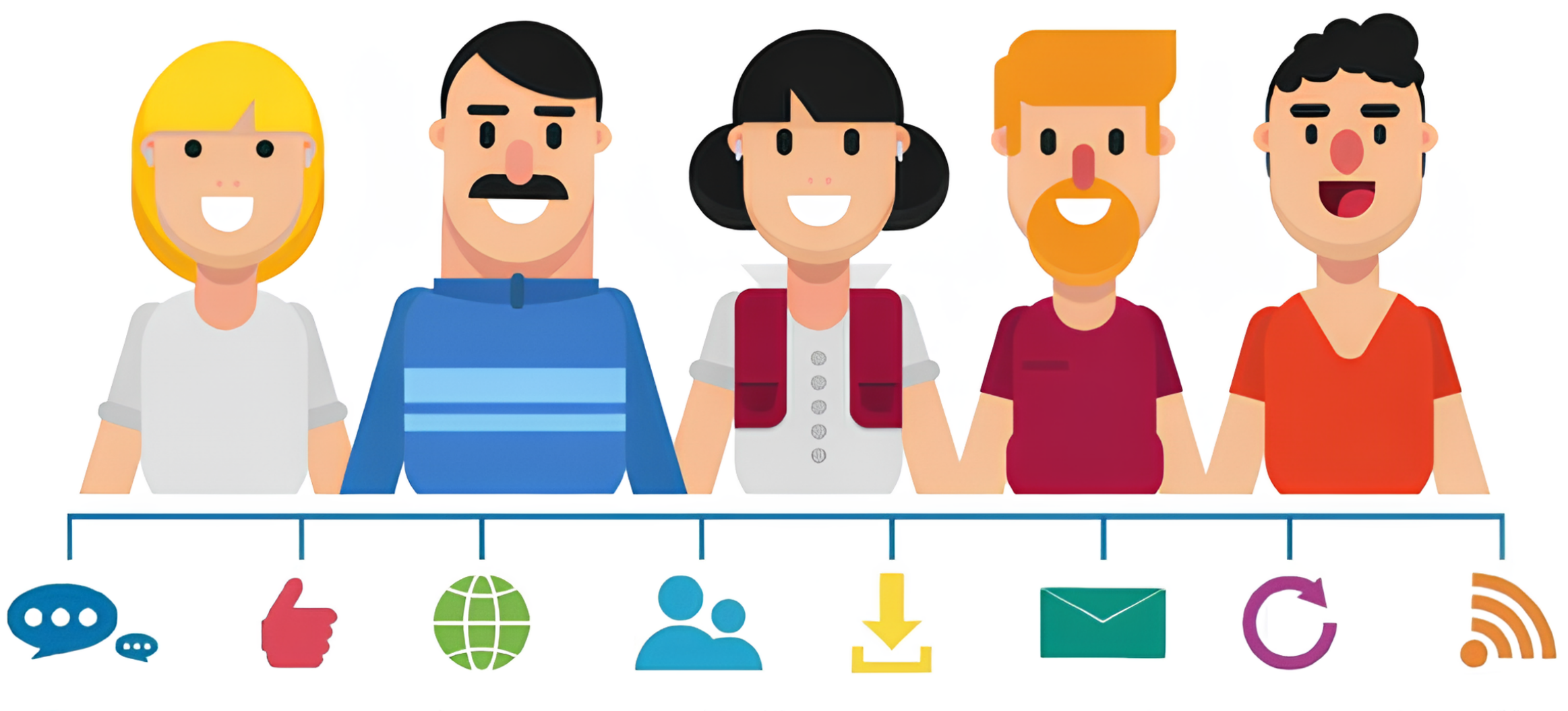


Mellati Mandasari
Siska Febri Nuriza

Zoom to Room

Komunikasi di Era Digital



Zoom to Room

Komunikasi di Era Digital

Mellati Mandasari
Siska Febri Nuriza



2026

**Sanksi Pelanggaran Pasal 113
Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014
tentang Hak Cipta**

- 1) Setiap Orang yang dengan tanpa hak melakukan pelanggaran hak ekonomi sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf i untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 1 (satu) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp100.000.000 (seratus juta rupiah).
- 2) Setiap Orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf c, huruf d, huruf f, dan/atau huruf h untuk Penggunaan secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 3 (tiga) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp500.000.000,00 (lima ratus juta rupiah).
- 3) Setiap Orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf a, huruf b, huruf e, dan/atau huruf g untuk Penggunaan secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 4 (empat) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp1.000.000.000,00 (satu miliar rupiah).
- 4) Setiap Orang yang memenuhi unsur sebagaimana dimaksud pada ayat yang dilakukan dalam bentuk pembajakan, dipidana dengan pidana penjara paling lama 10 (sepuluh) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp4.000.000.000,00 (empat miliar rupiah).

Zoom to Room

Komunikasi di Era Digital

Mellati Mandasari
Siska Febri Nuriza



2026

Judul

Zoom to Room: Komunikasi di Era Digital

Penulis

Mellati Mandasari

Siska Febri Nuriza

Copyright©2026

Oleh PACE Padang, Sumatera Barat

Pertama kali diterbitkan dalam Bahasa Indonesia

viii + 128 halaman

15,5 x 23 cm

Oleh

PACE

Partnership for Action on Community Education

Padang-Sumatera Barat

Cetakan Pertama: Maret 2026

ISBN: _____

Hak cipta dilindungi undang-undang.

Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini
tanpa izin tertulis dari Penerbit

ANGGOTA



IKAPI
IKATAN PENERBIT INDONESIA

Kata Pengantar

Berbicara adalah aktivitas yang sangat manusiawi. Kita berbicara untuk menyampaikan ide, membangun relasi, mempertahankan pendapat, dan mengambil peran dalam lingkungan akademik maupun profesional. Namun, bagi banyak pembelajar bahasa Inggris, khususnya Generasi Z, berbicara justru menjadi pengalaman yang menegangkan, penuh keraguan, dan sering kali dihindari.

Di tengah dunia yang semakin digital, generasi ini tumbuh dengan komunikasi yang cepat, visual, dan berbasis teknologi. Pesan teks, *voice note*, video pendek, dan platform daring menjadi ruang yang terasa aman untuk mengekspresikan diri. Ironisnya, ketika harus berbicara secara langsung di kelas, di forum akademik, atau di dunia kerja, kebanyakan kita justru merasa gugup, tidak siap, dan kurang percaya diri. Bukan karena mereka tidak memiliki ide, tetapi karena berbicara terasa seperti ujian atas diri mereka sendiri.

Buku ini lahir dari perjumpaan panjang penulis dengan pembaca dari berbagai disiplin ilmu, serta dari pengamatan langsung di ruang kelas, ruang diskusi, dan ruang profesional. Penulis melihat bahwa persoalan *speaking* sering kali tidak terletak pada kemampuan bahasa semata, melainkan pada aspek psikologis, sosial, dan cara pembelajar memaknai pengalaman berbicara. Banyak di antara kita yang sebenarnya mampu, tetapi

terhambat oleh rasa takut, standar yang tidak realistis, dan keyakinan bahwa berbicara harus selalu sempurna.

Melalui buku ini, pembaca diajak untuk melihat speaking/berbicara dari sudut pandang yang lebih manusiawi dan realistis. Berbicara tidak selalu tentang kefasihan, aksen yang sempurna, atau tampil seperti orang lain. Berbicara adalah tentang hadir, bertahan, dan menyampaikan pesan dengan tujuan yang jelas. Buku ini mengajak pembaca untuk memahami rasa gugup, membangun kebiasaan kecil yang konsisten, serta mengembangkan keberanian berbicara yang tumbuh secara bertahap.

Buku ini ditujukan bagi pembaca yang khususnya Generasi Z, yang sedang berproses membangun kepercayaan diri dalam berbicara; bagi dosen dan pendidik yang ingin menciptakan pembelajaran speaking yang lebih reflektif dan relevan; serta bagi siapa pun yang ingin memahami bahwa speaking adalah keterampilan yang dapat dipelajari, bukan bakat yang hanya dimiliki segelintir orang.

Akhir kata, penulis berharap buku ini tidak hanya menjadi bacaan, tetapi juga teman refleksi. Jika setelah membaca buku ini pembaca merasa sedikit lebih berani untuk mengangkat tangan, menyampaikan satu ide, atau tidak lagi diam ketika ingin berbicara, maka tujuan buku ini telah tercapai. Semoga buku ini memberi ruang aman untuk belajar, bertumbuh, dan bersuara.

Padang, Januari 2026

Penulis

Daftar Isi

Kata Pengantar	v
Daftar Isi	vii

Bab 1.	
Seberapa Pentingkah Kemampuan Berkomunikasi Lisan?	1
Bab 2.	
<i>Public Speaking</i> Sebagai Keterampilan Esensial di Era Digital	7
Bab 3.	
<i>From Nervous to Natural: Seni Komunikasi yang Percaya Diri</i>	17
Bab 4.	
<i>Talk With Purpose: Speaking Skill</i> untuk Dunia Nyata	27
Bab 5.	
<i>Speaking Survival Skills: Bertahan, Terkontrol dan Tetap Didengar</i> ..	37
Bab 6.	
<i>Speak to Influence: Mengubah Kata Menjadi Dampak</i>	51
Bab 7.	
<i>Speaking as A Lifelong Skill: dari Kelas ke Kehidupan Nyata</i>	69
Bab 8.	
<i>Self Reflection: Memahami Diri Sebelum Berbicara</i>	79

Bab 9.

<i>From Practice to Habit: Menjadikan Speaking Sebagai Kebiasaan</i>	93
--	----

Bab 10.

Berani Bersuara: Penutup Perjalanan <i>Speaking</i>	107
---	-----

Daftar Pustaka	117
----------------------	-----

Glosarium	119
-----------------	-----

Indeks	123
--------------	-----

Profil Penulis	127
----------------------	-----

Bab 1

Seberapa Pentingkah Kemampuan Berkomunikasi Lisan?

Di tengah dominasi komunikasi digital melalui berbagai platform seperti Zoom, TikTok, dan media sosial, generasi Z sering dipandang sebagai *digital natives* yang fasih dalam interaksi daring. Generasi ini, yang lahir sekitar tahun 1995–2010, tumbuh bersama internet, *smartphone*, dan media sosial, sehingga terbiasa dengan komunikasi yang cepat, visual, dan berbasis teknologi. Dalam kehidupan sehari-hari, mereka aktif mengekspresikan diri melalui pesan singkat, video pendek, komentar media sosial, dan berbagai bentuk komunikasi digital lainnya. Pola komunikasi ini membuat generasi Z terlihat adaptif dan percaya diri dalam ruang digital. Namun, di balik keluwesan tersebut, berbagai penelitian menunjukkan bahwa kemampuan berkomunikasi lisan secara langsung, terutama dalam bahasa Inggris sebagai bahasa internasional, masih menjadi tantangan nyata bagi banyak anggota generasi Z.

Sejumlah studi mengungkap adanya kesenjangan yang cukup jelas antara kemampuan komunikasi digital dan kemampuan berbicara tatap muka. Sepani (2025) menemukan bahwa mahasiswa generasi Z cenderung lebih nyaman berlatih bahasa Inggris dalam lingkup pertemanan atau situasi informal, tetapi mengalami penurunan kepercayaan diri ketika harus berbicara di depan umum dalam konteks formal atau akademik. Situasi ini sering ditandai dengan rasa gugup berlebihan, kekhawatiran melakukan kesalahan, serta kecenderungan untuk menghindari berbicara. Temuan tersebut diperkuat oleh Prasetyo dan Santosa (2022) yang menegaskan bahwa *public speaking* merupakan keterampilan kunci dalam membangun komunikasi efektif dan rasa percaya diri, namun masih banyak mahasiswa yang belum menguasainya karena minimnya kesempatan latihan praktik yang kontekstual dan berkelanjutan. Sementara itu, Vistari et al. (2025) menunjukkan bahwa meskipun generasi Z sangat akrab dengan teknologi dan platform digital, pengembangan keterampilan *oral communication* tetap membutuhkan pendekatan pembelajaran multimodal yang diimbangi dengan praktik tatap muka secara nyata.

