

MENINGKATKAN PUBLIC SPEAKING SELF-EFFICACY PADA REMAJA MELALUI ROLE MODELING DAN PENDEKATAN PSIKOPEDAGOGIS

Aprilia Rambe¹⁾, Rohman Daka²⁾, Nadia Putri²⁾, Hafiz Nasirun³⁾, M. Abdul Hamid Zubair³⁾, Iis Puspitasari³⁾, Ganar Rajni Fathariq³⁾, Reztika Cahyani³⁾, Rahma Wati¹⁾, Nur Afifah¹⁾, Marianus Antonius Muga⁴⁾, Ratih Yulianingsih⁵⁾

¹⁾ Fakultas Psikologi, Universitas Indonesia

²⁾ Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Indonesia

³⁾ Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Indonesia

⁴⁾ Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Indonesia

⁵⁾ Fakultas Kedokteran, Universitas Indonesia

aprilia.rambe@ui.ac.id.

Abstract

Public speaking is a crucial skill for adolescents to develop, support self-development, academic success, and social participation. However, many adolescents still experience anxiety about public speaking due to low self-efficacy. This community service activity aims to improve adolescents' public speaking self-efficacy through a combination of role modeling and a psychopedagogical approach. The program was implemented at the Miftahul Jannah Mosque in Suka Maju Village, Depok, over two sessions with 19 adolescents aged 13–19. The implementation methods included interactive lectures, hands-on practice, and the provision of training modules. Field observations showed that participants demonstrated significant improvements in self-confidence, articulation skills, and mastery of verbal and nonverbal communication techniques. Reflection results indicated that the role modeling method was effective in providing concrete examples and fostering motivation, while the psychopedagogical approach helped participants manage their emotions and develop a positive mindset regarding speaking skills. This activity successfully increased adolescents' self-confidence and preparedness for public speaking.

Keywords: Public Speaking, Self-Efficacy, Role Modeling, Psychopedagogical, Adolescents.

Abstrak

Kemampuan public speaking merupakan keterampilan penting yang perlu dimiliki remaja untuk mendukung pengembangan diri, keberhasilan akademik, dan partisipasi sosial. Namun, banyak remaja masih mengalami kecemasan berbicara di depan umum akibat rendahnya self-efficacy. Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan public speaking self-efficacy remaja melalui kombinasi metode role modeling dan pendekatan psikopedagogis. Program dilaksanakan di Mushala Miftahul Jannah, Desa Suka Maju, Depok, selama dua kali pertemuan yang diikuti oleh 19 remaja berusia 13–19 tahun. Metode pelaksanaan meliputi ceramah interaktif, praktik langsung, dan pemberian modul pelatihan. Observasi lapangan menunjukkan bahwa peserta menunjukkan peningkatan signifikan dalam kepercayaan diri, kemampuan artikulasi, serta penguasaan teknik komunikasi verbal dan nonverbal. Hasil refleksi menunjukkan bahwa metode role modeling efektif dalam memberikan contoh nyata dan menumbuhkan motivasi, sedangkan pendekatan psikopedagogis membantu peserta mengelola emosi dan membentuk mindset positif terhadap kemampuan berbicara. Kegiatan ini berhasil meningkatkan rasa percaya diri dan kesiapan remaja untuk tampil di depan umum.

Keywords: Public Speaking, Self-Efficacy, Role Modeling, Psikopedagogis, Remaja.

PENDAHULUAN

Kemampuan berbicara di depan umum atau *public speaking* merupakan keterampilan komunikasi penting yang mendukung keberhasilan individu dalam pendidikan, pekerjaan, dan kehidupan sosial (Lucas, 2020). Dalam konteks abad ke-21, kemampuan komunikasi menjadi salah satu *soft skills* utama yang harus dimiliki generasi muda agar mampu bersaing dan berkontribusi positif di masyarakat (OECD, 2022). Namun, banyak remaja yang masih mengalami kecemasan berbicara di depan umum atau *Public speaking anxiety*, yang berdampak pada rendahnya kepercayaan diri dan efektivitas komunikasi (Bodie, 2010; Lestiono & Lee, 2024).

