



Pelatihan Public Speaking untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Pelaku Budaya di Perguruan Pencak Silat Pengsimatoga Kota Depok, Jawa Barat

¹Setiana Sri Wahyuni Sitepu, ²Linda Maisari, ³Siti Latifatul Rosidah

Universitas Pamulang

dosen@unpam.ac.id

Kata kunci:	Abstrak
Public speaking, motivasi, metode	Public Speaking merupakan suatu kemampuan untuk berbicara di hadapan orang banyak secara langsung dalam menyampaikan sebuah pesan, ide, ataupun gagasan. Kemampuan ini sangat penting dan dibutuhkan dalam dunia kerja di bidang apapun. Pelatihan public speaking yang dilaksanakan di Perguruan Silat PENGSIMATOGA dengan menggunakan metode ceramah, tanya jawab/diskusi dan juga demonstrasi (praktek). Pada Metode ceramah dipaparkan tehnik-tehnik public speaking untuk memotivasi para pelaku budaya untuk dapat berbicara didepan umum baik dengan bahasa Indonesia maupun bahasa Inggris. Untuk metode tanya jawab/diskusi ditanyakan hal-hal yang sudah disampaikan dan juga diberikan kesempatan untuk membentuk kelompok diskusi. Dalam metode demonstrasi mahasiswa mendemostrasikan tehnik-tehnik publik speaking yang dapat diterima oleh pelaku budaya di Perguruan Silat PENGSIMATOGA. Hasil yang diperoleh dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah termotivasinya para pelaku budaya untuk mengikuti pelatihan, hal ini dapat dilihat dari antusiasnya para peserta untuk tetap ditempat dan mengikuti pelatihan sampai akhir serta melakukan praktek public speaking untuk tampil di depan tanpa ada rasa malu-malu lagi, walau dengan Bahasa Inggris yang masih terbata-bata. Kesimpulannya para pelaku Budaya di Perguruan Silat PENGSIMATOGA harus masih terus dilatih agar tercapai apa yang menjadi visi Perguruan silat tersebut dan juga tujuan dari Pengabdian Masyarakat yang dilakukan oleh dosen dan mahasiswa program studi sastra Inggris.

Pendahuluan

Public Speaking merupakan suatu kemampuan untuk berbicara di hadapan orang banyak secara langsung dalam menyampaikan sebuah pesan, ide, ataupun gagasan. Kemampuan ini sangat penting dan dibutuhkan dalam dunia kerja di bidang apapun. Meskipun kemampuan tersebut penting, namun pada kenyataannya masih banyak orang yang tidak bisa berbicara di depan umum. Hal ini dikarenakan tidak adanya kepercayaan diri seseorang dalam menyampaikan apa yang ingin disampaikan. Dalam Pengabdian kepada Masyarakat kali ini akan mengadakan Pelatihan public speaking untuk meningkatkan kepercayaan diri pelaku budaya perguruan pencak silat Pengsimatoga, karena sesuai dengan tujuan perguruan Pencak silat Pengsimatoga untuk memperkenalkan pencak silat sebagai

olahraga beladiri dan budaya Betawi ke kancah Internasional. Kemampuan public speaking memiliki kaitan erat dengan proses berbagi informasi kepada calon wisatawan mancanegara untuk mengenal potensi pencak silat sebagai salah satu budaya Betawi. Pemilihan metode Pelatihan yang digunakan antara lain ceramah, tanya jawab/diskusi dan juga demonstrasi (praktek). Pada Metode ceramah akan dipaparkan tehnik- tehnik public speaking dan juga memotivasi para pelaku budaya untuk dapat berbicara didepan umum baik dengan bahasa Indonesia maupun bahasa Inggris. Untuk metode tanya jawab/diskusi pemateri akan menanyakan hal-hal yang sudah disampaikan dan juga memberikan kesempatan untuk membentuk kelompok diskusi. Dalam metode demonstrasi pemateri akan meminta mahasiswa untuk mendemostrasikan tehnik-tehnik publik speaking. Diharapkan dengan melakukan pelatihan public speaking Perguruan Pencak Silat Pengersimatoga Kota Depok, Jawa barat dapat meningkatkan kepercayaan diri para pelaku Budaya tersebut. Target dari luaran Pengabdian kepada Masyarakat ini adalah Jurnal yang bereputasi Nasional.

