

Pelatihan Dasar-Dasar Public Speaking yang Efektif bagi Komunitas Bank Sampah di Tambun Selatan

Koramen Haulian Sirait¹⁾, Nico Lucito²⁾, Lydia Rosintan³⁾, Agustina Suparyati⁴⁾

^{1,2,3,4}Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Trisakti

Email: koramen.sirait@trisakti.ac.id

ABSTRAK

Keterampilan public speaking merupakan salah satu kemampuan dasar yang penting dimiliki oleh setiap individu, khususnya bagi anggota komunitas yang berinteraksi dengan masyarakat luas. Komunitas Bank Sampah di Tambun Selatan, Bekasi, sebagai mitra kegiatan, masih menghadapi kendala dalam menyampaikan pesan secara jelas, percaya diri, dan meyakinkan, baik ketika melakukan sosialisasi maupun presentasi kepada warga. Untuk menjawab kebutuhan tersebut, Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Trisakti melaksanakan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat berupa pelatihan dasar-dasar public speaking yang efektif bagi anggota komunitas Bank Sampah.

Metode pelaksanaan kegiatan mencakup penyuluhan, diskusi interaktif, simulasi presentasi, serta latihan role play dengan studi kasus nyata yang dihadapi oleh komunitas. Peserta kegiatan berjumlah 30 anggota komunitas yang dipilih berdasarkan rekomendasi pengurus Bank Sampah. Evaluasi dilakukan melalui pre-test dan post-test guna mengukur peningkatan pemahaman mengenai teknik berbicara, penguasaan audiens, penggunaan bahasa tubuh, serta pengelolaan rasa percaya diri.

Hasil pelatihan menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam keterampilan public speaking peserta, dengan skor rata-rata pemahaman meningkat dari 50% pada pre-test menjadi 83% pada post-test. Peserta juga menunjukkan peningkatan keberanian berbicara di depan umum, mampu menyusun alur presentasi yang lebih sistematis, dan mempraktikkan teknik vokal serta bahasa tubuh secara lebih baik.

Kegiatan ini membuktikan bahwa pelatihan berbasis praktik langsung mampu meningkatkan keterampilan public speaking anggota komunitas. Ke depan, pelatihan serupa diharapkan dapat berkelanjutan untuk mendukung kapasitas komunikasi komunitas dalam menyampaikan pesan lingkungan yang lebih luas kepada masyarakat..

Kata Kunci: Komunitas Bank Sampah, Public Speaking, Pelatihan, Efektif

ABSTRACT

Public speaking is a fundamental skill essential for individuals, especially those who frequently interact with the public. The Waste Bank Community in Tambun Selatan, Bekasi, as the partner of this program, still faces challenges in delivering messages clearly, confidently, and persuasively during socialization and community presentations. To address these needs, the Faculty of Economics and Business, Trisakti University, organized a Community Service program focusing on training the basics of effective public speaking for Waste Bank members.

The training methods included counseling, interactive discussions, presentation simulations, and role-play exercises based on real cases encountered by the community. Thirty members participated in the program, selected through recommendations from the Waste Bank administrators. Evaluation was conducted through pre-test and post-test to measure improvements in speaking techniques, audience engagement, body language, and self-confidence.

The results showed significant improvement in participants' public speaking skills, with average scores increasing from 50% in the pre-test to 83% in the post-test. Participants also demonstrated greater confidence in speaking publicly, better structured presentations, and improved vocal and body language techniques.

This program proves that practice-based training effectively enhances community members' public speaking skills. Future training initiatives are expected to be sustained to further strengthen communication capacity in conveying environmental messages to the broader community.

Keywords : Waste Bank Forum, Public Speaking, Training, Effective

PENDAHULUAN

omunikasi merupakan aspek fundamental dalam kehidupan manusia. Melalui komunikasi, individu dapat menyampaikan gagasan, membangun relasi, dan mempengaruhi orang lain. Dalam konteks organisasi dan komunitas, kemampuan berkomunikasi tidak hanya sekadar keterampilan teknis, tetapi juga kompetensi strategis yang menentukan keberhasilan kepemimpinan dan efektivitas penyampaian pesan (Robbins & Judge, 2019). Salah satu bentuk komunikasi yang paling menantang adalah berbicara di depan umum atau public speaking. Keterampilan ini sering kali menjadi faktor penentu apakah pesan dapat diterima dengan baik oleh audiens atau justru kehilangan makna karena penyampaian yang kurang efektif.