Masa remaja merupakan periode kritis dalam pembentukan identitas diri dan keterampilan sosial, termasuk kemampuan berbicara di depan umum (Santrock, 2021). Menurut (Bandura, 1997), kepercayaan diri seseorang terhadap kemampuannya untuk melakukan suatu tindakan, atau *self-efficacy*, sangat berpengaruh terhadap performa dan ketekunan dalam menghadapi tantangan. Dalam konteks *public speaking*, *self-efficacy* yang tinggi membuat individu lebih berani tampil, mampu menyampaikan pesan dengan lebih jelas, terstruktur dan adaptif (Alrashidi et al., 2023; De Sousa Mata et al., 2021). Oleh karena itu, upaya pengembangan *public speaking self-efficacy* penting untuk dilakukan terutama di kalangan remaja.

Kenyataannya, penelitian menunjukkan bahwa banyak remaja di Indonesia masih mengalami kesulitan dalam mengembangkan kemampuan berbicara di depan umum karena kurangnya kesempatan latihan dan lingkungan yang mendukung (Yulianti & Fitriana, 2022). Hal ini diperparah

oleh budaya malu dan takut salah yang masih melekat kuat, terutama di wilayah perkotaan seperti Depok (Hidayat & Rakhman, 2021). Akibatnya, banyak remaja yang cenderung pasif dalam kegiatan sosial atau akademik yang menuntut kemampuan berbicara di depan umum.

Salah satu pendekatan yang efektif untuk meningkatkan *self-efficacy* dalam *public speaking* adalah melalui metode *role modeling*. Teori *social learning* (Bandura, 1986) menjelaskan bahwa individu belajar melalui observasi terhadap model yang relevan, di mana keberhasilan model dapat menumbuhkan keyakinan bahwa individu juga mampu melakukan hal yang sama. Dalam pelatihan *public speaking*, kehadiran model yang menunjukkan teknik komunikasi, ekspresi, dan pengelolaan emosi dapat meningkatkan motivasi serta rasa percaya diri peserta (Schunk & Pajares, 2002).

Selain *role modeling*, pendekatan psikopedagogis juga efektif digunakan dalam konteks pelatihan remaja. Pendekatan ini menekankan pada pengembangan aspek psikologis (motivasi, emosi, dan keyakinan diri) serta pedagogis (strategi belajar yang interaktif dan reflektif) untuk membentuk pengalaman belajar yang bermakna (Vygotsky, 1978; Woolfolk, 2021). Melalui interaksi, refleksi, dan umpan balik positif, peserta dapat belajar mengelola kecemasan, membangun empati komunikasi, dan meningkatkan kepercayaan diri saat berbicara di depan umum (Ormrod, 2020).

Beberapa penelitian terdahulu mendukung efektivitas kedua pendekatan tersebut. Misalnya, penelitian oleh (Prasetyo & Nugroho, 2020) menunjukkan bahwa pelatihan *public speaking* berbasis *role modeling*

dapat meningkatkan *self-efficacy* komunikasi mahasiswa secara signifikan. Studi lain oleh (Sari et al. 2021) menemukan bahwa pendekatan psikopedagogis mampu menumbuhkan keberanian dan kemampuan ekspresif siswa sekolah menengah. Namun, sebagian besar penelitian tersebut masih berfokus pada konteks pendidikan formal, belum banyak yang diterapkan dalam pengabdian masyarakat dengan target remaja di wilayah urban seperti Depok.

Berdasarkan kondisi tersebut, kegiatan pengabdian masyarakat di Desa Suka Maju, Depok, ini dirancang untuk mengembangkan *public speaking self-efficacy* remaja melalui kombinasi metode *role modeling* dan pendekatan psikopedagogis. Kegiatan dilakukan dalam dua pertemuan, dimulai dengan penyampaian materi oleh model atau narasumber inspiratif, kemudian dilanjutkan dengan sesi praktik dan refleksi langsung. Model ini memungkinkan peserta untuk belajar secara observasional dan aplikatif sekaligus memperkuat kepercayaan diri melalui pengalaman langsung berbicara di depan umum (Bandura, 1997; Schunk, 2012). Dengan demikian, pengabdian ini diharapkan dapat menjawab kesenjangan antara teori dan praktik pengembangan *self-efficacy* remaja di masyarakat.