Olahraga pencak silat merupakan seni bela diri tradisional asli produk Kepulauan Nusantara. Olahraga ini juga tersebar dan dikenal luas di Asia Tenggara, seperti Malaysia, Brunei Darussalam, Singapura, Filipina Selatan, dan Thailand Selatan.

Seni bela diri tradisional yang merupakan asli produk Kepulauan Nusantara adalah pencak silat. seni bela diri ini juga tersebar dan di kenal luas di Asia Tenggara ,seperti, Thailand Selatan, Singapura, Brunei darussalam ,Malaysia sudah barang tentu negara kita Indonesia. Saat ini, sudah banyak perguruan pencak silat yang ada di seluruh penjuru Indonesia. Dengan adanya keberadaan perguruan pencak silat tersebut bisa menjadi wadah pelestarian budaya bangsa sendiri yaitu pencak silat Indonesia.

Adanya perguruan pencak silat di Indonesia juga diharapkan mampu memberikan sarana bagi para anak muda untuk bisa melestarikan seni bela diri pencak silat. Sekarang ini Pencak silat selain menjadi ilmu bela diri yang di pertandingkan juga sebagai warisan Budaya yang dipakai untuk adat perkawinan Betawi yang kita sebut dengan palang pintu. Salah satu Perguruan silat yang ada di Indonesia yang juga sekaligus melestarikan adat budaya Betawi adalah Penrguruan Silat PENGSI MATOGA.

Perguruan Pengersimatoga yang berada di wilayah Bojong Sari Kota Depok Jawa Barat merupakan salah satu aliran pencak silat. Pencak silat ialah ilmu bela diri warisan kebudayaan turun menurun dari nenek moyang yang turun temurun. Pengersimatoga sendiri adalah gabungan dari dua buah kesatuan, organisasi dan seni ilmu bela diri. Pengersimatoga merupakan kepanjangan dari Pengabaran Silomacan Tongkronngaok. Dalam gerakan Pencak Silat Pengersimatoga ada dasar Jalan Enam tutup Tiga urung.

Adapun jalan enam itu sendiri memiliki serangan serta pertahanan, dua serangan pertahanan diatas, dua serangan pertahanan ditengah serta dua serangan pertahanan di bawah dengan dasar kuda-kuda yang kokoh sebagai pondasi dari pada gerakan tersebut. Adapun gerakan penutup Tiga urung adalah gerakan kunci agar lawan tidak dapat bergerak menyerang kembali. Bahkan banyak yang percaya, hanya dengan enam gerakan bias membuat lawan tak berkutik. Namun sebelumnya, perguruan pencak silat saat ini dengan sebutan 'main pukul', jauh sebelum Indonesia merdeka dari para pendahulu. Akhirnya, Perguruan Pencak Silat PENGSI MATOGA lahir di Curug, Bojongsari Kota Depok Jawa Barat pasca reformasi sekitar tahun 1998 silam. Perjalanan yang panjang dilalui PENGSI MATOGA, dari latihan secara sporadis ke berbagai tempat terbuka seperti Gedung Olahraga (GOR), lapangan hingga pelataran rumah dan lain sebagainya. Perguruan silat ini memiliki lebih kurg 50 anggota yang terdiri dari anak anak SD- SMA bahkan Mahasiswa dan juga beberapa anggota yang sudah dewasa. Mereka latihan di hari sabtu dan Minggu juga pada malam hari. Hal ini untuk memeberikan kesempatan kepada para pemuda agar dapat berlatih diluar jam sekolah mereka. Perguruan Silat PENGSI MATOGA sering mengikuti kejuaraan-kejuaraan tingkat daerah, dan juga nasional.