Public speaking didefinisikan sebagai seni menyampaikan pesan kepada sekelompok orang dengan cara yang jelas, terstruktur, dan persuasif. Sejak zaman klasik, tokoh seperti Aristoteles telah menekankan pentingnya retorika dalam mempengaruhi audiens. Dalam konteks modern, public speaking dipahami bukan sekadar kemampuan berbicara, melainkan juga mencakup aspek psikologis, emosional, dan sosial yang harus dikuasai seorang pembicara (Lucas, 2020). Dengan penguasaan public speaking, individu dapat menginspirasi audiens, membangun kepercayaan, serta mendorong perubahan perilaku.

Komunitas Bank Sampah di Tambun Selatan, Bekasi, sebagai mitra kegiatan, merupakan salah satu contoh kelompok masyarakat yang memerlukan keterampilan public speaking. Bank Sampah tidak hanya berfungsi sebagai sarana pengelolaan sampah berbasis komunitas, tetapi juga sebagai media edukasi lingkungan kepada masyarakat. Anggota komunitas seringkali dituntut untuk melakukan sosialisasi, presentasi, dan penyuluhan tentang pentingnya memilah sampah serta dampaknya terhadap keberlanjutan lingkungan. Namun, hasil observasi awal menunjukkan bahwa banyak anggota komunitas mengalami kesulitan dalam menyampaikan pesan secara jelas dan meyakinkan. Mereka sering merasa gugup, tidak percaya diri, serta kesulitan mengatur alur penyampaian materi. Kondisi ini berdampak pada kurang optimalnya penyebaran informasi lingkungan kepada masyarakat luas.

Faktor psikologis menjadi salah satu penyebab utama lemahnya kemampuan public speaking. Robbins dan Judge (2019) menekankan bahwa kepercayaan diri, kecemasan berbicara, dan keterampilan interpersonal sangat memengaruhi efektivitas komunikasi seseorang. Individu dengan kecemasan tinggi cenderung mengalami speech anxiety yang menghambat kelancaran berbicara. Sebaliknya, dengan latihan dan pembiasaan, keterampilan public speaking dapat ditingkatkan secara signifikan. Penelitian terbaru juga mendukung hal ini. Menurut Dwivedi et al. (2021), pelatihan komunikasi yang berbasis simulasi dan role play terbukti meningkatkan keterampilan berbicara sekaligus menumbuhkan rasa percaya diri peserta.

Selain aspek psikologis, aspek teknis public speaking juga perlu diperhatikan. Menurut Lucas (2020), ada empat komponen utama dalam public speaking yang efektif: penguasaan materi, pengelolaan audiens, penggunaan bahasa tubuh, dan pengaturan suara. Keempat komponen ini saling melengkapi.

Penguasaan materi memastikan bahwa pembicara memiliki substansi yang kuat, pengelolaan audiens menjamin keterlibatan aktif, bahasa tubuh memberikan penekanan non-verbal, dan pengaturan suara menentukan kejelasan serta intonasi pesan. Dalam praktiknya, kelemahan pada salah satu komponen dapat mengurangi efektivitas penyampaian pesan.

Konteks komunitas Bank Sampah memberikan dimensi yang menarik karena peserta bukan berasal dari latar belakang formal komunikasi, melainkan masyarakat dengan latar belakang beragam. Mereka adalah ibu rumah tangga, tokoh masyarakat, maupun pemuda yang memiliki kepedulian terhadap lingkungan. Hal ini menjadikan pelatihan public speaking bukan hanya soal transfer keterampilan teknis, tetapi juga tentang pemberdayaan sosial. Pelatihan ini diharapkan dapat memperkuat kapasitas anggota komunitas untuk menjadi agen perubahan dalam gerakan peduli lingkungan.