METODE

Desain Kegiatan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan pendekatan ceramah interaktif, praktik langsung, dan pemberian modul pembelajaran. Metode ceramah dipilih untuk memberikan pemahaman konseptual tentang dasar-dasar *public speaking*, sementara praktik digunakan untuk membangun keterampilan dan

meningkatkan *self-efficacy* melalui pengalaman langsung (*experiential learning*) (Kolb, 1984). Pemberian modul berfungsi sebagai bahan belajar mandiri bagi peserta agar dapat melakukan refleksi dan latihan lanjutan setelah kegiatan selesai (Schunk, 2012).

Selain itu, kegiatan dirancang dengan pendekatan psikopedagogis dan strategi *role modeling*, di mana pemateri berperan sebagai figur panutan yang memperlihatkan teknik berbicara efektif, ekspresi, dan gestur positif di depan publik (Bandura, 1997). Pendekatan ini memungkinkan peserta belajar melalui observasi dan meniru perilaku komunikatif model, sekaligus mendapatkan umpan balik langsung untuk memperkuat rasa percaya diri berbicara (Ormrod, 2020).

Lokasi dan Waktu Pelaksanaan

Kegiatan dilaksanakan di Mushala Miftahul Jannah, RW 10, Kelurahan Sukamaju, Kecamatan Cilodong, Kota Depok. Program ini terdiri atas dua sesi utama, yaitu:

1. Pertemuan 1: *Public Speaking "Bye-Bye Grogi (Mengubah Ketakutan Menjadi Kekuatan)"*, dilaksanakan pada 28 September 2025 pukul 09.00–11.30 WIB.

2. Pertemuan 2: *Public Speaking "Berani Tampil, Berani Menginspirasi (Seni Membuat Orang Terkesima)"*, dilaksanakan pada 11 Oktober 2025 pukul 13.30–14.45 WIB.

Kegiatan ini diikuti oleh 19 remaja dari Desa Suka Maju dengan rentang usia 13–19 tahun. Setiap pertemuan dipandu oleh fasilitator dan narasumber berpengalaman di bidang komunikasi dan psikologi pendidikan.

Tahapan Pelaksanaan Kegiatan

Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui lima tahapan utama yang disusun secara sistematis, yaitu:

1. Observasi Awal
Tim pengabdian melakukan observasi lapangan untuk mengidentifikasi kebutuhan remaja terkait kemampuan *public speaking*, tingkat kepercayaan diri, serta hambatan psikologis yang dihadapi. Observasi dilakukan melalui wawancara informal dengan peserta dan tokoh masyarakat setempat (Pak RT dan Pak RW) (Creswell & Creswell, 2018).

2. Orientasi dan Persiapan
Sebelum kegiatan dimulai, tim melakukan survei lokasi, memperoleh izin dari pihak masjid, dan menyiapkan sarana pendukung seperti *whiteboard*, spidol, proyektor, laptop, dan *microphone*. Selain itu, tim menyiapkan modul pelatihan serta struktur kegiatan agar proses belajar berlangsung efektif dan menyenangkan (Woolfolk, 2021).

3. Pengenalan Materi
Sesi awal diisi dengan pemaparan teori dasar *public speaking*, mencakup penguasaan vokal (intonasi, artikulasi), gestur tubuh, kontak mata, dan pengelolaan emosi. Pemateri menyampaikan materi dengan gaya *storytelling* dan dialog interaktif untuk menciptakan suasana yang komunikatif (Lucas, 2020). Peserta diberikan contoh nyata dari pengalaman pembicara profesional sebagai bentuk *role modeling* (Bandura, 1986).

4. Praktik dan Latihan
Setelah pemaparan materi, peserta diminta melakukan praktik berbicara singkat di depan kelompok. Latihan ini bertujuan untuk menumbuhkan keberanian tampil dan meningkatkan *self-efficacy* dalam situasi nyata. Tutor memberikan umpan balik personal dan motivasi, menekankan bahwa kemampuan berbicara dapat ditingkatkan melalui latihan berkelanjutan (*deliberate practice*) (Ericsson, 2008).

5. Evaluasi dan Refleksi
Evaluasi dilakukan secara kualitatif

melalui observasi partisipatif terhadap respons peserta selama kegiatan, serta wawancara reflektif setelah pelatihan. Peserta ditanya mengenai perasaan sebelum dan sesudah pelatihan, serta manfaat yang dirasakan terhadap peningkatan kepercayaan diri. Metode evaluasi ini bertujuan menilai perubahan persepsi dan perilaku sebagai indikator peningkatan *self-efficacy* (Schwarzer & Warner, 2013).