Selain faktor pembelajaran formal, perubahan pola interaksi sosial juga mempengaruhi kemampuan komunikasi lisan generasi Z. Banyak mahasiswa mengaku jarang terlibat dalam percakapan tatap muka yang berlangsung cukup lama. Interaksi mereka lebih sering terjadi melalui pesan singkat, *voice note*, atau komentar singkat di media sosial. Akibatnya, kemampuan menyusun ide secara lisan dalam durasi lebih dari satu atau dua menit menjadi tantangan tersendiri. Ketika diminta menjelaskan pendapat secara langsung, mereka sering merasa kehabisan kata, kehilangan alur, atau terlalu fokus pada kesalahan bahasa yang mungkin terjadi.

Fenomena ini terlihat jelas dalam diskusi kelas. Seorang dosen ESP (*English for Specific Purpose*) atau Bahasa Inggris untuk tujuan khusus, menceritakan bahwa mahasiswa sering kali sangat aktif di kolom *chat* Zoom, menjawab pertanyaan

dengan cepat dan tepat, tetapi menjadi diam ketika diskusi dialihkan ke format lisan. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa masalah utama bukan terletak pada pemahaman materi, melainkan pada transisi dari komunikasi tertulis ke komunikasi lisan. Peralihan ini menuntut kesiapan mental dan keterampilan berbicara yang tidak otomatis terbentuk hanya melalui interaksi digital.

Secara karakteristik, generasi Z dikenal sebagai generasi yang mandiri, kritis, multitasking, dan menghargai pengalaman belajar yang bersifat personal. Mereka terbiasa mengakses informasi secara mandiri dan cepat, serta menyukai pembelajaran yang relevan dengan kebutuhan mereka. Namun, karakteristik tersebut juga membawa implikasi tersendiri dalam komunikasi lisan. Banyak anggota generasi Z merasa lebih aman berkomunikasi melalui media digital karena memiliki waktu untuk berpikir, mengedit, atau menyusun ulang pesan sebelum disampaikan. Sebaliknya, komunikasi tatap muka menuntut respons langsung tanpa jeda panjang, sehingga memunculkan kecemasan dan rasa tidak siap. Kondisi ini memunculkan pertanyaan mendasar: mengapa generasi yang tumbuh di tengah kemajuan teknologi komunikasi justru mengalami kesulitan saat harus berbicara langsung di depan audiens, terutama dalam bahasa Inggris?

Pertanyaan inilah yang menjadi landasan utama buku ini. Buku ini berangkat dari kesadaran bahwa komunikasi digital dan komunikasi lisan tatap muka bukanlah dua hal yang saling menggantikan, melainkan saling melengkapi. Dalam konteks ESP (*English for Specific Purposes*), penguasaan bahasa Inggris tidak hanya diukur dari kemampuan memahami teks atau menulis dengan baik, tetapi juga dari kemampuan menyampaikan ide secara lisan sesuai dengan konteks akademik dan profesional. Tanpa keterampilan komunikasi lisan yang memadai, pengetahuan dan kemampuan teknis yang dimiliki mahasiswa sering kali tidak tersampaikan secara optimal.

Pengalaman mahasiswa generasi Z di lingkungan kampus menunjukkan pola yang relatif seragam. Banyak mahasiswa mampu memahami kosakata dan struktur bahasa Inggris secara tertulis atau dalam konteks daring, tetapi ketika diminta berbicara secara langsung, misalnya dalam presentasi kelas, seminar, atau *English debate* muncul rasa cemas dan kurang percaya diri. Tidak jarang mereka menunda berbicara, berbicara terlalu cepat, atau sangat bergantung pada catatan karena takut melakukan kesalahan. Sebagian mahasiswa bahkan memilih diam meskipun memahami materi dengan baik. Kondisi ini sangat kontras dengan perilaku mereka di ruang digital, di mana mereka cenderung lebih ekspresif, berani, dan leluasa menyampaikan gagasan melalui teks, video, atau media sosial.

Tantangan komunikasi lisan tersebut tidak berhenti di bangku kuliah, tetapi berlanjut ketika generasi Z memasuki dunia kerja. Dalam konteks profesional, mereka dihadapkan pada tuntutan komunikasi langsung seperti rapat tatap muka, presentasi kepada klien, diskusi tim lintas divisi, atau *pitching* proyek dalam bahasa Inggris profesional. Banyak profesional muda mengakui bahwa kesan pertama di dunia kerja sering kali terbentuk bukan dari laporan tertulis, melainkan dari cara mereka berbicara dalam pertemuan awal. Meskipun secara teknis banyak dari generasi Z mampu menulis email, menyusun laporan, atau melakukan komunikasi digital dengan baik, tidak sedikit yang merasa kurang siap dan canggung saat harus berbicara secara langsung. Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan komunikasi lisan dalam bahasa Inggris membutuhkan latihan dan pembiasaan yang berbeda dari sekadar penggunaan bahasa dalam konteks digital atau tertulis.

Fenomena tersebut menegaskan bahwa, meskipun generasi Z sangat akrab dengan teknologi, kemampuan berkomunikasi lisan tetap menjadi keterampilan esensial yang tidak dapat digantikan sepenuhnya oleh komunikasi digital. Komunikasi lisan berperan penting dalam membangun relasi, menyampaikan ide secara persuasif, serta menunjukkan profesionalisme dan kepercayaan diri. Oleh karena itu,

dibutuhkan strategi pembelajaran yang mampu memadukan praktik digital dengan pengalaman tatap muka, baik di lingkungan akademik maupun dunia kerja, agar keterampilan *public speaking* dan komunikasi lisan generasi Z dapat berkembang secara optimal.

Selain generasi Z, generasi berikutnya juga menunjukkan karakteristik unik terkait komunikasi dan penggunaan bahasa. Generasi Alpha, yang lahir sekitar tahun 2010–2025, tumbuh sepenuhnya dalam lingkungan digital. Mereka terbiasa menggunakan tablet, *smartphone*, aplikasi interaktif, dan video edukatif sejak usia dini. Dalam aspek komunikasi, Generasi Alpha cenderung lebih responsif terhadap media visual dan interaktif dibandingkan percakapan tatap muka yang panjang. Meskipun memiliki kreativitas tinggi dan kemampuan adaptasi teknologi yang baik, kemampuan berbicara langsung dan interaksi sosial formal tetap memerlukan bimbingan dan pembiasaan yang terarah. Dalam pembelajaran bahasa Inggris, kondisi ini menuntut pendekatan interaktif dan multimodal yang tetap memberi ruang besar bagi latihan komunikasi lisan secara langsung.

Sementara itu, Generasi Beta, yang diproyeksikan lahir sekitar tahun 2025–2040, diperkirakan akan tumbuh sebagai generasi yang sepenuhnya terdigitalisasi, hidup berdampingan dengan kecerdasan buatan, *augmented reality*, dan interaksi hybrid antara dunia digital dan fisik. Meskipun teknologi diperkirakan akan semakin memudahkan proses belajar, tantangan dalam kemampuan interpersonal dan komunikasi tatap muka diprediksi tetap ada. Hal ini menunjukkan bahwa kebutuhan akan keterampilan komunikasi lisan tidak akan berkurang, bahkan di tengah kemajuan teknologi yang semakin pesat.

Buku ini secara khusus berfokus pada generasi Z, karena mereka saat ini berada pada fase transisi penting antara dunia pendidikan tinggi dan dunia kerja. Namun, pembahasan mengenai Generasi Alpha dan Beta menegaskan bahwa tantangan komunikasi lisan bukanlah persoalan sementara,

melainkan isu berkelanjutan lintas generasi. Dengan pendekatan pembelajaran yang tepat dalam menyeimbangkan pemanfaatan teknologi dengan penguatan komunikasi tatap muka maka keterampilan komunikasi lisan dan *public speaking* dapat dikembangkan secara berkesinambungan. Melalui penguatan inilah generasi Z dan generasi berikutnya diharapkan mampu menjadi komunikator yang efektif, percaya diri, dan kompeten, baik di ranah akademik maupun profesional.

“Technology changes how we communicate, but it does not replace the need for clear and purposeful spoken interaction”

Bab 2

Public Speaking Sebagai Keterampilan Esensial di Era Digital

Era digital sering dipersepsikan sebagai era komunikasi instan, cepat, dan berbasis teknologi. Kehadiran berbagai platform seperti Zoom, Google Meet, Microsoft Teams, serta media sosial telah mengubah cara manusia berinteraksi dalam konteks pendidikan, pekerjaan, dan kehidupan sosial. Proses komunikasi yang sebelumnya banyak bergantung pada pertemuan fisik kini beralih ke ruang virtual yang melintasi batas geografis dan waktu. Namun, alih-alih menghilangkan kebutuhan akan komunikasi lisan, transformasi digital justru meningkatkan intensitas dan kompleksitas komunikasi berbasis lisan. Interaksi manusia tidak lagi terbatas pada teks atau dokumen tertulis, tetapi semakin menuntut kemampuan berbicara secara langsung, baik dalam ruang virtual maupun tatap muka.

Dalam kehidupan akademik, mahasiswa kini tidak hanya dituntut memahami materi, tetapi juga mampu menyampaikan ide, pendapat, dan argumen secara lisan dalam berbagai situasi.

Diskusi kelas daring, presentasi virtual, seminar internasional, hingga kerja kelompok lintas institusi menjadi bagian dari rutinitas pembelajaran. Di dunia profesional, tuntutan ini bahkan lebih nyata. Rapat daring lintas negara, presentasi proyek kepada klien asing, serta kolaborasi tim multikultural menempatkan *speaking skill* sebagai kompetensi inti. *World Economic Forum* (2023) menempatkan *communication skills* dan *public speaking* sebagai bagian dari *core skills* yang wajib dimiliki tenaga kerja di era digital dan globalisasi. Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan berbicara tidak lagi bersifat pelengkap, melainkan kebutuhan utama dalam dunia kerja modern.

Sejalan dengan itu, kerangka *21st Century Skills* menegaskan bahwa kemampuan berbicara merupakan bagian dari aspek *communication and collaboration* yang menjadi fondasi keberhasilan akademik dan profesional (*Partnership for 21st Century Skills*, 2019). Individu yang mampu mengomunikasikan ide dengan jelas, terstruktur, dan relevan cenderung lebih mudah beradaptasi dengan perubahan, membangun jejaring profesional, dan berkontribusi secara aktif dalam tim. Sebaliknya, individu yang memiliki pengetahuan dan keterampilan teknis tinggi tetapi kesulitan menyampaikan gagasan secara lisan sering kali mengalami hambatan dalam pengakuan profesional.

Berbagai survei dunia kerja menunjukkan bahwa kegagalan dalam komunikasi lisan menjadi salah satu penyebab utama terjadinya miskomunikasi, konflik tim, dan rendahnya kinerja organisasi (*Harvard Business Review*, 2022). Dalam banyak kasus, masalah bukan terletak pada kurangnya kompetensi teknis, melainkan pada ketidakmampuan menyampaikan ide secara jelas dan meyakinkan. Dalam konteks profesional, kemampuan berbicara secara efektif, terutama dalam bahasa Inggris, sering kali menjadi indikator profesionalisme seseorang. Fakta di lapangan memperlihatkan bahwa banyak profesional muda mampu menulis laporan atau email dengan baik, tetapi mengalami kesulitan ketika harus mempresentasikan ide di hadapan atasan, menyampaikan

pendapat dalam rapat, atau melakukan negosiasi lisan dengan klien. Kondisi ini menunjukkan bahwa *speaking skill* berfungsi sebagai jembatan antara kompetensi teknis dan pengakuan profesional. Tanpa kemampuan berbicara yang memadai, ide dan keahlian yang dimiliki sering kali tidak tersampaikan secara optimal.

