *self-efficacy* siswa.

Hasil ini memperkuat teori *self-efficacy* dari Rozalia, Nadiyah et al. (2024), yang menyatakan bahwa salah satu sumber peningkatan efikasi diri adalah pelatihan keterampilan dan pengalaman langsung (*enactive mastery experiences*). Ketika siswa dilibatkan dalam latihan komunikasi yang bersifat aktif, seperti presentasi, diskusi, dan praktek berbicara, mereka memperoleh pengalaman keberhasilan yang secara bertahap membangun rasa percaya diri dalam kemampuan *public speaking* mereka. Selain teori *self-efficacy*, pendekatan *constructivism* sosial dari Vygotsky juga menekankan bahwa, interaksi sosial melalui komunikasi merupakan aspek penting dalam pembelajaran. Dalam konteks ini, komunikasi antar siswa dan antara siswa dengan guru tidak hanya menjadi sarana untuk bertukar informasi, tetapi juga membentuk pemahaman dan meningkatkan keyakinan diri melalui dukungan sosial dan kolaborasi. Dengan demikian, komunikasi yang efektif berperan penting dalam meningkatkan *self-efficacy* siswa

khususnya dalam keterampilan *public speaking*. Proses komunikasi yang mendukung, interaktif, dan partisipatif akan menciptakan lingkungan belajar yang positif dan memotivasi siswa untuk lebih percaya diri terhadap kemampuan dirinya [9].

Penelitian sebelumnya juga mendukung temuan ini. Misalnya, Widiati (2023) menunjukkan bahwa, peningkatan keterampilan komunikasi berkorelasi positif dengan penurunan kecemasan berbicara di depan umum dan peningkatan *self-efficacy* [14]. Demikian pula, Alimaskus & Tambunsaribu (2023) menemukan bahwa, *self-efficacy public speaking* mahasiswa meningkat secara signifikan setelah mengikuti program penguatan keterampilan komunikasi. Penelitian-penelitian ini menegaskan bahwa, intervensi berbasis pelatihan komunikasi memang efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri dalam *public speaking*, baik di tingkat SMA maupun perguruan tinggi [1].

Hasil penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh Simamora (2020) didapatkan hasil bahwa, nilai t hitung 3.930 > t tabel 2.179 ini memiliki arti bahwa ada pengaruh pelatihan - 2,990 dengan nilai signifikansi 0,002, hal ini menunjukkan bahwa setelah pelaksanaan pelatihan komunikasi efektif, ada peningkatan efikasi diri perawat. Nilai output paired samples test adalah $0.002 < 0.05$ menyatakan bahwa ada pengaruh pelatihan komunikasi efektif terhadap peningkatan efikasi diri, hal ini juga didukung dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0.350 dengan nilai signifikansi sebesar 0.002, ini menunjukkan tingkat hubungan yang kuat, yang berarti pemberian pelatihan komunikasi efektif memberikan efek yang besar untuk meningkatkan efikasi diri perawat dalam pelaksanaan identifikasi pasien [10].

Perbandingan hasil penelitian ini dengan penelitian sebelumnya, penelitian ini memiliki keunikan karena dilakukan pada siswa SMK Persada Bandar Lampung, yang secara spesifikasi berada dalam konteks pendidikan vokasi. Fokus pelatihan ditujukan untuk

mendukung keterampilan komunikasi yang dibutuhkan di dunia kerja. Selain itu, nilai signifikansi yang diperoleh dalam penelitian ini sebesar $p\text{-value } 0.000 (<0.05)$ menunjukkan pengaruh yang kuat dan nyata antara pelatihan komunikasi dan peningkatan *self-efficacy*. Oleh karena itu, penelitian ini tidak hanya memperkuat hasil-hasil terdahulu, tetapi juga memberikan kontribusi kontekstual yang penting dalam pengembangan keterampilan komunikasi di lingkungan pendidikan kejuruan.

Menurut asumsi peneliti, peningkatan yang signifikan ini mencerminkan bahwa siswa SMK pada dasarnya memiliki potensi komunikasi yang dapat dikembangkan apabila diberikan pelatihan yang tepat dan berkelanjutan. Siswa yang semula cenderung ragu, pasif atau mengalami kecemasan dalam berbicara di depan umum menjadi lebih percaya diri dan mampu mengekspresikan gagasan secara jelas. Hal ini menunjukkan bahwa *self-efficacy* bukanlah sesuatu yang tetap, melainkan dapat dibentuk dan ditingkatkan melalui pendekatan pembelajaran yang aplikatif dan kontekstual. Dengan demikian, hasil penelitian ini memberikan bukti empiris bahwa pelatihan keterampilan komunikasi secara signifikan mampu meningkatkan *self-efficacy* siswa dalam *public speaking*. Temuan ini mendukung pengembangan kurikulum pembelajaran yang mengintegrasikan penguatan komunikasi interpersonal sebagai bagian dari pendidikan karakter dan pengembangan diri di sekolah.