Alat dan Bahan

Alat yang digunakan meliputi *laptop*, *microphone*, *proyektor*, *whiteboard*, spidol, dan modul pelatihan *public speaking*. Bahan ajar disusun berdasarkan prinsip komunikasi efektif, mencakup teknik pembukaan yang menarik, pengaturan nada suara, kontak mata, hingga pengelolaan kecemasan berbicara di depan umum (Bodie, 2010; Lucas, 2020). Modul diberikan dalam bentuk cetak agar peserta dapat belajar mandiri dan melakukan latihan lanjutan di rumah.

Analisis Pelaksanaan

Data hasil observasi dan refleksi dianalisis secara deskriptif kualitatif untuk menilai peningkatan *public speaking self-efficacy* remaja setelah mengikuti dua sesi pelatihan. Perubahan diamati melalui indikator: (1) keberanian tampil berbicara, (2) kemampuan menyusun kalimat yang terstruktur, dan (3) pengendalian rasa gugup di depan audiens. Pendekatan ini sejalan dengan metode evaluasi pelatihan berbasis *self-efficacy* yang direkomendasikan oleh (Bandura, 1997) dan (Schunk, 2012), di mana indikator keberhasilan diukur melalui peningkatan keyakinan diri dan performa nyata peserta.

HASIL

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat di Desa Suka Maju berjalan dengan lancar dan mendapatkan respons positif dari peserta maupun pihak masyarakat setempat. Kegiatan diikuti oleh 19 remaja berusia antara 13–19 tahun dengan latar belakang pendidikan SMP dan SMA. Secara umum, kegiatan ini terdiri dari dua pertemuan yang dilaksanakan pada 28 September 2025 dan 11 Oktober 2025 di Mushala Miftahul Jannah, RW 10, Kelurahan Sukamaju, Kecamatan Cilodong, Kota Depok.



Gambar 1: Kegiatan Public Speaking - "Bye-Bye Grogi"

Antusiasme dan Partisipasi Peserta

Selama kegiatan berlangsung, peserta menunjukkan tingkat antusiasme yang tinggi. Hal ini terlihat dari keaktifan remaja menjawab pertanyaan, berdiskusi, dan berani tampil dalam sesi praktik berbicara di depan audiens. Pada pertemuan pertama, sebagian besar peserta mengaku merasa gugup dan ragu ketika diminta berbicara di depan kelompok. Namun, setelah diberikan contoh langsung (*role modeling*) oleh fasilitator serta sesi latihan bertahap, sebagian besar peserta mulai menunjukkan peningkatan kepercayaan diri.

Berdasarkan hasil observasi lapangan, sebagian besar peserta tampak lebih ekspresif dan mampu

menyampaikan ide dengan artikulasi serta intonasi yang lebih baik dibandingkan awal sesi. Peserta juga melaporkan bahwa kegiatan ini membantu remaja mengurangi rasa grogi dan malu saat berbicara di depan umum. Peningkatan kepercayaan diri ini terlihat saat peserta tampil spontan dalam sesi latihan *storytelling* dan *speech improvisation* pada pertemuan kedua.

Penguasaan Materi dan Penerapan Teknik

Pemateri memberikan pelatihan meliputi teknik vokal (intonasi, artikulasi, tempo bicara), pengendalian gestur tubuh, kontak mata dengan audiens, serta cara mengatasi kecemasan berbicara. Peserta juga diajarkan pentingnya struktur pesan (*opening-body-closing*), penguasaan topik, dan improvisasi. Selama praktik, tutor memberikan umpan balik langsung terkait aspek nonverbal dan gaya komunikasi peserta. Hasil pengamatan menunjukkan bahwa sebagian besar peserta mampu memperbaiki kesalahan dari latihan pertama ke latihan berikutnya, terutama dalam aspek kejelasan suara, postur tubuh, dan kontak mata.

Refleksi Peserta dan Dampak Psikologis

Pada sesi refleksi akhir, peserta diminta menyampaikan pengalaman dan perasaan remaja setelah mengikuti kegiatan. Mayoritas menyatakan bahwa remaja menjadi lebih percaya diri dan termotivasi untuk tampil berbicara di depan kelas, lingkungan sekolah, maupun kegiatan sosial. Beberapa peserta juga mengungkapkan bahwa melihat pemateri tampil percaya diri dan energik menjadi inspirasi bagi remaja untuk berani berbicara di depan umum.