Paradoks era digital terletak pada kenyataan bahwa meskipun komunikasi semakin berbasis teknologi, kualitas komunikasi lisan justru semakin menentukan keberhasilan interaksi. Dalam pertemuan daring, keterbatasan bahasa tubuh, kualitas sinyal, serta mudahnya audiens teralihkan perhatiannya menuntut pesan lisan disampaikan secara lebih jelas, terstruktur, dan menarik. Berbeda dengan komunikasi tertulis yang dapat dibaca ulang, komunikasi lisan berlangsung secara *real time* dan tidak memberi banyak ruang untuk koreksi. Penelitian oleh Van Ginkel et al. (2019) menunjukkan bahwa keterampilan berbicara dalam presentasi daring memerlukan strategi yang lebih matang dibandingkan presentasi tatap muka, karena tingkat perhatian audiens cenderung lebih rendah. Oleh karena itu, kemampuan *speaking* menjadi semakin krusial, tidak hanya dalam komunikasi langsung, tetapi juga dalam komunikasi digital.

Di era global, individu tidak lagi bersaing hanya dengan rekan kerja di lingkungan lokal, melainkan juga dengan tenaga kerja dari berbagai negara. Kemampuan berbicara dalam bahasa Inggris menjadi faktor penting dalam mobilitas akademik dan profesional, seperti akses beasiswa, partisipasi dalam konferensi internasional, dan peluang karier global. *Cambridge English* (2021) menegaskan bahwa kemampuan *speaking* merupakan indikator *communicative competence* yang paling terlihat dan dinilai secara langsung dalam interaksi internasional. Dengan demikian, penguasaan *speaking skill* memiliki peran strategis dalam meningkatkan daya saing individu di tingkat global, terutama bagi generasi Z yang sedang berada pada fase awal pembentukan identitas profesional.

Urgensi *speaking skill* di era digital menuntut perubahan pendekatan dalam pengajaran bahasa Inggris, khususnya dalam konteks ESP (*English for Specific Purposes*). Pembelajaran bahasa tidak lagi cukup berfokus pada penguasaan tata bahasa dan kosakata semata, tetapi harus berorientasi pada kebutuhan komunikasi nyata di dunia akademik dan profesional. Mahasiswa perlu dilatih untuk berbicara dalam konteks yang relevan dengan bidang studi dan dunia kerja mereka. Pendekatan yang mengintegrasikan simulasi dunia kerja, presentasi proyek, diskusi profesional, serta praktik komunikasi digital menjadi kunci untuk membekali pembelajar dengan keterampilan berbicara yang aplikatif dan kontekstual.

Speaking skill sendiri tidak hanya mencakup kemampuan berbicara dengan lancar, tetapi juga melibatkan serangkaian keterampilan pendukung yang saling berkaitan. Setidaknya, terdapat empat kemampuan utama yang perlu dikembangkan agar *speaking* menjadi efektif dan bermakna.

1. Menyusun argumen secara logis

Menyusun argumen secara logis berarti mengatur ide berbicara dari yang paling mudah dipahami hingga kesimpulan yang jelas, bukan berbicara secara acak atau mengikuti alur pikiran pribadi semata. Dalam komunikasi lisan, pendengar tidak memiliki kesempatan untuk “mengulang” seperti saat membaca teks, sehingga struktur menjadi sangat penting. Struktur logis dalam *speaking* umumnya meliputi pembukaan yang memberikan konteks atau masalah, bagian isi yang memuat alasan, data, atau contoh, serta penutup yang berisi kesimpulan atau ajakan.

Dalam konteks universitas, misalnya saat presentasi kelas, mahasiswa sering kali menyampaikan ide tanpa alur yang jelas. Akibatnya, pendengar kesulitan menangkap pesan utama. Sebaliknya, ketika argumen disusun secara logis, pesan menjadi lebih mudah dipahami dan meyakinkan.

Menurut Aristoteles, suatu argumen dikatakan logis apabila disusun secara jelas, runtut, dan dapat diterima oleh

akal. Dalam karya-karyanya tentang logika yang dihimpun dalam *Organon*, khususnya *Prior Analytics* dan *Posterior Analytics*, ia menjelaskan bahwa penalaran yang baik harus memenuhi beberapa syarat. Pertama, argumen harus memiliki klaim atau pernyataan yang jelas sehingga tidak menimbulkan makna ganda. Misalnya, pernyataan “Kehadiran mahasiswa berpengaruh terhadap keberhasilan belajar” menunjukkan secara tegas apa yang ingin dijelaskan. Kedua, klaim tersebut harus didukung oleh alasan atau premis yang relevan, seperti mahasiswa yang hadir di kelas memperoleh penjelasan langsung dari dosen dan lebih memahami materi. Ketiga, argumen perlu diperkuat dengan bukti atau demonstrasi yang dapat dipertanggungjawabkan, misalnya data akademik yang menunjukkan bahwa mahasiswa dengan tingkat kehadiran di atas 80% memiliki rata-rata nilai lebih tinggi dibandingkan mahasiswa dengan kehadiran rendah. Jadi, argumen yang logis menurut Aristoteles adalah argumen yang menyajikan pernyataan secara jelas, didukung oleh alasan yang tepat, serta diperkuat dengan bukti yang dapat dipertanggungjawabkan sehingga dapat diterima secara rasional dan ilmiah.

Contoh Pengaplikasian

Situasi Kampus (Presentasi Kelas)

✗ Tanpa argumen logis *“Public transportation is important. Many people use it. The government should improve it. There are many problems.”*

Pendengar bingung karena ide meloncat-loncat.

✓ Dengan argumen logis

1. Tentukan klaim atau gagasan utama yang akan dibahas
Klaim: *Public transportation is important because it affects daily mobility.*
2. Tentukan alasan pendukungnya
However, many users face problems such as delays and overcrowding.

3. Berikan bukti dari alasan tersebut

A campus survey shows that 70% of students experiences lateness due to overcrowded bussess.

4. Sertakan kesimpulan

Therefore, the government needs to improve service quality to increase public trust and ensure effectives daily mobility.

Bentuk keseluruhan dari isi presentasinya dapat dilihat pada paragraf di bawah ini;

"Public transportation is important because it affects daily mobility. However, many users face problems such as delays and overcrowding. A campus survey shows that 70% of students experiences lateness due to overcrowded bussess. Therefore, the government needs to improve service quality to increase public trust."

👉 Gagasan Kuncinya adalah berbicara mengikuti alur berpikir pendengar, bukan hanya apa yang ingin kita katakan.

2. Menyesuaikan bahasa dengan audiens

Speaking yang efektif bukan tentang bahasa yang paling sulit, tetapi bahasa yang paling tepat untuk audiens. Cara berbicara kepada dosen, teman sebaya, klien, atau masyarakat umum tentu berbeda. Penyesuaian ini meliputi pilihan kosakata, tingkat formalitas, kejelasan penjelasan,

Contoh Pengaplikasian

Topik: Program Digitalisasi

◆ Untuk Teman Sekelas

"This app helps users access services faster through their phones."

◆ Untuk Dosen atau Klien

"This application aims to enhance service efficiency by providing digital access to public services."

👉 Gagasan Kuncinya adalah Pesan yang disampaikan sama, tetapi gaya bahasa disesuaikan dengan konteks dan audiens. Inilah salah satu kunci utama *speaking* profesional.

3. Menyampaikan ide secara persuasif

Persuasif berarti membuat audiens percaya dan tertarik, bukan memaksa mereka menerima pendapat pembicara. Dalam *speaking*, persuasi dibangun melalui alasan yang masuk akal, manfaat yang jelas, serta bahasa yang meyakinkan. Pendengar lebih mudah menerima ide ketika mereka memahami *mengapa* ide tersebut penting dan *apa manfaatnya* bagi mereka.

Contoh Pengaplikasian

Situasi Dunia Kerja (Rapat Tim)

✗ Tidak persuasif dan terlalu subjektif *"We should use this method because I think it's good."*

✓ Persuasif

"This method can reduce processing time and improve team productivity, which will benefit both the company and the clients."

👉 Gagasan Kuncinya adalah **Persuasi = alasan + manfaat.**

4. Merespons secara spontan dan profesional.

Dalam komunikasi lisan, tidak semua hal bisa dipersiapkan. Pertanyaan mendadak, komentar audiens, atau situasi tak terduga menuntut respons spontan. Namun, spontan bukan berarti asal bicara; tetap harus tenang, sopan, dan profesional. Kuncinya adalah mendengarkan dengan baik, tidak panik, dan menjawab singkat dan jelas.

Contoh Pengaplikasian

Situasi Presentasi

? Pertanyaan mendadak: *"What if your proposal doesn't work?"*

✗ Respons tidak profesional *"I'm not sure... maybe it will work."*

✅ Respons spontan & profesional *"That is a valid concern. If the proposal does not work as expected, we have prepared an alternative plan to minimize the risks."*

👉 Gagasan Kuncinya adalah Respons ini menunjukkan kesiapan, meskipun jawabannya tidak harus sempurna.

Secara keseluruhan, kemampuan berbicara secara efektif tidak hanya bergantung pada keberanian, tetapi pada bagaimana seseorang menyusun argumen secara logis, menyesuaikan bahasa dengan audiens, menyampaikan ide secara persuasif, serta merespons secara spontan dan profesional. Dalam komunikasi lisan, khususnya dalam bahasa Inggris, pembicara dituntut mampu mengatur alur ide agar mudah dipahami pendengar, memilih kata dan tingkat formalitas yang sesuai, serta menyampaikan pesan dengan alasan dan manfaat yang jelas. Tanpa struktur dan penyesuaian tersebut, pesan yang sebenarnya baik sering kali gagal tersampaikan secara optimal.

Di era digital dan global, keterampilan ini menjadi semakin penting karena komunikasi tidak hanya terjadi di ruang kelas, tetapi juga dalam rapat daring, presentasi profesional, diskusi akademik, dan interaksi lintas budaya. Kemampuan merespons pertanyaan secara spontan dengan sikap tenang dan profesional menunjukkan kesiapan seseorang menghadapi situasi nyata di dunia kerja dan akademik. Oleh karena itu, *speaking skill* perlu dilatih secara kontekstual dan berkelanjutan agar pembelajar mampu menjadi komunikator yang percaya diri, efektif, dan relevan dengan tuntutan zaman.

NOTE FOR READERS:

Jika kamu merasa *grogi*, takut salah grammar, atau bingung harus mulai dari mana saat berbicara dalam bahasa Inggris, kamu **tidak sendirian**. Banyak pembelajar, termasuk Generasi Z mengalami hal yang sama. Kabar baiknya, *speaking* **bukan bakat bawaan**, tetapi keterampilan yang bisa dilatih secara bertahap.

Ingat tiga hal penting ini:

- Tidak harus sempurna, yang penting pesan tersampaikan
- Kesalahan adalah bagian dari proses belajar
- Percaya diri tumbuh dari latihan kecil yang konsisten

Mulai dari langkah sederhana:

- Bukalah dengan satu kalimat yang jelas
- Sampaikan satu ide utama
- Tutup dengan kesimpulan singkat

Latihlah berbicara **3–5 menit setiap hari**, baik di depan cermin, bersama teman, atau melalui rekaman suara. Sedikit tapi rutin jauh lebih efektif daripada menunggu “siap” tapi tidak pernah mulai.