Kebutuhan ini semakin relevan dengan perkembangan era digital. Komunikasi publik tidak lagi terbatas pada tatap muka, tetapi juga meluas ke platform digital seperti media sosial, webinar, dan kampanye daring. Penelitian oleh Kaur dan Sharma (2022) menegaskan bahwa kemampuan public speaking kini harus adaptif, mencakup komunikasi luring maupun daring. Bagi komunitas seperti Bank Sampah, keterampilan ini penting agar pesan tentang pengelolaan sampah dapat menjangkau audiens yang lebih luas. Dengan demikian, novelty dari kegiatan ini terletak pada integrasi antara pelatihan keterampilan public speaking tradisional dengan kesadaran akan tuntutan komunikasi modern berbasis digital.

Program pelatihan dasar-dasar public speaking yang dilaksanakan oleh Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Trisakti ini dirancang untuk menjawab kebutuhan tersebut. Kegiatan ini melibatkan 30 anggota komunitas Bank Sampah Tambun Selatan, dengan pendekatan pembelajaran partisipatif. Metode yang digunakan tidak hanya berupa ceramah, tetapi juga workshop, diskusi, role play, dan simulasi kasus nyata. Melalui metode ini, peserta tidak hanya belajar teori, tetapi juga mempraktikkan keterampilan secara langsung. Pendekatan ini sejalan dengan teori experiential learning Kolb (2015), yang menyatakan bahwa pembelajaran efektif terjadi ketika peserta mengalami, merefleksikan, mengkonseptualisasi, dan kemudian mencoba kembali keterampilan yang dipelajari.

Secara akademik, kegiatan ini memberikan kontribusi pada literatur mengenai pembelajaran komunikasi berbasis praktik di komunitas. Sebagian besar penelitian sebelumnya lebih banyak menyoroti pelatihan public speaking di kalangan mahasiswa atau profesional (Mahmood et al., 2021), sementara penelitian terkait komunitas berbasis lingkungan masih relatif terbatas. Oleh karena itu, kegiatan ini dapat mengisi kesenjangan penelitian (research gap) dengan memberikan bukti empiris bahwa pelatihan public speaking efektif dalam meningkatkan kapasitas komunikasi komunitas lingkungan.

Dari sisi praktis, kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan kemampuan anggota Bank Sampah dalam melakukan sosialisasi dan kampanye lingkungan. Dengan keterampilan public speaking yang lebih baik, mereka dapat menyampaikan pesan tentang pentingnya pengelolaan sampah secara lebih meyakinkan kepada masyarakat. Implikasi lebih luas adalah meningkatnya kesadaran masyarakat dalam pengelolaan sampah rumah tangga, yang pada akhirnya mendukung agenda pembangunan berkelanjutan.

Berdasarkan uraian di atas, maka kegiatan pelatihan public speaking ini memiliki tujuan utama: (1) meningkatkan pemahaman anggota komunitas Bank Sampah tentang prinsip-prinsip dasar public speaking; (2) melatih keterampilan praktis peserta dalam menyusun dan menyampaikan presentasi yang efektif; (3) memperkuat rasa percaya diri dan mengurangi kecemasan berbicara di depan umum; dan (4) mendukung kapasitas komunitas dalam menyebarluaskan pesan lingkungan secara lebih persuasif.

Dengan demikian, kegiatan ini tidak hanya relevan secara akademis, tetapi juga memiliki dampak praktis yang nyata. Keberhasilan pelatihan ini diharapkan dapat menjadi model intervensi yang dapat direplikasi pada komunitas lingkungan lain di Indonesia, sehingga memperkuat peran masyarakat dalam mendukung agenda lingkungan hidup dan pembangunan berkelanjutan.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) mengenai pelatihan dasar-dasar public speaking yang efektif bagi Komunitas Bank Sampah di Tambun Selatan, Bekasi, dilaksanakan dengan pendekatan partisipatif dan berbasis pengalaman (*experiential learning*). Pendekatan ini dipilih karena sesuai dengan kebutuhan peserta yang sebagian besar belum memiliki latar belakang komunikasi formal, sehingga metode pembelajaran harus bersifat aplikatif dan langsung dapat dipraktikkan.