Hasil wawancara singkat menunjukkan bahwa sebagian besar peserta menilai metode pelatihan berbasis *role modeling* dan pendekatan psikopedagogis membantu remaja mengelola emosi dan mengubah persepsi bahwa public speaking adalah kemampuan yang hanya dimiliki orang tertentu. Remaja menyadari bahwa kemampuan tersebut dapat dipelajari dan ditingkatkan melalui latihan terarah dan dukungan lingkungan positif.

Pembahasan

Hasil kegiatan ini menunjukkan bahwa pendekatan berbasis *role modeling* dan psikopedagogis efektif dalam meningkatkan *public speaking self-efficacy* remaja. Temuan ini konsisten dengan teori *social cognitive* dari (Bandura, 1997), yang menekankan bahwa *self-efficacy* dapat ditingkatkan melalui empat sumber utama, yakni pengalaman keberhasilan pribadi (*mastery experience*), pengalaman vikarius melalui observasi (*vicarious experience*), persuasi verbal, dan regulasi emosi. Kegiatan pelatihan di Desa Suka Maju mengintegrasikan keempat sumber tersebut secara simultan melalui latihan langsung, peneladanan model, motivasi verbal dari tutor, dan pengelolaan kecemasan berbicara di depan umum.



Gambar 2: Kegiatan Public Speaking - Berani Tampil, Berani Menginspirasi

Pengaruh *Role Modeling* terhadap *Self-Efficacy*

Kehadiran pemateri sebagai *role model* berperan penting dalam meningkatkan kepercayaan diri peserta. Melalui observasi perilaku komunikatif yang ditunjukkan pemateri, peserta memperoleh gambaran konkret mengenai bagaimana berbicara dengan ekspresif dan meyakinkan. Hal ini sejalan dengan penelitian (Gladstone & Cimpian, 2021), yang menjelaskan bahwa pembelajaran observasional dapat memperkuat keyakinan diri siswa terhadap kemampuannya. Demikian pula, penelitian (Prasetyo & Nugroho, 2020) menunjukkan bahwa pelatihan *public speaking* berbasis *role modeling* meningkatkan *self-efficacy* mahasiswa karena peserta termotivasi oleh kesuksesan model yang remaja amati. Selain itu, *role modeling* juga menciptakan *social reinforcement* positif. Ketika peserta melihat rekan sebayanya tampil dengan percaya diri, remaja terdorong untuk mencoba dan meniru perilaku tersebut. Fenomena ini sejalan dengan konsep *vicarious reinforcement* (Bandura, 1986), di mana individu belajar melalui konsekuensi yang dialami orang lain. Dalam konteks kegiatan ini, keberhasilan peserta lain menjadi pendorong bagi remaja lain untuk mencoba berbicara tanpa rasa takut.

Efektivitas Pendekatan Psikopedagogis

Pendekatan psikopedagogis yang digunakan dalam kegiatan ini menekankan interaksi emosional, motivasional, dan kognitif peserta. Peserta tidak hanya diajarkan teknik berbicara, tetapi juga bagaimana mengelola kecemasan dan memperkuat keyakinan diri. Hal ini mendukung pandangan (Vygotsky, 1978) bahwa

pembelajaran yang efektif terjadi melalui *zone of proximal development* (ZPD), di mana bimbingan dari tutor membantu peserta berkembang ke tingkat kemampuan yang lebih tinggi.

Temuan ini juga sejalan dengan penelitian (Sari et al. 2021), yang menunjukkan bahwa pelatihan berbasis psikopedagogis meningkatkan keberanian siswa untuk berbicara karena pendekatan ini menciptakan lingkungan belajar yang aman dan suportif. Peserta tidak takut melakukan kesalahan karena tutor menekankan pentingnya proses, bukan hanya hasil. Sikap ini penting untuk menumbuhkan *growth mindset* pada remaja, yaitu keyakinan bahwa kemampuan dapat berkembang melalui usaha dan latihan (Dweck, 2016).

Pengaruh terhadap Keterampilan dan Kepercayaan Diri Remaja

Peningkatan *self-efficacy* yang ditunjukkan peserta setelah mengikuti kegiatan ini sejalan dengan hasil penelitian Bodie (2010) yang menyatakan bahwa pelatihan berbicara publik secara berulang dapat menurunkan kecemasan komunikasi dan meningkatkan kontrol emosi. Peserta yang awalnya ragu tampil, setelah mendapatkan umpan balik positif, menjadi lebih tenang dan mampu menyusun kalimat secara spontan.