*“Speaking skill grows when
you dare to speak, not when
you wait to be perfect”*

CATATAN

[illegible]

Bab 3

From Nervous to Natural: Seni Komunikasi yang Percaya Diri

Kadang, kita merasa gugup sebelum berbicara, baik ketika memulai presentasi, memulai percakapan dengan orang baru, atau bahkan membuka sebuah percakapan yang penting, hal ini merupakan reaksi yang sangat umum dan normal. Banyak mahasiswa generasi Z merasakan hal ini, di mana ide yang sudah dipikirkan matang dalam pikiran sering kali seolah hilang saat harus diucapkan secara langsung. Salah satu pengalaman nyata dari seorang mahasiswa menunjukkan bahwa meskipun ia memahami materi kuliah sangat baik, ketika diminta menyampaikan pendapat di forum diskusi atau rapat kelompok, ia sering kali mengalami kebingungan dan tidak bisa mengungkapkan ide secara spontan. Kejadian seperti ini menunjukkan bahwa masalahnya tidak terletak pada pengetahuan, tetapi pada kecemasan berkomunikasi yang menghambat alur pikir saat berbicara. Penelitian juga mendukung kondisi tersebut. Banyak studi menyimpulkan bahwa mahasiswa mengalami ketakutan presentasi secara oral, termasuk rasa takut dinilai negatif dan takut berkomunikasi secara langsung dalam bahasa Inggris.

Kecemasan ini dapat mengganggu performa lisan meskipun kompetensi bahasa sudah dimiliki.

Disamping itu, sebuah penelitian yang dilakukan oleh Dr. Brooks di Harvard menyebut bahwa *shaky feeling* atau gemeteran ketika ingin berbicara bukanlah disebut sebuah *nervousness* tetapi rasa “terlalu bersemangat” yang muncul di tempat atau situasi yang tidak tepat, sehingga justru menimbulkan kesan canggung, gugup, atau tidak profesional.

Dalam *public speaking* ataupun komunikasi lisan, *misplaced excitement* sering terjadi ketika seseorang:

- Terlalu cepat berbicara
- Suara terlalu tinggi atau naik-turun tidak terkontrol
- Terlalu banyak gestur atau ekspresi berlebihan
- Terlihat “panik tapi berusaha terlihat antusias”

Contoh dalam wawancara pekerjaan, pewawancara bertanya mengenai alasan melamar bekerja di perusahaan ini, tapi kandidat menjawab terlalu heboh dengan suara yang sangat lantang:

“YES! I REALLY LOVE THIS POSITION because I think this company is AMAZING!!”. Alih-alih terlihat percaya diri, justru respon seperti ini terkesan tidak tenang, kurang terkontrol dan kurang profesional.

Dr. Brooks menambahkan, alih-alih memvalidasi perasaan grogi tadi, katakanlah pada diri sendiri bahwa “I’m excited” dan ubah itu menjadi sebuah energi bukan rasa takut. Sejatinya, berbicara dengan percaya diri itu bukan tentang bagaimana menekan rasa takut, tetapi mengalihkan energinya ke arah yang bermanfaat, positif dan bisa kita kontrol. Menariknya, perubahan dalam cara berbicara seseorang terhadap dirinya sendiri dapat mempengaruhi cara ia memandang serta merespons dunia di sekitarnya.

Percaya diri dalam berbicara bukanlah bakat bawaan, tetapi keterampilan yang dapat dikembangkan melalui pemahaman diri, latihan terarah, dan pengalaman nyata. Kombinasi teori psikologi komunikasi, bukti empiris, serta

cerita pengalaman mahasiswa generasi Z menunjukkan bahwa *from nervous to natural* adalah perjalanan belajar yang nyata dan dapat ditempuh dengan pendekatan yang tepat, baik dari sisi mental, strategi pembelajaran, maupun praktik berkelanjutan. Sehingga setiap generasi, terutama generasi Z, dapat menjadi komunikator yang percaya diri, efektif, dan kompeten di dunia akademik maupun profesional.

Dalam upaya membantu mahasiswa berbicara dengan lebih alami dan percaya diri, Dr. Arthur C. Brooks dari Harvard University memperkenalkan kerangka komunikasi sederhana yang dikenal sebagai TALK Framework. Kerangka ini dirancang untuk membantu seseorang tetap terarah, manusiawi, dan meyakinkan saat berbicara, baik dalam diskusi akademik, presentasi, maupun percakapan profesional sehari-hari.

Berbeda dengan teknik *public speaking* yang terasa formal dan kaku, TALK Framework justru menekankan komunikasi yang *real*, hangat, dan relevan, sehingga sangat cocok digunakan oleh mahasiswa generasi Z yang hidup di era digital dan interaksi cepat. TALK terdiri dari empat elemen utama: *Topic, Asking, Levity, dan Kindness*.

1. *Topic, Fokus pada Topik yang Jelas*

Elemen pertama adalah *topic*, yaitu memastikan bahwa pembicara benar-benar memahami **apa inti pesan yang ingin disampaikan**. Banyak mahasiswa gugup bukan karena tidak bisa berbicara, tetapi karena pikirannya bercabang ke mana-mana saat mulai berbicara.

Dr. Brooks menekankan bahwa komunikasi yang efektif **tidak harus panjang**, tetapi harus jelas. Satu ide utama yang disampaikan dengan baik jauh lebih kuat daripada banyak ide yang disampaikan tanpa arah.

Contoh aplikasi sederhana:

Seorang mahasiswa diminta menyampaikan pendapat tentang kebijakan pelayanan publik. Alih-alih berbicara panjang tanpa fokus, ia memulai dengan:

"I would like to focus on one main issue: how digital services can reduce waiting time for citizens."

Dengan menentukan topik sejak awal, pembicara merasa lebih tenang karena tahu **ke mana arah pembicaraannya**.

2. *Asking*, Libatkan Audiens dengan Pertanyaan

Elemen kedua adalah *asking*, yaitu kebiasaan mengajukan pertanyaan. Banyak mahasiswa merasa *speaking* adalah "ujian satu arah", padahal komunikasi sejati bersifat dua arah.

Mengajukan pertanyaan membuat suasana lebih hidup dan **mengurangi tekanan mental pembicara**, karena perhatian tidak sepenuhnya tertuju pada dirinya.

Contoh aplikasi sederhana:

Dalam presentasi kelas:

"Have you ever experienced slow public service at a government office?"

Pertanyaan seperti ini:

- Membuat audiens terlibat
- Memberi jeda berpikir bagi pembicara
- Mengurangi rasa gugup secara alami

Bagi Gen Z, yang terbiasa dengan interaksi di media sosial, strategi ini terasa lebih natural dan tidak mengintimidasi.

3. *Levity*, Sentuhan Ringan yang Manusiawi

Levity berarti menghadirkan unsur ringan, bukan bercanda berlebihan, tetapi sentuhan kecil yang membuat suasana lebih santai dan manusiawi. Dr. Brooks menegaskan bahwa audiens lebih terhubung dengan pembicara yang *real*, bukan yang berusaha terlihat sempurna.

Mahasiswa sering kali terlalu serius hingga takut salah. Padahal, sedikit kejujuran atau humor ringan justru meningkatkan kepercayaan audiens.

Contoh aplikasi sederhana:

“Honestly, when I first read this topic, I was confused too — but then I realized something interesting...”

Kalimat seperti ini:

- Menurunkan ketegangan
- Membuat audiens merasa “aku juga pernah begitu”
- Membantu pembicara lebih rileks

4. Kindness, Berbicara dengan Sikap Menghargai

Elemen terakhir dan paling penting adalah *kindness*. Menurut Dr. Brooks, komunikasi yang baik bukan hanya soal kata-kata, tetapi juga **niat dan sikap**. Audiens bisa merasakan apakah pembicara berbicara untuk menghakimi atau untuk berbagi. Dalam konteks akademik, *kindness* tercermin dari:

- Menghargai pendapat orang lain
- Tidak merendahkan pertanyaan audiens
- Merespons dengan empati, bukan defensive

Contoh aplikasi sederhana:

Saat mendapat pertanyaan sulit:

“That’s a very good question. I may not have the perfect answer, but here’s how I understand it.”

Respons seperti ini menunjukkan profesionalisme sekaligus kepercayaan diri yang matang.

Beberapa mahasiswa yang menggunakan **TALK Framework** menyatakan bahwa framework ini membantu mereka berbicara tanpa harus menghafal teks. Salah satu mahasiswa juga menegaskan bahwa sebelumnya ia selalu menulis skrip lengkap dan panik ketika lupa satu kalimat. Namun, sejak mengimplementasikan TALK Framework ini, *speaking* terasa lebih **alami, mengalir, dan manusiawi**, bukan sekadar formal dan kaku.

Jadi, TALK Framework ini menunjukkan bahwa komunikasi yang percaya diri tidak harus sempurna, tetapi harus jelas, interaktif, hangat, dan penuh empati. Dengan berfokus pada satu *Topic*, melibatkan audiens melalui *Asking*, mencairkan suasana lewat *Levity*, dan menjaga sikap *Kindness*. Sehingga mahasiswa dapat bertransformasi dari pembicara yang gugup menjadi komunikator yang natural dan autentik. Kerangka ini membuktikan bahwa seni komunikasi sejati bukan tentang siapa yang paling fasih, melainkan siapa yang paling mampu terhubung dengan manusia lain.

Berikut studi kasus Gen Z yang gagal vs berhasil menerapkan TALK Framework yang ditulis naratif, reflektif, dan sangat relate untuk mahasiswa dan dosen ESP (*English for Specific Purposes*).

Studi Kasus 1

✗ Gagal Menerapkan TALK: “Banyak Bicara, Tapi Pesan Tidak Sampai”

Konteks:

Rani (22 tahun), mahasiswa Generasi Z, diminta menyampaikan pendapat singkat dalam diskusi kelas ESP tentang *digital public services*.

Yang Terjadi:

Rani langsung berbicara tanpa pembukaan yang jelas: “*Actually public service is very important and nowadays digital is everywhere and government should improve because people complain a lot and sometimes the system is slow and I think —*”

Ia berbicara cepat, lompat dari satu ide ke ide lain, tanpa arah yang jelas. Ketika dosen bertanya kesimpulan dari keseluruhan pendapat yang telah disampaikan, Rani terlihat panik dan menjawab singkat:

“*Yes... maybe... I think so.*”

Analisis berdasarkan TALK Framework:

- ❌ **Topic:** Tidak ada fokus ide utama
- ❌ **Asking:** Tidak melibatkan audiens sama sekali
- ❌ **Levity:** Terlalu tegang, ingin terlihat “sempurna”
- ❌ **Kindness:** Jawaban defensif dan tertutup

Dampak:

- Audiens bingung
- Pesan tidak diingat
- Rani merasa “speaking itu menakutkan”

Padahal, masalah utamanya **bukan kemampuan bahasa**, melainkan **tidak adanya struktur komunikasi lisan**.

Studi Kasus 2

✅ Berhasil Menerapkan TALK: “Tenang, Terarah, dan Terhubung”

Konteks:

Topik diskusi dan situasi kelas sama, tetapi kali ini **Nadia (21 tahun)**, mahasiswa Generasi Z, mencoba pendekatan berbeda setelah dikenalkan dengan TALK Framework dalam mata kuliah ESP.

a. Topic – Fokus Sejak Awal

Nadia membuka pendapatnya dengan satu kalimat yang jelas dan terarah:

“I would like to focus on one issue: how digital public services can reduce waiting time.”