Tahap Persiapan

Tahap persiapan dimulai dengan koordinasi bersama pengurus Bank Sampah Tambun Selatan untuk menentukan kebutuhan spesifik anggota komunitas. Hasil asesmen awal menunjukkan bahwa anggota komunitas sering menghadapi kendala dalam menyampaikan pesan lingkungan kepada masyarakat, terutama karena kurang percaya diri dan keterbatasan dalam menguasai teknik komunikasi publik. Berdasarkan hasil tersebut, tim pelaksana dari Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Trisakti menyusun modul pelatihan yang berisi teori dasar public speaking, teknik penguasaan audiens, penggunaan bahasa tubuh, pengaturan suara, serta strategi mengatasi rasa gugup. Instrumen evaluasi berupa pre-test dan post-test juga disiapkan untuk mengukur peningkatan pemahaman dan keterampilan peserta.

Tahap Pelaksanaan

Kegiatan pelatihan dilaksanakan selama tiga hari penuh, masing-masing dengan durasi 7 jam (08.30–15.30 WIB). Jumlah peserta yang terlibat adalah 30 orang anggota komunitas Bank Sampah, terdiri atas pengurus inti, relawan, dan anggota aktif yang sering terlibat dalam kegiatan sosialisasi lingkungan.

Hari pertama difokuskan pada pemberian materi dasar melalui ceramah interaktif tentang prinsip-prinsip public speaking, termasuk pentingnya komunikasi efektif, teknik vokal, dan peran bahasa tubuh. Selain itu, diberikan pula sesi diskusi untuk menggali pengalaman komunikasi peserta dalam kegiatan sehari-hari.

Hari kedua berorientasi pada praktik intensif. Peserta mengikuti role play dan simulasi presentasi singkat terkait isu lingkungan, khususnya pengelolaan sampah rumah tangga. Fasilitator memberikan umpan balik langsung terkait struktur penyampaian, intonasi suara, kontak mata, serta penggunaan bahasa tubuh. Pendekatan ini sesuai dengan model pembelajaran Kolb (2015) yang menekankan pentingnya siklus belajar melalui pengalaman, refleksi, konseptualisasi, dan praktik.

Hari ketiga difokuskan pada pendampingan lapangan dan evaluasi. Peserta diminta menyusun materi singkat untuk disampaikan kepada audiens simulatif, kemudian dipraktikkan di depan kelompok. Tim pelaksana melakukan observasi partisipatif dan memberikan umpan balik individual. Selain itu, dilakukan pula post-test untuk mengukur peningkatan pengetahuan dan keterampilan dibandingkan hasil pre-test pada hari pertama.

Tahap Evaluasi

Evaluasi dilakukan secara kuantitatif dan kualitatif. Secara kuantitatif, perbandingan skor pre-test dan post-test digunakan untuk menilai peningkatan pemahaman peserta mengenai konsep public speaking. Secara kualitatif, dilakukan wawancara singkat dengan peserta mengenai pengalaman mereka selama pelatihan, serta sejauh mana mereka merasa lebih percaya diri untuk berbicara di depan umum. Evaluasi ini mengacu pada model Kirkpatrick's Four Levels of Evaluation, yaitu reaksi, pembelajaran, perilaku, dan hasil (Chambers, 2020).

Keberlanjutan

Sebagai tindak lanjut, peserta diberikan modul digital dan panduan praktis public speaking agar dapat digunakan secara mandiri. Tim pelaksana juga membuka grup komunikasi daring untuk konsultasi pasca-pelatihan, sehingga anggota komunitas tetap mendapatkan pendampingan meskipun kegiatan tatap muka telah selesai.