Lebih jauh, *self-efficacy* yang tinggi tidak hanya berdampak pada performa berbicara, tetapi juga pada aspek sosial dan akademik remaja. Penelitian (Zimmerman, 2000) menegaskan bahwa *self-efficacy* memengaruhi motivasi, strategi belajar, dan ketekunan individu dalam menghadapi tantangan. Dengan demikian, pelatihan ini tidak hanya meningkatkan keterampilan berbicara, tetapi juga mengembangkan potensi

kepemimpinan dan partisipasi sosial remaja di lingkungannya.

Relevansi Sosial dan Keterlibatan Masyarakat

Kegiatan ini juga memperlihatkan pentingnya sinergi antara akademisi dan masyarakat dalam pengembangan *life skills* remaja. Program pengabdian seperti ini menjadi wadah pemberdayaan yang efektif karena langsung menyentuh kebutuhan psikososial masyarakat (Rochmiyati et al. 2022). Dengan memanfaatkan sarana lokal seperti mushala dan dukungan tokoh masyarakat, kegiatan dapat berlangsung inklusif, kontekstual, dan berkelanjutan.

Pendekatan komunitas yang digunakan terbukti efektif dalam meningkatkan *engagement* peserta karena remaja merasa dihargai dan terlibat aktif dalam proses pembelajaran (Wenger, 1998). Antusiasme yang muncul menunjukkan adanya *sense of belonging* dan *collective efficacy* keyakinan bahwa kelompok dapat mencapai perubahan positif bersama-sama (Bandura, 2000).

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini membuktikan bahwa pendekatan kombinitif antara *role modeling* dan psikopedagogis efektif dalam meningkatkan *public speaking self-efficacy* remaja. Melalui tahapan observasi, pembekalan materi, praktik langsung, dan refleksi, remaja Desa Suka Maju menunjukkan peningkatan kepercayaan diri, kemampuan artikulasi, serta penguasaan ekspresi dan gestur saat berbicara di depan umum. Metode *role modeling* memungkinkan peserta belajar melalui pengamatan dan peneladanan, sementara pendekatan psikopedagogis

memberikan dukungan emosional dan kognitif untuk mengelola kecemasan berbicara. Dampak positif kegiatan ini tidak hanya terlihat pada peningkatan keterampilan berbicara, tetapi juga pada perubahan *mindset* peserta terhadap kemampuan dirinya. Kegiatan ini memberikan kontribusi sosial melalui pemberdayaan remaja agar lebih berani tampil dan berpartisipasi aktif dalam lingkungan sosial. Ke depan, program serupa disarankan dilaksanakan secara berkelanjutan dengan sistem mentoring atau *peer coaching* agar peningkatan *self-efficacy* dapat dipertahankan dan dikembangkan lebih lanjut di berbagai komunitas remaja.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada Kelurahan LPDP UI 12.0 atas dukungan dan kesempatan yang diberikan dalam pelaksanaan kegiatan ini. Apresiasi disampaikan kepada seluruh Ketua RT dan RW 10, Kelurahan Sukamaju, Kecamatan Cilodong, Kota Depok, yang telah memberikan dukungan dan kerja sama selama kegiatan berlangsung.

Ucapan terima kasih juga diberikan kepada para pemateri yang telah berbagi pengetahuan serta kepada seluruh relawan (*volunteer*) yang telah berkontribusi aktif dalam pelaksanaan kegiatan ini. Dukungan dan partisipasi dari berbagai pihak tersebut sangat berarti dalam menyukseskan kegiatan yang dilaksanakan.

DAFTAR PUSTAKA

Alrashidi, N., An, E., Alrashidi, M., Alqarni, A., Gonzales, F., Bassuni, E., Pangket, P., Estadilla, L., Benjamin, L., &

Ahmed, K. (2023). Effects of simulation in improving the self-confidence of student nurses in clinical practice: a systematic review. *BMC Medical Education*, 23. <https://doi.org/10.1186/s12909-023-04793-1>

Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Prentice Hall.

Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. W.H. Freeman.

Bandura, A. (2000). Exercise of human agency through collective efficacy. *Current Directions in Psychological Science*, 9(3), 75–78.