Perguruan Silat PENGSI MATOGA pernah diundang ke acara Seminar Internasional ke -3 Sastra Inggris pada tahun 2019 dan menampilkan beberapa jurus silat dan juga budaya Betawi palang pintu yang sangat menyita perhatian para narasumber yang berasal dari, Australia, Malaysia, Inggris, India dan Belanda. Ningsih (2022) menjelaskan, "Palang Pintu adalah tradisi unik dari Betawi yang berisi laga pencak silat, adu pantun, hingga pembacaan

Al Quran dan salawat sebagai simbol ujian yang harus dilalui melalui laki-laki untuk membuka pintu restu dari keluarga perempuan, melalui peristiwa jawara dari melalui laki-laki harus bisa mengalahkan jawara dari tempat tinggal perempuan.”

Bagi masyarakat Betawi, tradisi ini melambangkan besarnya perlindungan orang tua terhadap putrinya sebelum dipinang. Sedangkan bagi pihak laki-laki, Palang Pintu dapat menunjukkan kesungguhannya yang akan membangun rumah tangga bersama perempuan pilihannya. Selain itu pada Seminar Internasional ke 3 Sastra Inggris perguruan pencak silat PENGSIMATOGA menampilkan palang pintu sebagai pembuka acara Seminar Internasional dimana acara tersebut dibuka dengan sebuah pantun PENGSIMATOGA (2019)

Duduk di meja sambil makan Pemandangannya hutan ilalang Beribu terima kasih kami haturkan

Teruntuk saudara-saudari yang telah datang

Kemudian salah satu perwakilan dari perguruan silat tersebut menjelaskan tujuan dari palang pintu dan juga menambahkan akan mempertunjukkan beberapa jurus silat dengan menggunakan Bahasa Indonesia, dimana narasumber yang berasal dari luar negeri tidak memahaminya sehingga MC harus menterjemahkannya. Dari hasil wawancara dengan salah satu anggota perguruan silat mengatakan bahwa ,keterampilan berbicara Bahasa Inggris mereka sangatlah belum memadai terutama ketika mereka tampil didepan umum untuk menyambut atau menjelaskan kepada Masyarakat umum terutama wisatawan mancanegara dengan menggunakan Bahasa Inggris. Mereka sangat membutuhkan pelatihan Bahasa Inggris terutama bagaimana berbicara didepan umum dengan menggunakan Bahasa Inggris. Disamping itu karena kurangnya keterampilan berbahasa Inggris sehingga mengurangi kepercayaan diri untuk tampil didepan wisatwan manca negara, sehingga tujuan untuk memperkenalkan Perguruan Silat PENGSIMATOGA masih belum terealisasi dengan baik. Masalah kepercayaan diri adalah masalah yang paling banyak dialami remaja Indonesia. Baik karena lingkungan, pengaruh teman, trauma masa lalu, maupun sebab media sosial. Rendahnya kepercayaan diri pada remaja yang dimulai sejak kanak-kanak sangat berpotensi mematikan bakat dan minat mereka. Sehingga mereka menjadi kaum millennial yang suka menutup diri, pemurung, dan selalu menarik diri dari masyarakat. Menurut Ariani, (2019) setiap anak pada dasarnya punya potensi untuk membangun kepercayaan diri. Satu hal yang orang tua harus tahu adalah proses pembentukan rasa percaya diri ini dimulai pada tiga tahun pertamanya. Setiap anak berpotensi untuk tumbuh menjadi anak yang percaya diri. Hal ini bergantung pada bagaimana orang tua menanganinya. Orang tua 3 harus memperhatikan stimulus yang tepat. Jangan sampai melakukan hal-hal yang malah membuat anak kehilangan kepercayaan diri. Untuk itulah kelompok PKM prodi Sastra Inggris mengunjungi Perguruan mereka dalam rangka melatih mereka untuk terampil berbicara didepan umum dengan menggunakan Bahasa Inggris, untuk meningkatkan kepercayaan diri para anggota Perguruan Silat PENGSIMATOGA.