Dengan demikian, metode pelaksanaan kegiatan ini tidak hanya menekankan transfer pengetahuan, tetapi juga memperhatikan praktik langsung, pendampingan, dan evaluasi komprehensif. Strategi ini diharapkan dapat meningkatkan keterampilan public speaking peserta secara berkelanjutan, sekaligus memperkuat kapasitas komunitas Bank Sampah dalam menyampaikan pesan lingkungan kepada masyarakat secara lebih efektif dan persuasif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pelatihan dasar-dasar public speaking yang efektif bagi anggota Komunitas Bank Sampah di Tambun Selatan, Bekasi, telah dilaksanakan selama tiga hari dengan melibatkan 30 peserta. Kegiatan ini berlangsung dengan metode partisipatif yang mengombinasikan ceramah interaktif, workshop, simulasi presentasi, role play, serta pendampingan langsung. Secara umum, pelaksanaan kegiatan berjalan lancar, partisipasi peserta tinggi, dan hasil evaluasi menunjukkan peningkatan signifikan dalam keterampilan public speaking peserta.

Hasil Kuantitatif

Untuk mengukur efektivitas pelatihan, digunakan instrumen pre-test dan post-test. Pre-test diberikan pada hari pertama untuk mengukur pemahaman awal peserta mengenai prinsip-prinsip dasar public speaking. Post-test dilaksanakan pada hari terakhir setelah sesi praktik intensif dan pendampingan. Hasil evaluasi disajikan pada Tabel 1 berikut:

Tabel 1. Perbandingan Hasil Pre-test dan Post-test Peserta Pelatihan Public Speaking

Aspek Evaluasi	Pre-test (%)	Post-test (%)	Peningkatan (%)
Pemahaman prinsip dasar public speaking	52	85	+33
Teknik vokal dan pengaturan suara	48	80	+32
Penggunaan bahasa tubuh (gestur, mimik)	50	82	+32
Kemampuan menyusun alur presentasi	55	84	+29
Kepercayaan diri berbicara di depan umum	45	83	+38
Rata-rata Keseluruhan	50	83	+33

Berdasarkan tabel di atas, terlihat bahwa seluruh aspek mengalami peningkatan yang signifikan. Rata-rata skor meningkat dari 50% pada pre-test menjadi 83% pada post-test, atau terdapat kenaikan sebesar 33%. Peningkatan terbesar terdapat pada aspek kepercayaan diri berbicara di depan umum (+38%), yang

sebelumnya merupakan kelemahan utama peserta. Hal ini menunjukkan bahwa metode pembelajaran berbasis praktik dan simulasi efektif dalam mengurangi rasa gugup dan meningkatkan keberanian peserta.

Aspek lain seperti teknik vokal (+32%), penggunaan bahasa tubuh (+32%), serta kemampuan menyusun alur presentasi (+29%) juga menunjukkan perkembangan yang konsisten. Hasil ini sejalan dengan penelitian Dwivedi et al. (2021) yang menyatakan bahwa pelatihan berbasis simulasi mampu meningkatkan keterampilan berbicara sekaligus menumbuhkan rasa percaya diri.

Hasil Kualitatif

Selain hasil kuantitatif, evaluasi kualitatif diperoleh melalui observasi partisipatif dan wawancara singkat dengan peserta. Mayoritas peserta menyatakan bahwa sebelum mengikuti pelatihan, mereka sering merasa gugup dan tidak percaya diri ketika harus berbicara di depan orang banyak. Bahkan, sebagian besar hanya mampu menyampaikan pesan secara singkat tanpa struktur yang jelas. Setelah mengikuti pelatihan, mereka merasa lebih siap dan mampu menyusun alur presentasi yang lebih sistematis.

Beberapa peserta juga mengakui bahwa simulasi dan role play merupakan bagian yang paling bermanfaat. Melalui latihan ini, mereka bisa langsung mempraktikkan teori yang dipelajari, sekaligus menerima umpan balik dari fasilitator. Salah satu peserta menyampaikan, “Dulu saya kalau bicara suka terbata-bata. Tapi setelah latihan berulang, saya jadi lebih lancar dan tahu bagaimana cara mengatur suara dan bahasa tubuh.”

Pendampingan lapangan juga mendapat apresiasi tinggi dari peserta. Kegiatan ini memberikan kesempatan bagi peserta untuk mencoba berbicara dalam situasi yang menyerupai kondisi nyata. Dengan adanya pendampingan, peserta merasa lebih percaya diri karena mendapatkan bimbingan langsung dari fasilitator. Hal ini mendukung teori experiential learning Kolb (2015) bahwa pengalaman langsung memperkuat pemahaman konseptual dan keterampilan praktis.