Ia tidak berusaha menjelaskan semuanya sekaligus, melainkan memilih satu ide utama.

➡ **Efek langsung:** Nadia tampak lebih tenang, dan audiens langsung memahami arah pembicaraan.

b. Asking – Mengajak Audiens Terlibat

Ia kemudian mengajukan pertanyaan sederhana:

"Have you ever waited too long at a government office?"

Beberapa mahasiswa mengangguk dan tersenyum, menunjukkan keterlibatan.

➡ **Efek:** Perhatian audiens meningkat, Tekanan mental pembicara berkurang, dan Suasana diskusi terasa lebih hidup

c. Levity – Sentuhan Manusiawi

Nadia menambahkan pernyataan reflektif:

"Honestly, I used to think waiting was normal, until I experienced online services."

Kalimat ini menunjukkan kejujuran tanpa berlebihan.

➡ **Efek:** Menurunkan ketegangan, Membangun kedekatan emosional, dan Membantu Nadia berbicara lebih rileks

d. Kindness – Sikap Menghargai

Sebagai penutup, Nadia menyampaikan:

"Of course, offline services are still important, especially for elderly citizens."

➡ **Efek:** Menunjukkan empati, Tidak menghakimi pandangan lain, dan Meningkatkan kredibilitas pembicara

NOTE FOR READERS

Bab ini tidak ditulis untuk mengubah Anda menjadi pembicara yang sempurna, fasih tanpa jeda, atau bebas dari rasa gugup. Sebaliknya, bab ini mengajak Anda memahami satu hal penting: rasa gugup bukan musuh komunikasi, melainkan bagian alami dari proses menjadi pembicara yang sadar dan percaya diri.

Jika Anda pernah merasa tangan dingin saat berbicara, suara bergetar saat presentasi, atau pikiran tiba-tiba kosong ketika ditanya dalam bahasa Inggris, Anda tidak sendirian. Pengalaman-pengalaman tersebut adalah cerita umum mahasiswa dan profesional Generasi Z dan justru menjadi titik awal pembelajaran yang bermakna.

Melalui TALK Framework, bab ini mengajak Anda menggeser fokus dari “bagaimana saya terlihat” menjadi “bagaimana saya terhubung”. Ketika komunikasi dipahami sebagai proses berbagi, bukan menguji diri sendiri, rasa percaya diri akan tumbuh secara alami. Bab ini juga mengingatkan bahwa komunikasi yang baik bukan soal menjadi paling pintar di ruangan, tetapi menjadi **paling hadir, paling jelas, dan paling manusiawi**. Tidak apa-apa berbicara pelan. Tidak apa-apa berpikir sejenak. Tidak apa-apa tidak sempurna, selama pesan Anda jujur dan disampaikan dengan niat baik.

Bacalah bab ini dengan santai. Cobalah contoh-contohnya dalam konteks kecil: di kelas, di diskusi kelompok, atau dalam percakapan sehari-hari. Percaya diri dalam komunikasi bukan sesuatu yang datang tiba-tiba, tetapi sesuatu yang dibangun, sedikit demi sedikit, melalui kesadaran dan latihan yang tepat.

Dalam konteks ESP, tantangan utama pembelajaran speaking bukan semata pada penguasaan struktur bahasa, melainkan pada keberanian menyampaikan ide secara kontekstual, profesional, dan bermakna. Banyak mahasiswa mampu memahami teks akademik, menulis laporan, atau berkomunikasi secara digital, tetapi mengalami kecemasan saat harus berbicara langsung di kelas, presentasi, atau simulasi dunia kerja.

TALK Framework yang diperkenalkan dalam bab ini ditujukan sebagai alat pedagogis praktis, bukan teori kompleks. Kerangka ini membantu dosen menggeser fokus pembelajaran dari “*fluency dan accuracy semata*” menuju *clarity, connection, dan communicative intent*. Dengan menekankan *Topic, Asking, Levity, dan Kindness*, dosen dapat membimbing mahasiswa untuk membangun struktur berpikir sebelum berbicara, melibatkan audiens secara aktif, serta mengelola emosi komunikasi secara lebih sehat.

Bab ini juga mengajak dosen untuk memandang rasa gugup mahasiswa bukan sebagai kelemahan, tetapi sebagai indikator kesiapan untuk belajar. Dalam praktik kelas ESP, kesalahan pengucapan, jeda berpikir, atau respons yang belum sempurna seharusnya diposisikan sebagai bagian dari proses pembentukan kompetensi profesional, bukan sebagai kegagalan performatif.

Pendekatan berbasis TALK memungkinkan terciptanya lingkungan belajar yang aman, suportif, dan relevan dengan kebutuhan dunia akademik dan profesional. Dengan demikian, pembelajaran *speaking* tidak hanya melatih kemampuan berbahasa, tetapi juga membentuk identitas komunikator yang percaya diri, reflektif, dan etis. Sebagai dosen ESP, pertanyaannya Anda bukan lagi “Seberapa lancar mahasiswa berbicara?”, tetapi “Seberapa siap mereka menyampaikan ide secara profesional dan manusiawi?”.

“You don’t need to sound impressive. You just need to sound like you, because in the end, the most powerful voice you have is the one that speaks with compassion, not perfection”

Bab 4

Talk With Purpose: Speaking Skill untuk Dunia Nyata

Di dunia nyata, orang tidak berbicara tanpa tujuan. Mahasiswa berbicara untuk menyampaikan pendapat, mempertahankan argumen, atau menjelaskan ide. Profesional berbicara untuk memimpin rapat, menawarkan solusi, membangun kepercayaan klien, atau mengambil keputusan. Oleh karena itu, *speaking skill* yang efektif selalu berangkat dari *purpose*; tujuan komunikasi yang jelas.

Salah satu kesalahan paling umum dalam komunikasi lisan, khususnya di kalangan mahasiswa Generasi Z, adalah berbicara tanpa arah. Banyak pembelajar merasa gugup bukan karena tidak mampu berbahasa Inggris, tetapi karena **tidak tahu apa yang sebenarnya ingin mereka sampaikan**. Akibatnya, pembicaraan menjadi panjang, berputar-putar, dan kehilangan fokus.

Dalam ESP, berbicara dengan tujuan berarti memahami tiga pertanyaan dasar sebelum mulai berbicara:

- 1) **Apa ide utama yang ingin saya sampaikan?**
- 2) **Kepada siapa saya berbicara?**

3) Apa yang saya harapkan dari audiens setelah saya berbicara?

Berbicara dengan tujuan yang jelas justru membuat komunikasi lebih singkat, terarah, dan meyakinkan. Satu ide yang disampaikan dengan jelas jauh lebih berdampak daripada banyak ide yang disampaikan tanpa struktur. Prinsip ini menjadi fondasi utama dalam komunikasi akademik dan profesional.

Di dunia nyata, orang tidak pernah berbicara tanpa tujuan. Mahasiswa berbicara untuk menyampaikan pendapat, mempertahankan argumen, atau menjelaskan ide yang mereka pahami. Profesional berbicara untuk memimpin rapat, menawarkan solusi, membangun kepercayaan klien, atau mengambil keputusan penting. Dengan demikian, berbicara bukan sekadar aktivitas linguistik, melainkan tindakan sosial yang selalu diarahkan pada tujuan tertentu. Oleh karena itu, *speaking skill* yang efektif selalu berangkat dari *purpose*, yaitu tujuan komunikasi yang jelas, bukan sekadar kemampuan mengucapkan kata-kata dalam bahasa Inggris.

Banyak pembelajar bahasa Inggris, khususnya mahasiswa Generasi Z, menganggap kesulitan berbicara berasal dari keterbatasan kosakata atau tata Bahasa lalu menyimpulkan bahwa mereka “tidak pandai berbicara atau *speaking*”. Padahal, hasil observasi di kelas-kelas ESP menunjukkan bahwa kegugupan sering muncul bukan karena kurang kosakata, melainkan karena **tidak jelas apa yang ingin disampaikan**. Ketika tujuan komunikasi kabur, pikiran menjadi tidak terarah, dan rasa cemas pun meningkat. Penelitian oleh Woodrow (2006) dan MacIntyre (2017) menunjukkan bahwa kecemasan berbicara dalam bahasa asing sering kali dipicu oleh faktor kognitif dan psikologis, bukan semata kemampuan linguistik.

1. Berbicara dengan Tujuan yang Jelas

Salah satu kesalahan paling umum dalam komunikasi lisan, khususnya di kalangan mahasiswa Generasi Z, adalah berbicara tanpa arah yang jelas. Banyak mahasiswa sebenarnya memiliki ide, pemahaman konsep, bahkan opini kritis, tetapi gagal menyampaikannya secara efektif karena tidak menetapkan tujuan komunikasi sejak awal.

Seorang dosen ESP menceritakan pengalamannya saat meminta mahasiswa menjelaskan pendapat tentang kebijakan pelayanan publik berbasis digital. Seorang mahasiswa tampak percaya diri dan mulai berbicara cukup panjang. Ia menyebutkan beberapa istilah penting, menyinggung pengalaman pribadi, bahkan mengutip berita yang pernah dibacanya. Namun, ketika dosen tersebut menghentikannya dan bertanya, "*Kalau diringkas dalam satu kalimat, apa sebenarnya pendapat utama kamu?*" mahasiswa itu terdiam. Wajahnya menunjukkan kebingungan, bukan karena ia tidak tahu, tetapi karena sejak awal ia tidak menentukan satu pesan inti.

Kasus ini sangat umum terjadi. Mahasiswa sering mengira bahwa *speaking* berarti "berbicara selama mungkin" atau "menunjukkan banyak pengetahuan". Padahal, dalam komunikasi akademik dan profesional, yang dinilai bukan seberapa banyak yang diucapkan, melainkan seberapa jelas dan relevan pesan yang disampaikan.

Dalam konteks ESP, berbicara dengan tujuan berarti pembicara secara sadar menjawab tiga pertanyaan mendasar sebelum mulai berbicara: apa satu ide utama yang ingin disampaikan, kepada siapa ia berbicara, dan apa dampak yang diharapkan setelah ia selesai berbicara. Penelitian oleh Brown dan Lee (2015) menunjukkan bahwa kejelasan tujuan komunikasi secara signifikan mengurangi *cognitive load*, sehingga pembicara merasa lebih tenang, tidak mudah kehilangan arah, dan mampu mengontrol alur pembicaraan.

Sebaliknya, mahasiswa yang menetapkan satu fokus utama dalam *speaking* sejak awal justru terlihat lebih rileks dan meyakinkan. Dalam kelas yang sama, mahasiswa lain memulai

pendapatnya dengan kalimat sederhana namun tegas: *"I would like to focus on one main issue: how digital services can reduce waiting time for citizens."* Kalimat pembuka ini langsung memberi sinyal arah pembicaraan kepada audiens. Bagi pembicara sendiri, kalimat tersebut berfungsi seperti "pegangan". Ketika ia mulai merasa gugup, ia tahu bahwa ia hanya perlu kembali ke satu ide utama tersebut.

2. *Speaking* dalam Lingkungan Akademik

Dalam dunia akademik, kemampuan berbicara sering kali menjadi indikator untuk menilai tingkat keterlibatan dan pemahaman mahasiswa. Namun, realitas di lapangan menunjukkan paradoks khas Generasi Z. Saat berdiskusi di dalam kelas, banyak dari mereka yang belum sepenuhnya memahami tujuan dari pembicaraan yang mereka lakukan, sering kali diskusi itu melebar dan keluar dari topik yang sedang dibicarakan. Kondisi ini membuat diskusi tersebut menjadi hanya menjadi sekedar perbincangan hangat dalam kelas yang kehilangan nilai akademisnya, tentu saja fenomena ini menghilangkan esensi dari diskusi itu sendiri yaitu menciptakan gagasan yang kritis dan pembahasan yang mendalam terhadap topik.