V. PENUTUP

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dengan judul “Pengaruh pelatihan keterampilan komunikasi dalam meningkatkan *self-efficacy* dalam *public speaking* siswa di SMK Persada Bandar Lampung Tahun 2025” dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Nilai rata-rata *self-efficacy* dalam *public speaking* siswa sebelum diberikan pelatihan

keterampilan komunikasi sebesar 61.52 (95% CI: 58.74-64.28), dengan standar deviasi 7.795. Nilai terendah self-efficacy siswa dengan skor 47, dan tertinggi skor 84.

2. Nilai rata-rata self-efficacy dalam public speaking sesudah diberikan pelatihan keterampilan komunikasi siswa sebesar 78.09 (95% CI: 75.64-80.54), dengan standar deviasi 6.921. Nilai terendah self-efficacy siswa dengan skor 64, dan tertinggi skor 93.
3. Diperoleh nilai p-value sebesar 0.000. Nilai ini lebih signifikansi yang digunakan ($\alpha=0.05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara pemberian pelatihan komunikasi terhadap peningkatan self-efficacy public speaking siswa di SMK Persada Bandar Lampung.

Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan antara lain:

1. Pertama, penelitian ini hanya dilakukan pada lingkup sampel yang terbatas yakni pada siswa dari satu atau beberapa sekolah tertentu, sehingga hasilnya belum tentu dapat digeneralisasikan ke populasi yang lebih luas dengan latar belakang sosial, budaya, dan pendidikan yang berbeda.
2. Kedua, pendekatan yang digunakan bersifat kuantitatif, sehingga kurang menggali secara mendalam pengalaman subjektif siswa dalam mengembangkan keterampilan komunikasi dan kepercayaan diri mereka.
3. Ketiga, variabel lain yang mungkin mempengaruhi *self-efficacy*, seperti pengalaman berbicara sebelumnya, dukungan sosial, atau kondisi psikologis siswa, belum sepenuhnya dikontrol atau dianalisis dalam penelitian ini.
4. Terakhir, pengukuran keterampilan komunikasi dan *self-efficacy* didasarkan pada instrumen skala yang bersifat *self-report*, yang memungkinkan adanya bias subyektivitas dalam jawaban responden.

Saran

1. Bagi Responden

Siswa diharapkan dapat menyadari pentingnya keterampilan komunikasi dalam menunjang kemampuan berbicara di depan umum. Oleh karena itu, siswa disarankan untuk aktif mengikuti berbagai kegiatan yang dapat melatih keterampilan berbicara seperti, diskusi kelas, presentasi, kegiatan organisasi, maupun ekstrakurikuler yang berfokus pada komunikasi dan *public speaking*. Melalui pengalaman dan latihan yang berkelanjutan, siswa dapat meningkatkan kepercayaan diri mereka serta membangun *self-efficacy* dalam situasi berbicara di depan umum.

2. Bagi Guru atau Pendidik

Guru memiliki peran penting dalam memfasilitasi perkembangan keterampilan komunikasi siswa. Guru disarankan untuk menerapkan metode pembelajaran yang mendorong partisipasi aktif, seperti presentasi individu/kelompok, debat, dan simulasi *public speaking*. Selain itu, guru juga diharapkan memberikan umpan balik yang membangun serta menciptakan suasana kelas yang aman dan mendukung, agar siswa merasa nyaman untuk berbicara dan berani mengekspresikan ide-idenya tanpa rasa takut atau malu.

3. Bagi Tempat Penelitian

Pihak sekolah diharapkan dapat mendukung pengembangan keterampilan komunikasi siswa melalui penyediaan fasilitas dan program yang relevan, seperti klub debat, klub *public speaking*, pelatihan komunikasi, atau kegiatan pentas seni yang mendorong siswa tampil di depan umum. Sekolah juga dapat bekerja sama dengan narasumber eksternal, seperti pelatih komunikasi atau psikolog pendidikan, untuk memberikan pelatihan yang lebih terarah. Dukungan dari pihak sekolah akan menciptakan lingkungan belajar yang kondusif bagi tumbuhnya kepercayaan diri siswa dalam berbicara di depan publik.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya dapat melibatkan sampel yang lebih luas dan beragam bentuk untuk meningkatkan generalisasi hasil, menggunakan pendekatan kualitatif atau campuran, mempertimbangkan variabel lainnya yang mungkin mempengaruhi *self-efficacy public speaking* dan menggunakan teknik pengumpulan data yang lebih objektif. Dengan pengembangan tersebut, diharapkan penelitian ke depan dapat memberikan wawasan yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi *self-efficacy* siswa dalam berbicara di depan umum.