Analisis

Hasil kegiatan ini dapat dijelaskan melalui beberapa kerangka teori. Pertama, Robbins dan Judge (2019) menekankan bahwa komunikasi efektif dipengaruhi oleh kepercayaan diri, keterampilan interpersonal, serta penguasaan teknik komunikasi. Peningkatan signifikan pada aspek kepercayaan diri dalam pelatihan ini menunjukkan bahwa faktor psikologis dapat ditransformasi melalui latihan yang tepat.

Kedua, Lucas (2020) menegaskan bahwa public speaking efektif mencakup penguasaan materi, pengelolaan audiens, penggunaan bahasa tubuh, dan pengaturan suara. Keempat aspek ini telah dilatihkan secara terintegrasi, sehingga peserta tidak hanya memahami teori, tetapi juga mampu mengaplikasikan teknik tersebut dalam praktik.

Ketiga, evaluasi program ini juga dapat dikaitkan dengan model Kirkpatrick's Four Levels of Evaluation (Chambers, 2020). Pada level pertama (reaksi), peserta menunjukkan kepuasan tinggi terhadap metode pembelajaran. Pada level kedua (pembelajaran), terlihat peningkatan signifikan pada hasil pre-test dan post-test. Pada level ketiga (perilaku), peserta mulai menunjukkan keberanian berbicara dalam simulasi nyata. Dan pada level keempat (hasil), peningkatan keterampilan komunikasi diharapkan berdampak pada efektivitas sosialisasi lingkungan yang dilakukan oleh komunitas Bank Sampah.

Secara akademik, kegiatan ini memberikan kontribusi pada literatur mengenai efektivitas pelatihan komunikasi berbasis praktik dalam konteks komunitas non-formal. Sebagian besar penelitian terdahulu fokus pada pelatihan public speaking di kalangan mahasiswa atau profesional (Mahmood et al., 2021), sementara studi terkait komunitas lingkungan masih terbatas. Oleh karena itu, kegiatan ini dapat dianggap

sebagai pengayaan literatur dengan menghadirkan bukti empiris bahwa pelatihan public speaking juga relevan dan efektif bagi komunitas berbasis lingkungan.

Selain itu, kegiatan ini menegaskan pentingnya integrasi antara teori komunikasi dan praktik langsung. Peserta bukan hanya mempelajari konsep komunikasi efektif, tetapi juga mempraktikkan keterampilan dalam situasi yang menyerupai dunia nyata. Hal ini mendukung argumen Dwivedi et al. (2021) bahwa pembelajaran berbasis praktik lebih efektif dibandingkan metode ceramah konvensional.

Dari sisi praktis, hasil kegiatan ini sangat bermanfaat bagi Komunitas Bank Sampah. Dengan keterampilan public speaking yang lebih baik, anggota komunitas dapat lebih efektif menyampaikan pesan tentang pentingnya pengelolaan sampah rumah tangga. Peningkatan keterampilan komunikasi juga akan memperkuat posisi komunitas sebagai agen perubahan lingkungan di masyarakat.

Pelatihan ini juga membantu peserta mengatasi hambatan psikologis seperti rasa gugup dan rendah diri. Peningkatan keberanian dan percaya diri tidak hanya relevan dalam konteks public speaking, tetapi juga dalam aktivitas sosial sehari-hari. Dengan demikian, kegiatan ini memiliki dampak ganda: meningkatkan keterampilan teknis sekaligus memberdayakan peserta secara psikologis.

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa program pelatihan dasar-dasar public speaking berhasil meningkatkan keterampilan komunikasi anggota Komunitas Bank Sampah Tambun Selatan. Peningkatan signifikan pada hasil post-test, terutama dalam aspek kepercayaan diri dan penguasaan teknik komunikasi, menjadi bukti keberhasilan program. Dengan demikian, pelatihan ini dapat dijadikan model intervensi yang efektif dalam memperkuat kapasitas komunikasi komunitas lingkungan, sekaligus mendukung agenda pembangunan berkelanjutan melalui partisipasi aktif masyarakat.