Seperti yang dijabarkan oleh Munasyirah (2021) "dapat dikata bahwa seseorang yang memiliki kepercayaan diri akan optimis di dalam melakukan semua aktivitasnya, dan mempunyai tujuan yang realistis. Seseorang yang memiliki kepercayaan diri selalu yakin pada kemampuan dirinya sendiri. Dalam setiap tantangan yang dihadapi, orang tersebut selalu yakin bahwa dirinya dapat melewati setiap tantangan dengan baik, walaupun orang tersebut belum pernah melewati tantangan itu sebelumnya. Kemampuan diri tersebut berbeda dengan sifat “sok bisa”. Seseorang yang yakin pada kemampuan diri dapat menyelesaikan masalah dengan baik, berbeda dengan orang yang “sok bisa” yang umumnya hanya pintar bicara tetapi tidak bisa menyelesaikan masalah. Dengan yakin pada kemampuan diri sendiri, Anda akan merasa yakin bahwa Anda bisa menyelesaikan setiap tantangan dengan baik.

Metode

Dalam tahap persiapan acara ini, tim PKM berkoordinasi dengan mitra PKM, yaitu pihak perguruan silat Pengsimatoga untuk menentukan bentuk kegiatan yang diinginkan

serta topik apakah yang sekiranya dibutuhkan untuk dibahas. Dalam prosesnya, ternyata didapati bahwa perguruan silat tersebut membutuhkan pelatihan public speaking khususnya dalam Bahasa Inggris. Hal ini dilatar belakangi oleh kegiatan yang dilakukan oleh perguruan silat tersebut yang seringkali bertemu dengan mitra orang asing, seperti ketika mendapatkan undangan untuk acara resmi pemerintah atau pun acara pribadi. Oleh karena itu, disepakati bahwa pelatihan yang berupa kegiatan PKM ini fokus pada public speaking khususnya dalam Bahasa Inggris.

Setelah menemukan kesepakatan tentang bentuk kegiatan dan topik acara, maka disepakati tentang peran-peran yang ditugaskan baik kepada pihak perguruan silat Pengsimatoga maupun dari pihak tim PkM Prodi Sastra Inggris Universitas Pamulang. Secara garis besar, pihak perguruan silat akan menyediakan media pelatihan, dalam hal ini yakni menyediakan tempat serta peralatan yang dibutuhkan seperti infocus, dll. Pihak perguruan juga akan mengundang para pelatih dan pengurusnya untuk mendengarkan paparan materi dari pihak tim PkM. Sementara itu, dari pihak tim PkM Prodi Sastra Inggris Unpam menyiapkan segala materi yang

Tahap Pelaksanaan Acara:

Setelah melalui tahapan persiapan acara, maka tim PkM dan perguruan silat PENGSIMATOGA menyusun secara ringkas agenda selama PKM seperti tertulis di bawah ini:

- a. Pembukaan oleh MC
- b. Sambutan dari ketua PkM sastra Unpam
- c. Sambutan dari Ketua perguruan silat pengsimatoga
- d. Materi yang disampaikan oleh mahasiswa dan dosen
- e. Sesi tanya jawab, diskusi dan praktek
- f. Penutup dan isoma

Tahap Evaluasi Acara

Setelah acara pelatihan selesai dilaksanakan, akan diadakan tahap evaluasi oleh Tim PkM Prodi Sastra Inggris Universitas Pamulang. Evaluasi diadakan dalam rangka mendiskusikan bagian mana saja yang menjadi kekurangan sehingga dapat diperbaiki pada kesempatan berikutnya, serta bagian mana saja yang menjadi kelebihan sehingga dapat dimaksimalkan lagi pada kesempatan berikutnya.

Tim PkM juga senantiasa akan berkoordinasi dengan pihak mitra PkM yakni perguruan silat pengsimatoga untuk mendapatkan kritik dan saran, serta merencanakan kegiatan-kegiatan yang sedianya dapat dilaksanakan lagi dalam waktu-waktu mendatang, dengan tema-tema yang lebih bervariasi. Ke depannya, diharapkan akan ada keberlanjutan kegiatan-kegiatan kolaboratif antara pihak Prodi Sastra Inggris dan perguruan silat pengsimatoga, baik berupa pelatihan, workshop, seminar, dll. Baik yang dilaksanakan melalui tatap muka atau via virtual conference. Notulensi mengenai hasil kegiatan yang telah dilaksanakan beserta dengan evaluasinya akan disampaikan pada laporan akhir kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) serta luaran berupa artikel jurnal yang dipublikasi.