Permasalahan serupa juga ditemukan dalam kelas ESP, kebanyakan dari mereka tidak memperhatikan tujuan dari presentasi yang dilaksanakan, sehingga ide yang disampaikan cenderung **melebar, berputar-putar, dan tidak langsung pada inti pembahasan** karena tidak memahami tujuan komunikatifnya. Tentu saja ketidakjelasan tujuan ini membuat pesan akademik yang disampaikan menjadi sulit dipahami oleh audiens dan mengurangi efektivitas presentasi sebagai sarana komunikasi akademik.

Padahal, dalam terciptanya pembelajaran yang bermakna, berbicara dalam konteks akademik menuntut adanya kesadaran akan tujuan, struktur, dan fungsi komunikasi. Lucas (2015) dalam bukunya *"Public speaking and academic communication"* menyampaikan *"Effective speaking is goal-oriented; speakers must*

know exactly what they want to accomplish when they speak." maknanya adalah dalam lingkungan akademik, pembicara harus memahami struktur dan tujuan bicaranya apakah mengajak, memberikan informasi, meyakinkan ataupun melaporkan hasil akademik.

Berikut langkah-langkah yang dapat diimplementasikan agar berbicara lebih terarah dalam lingkungan akademik.

- a. Sebelum berbicara mahasiswa perlu menentukan arah dan tujuan komunikasi. Apakah tujuan tersebut untuk memberikan informasi, menjelaskan konsep, menyampaikan argumen, meyakinkan audiens, atau melaporkan hasil akademik. Penentuan tujuan sejak awal membantu pembicara lebih fokus, ringkas, dan relevan dalam menyampaikan pesan.
- b. Mahasiswa perlu menyusun struktur atau kerangka berbicara yang jelas, yaitu terdiri atas; pembukaan (pengantar topik dan tujuan), isi (penyampaian ide utama beserta penjelasannya), dan penutup (ringkasan atau kesimpulan). Struktur yang sistematis akan mencegah pembahasan melebar serta meningkatkan koherensi penyampaian ide.
- c. Penggunaan penanda wacana akademik juga sangat penting untuk membantu audiens memahami alur pembicaraan. Penanda urutan seperti *firstly, secondly, then, next*, dan *finally* digunakan untuk menyampaikan ide secara sistematis; penanda tambahan seperti *in addition, moreover*, dan *furthermore* untuk menambahkan informasi; penanda kontras seperti *however, nevertheless*, dan *in contrast* untuk menunjukkan perbedaan; penanda sebab-akibat seperti *therefore, thus, as a result, consequently*, dan *hence* untuk menjelaskan hubungan logis; serta penanda kesimpulan seperti *in conclusion, to conclude*, dan *in summary* untuk menutup pembicaraan secara jelas.

Setelah berbicara, mahasiswa perlu melakukan refleksi diri dengan mengevaluasi apakah tujuan komunikasi telah tercapai, apakah ide tersampaikan secara runtut, serta bagian mana yang perlu diperbaiki pada kesempatan berikutnya. Dengan menerapkan langkah-langkah tersebut, kemampuan berbicara akademik akan menjadi lebih terarah, sistematis, dan efektif.

Selanjutnya, dalam dunia akademik, kemampuan berbicara sering kali menjadi indikator penilaian tingkat keterlibatan dan pemahaman mahasiswa. Namun, realitas di lapangan menunjukkan paradoks khas Generasi Z. Banyak mahasiswa sangat aktif di diskusi tertulis; forum LMS, grup WhatsApp kelas, atau kolom chat Zoom, tetapi menjadi pasif ketika diskusi dilakukan secara lisan.

Seorang mahasiswa pernah berkata dengan jujur, *"Saya tahu jawabannya, tapi takut kalau salah ngomong dan kelihatan bodoh."* Pernyataan ini mencerminkan kecemasan yang bukan berasal dari kurangnya pengetahuan, melainkan dari ketakutan akan penilaian langsung. Dalam komunikasi lisan, tidak ada tombol "edit" seperti pada tulisan.

Fenomena ini diperkuat oleh penelitian Nguyen dan Terry (2017) yang menemukan bahwa mahasiswa cenderung merasa lebih aman dalam komunikasi tertulis dibandingkan komunikasi lisan, terutama dalam bahasa Inggris sebagai bahasa asing. Ketika berbicara, mereka merasa identitas akademiknya dipertaruhkan.

Padahal, *speaking* akademik tidak menuntut kesempurnaan. Dalam satu diskusi kelas, seorang mahasiswa yang awalnya ragu akhirnya mencoba berbicara dengan kalimat pembuka yang sederhana dan jujur, seperti: *"I may be wrong, but I think this policy will affect rural communities differently."* Alih-alih mengoreksi kesalahannya, dosen menanggapi dengan apresiasi dan mengajak mahasiswa lain menanggapi pendapat tersebut. Pengalaman kecil ini berdampak besar. Mahasiswa tersebut menjadi lebih aktif di pertemuan-pertemuan berikutnya. Kasus ini menunjukkan bahwa lingkungan akademik yang suportif

dapat mengubah *speaking* dari sumber kecemasan menjadi ruang belajar yang aman.

3. *Speaking* dalam Lingkungan Profesional

Ketika mahasiswa memasuki dunia kerja, tantangan komunikasi lisan tidak berkurang, justru meningkat dan berubah bentuk. Di ruang profesional, berbicara bukan lagi sekadar menyampaikan pendapat, tetapi menjadi sarana untuk menunjukkan kompetensi, membangun kepercayaan, dan mempengaruhi keputusan. Seorang lulusan baru menceritakan pengalamannya saat mengikuti rapat pertamanya dengan klien asing. Ia memahami materi teknis dengan sangat baik dan telah menyiapkan data dengan rapi. Namun, ketika diminta menjelaskan idenya secara lisan, ia berbicara terlalu cepat, melompat dari satu poin ke poin lain, lalu berhenti di tengah kalimat karena kehabisan kata.

Situasi itu berlangsung hanya beberapa menit, tetapi dampaknya terasa lama. Setelah rapat, ia berkata dengan jujur, *"Saya paham dengan ide yang saya sampaikan, tetapi ketika menjelaskannya saya merasa tidak mampu."* Pernyataan sederhana ini mencerminkan kegelisahan banyak profesional muda: antara kemampuan berpikir yang matang dan kemampuan berbicara yang belum terstruktur. Di dunia kerja, ide yang baik sering kali "hilang" bukan karena salah, tetapi karena tidak disampaikan dengan tujuan dan alur yang jelas.

Pengalaman tersebut bukan kasus tunggal. Banyak supervisor dan manajer melaporkan bahwa karyawan baru kerap kesulitan merangkum gagasan utama, terutama saat berbicara spontan di rapat atau diskusi lintas budaya. Mereka cenderung menjelaskan terlalu detail, defensif, atau justru terlalu singkat tanpa konteks. Penelitian Goleman (2018) menegaskan bahwa komunikasi profesional yang efektif menuntut kejelasan pesan dan pengendalian emosi, bukan hanya kecerdasan teknis. Individu dengan kesadaran emosi

yang baik mampu mengatur kecepatan bicara, memilih kata dengan tepat, dan membaca reaksi audiens.

Lebih jauh, dunia kerja menilai *speaking skill* sebagai indikator kesiapan kepemimpinan. Dalam banyak organisasi, kemampuan menyampaikan satu poin utama dengan jelas sering kali lebih dihargai dibandingkan berbicara panjang tetapi tidak fokus. Seorang manajer senior pernah mengatakan bahwa ia lebih mempercayai staf yang mampu menjelaskan ide kompleks dalam dua menit dibandingkan mereka yang membutuhkan sepuluh menit tanpa kesimpulan. Hal ini menunjukkan bahwa *speaking skill* berfungsi sebagai jembatan antara kompetensi dan pengakuan profesional.

Bagi profesional muda, tantangannya bukan menjadi pembicara yang “sempurna”, melainkan menjadi pembicara yang *purposeful*. Berbicara dengan tujuan berarti memahami apa yang ingin dicapai dari setiap interaksi; apakah untuk memberi informasi, meyakinkan, atau membuka diskusi. Tanpa kesadaran ini, pembicara akan mudah terjebak dalam penjelasan yang melebar dan kehilangan kendali. Oleh karena itu, transisi dari dunia kampus ke dunia kerja menuntut pergeseran paradigma: dari berbicara untuk menunjukkan pengetahuan, menjadi berbicara untuk menciptakan dampak.

NOTE FOR READERS

Bab ini mengajak Anda memahami satu prinsip kunci: *di dunia nyata, orang tidak dinilai dari seberapa banyak mereka berbicara, tetapi dari seberapa jelas tujuan mereka saat berbicara*. Baik di ruang kelas, forum akademik, rapat kerja, maupun komunikasi digital, *speaking skill* selalu terkait dengan *purpose* atau tujuan yang ingin dicapai melalui kata-kata. Banyak kecemasan berbicara sebenarnya bukan berasal dari keterbatasan bahasa, melainkan dari ketidakjelasan arah. Ketika tujuan kabur, pikiran ikut kacau.

Sebagai pembelajar dan calon profesional, Anda tidak dituntut menjadi pembicara yang sempurna. Anda hanya perlu menjadi pembicara yang sadar tujuan. Sebelum berbicara, biasakan bertanya pada diri sendiri: apa satu ide utama saya, siapa audiens saya, dan apa dampak yang saya harapkan? Pertanyaan sederhana ini dapat mengubah *speaking* dari aktivitas yang menegangkan menjadi tindakan yang terarah dan bermakna.

Ingatlah bahwa *speaking* adalah keterampilan yang tumbuh melalui kesadaran, latihan, dan pengalaman, bukan melalui keberanian instan. Kesalahan bukan tanda kegagalan, melainkan bagian dari proses menjadi komunikator yang autentik. Dengan berbicara secara *purposeful* atau bermakna, Anda tidak hanya menyampaikan ide, tetapi juga membangun kehadiran, kredibilitas, dan kepercayaan diri yang akan menemani Anda dari dunia kampus hingga dunia profesional.

“In real world, clarity is credibility”

CATATAN

[illegible]

Bab 5

Speaking Survival Skills: **Bertahan, Terkontrol dan Tetap Didengar**

Speaking Survival: Apa Artinya “Bertahan” dalam Komunikasi Lisan?

Dalam praktik nyata, *speaking* hampir tidak pernah terjadi dalam kondisi ideal. Mahasiswa tidak selalu diberi waktu untuk menyiapkan jawaban, profesional tidak selalu berbicara di ruang yang nyaman, dan pembelajar bahasa jarang merasa benar-benar siap ketika harus berbicara. Justru, sebagian besar situasi komunikasi lisan terjadi secara mendadak, penuh tekanan, dan menuntut respons cepat. Dalam konteks inilah konsep *speaking survival* menjadi sangat relevan.

Speaking survival bukan tentang berbicara dengan bahasa Inggris yang sempurna, tanpa kesalahan tata bahasa, atau dengan kosakata yang kaya. *Survival* dalam komunikasi lisan berarti tetap mampu berfungsi secara komunikatif meskipun berada dalam kondisi yang tidak ideal. Seorang mahasiswa mungkin masih gugup, jantung berdebar, kosakata terbatas, atau struktur kalimat belum rapi. Namun, selama ia mampu

menyampaikan ide inti, merespons pertanyaan secara wajar, dan menjaga interaksi tetap berjalan, ia telah berhasil “bertahan” dalam komunikasi.