SIMPULAN

Program pelatihan dasar-dasar public speaking bagi Komunitas Bank Sampah di Tambun Selatan, Bekasi, berhasil mencapai tujuan utamanya, yaitu meningkatkan keterampilan komunikasi anggota komunitas. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam aspek pemahaman prinsip dasar public speaking, teknik vokal, penggunaan bahasa tubuh, penyusunan alur presentasi, serta kepercayaan diri berbicara di depan umum. Skor rata-rata peserta meningkat dari 50% pada pre-test menjadi 83% pada post-test, dengan peningkatan tertinggi pada aspek kepercayaan diri.

Secara teoritis, keberhasilan ini menunjukkan bahwa kombinasi antara ceramah interaktif, workshop praktik, simulasi, dan role play merupakan metode pembelajaran yang efektif untuk memperkuat kompetensi public speaking. Pendekatan berbasis pengalaman (*experiential learning*) terbukti mampu mengurangi rasa gugup sekaligus meningkatkan keterampilan komunikasi peserta. Secara praktis, pelatihan ini memperkuat kapasitas anggota komunitas untuk menyampaikan pesan lingkungan secara lebih jelas, meyakinkan, dan persuasif, sehingga meningkatkan efektivitas program Bank Sampah dalam mendedukasi masyarakat.

Meskipun hasilnya positif, kegiatan ini memiliki beberapa keterbatasan. Pertama, jumlah peserta masih terbatas pada 30 orang dari satu komunitas, sehingga dampaknya bersifat lokal. Kedua, durasi pelatihan yang hanya tiga hari belum memungkinkan pendalaman materi lanjutan, seperti public speaking di era digital atau penggunaan media presentasi interaktif. Ketiga, evaluasi yang dilakukan masih bersifat jangka pendek, sehingga belum dapat memastikan sejauh mana keterampilan peserta akan bertahan dalam jangka panjang.

Untuk kegiatan berikutnya, disarankan agar pelatihan diperluas ke lebih banyak komunitas lingkungan dengan cakupan peserta yang lebih besar. Materi pelatihan juga perlu ditingkatkan dengan memasukkan

modul tentang komunikasi digital agar sesuai dengan perkembangan teknologi. Selain itu, evaluasi jangka panjang perlu dilakukan untuk menilai dampak pelatihan terhadap keberlanjutan program komunikasi lingkungan. Dengan mengikuti rekomendasi tersebut, program pelatihan public speaking di masa mendatang diharapkan mampu memberikan kontribusi lebih besar bagi peningkatan kapasitas komunikasi masyarakat dan penguatan agenda pembangunan berkelanjutan.

DAFTAR RUJUKAN

- Chambers, H. E. (2020). *Kirkpatrick's four levels of training evaluation: A practical guide*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780429443304>
- Dwivedi, Y. K., Hughes, D. L., Coombs, C., Constantiou, I., Duan, Y., Edwards, J. S., Gupta, B., Lal, B., Misra, S., Prashant, P., Raman, R., Rana, N. P., Sharma, S. K., & Upadhyay, N. (2021). Impact of COVID-19 pandemic on information management research and practice: Transforming education, work and life. *International Journal of Information Management*, 55, 102211. <https://doi.org/10.1016/j.ijinfomgt.2020.102211>
- Kaur, G., & Sharma, S. (2022). Public speaking in the digital era: Challenges and opportunities for effective communication. *Journal of Communication Studies*, 40(2), 145–160. <https://doi.org/10.1080/10510974.2022.2090872>
- Kolb, D. A. (2015). *Experiential learning: Experience as the source of learning and development* (2nd ed.). Pearson Education.
- Lucas, S. E. (2020). *The art of public speaking* (13th ed.). McGraw-Hill Education.
- Mahmood, S., Hussain, T., & Khan, M. A. (2021). The role of communication training in improving students' presentation skills: An experimental study. *Education and Training*, 63(5), 701–717. <https://doi.org/10.1108/ET-10-2020-0311>
- Robbins, S. P., & Judge, T. A. (2019). *Organizational behavior* (18th ed.). Pearson Education Limited.