Basil dan Pembahasan

Hasil kegiatan PKM secara garis besar mencakup beberapa komponen sebagai berikut:

1. Ketercapainya tujuan pelaksanaan kegiatan.
2. Ketercapainya target materi yang telah direncanakan
3. Kemampuan peserta dalam memahami pelatihan public speaking untuk meningkatkan kepercayaan diri.

PKM yang dilaksanakan dengan pelatihan public speaking untuk meningkatkan kepercayaan diri pelaku budaya di perguruan pancak silat Pengsimatoga kota Depok, Jawa Barat dilakukan secara offline. Proses pelaksanaan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini meliputi empat kegiatan. Kegiatan pertama yaitu observasi peserta dan kebutuhan pelatihan. Kegiatan kedua yaitu penyampaian materi mengenai Pelatihan public speaking.

Kegiatan ketiga yaitu pemberian tugas terbimbing. Hal ini dinilai perlu untuk mengukur seberapa jauh para peserta sudah memahami materi yang diajarkan dan untuk mengetahui permasalahan yang muncul saat para peserta mulai benar-benar mempraktekkan materi yang diajarkan. Keempat proses evaluasi tugas dan pemberian unpan balik kegiatan dan tugas kepada para peserta PKM (feedback).

Berikut hasil dari kegiatan yang dilakukan oleh para dosen dan mahasiswa program studi sastra Inggris Universitas Pamulang. Kegiatan PKM mulai dilaksanakan tanggal 19, 20, 21 Mei 2023. Kurun waktu tersebut para dosen dan mahasiswa melakukan diskusi untuk menentukan materi pelatihan. public speaking. Untuk pemahaman materi para peserta mudah memahami materi yang dibawakan oleh para mahasiswa ,hal ini dapat dilihat ketika para peserta dapat mempraktekkan apa yang telah diberikan oleh para mahasiswa dan dosen ,berdasarkan hasil dari observasi yang dilakukan oleh dosen anggota PKM para peserta sangat antusias sekali untuk mempraktekan berbicara didepan umum walau dengan masih terbata-bata,jelas kelihatan mulai tumbuhnya kepercayaan diri pada para peserta. Dalam penyampaian materi mahasiswa terlihat sangat menguasai materi, ini dapat dilihat dari materi yang diberikan sangat cepat ditanggap oleh para peserta, walau penyampaian materi terkadang menggunakan Bahasa Inggris. Materi disampaikan dengan menggunakan PPT yang sangat menarik dengan Bahasa yang sederhana dan mudah dipahami. Untuk tugas terbimbing para peserta diberikan suatu kondisi tertentu dan diminta untuk membuat pembukaan berpidato. Dengan bimbingan mahasiswa dan dosen para peserta mampu melakukannya walau hanya dengan beberapa kalimat saja yang diucapkan.

Berikut ini adalah pembahasan dari hasil yang sudah didapatkan dengan langkah langkah pembelajaran yang dilakukan para mahasiswa. Perkenalan diri dan menjelaskan tujuan kedatangan ke Perguruan Pengsimatoga Jalan Enam dan mengajak peserta bermain game untuk mempererat kedekatan dengan para peserta dan juga sebagai pre activity. Memulai pengajaran dengan memberikan tips-tips yang akan menumbuhkan rasa percaya diri mereka untuk berbicara dalam bahasa inggris, dilanjutkan dengan memberikan contoh-contoh sapaan dan perkenalan dalam bahasa Inggris sesuai dengan apa yang biasa mereka bawaan sebelum penampilan. Saat perkenalan, para peserta sudah terlihat cukup tertarik dengan bahan yang akan dibawakan, terlihat dari aktifnya mereka dalam menjawab pertanyaan yang diajukan. Saat bermain game, para peserta terlihat sangat aktif dan interaktif dalam mengikuti perintah-perintah yang diberikan di dalam permainan tersebut. Di saat pelatihan pun, para peserta terlihat interaktif terhadap materi-materi yang dibawakan.