Pengalaman mahasiswa Generasi Z menunjukkan bahwa *speaking survival* sering kali menjadi tantangan pertama mereka. Seorang mahasiswa pernah menceritakan pengalamannya saat diminta dosen memberikan pendapat spontan di kelas. Ia mengaku pikirannya kosong dan hampir memilih diam. Namun, alih-alih menyerah, ia membuka dengan kalimat sederhana, “*I’m not completely sure, but I think...*”. Kalimat itu memberinya waktu untuk berpikir sekaligus memberi sinyal kepada audiens bahwa ia sedang berproses. Meskipun jawabannya singkat dan sederhana, dosen mengapresiasi keberaniannya untuk tetap berbicara. Bagi mahasiswa tersebut, pengalaman itu menjadi titik balik, ia menyadari bahwa *speaking* tidak harus sempurna untuk bisa dihargai.

Dari sudut pandang dosen ESP, fenomena ini sangat familiar. Seorang dosen pernah mengamati dua tipe mahasiswa dalam situasi *speaking*. Mahasiswa pertama berbicara perlahan, dengan kalimat sederhana dan sesekali berhenti mencari kata, tetapi tetap menyampaikan pesan utama. Mahasiswa kedua berbicara sangat lancar di awal, menggunakan kosakata yang kompleks, tetapi ketika ditanya secara mendadak, ia panik, kehilangan arah, dan akhirnya berhenti berbicara. Menariknya, audiens justru lebih mudah memahami dan mengingat pesan mahasiswa pertama. Pengamatan ini memperlihatkan bahwa kemampuan “bertahan” sering kali lebih menentukan efektivitas komunikasi dibandingkan kefasihan semu.

Pengalaman-pengalaman tersebut memperkuat pandangan bahwa *speaking survival* adalah fondasi sebelum mencapai kefasihan. Tanpa kemampuan bertahan, pembelajar mudah untuk memilih diam, menghindar, atau menyerah ketika tekanan muncul. Padahal, dunia akademik dan profesional tidak menunggu sampai seseorang merasa siap sepenuhnya untuk berbicara. Secara ilmiah, hal ini didukung oleh penelitian MacIntyre (2017) yang menegaskan bahwa

keberhasilan komunikasi lisan dalam bahasa asing tidak selalu ditentukan oleh tingkat kompetensi linguistik, melainkan oleh kemampuan pembicara mengelola tekanan psikologis seperti kecemasan, rasa takut dinilai, dan kehilangan kendali. Pembelajar yang mampu tetap berbicara meskipun gugup cenderung memiliki *willingness to communicate* yang lebih tinggi, yang pada akhirnya mempercepat perkembangan kemampuan *speaking* mereka.

Dengan demikian, *speaking survival* dapat dipahami sebagai keterampilan inti yang memungkinkan pembelajar tetap “hadir” dalam komunikasi, meskipun belum merasa siap sepenuhnya. Ia bukan tujuan akhir, tetapi pijakan awal. Dari kemampuan bertahan inilah kepercayaan diri tumbuh, pengalaman positif terbentuk, dan *speaking skill* berkembang secara bertahap. Dalam konteks ESP, mengajarkan mahasiswa untuk *bertahan* adalah langkah paling realistis dan manusiawi sebelum menuntut mereka untuk tampil fasih dan meyakinkan.

Ketika Pikiran *Blank*: Strategi Aman Menghadapi *Speaking Spontan*

Salah satu pengalaman paling menegangkan dalam komunikasi lisan adalah ketika seseorang diminta berbicara secara spontan. Bagi banyak mahasiswa, momen ini sering terjadi di ruang kelas: dosen menunjuk, pertanyaan diajukan, dan dalam hitungan detik pikiran terasa kosong. Seorang mahasiswa pernah menggambarkan situasi ini dengan jujur, “Saya sebenarnya tahu topiknya, tapi saat nama saya dipanggil, semua yang saya pelajari seperti menghilang.”

Pengalaman “*blank*” ini sangat umum, terutama dalam konteks *speaking* dalam bahasa Inggris. Yang sering disalahpahami adalah anggapan bahwa pikiran kosong berarti tidak siap atau tidak mampu. Padahal, respons tersebut lebih berkaitan dengan reaksi tubuh terhadap tekanan daripada kemampuan kognitif seseorang. Ketika seseorang merasa diperhatikan atau dinilai, tubuh secara otomatis masuk ke mode

waspada. Detak jantung meningkat, napas menjadi pendek, dan pikiran bergerak terlalu cepat untuk diorganisasi dengan baik.

Penelitian Brooks (2014) tentang *misplaced excitement* menjelaskan bahwa secara fisiologis, rasa gugup dan antusiasme hampir identik. Tubuh tidak membedakan apakah seseorang sedang “takut” atau “bersemangat”; yang membedakan adalah bagaimana sensasi itu ditafsirkan. Mahasiswa yang menafsirkan detak jantung sebagai tanda “saya akan gagal” cenderung semakin panik. Sebaliknya, mereka yang memaknainya sebagai “tubuh saya sedang bersiap” memiliki peluang lebih besar untuk tetap berbicara.

Selain itu, respon tubuh terhadap rasa gugup ini, juga dipengaruhi oleh kondisi psikologis yang disebut dengan glosophobia. Hal ini berkaitan dengan kondisi seseorang yang merasa ketakutan yang berlebihan dalam berbicara di depan umum. Lucas dalam bukunya (2011) *the art of public speaking* mengutip bahwa definisi glosophobia sebagai ketakutan berbicara di depan umum yang mengakibatkan respon psikologis diantaranya: detak jantung meningkat, tangan gemetar atau berkeringat, suara bergetar atau sulit berbicara, pikiran kosong (*blank*), dan perasaan takut dinilai atau melakukan kesalahan.

Tentu saja reaksi diatas menghambat partisipasi mahasiswa di dalam kelas, dimana dalam lingkungan akademik mahasiswa diharapkan mampu menyampaikan ide dengan lugas dan spontan baik dalam diskusi maupun presentasi. Namun, ketika mahasiswa mengalami glosophobia, rasa takut dan kecemasan yang muncul sering kali membuat mereka enggan berbicara, menghindari interaksi verbal, atau hanya berpartisipasi secara pasif. Akibatnya, potensi intelektual dan kemampuan berpikir kritis mahasiswa tidak tersalurkan secara optimal.

Salah satu dampak paling signifikan dari glosophobia dalam konteks komunikasi adalah munculnya kondisi *blank*, yaitu keadaan ketika mahasiswa tiba-tiba kehilangan alur berpikir saat harus berbicara di depan umum. Kondisi ini terjadi

karena tingkat kecemasan yang tinggi mempengaruhi proses kognitif, khususnya kemampuan mengingat, menyusun kalimat, dan mengekspresikan ide secara verbal. Akibatnya, meskipun mahasiswa telah memahami materi dan melakukan persiapan dengan baik, mereka tetap mengalami kesulitan untuk menyampaikan pesan secara jelas dan terstruktur.

Dalam situasi akademik, kondisi *blank* ini memperburuk hambatan komunikasi karena mahasiswa menjadi ragu, terdiam, atau menghentikan pembicaraan secara mendadak. Hal tersebut tidak hanya menurunkan kepercayaan diri mahasiswa, tetapi juga memperkuat siklus glosofobia itu sendiri, di mana pengalaman gagal berkomunikasi menimbulkan ketakutan yang lebih besar pada kesempatan berbicara berikutnya. Dengan demikian, glosofobia tidak hanya berdampak pada aspek emosional, tetapi juga secara langsung mengganggu kemampuan kognitif dan performa komunikasi mahasiswa di dalam kelas.

Lebih lanjut, keterbatasan partisipasi ini tidak hanya berdampak pada individu, tetapi juga mempengaruhi dinamika pembelajaran di kelas secara keseluruhan. Proses diskusi menjadi kurang hidup, pertukaran ide tidak berkembang secara maksimal, dan tujuan pembelajaran yang menekankan pada komunikasi dua arah menjadi sulit tercapai. Dalam jangka panjang, kondisi ini dapat menghambat pengembangan keterampilan komunikasi mahasiswa, yang sejatinya merupakan kompetensi penting dalam dunia akademik maupun profesional.

Untuk mengatasi ini perlu langkah praktis yang memantu mahasiswa maupun dosen dalam mengatasi kondisi ini. Di sinilah konsep *speaking survival* bekerja secara praktis. Tujuannya bukan langsung memberikan jawaban yang sempurna, melainkan menjaga komunikasi tetap hidup. Strategi paling dasar adalah menggunakan respons awal yang aman. Kalimat sederhana seperti: *"That's an interesting question. Let me think about it for a moment."* berfungsi sebagai jangkar.

Kalimat ini memberi pembicara jeda berpikir tanpa terlihat tidak kompeten. Di mata audiens, respons tersebut justru mencerminkan sikap profesional, reflektif, dan tenang. Bagi pembicara, beberapa detik jeda ini sangat berharga untuk mengatur napas, menenangkan pikiran, dan mulai menyusun jawaban.

Seorang dosen ESP menceritakan bahwa mahasiswa yang berani menggunakan kalimat pembuka seperti ini cenderung mampu melanjutkan jawaban dengan lebih terarah. Jawaban mereka mungkin masih sederhana, tetapi memiliki alur yang jelas. Sebaliknya, mahasiswa yang langsung memaksa diri untuk menjawab sering kali terjebak dalam kalimat yang terputus-putus dan semakin kehilangan kepercayaan diri.

Strategi ini juga berdampak psikologis. Dengan mengakui bahwa ia sedang berpikir, pembicara mengurangi tekanan internal untuk tampil sempurna. Dalam konteks ESP, keberhasilan *speaking* tidak selalu diukur dari kompleksitas bahasa, melainkan dari kemampuan menjaga interaksi tetap berjalan. Berbicara satu atau dua kalimat yang relevan jauh lebih efektif daripada diam atau berhenti di tengah kalimat.

Penelitian lain tentang komunikasi spontan menunjukkan bahwa pembelajar yang memiliki “kalimat penyangga” (*buffer phrases*) cenderung lebih percaya diri dalam situasi mendadak (MacIntyre, 2017). Kalimat-kalimat ini tidak dimaksudkan untuk menghindari jawaban, melainkan untuk menciptakan ruang berpikir yang sehat. Dengan latihan yang konsisten, strategi ini dapat menjadi kebiasaan reflektif, bukan sekadar trik darurat.

Pada akhirnya, ketika pikiran terasa *blank*, yang paling penting bukan seberapa cepat seseorang menjawab, melainkan bagaimana ia merespons momen tersebut. *Speaking survival* mengajarkan bahwa diam sejenak, bernapas, dan memulai dengan kalimat aman adalah bagian dari komunikasi yang matang. Dalam dunia akademik dan profesional, kemampuan menghadapi momen spontan dengan tenang sering kali lebih dihargai daripada jawaban yang panjang tetapi tidak terkontrol.

Safe Opening Phrases for Spontaneous Speaking (Kalimat Aman Saat Pikiran Blank)

Ketika kamu ditanya secara tiba-tiba dan pikiran terasa kosong, jangan buru-buru menjawab isi pertanyaan. Mulailah dengan *safe opening phrases* untuk memberi waktu berpikir dan menenangkan diri. Kalimat-kalimat ini terdengar profesional, alami, dan sangat umum digunakan dalam konteks akademik maupun profesional.

a. Untuk Membeli Waktu Berpikir

- *"That's an interesting question. Let me think about it for a moment."*
- *"I need a second to organize my thoughts."*
- *"Let me reflect on that briefly."*

b. Untuk Menunjukkan Sikap Terbuka (Tanpa Harus Langsung Pasti)

- *"From my understanding so far..."*
- *"Based on what I've learned..."*
- *"I may not have a complete answer, but here's my view."*

c. Untuk Memulai Jawaban Sederhana tapi Aman

- *"One important point I'd like to mention is..."*
- *"I would like to focus on one main aspect..."*
- *"In simple terms, this issue is about..."*

d. Untuk Merespons Saat Kurang Yakin

- *"I might be mistaken, but I think..."*
- *"This is my initial thought on the issue..."*
- *"I'm still learning about this, but..."*

★ Beginner's Reminder

Berbicara spontan bukan tentang menjawab dengan sempurna, tetapi tentang menjaga komunikasi tetap berjalan. Kalimat aman bukan tanda kelemahan, melainkan strategi profesional yang digunakan oleh dosen, manajer, dan pembicara berpengalaman.