DAFTAR PUSTAKA

- Alimaskus, D.J., Tmabunsaribu, R. S., & Rulita, S. (2023). Pengaruh *self-efficacy* terhadap kemampuan *public speaking* Mahasiswa. JKOMDIS: Jurnal Ilmu Komunikasi dan Media Sosial, 3(1), 12-15.
- Antu, M., et al. (2023). Hubungan kekerasan verbal (verbal abuse) orang tua dengan tingkat kepercayaan diri pada remaja. Jurnal Ners 7(1): 425-433
- Fauziyah, N. (2024). *Hubungan efikasi diri dengan kemampuan public speaking dalam program khotbah pada siswa MAN Pemalang* (Doctoral dissertation, UIN KH Abdurrahman Wahid Pekalongan).
- Malasari, D., Kameliawati, F., Surmiasih, S., & Hardono, H. (2024). Pengaruh Terapi Psikodrama dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri pada Anak Sekolah di SD Negeri 01 Way Halim Permai. Profesi (Profesional Islam): Media Publikasi Penelitian, 21(2), 95-99.
- Naqiyah, N., Ilhamudin, M. F., Faidah, M., Mardiyah, S., & Yani, M. T. (2021). Pengembangan Keterampilan Pidato Untuk Meningkatkan Self-Efficacy Berbicara Di Muka Umum, Pondok Pesantren Al-Falah, Desa Mojo, Kecamatan Ploso Kabupaten Kediri, Jawa Timur. Jurnal ABDI: Media Pengabdian Kepada Masyarakat, 7(1), 44-49.
- Putri, T. H., et al. (2024). Faktor yang Berhubungan dalam Perkembangan Efikasi Diri pada Remaja di Indonesia: Kajian Literatur. Jurnal Keperawatan Jiwa 12(3): 513-524.
- Rahayu, I. S. (2019). *Pengaruh Efikasi Diri (Self Efficacy) Mahasiswa Komunikasi dan Penyiaran Islam Semester VI Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah IAIN Ponorogo Terhadap Kemampuan Berbicara di Depan Publik Tahun Akademik 2019/2020* (Doctoral dissertation, IAIN PONOROGO).
- Rayhaniah, S. A., Amin, H., Boer, R. F., Krisnawati, A., Anggraini, R. I., Hamdani, M., ... & Tahrir, T. (2021). Etika dan Komunikasi Organisasi. Aceh: Yayasan Penerbit Muhammad Zaini.
- Rozalia, S., et al. (2024). Gambaran Efikasi Diri Dengan Keterampilan Komunikasi Peserta Didik Kelas Xi Di SMA. Empati: Jurnal Bimbingan dan Konseling 11(1): 117-131.
- Simamora, R. H. (2020). Pelatihan komunikasi efektif untuk meningkatkan efikasi diri perawat dalam pelaksanaan identifikasi pasien. JURNAL ILMIAH KESEHATAN MASYARAKAT: Media Komunikasi Komunitas Kesehatan Masyarakat, 12(1), 49-54.
- Sinaga, D. F. and A. A. Rusman (2025). Pengaruh Bimbingan Kelompok Melalui Teknik Focus Group Discussion untuk Meningkatkan Self Efficacy Siswa SMPN 17 Medan. Ideguru: Jurnal Karya Ilmiah Guru 10(1): 218-224.
- Sisliana, M., et al. (2023). Hubungan Self Efficacy Dengan Kesehatan Mental Remaja Di Sman 5 Pekanbaru. Jurnal Ners 7(1): 644-649.
- Wanda, K. and R. Harfiani (2024). Analisis Dampak Kenakalan Remaja Terhadap Prestasi Belajar Siswa di SMP Muhammadiyah 57 Medan. Jurnal Cakrawala Akademika 1(3): 516-525
- Widiati, B. (2023). *Self-confidence, self-efficacy and speaking ability in support of*

- successful English language learning*. Transformasi, 5(1), 203-222.
- Zagoto, S. F. L. (2019). Efikasi diri dalam proses pembelajaran. Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran (JRPP) 2(2): 386-391.
- Zainal, A. G. (2022). *Public Speaking (Cerdas Saat Berbicara di Depan Umum)*. ISBN: 978-623-5251-60-8. Jawa Tengah: Eureka Media Aksara.