Saat peserta berlatih dan maju ke depan, memang peserta sangat terbata-bata dalam membawakan kalimat berbahasa inggris, yang memperlihatkan bahwa bahasa inggris bukanlah bahasa yang peserta sering dengar ataupun gunakan. Namun dengan keinginan dan keberanian peserta untuk maju dan mencoba merupakan suatu langkah awal yang baik demi kemajuan para peserta. Kemudian peserta maju ke depan dan berlatih membawakan sapaan dan perkenalan dalam Bahasa Inggris. Untuk langkah terakhir para mahasiswa memberikan pesan-pesan setelah pelatihan dan mengucapkan terima kasih atas kesediaan mereka mengikuti pelatihan

Secara keseluruhan pelatihan public speaking untuk meningkatkan kepercayaan diri pelaku budaya di perguruan pencak silat Pengsimatoga kota Depok, Jawa barat berjalan dengan lancar dan semua para peserta terlihat sangat antusias sekali begitu juga dengan mahasiswa merasa senang sekali karena dapat mengaplikasikan ilmunya secara langsung kepada masyarakat

Kesimpulan

Pengabdian kepada Masyarakat yang sudah dilakukan oleh Dosen dan Mahasiswa UNPAM prodi Sastra Inggris di Pelatihan public Speaking untuk meningkatkan kepercayaan diri perlu di perguruan pencak silat pengsimatoga kota Depok, Jawa barat telah berhasil dilaksanakan. Diharapkan pengabdian ini memberikan kontribusi yang baik untuk pembelajaran Bahasa Inggris terutama public speaking yang dapat menghantarkan para peserta mencapai visi Perguruan mereka yaitu dapat memperkenalkan budaya betawi dan juga melestarikannya di kancah Internasional.

Kegiatan pelatihan ini dapat dikatakan berhasil, hal ini dapat dilihat dari hasil yang mereka tampilkan diakhir pelatihan dengan membuka acara menggunakan Bahasa Inggris, kemampuan mereka untuk mencoba berbicara di depan umum sudah terlihat sedikit dengan tampilnya mereka penuh percaya diri.

PKM ini diharapkan bisa memberikan kontribusi yang baik terhadap peningkatan kemampuan berbahasa Inggris para peserta terutama ketika berbicara di depan umum.

Bagi para mahasiswa maupun dosen yang akan melakukan PKM dapat meneruskan pelatihan ini dengan tema yang berbeda, karena mereka sangat membutuhkan pelatihan yang menggunakan Bahasa Inggris untuk mencapai visi mereka.

Daftar Pustaka

- Anna Surti Ariani, M. Si (2019) Penyebab Anak Tidak Percaya Diri
<https://schoolofparenting.id/lima-penyebab-anak-tidak-percaya-diri/>
- Chen, G., Gully, S. M., & Eden, D. (2001). Validation of a New General Self Efficacy Scale. *Organizational Research Methods*, 4(1), 62-83.
<https://doi.org/10.1177/109442810141004>
- Coopersmith (1967) The Antecedents of Self-Esteem
<https://psychology.binus.ac.id/2022/07/22/>
- Dr. Joseph Teguh Santoso, M.Kom, (2002) Dasar-dasar Public Speaking
<https://stekom.ac.id/artikel/4->
- Segudang-Prestasi @ Www.Radardepok.Com, n.d.) (Analisis-Pentas-PertunjukanPencak Silat Pengsimatoga-Jalan-Enam @ Www.Kompasiana.Com <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri>
- Linda Mandasari (2018) Metode-Metode Public Speaking
- Munasyirah (2021) Peran Pelatihan Public Speaking Dalam Menumbuhkan Rasa Percaya Diri Siswa . UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAKASSAR
<https://www.riauonline.co.id/riau/read/2022/01/18/4-metode-public>
- Perguruan-Pencak-Silat-Pengsimatoga-Curug-Bojongsari-Depok-Budaya-TurunMenurun-Torehka <https://lms.pusdiklat.kominfo.go.id/course>
- Roy Baumeister, (2013) Self-Esteem: The Puzzle of Low Self-Regard .
- WidyaLestariNingsih, (2019)Tradisi Palang Pintu <https://www.kompas.com/stori/read/2022/07/15/160000879>