<https://doi.org/10.1111/1467-8721.00064>

Bodie, G. D. (2010). A racing heart, rattling knees, and ruminative thoughts: Defining, explaining, and treating public speaking anxiety. *Communication Education*, 59(1), 70–105. <https://doi.org/10.1080/03634520903443849>

Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2018). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (5th ed.). SAGE Publications.

De Sousa Mata, Á., De Azevedo, K., Braga, L., De Medeiros, G., De Oliveira Segundo, V., Bezerra, I., Pimenta, I., Nicolás, I., & Piuvezam, G. (2021). Training in communication skills for self-efficacy of health professionals: a systematic review. *Human Resources for Health*, 19. <https://doi.org/10.1186/s12960-021-00574-3>

Dweck, C. S. (2016). *Mindset: The new psychology of success*. Random House.

- Ericsson, K. A. (2008). Deliberate practice and acquisition of expert performance: A general overview. *Academic Emergency Medicine, 15*(11), 988–994. <https://doi.org/10.1111/j.1553-2712.2008.00227.x>
- Gladstone, J., & Cimpian, A. (2021). Which role models are effective for which students? A systematic review and four recommendations for maximizing the effectiveness of role models in STEM. *International Journal of Stem Education, 8*. <https://doi.org/10.1186/s40594-021-00315-x>
- Hidayat, M., & Rakhman, F. (2021). Tantangan pengembangan keterampilan komunikasi remaja di era digital. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling, 8*(2), 115–123.
- Kolb, D. A. (1984). *Experiential learning: Experience as the source of learning and development*. Prentice-Hall.
- Lestiono, R., & Lee, S. (2024). Virtual reality exposure therapy for reducing students' public speaking anxiety: A systematic review. *The JALT CALL Journal*. <https://doi.org/10.29140/jaltcall.v20n2.1515>
- Lucas, S. E. (2020). *The art of public speaking* (14th ed.). McGraw-Hill Education.
- OECD. (2022). *Skills for life and work: OECD Skills Outlook 2022*. OECD Publishing.
- Ormrod, J. E. (2020). *Human learning* (8th ed.). Pearson.
- Prasetyo, A., & Nugroho, S. (2020). Penerapan model pembelajaran berbasis role model dalam meningkatkan self-efficacy public speaking mahasiswa. *Jurnal Pendidikan dan Pengajaran, 53*(4), 552–563.
- Rochmiyati, R., Putri, A. R., & Rofiq, A. (2022). Pelatihan keterampilan komunikasi publik bagi remaja melalui program pengabdian masyarakat. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia, 7*(2), 101–110.
- Santrock, J. W. (2021). *Adolescence* (18th ed.). McGraw-Hill Education.
- Sari, D. R., Hartati, S., & Mulyani, E. (2021). Pendekatan psikopedagogis dalam pengembangan keterampilan komunikasi siswa. *Jurnal Psikologi Pendidikan Indonesia, 10*(1), 1–10.
- Schunk, D. H. (2012). *Learning theories: An educational perspective* (6th ed.). Pearson.
- Schunk, D. H., & Pajares, F. (2002). The development of academic self-efficacy. In A. Wigfield & J. Eccles (Eds.), *Development of achievement motivation* (pp. 15–31). Academic Press.
- Schwarzer, R., & Warner, L. M. (2013). Perceived self-efficacy and its relationship to resilience. In S. Prince-Embury & D. H. Saklofske (Eds.), *Resilience in children, adolescents, and adults* (pp. 139–150). Springer. https://doi.org/10.1007/978-1-4614-4939-3_10
- Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in society: The development of higher psychological processes*. Harvard University Press.
- Wenger, E. (1998). *Communities of practice: Learning, meaning, and identity*. Cambridge University Press.
- Woolfolk, A. (2021). *Educational psychology* (15th ed.). Pearson.

- Yulianti, T., & Fitriana, D. (2022). Pengaruh pelatihan public speaking terhadap peningkatan kepercayaan diri remaja. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Indonesia*, 4(2), 85–94. <https://doi.org/10.32493/jpkmi.v4i2.5568>
- Zimmerman, B. J. (2000). Self-efficacy: An essential motive to learn. *Contemporary Educational Psychology*, 25(1), 82–91. <https://doi.org/10.1006/ceps.1999.1016>