Speaking di Bawah Tekanan: Waktu Singkat dan Audiens Kritis

Situasi berbicara dengan waktu terbatas menuntut kemampuan **menyaring pesan**, bukan menumpuk informasi. Dalam kondisi ini, keberhasilan *speaking* tidak diukur dari seberapa banyak hal yang disampaikan, melainkan seberapa jelas satu pesan utama diterima audiens.

Mahasiswa yang memiliki *speaking survival skill* memahami bahwa tekanan waktu justru membutuhkan struktur yang lebih sederhana. Mereka tidak memulai dengan latar belakang panjang, melainkan langsung pada tujuan inti. Kalimat pembuka seperti *"My main point is..."* berfungsi sebagai **anchor statement**, jangkar yang menahan arah pembicaraan agar tidak melebar.

Dalam konteks audiens kritis, seperti dosen, penguji, atau pimpinan rapat, *anchor statement* juga memberi sinyal profesionalisme. Audiens mengetahui sejak awal ke mana arah pembicara, sehingga cenderung lebih fokus dan reseptif. Penelitian Goleman (2018) menegaskan bahwa komunikasi efektif di bawah tekanan sangat berkaitan dengan *emotional regulation*. Individu yang mampu mengendalikan kecemasan akan lebih mudah menyederhanakan pesan dan memilih kata-kata yang relevan. Dengan kata lain, **tenang → fokus → jelas** adalah rantai kunci *speaking survival*.

Pressure Speaking Survival Phrases (Strategi Bertahan Saat Waktu Singkat & Audiens Kritis)

Gunakan **aturan 2-Menit Survival Structure** berikut.

a. Anchor (10–15 detik pertama)

Sampaikan **satu ide utama**.

- *"My main point is..."*
- *"The key issue here is..."*

b. Reason (1 alasan pendukung)

Jelaskan *mengapa* ide itu penting.

- *"This matters because..."*

- *"The main reason is..."*
- c. **Example / Impact (opsional, singkat)**
 Satu contoh atau dampak langsung.
 - *"For example..."*
 - *"This could lead to..."*
- d. **Soft Closing (jika waktu habis)**
 Akhiri dengan aman.
 - *"That's my main concern."*
 - *"That's the key point I want to highlight."*

★ Reality Check

Dalam rapat, presentasi singkat, atau diskusi kelas, orang tidak mengingat semua kata, tetapi mereka hampir selalu mengingat satu pesan utama. Jika audiens mengingat poin Anda, maka *speaking* Anda berhasil.

Bertahan dalam *Speaking Digital* dan Hybrid

Era digital dan pembelajaran hybrid menghadirkan bentuk tekanan baru dalam komunikasi lisan. Jika dalam situasi tatap muka pembicara masih dapat membaca ekspresi wajah, bahasa tubuh, dan respons spontan audiens, maka dalam ruang digital banyak sinyal tersebut menghilang. Kamera sering dimatikan, mikrofon senyap, dan jeda terasa lebih panjang serta canggung. Tidak sedikit mahasiswa mengaku bahwa berbicara melalui Zoom, Google Meet, atau platform daring lainnya justru terasa lebih menegangkan dibandingkan berbicara langsung di kelas. Rasa tidak pasti, apakah audiens mendengarkan, memahami, atau bahkan masih berada di ruang virtual menciptakan tekanan psikologis yang berbeda, namun tidak kalah berat.

Seorang dosen ESP mencatat fenomena menarik dalam kelas daringnya. Mahasiswa yang biasanya aktif, terstruktur, dan argumentatif saat diskusi tatap muka justru berbicara sangat cepat ketika presentasi online. Kalimat mereka saling bertumpuk, intonasi tidak stabil, dan presentasi berakhir jauh sebelum waktu yang tersedia habis. Ketika ditanya alasannya,

beberapa mahasiswa mengaku hanya ingin “cepat selesai” karena merasa tidak nyaman berbicara di depan layar. Pengalaman ini menunjukkan bahwa tantangan utama *speaking digital* bukan terletak pada kemampuan bahasa semata, melainkan pada pengelolaan diri di tengah keterbatasan interaksi.

Penelitian Mayer (2020) menegaskan bahwa komunikasi lisan di ruang digital menuntut kejelasan struktur dan kontrol tempo yang lebih tinggi dibandingkan komunikasi tatap muka. Ketika bahasa tubuh dan umpan balik visual terbatas, audiens sangat bergantung pada bagaimana pembicara mengatur alur bicara, menggunakan jeda, dan menegaskan ide penting. Mahasiswa yang mampu bertahan dalam kondisi ini umumnya tidak berusaha tampil sempurna. Mereka justru fokus pada strategi *survival* yang sederhana namun efektif: membuka *speaking* dengan tujuan yang jelas, berbicara lebih lambat secara sadar, dan mengulang poin utama dengan kata-kata yang mudah dipahami. Strategi ini membantu pembicara tetap memegang kendali sekaligus membantu audiens mengikuti pesan meskipun interaksi berlangsung satu arah.

Namun, banyak pembicara pemula gagal bertahan bukan karena kurang kompetensi, melainkan karena strategi yang keliru. Kesalahan yang sering muncul adalah membuka *speaking* dengan sikap defensif atau permintaan maaf berlebihan. Seorang mahasiswa pernah memulai jawabannya dengan kalimat, “*Sorry if my English is bad, but...*,” sebelum menyampaikan isi pendapatnya. Kalimat ini secara tidak langsung menurunkan posisi pembicara di mata audiens bahkan sebelum pesan utama disampaikan. Penelitian Hyland (2019) menunjukkan bahwa *framing* awal sangat mempengaruhi persepsi kredibilitas. Ketika pembicara meragukan dirinya sendiri, audiens cenderung ikut meragukan pesan yang disampaikan.

Kesalahan lain yang juga menghambat *speaking survival* adalah kecenderungan untuk menjelaskan terlalu banyak. Dalam upaya terlihat pintar, lengkap, atau akademis, pembicara

justeru kehilangan fokus. Ide utama tenggelam di antara detail yang tidak sempat diproses audiens. Padahal, dalam konteks digital dan hybrid, keberanian untuk menyederhanakan pesan sering kali lebih bernilai daripada kemampuan menyampaikan banyak informasi sekaligus. Bertahan dalam *speaking* berarti mampu memilih satu pesan inti dan memastikan pesan tersebut sampai, bukan memaksakan seluruh pengetahuan keluar dalam waktu terbatas.

Dalam konteks ini, kepercayaan diri perlu dipahami secara lebih realistis. *Confidence* bukanlah ketiadaan rasa gugup. Banyak pembicara berpengalaman masih merasakan ketegangan sebelum berbicara, baik di ruang fisik maupun virtual. Perbedaannya terletak pada kemampuan mereka tetap berbicara meskipun gugup, bukan menunggu rasa percaya diri datang terlebih dahulu. Seorang mahasiswa yang awalnya sangat pendiam mengaku bahwa titik baliknya bukan ketika ia menjadi fasih, tetapi ketika ia berhenti takut salah. Ia rutin melakukan simulasi diskusi singkat setiap minggu, termasuk dalam format daring. Kesalahan tata bahasa masih muncul, jeda masih terasa, tetapi ia tidak lagi menghindar. Ia merasa mampu “bertahan”, dan dari sanalah rasa percaya diri mulai tumbuh secara perlahan.

Penelitian Nation dan Newton (2009) menegaskan bahwa praktik berbicara yang kontekstual dan berulang membangun kepercayaan diri secara bertahap. *Speaking survival* berfungsi sebagai jembatan psikologis antara ketakutan awal dan kepercayaan diri yang autentik. Ketika pembelajar mampu bertahan dalam *speaking digital* dan hybrid, komunikasi lisan tidak lagi dipersepsikan sebagai ancaman, melainkan sebagai ruang belajar dan bertumbuh. Dari sinilah muncul keberanian yang realistis, bukan keberanian yang lahir dari kesempurnaan, tetapi dari kesediaan untuk tetap berbicara meskipun situasi tidak ideal.

NOTE FOR READERS

Bab ini tidak menuntut Anda menjadi pembicara yang sempurna, percaya diri tanpa gugup, atau fasih tanpa kesalahan. Sebaliknya, bab ini mengajak Anda untuk memahami satu hal penting: bertahan dalam *speaking* adalah keterampilan dasar sebelum mencapai kefasihan.

Jika Anda pernah merasa pikiran kosong saat ditanya, berbicara terlalu cepat di kelas daring, atau ingin segera mengakhiri presentasi karena tidak nyaman, Anda tidak sendirian. Pengalaman-pengalaman tersebut bukan tanda kegagalan, melainkan bagian alami dari proses belajar berbicara dalam bahasa Inggris, terutama di era digital dan hybrid.

Saat membaca bab ini, jangan fokus pada seberapa “ideal” kemampuan *speaking* Anda saat ini. Fokuslah pada apa yang masih bisa Anda lakukan meskipun gugup: menyampaikan satu ide utama, membuka pembicaraan dengan menarik, menjaga komunikasi tetap berjalan, dan tetap hadir dalam interaksi. Kemampuan bertahan inilah yang akan melindungi Anda dari rasa takut berlebihan dan mencegah Anda menghindari kesempatan berbicara.

Gunakan strategi-strategi dalam bab ini sebagai *alat penyelamat*, bukan sebagai aturan kaku. Anda boleh berhenti sejenak, mengulang poin utama, atau berbicara dengan struktur sederhana. Semua itu sah. Dalam komunikasi nyata, yang paling dihargai bukan kesempurnaan bahasa, tetapi kejelasan pesan dan ketulusan usaha untuk terhubung dengan audiens. Ingatlah bahwa setiap kali Anda memilih untuk tetap berbicara, meskipun dengan kalimat sederhana Anda sedang membangun kepercayaan diri yang autentik. Dari kemampuan bertahan inilah, kelancaran dan keyakinan akan tumbuh dengan sendirinya.

Dalam konteks pengajaran ESP, dosen sering menghadapi dilema: di satu sisi ingin mendorong akurasi dan kualitas bahasa, di sisi lain menyadari bahwa terlalu menekankan kesalahan justru memperkuat kecemasan mahasiswa. Bab ini mengambil posisi tengah yang penting secara pedagogis:

mahasiswa perlu merasa aman untuk berbicara sebelum mereka siap untuk berbicara dengan baik.

Pendekatan ini sejalan dengan temuan MacIntyre (2017) yang menegaskan bahwa *willingness to communicate* adalah prasyarat bagi perkembangan *speaking skill*. Mahasiswa yang tidak merasa aman secara psikologis cenderung menghindari *speaking*, seberapa pun kemampuan linguistik yang mereka miliki. Oleh karena itu, *speaking survival* dapat dipahami sebagai fondasi afektif dan kognitif sebelum pengembangan kefasihan dan kompleksitas bahasa.

Dalam praktik kelas, dosen diharapkan menggunakan bab ini untuk:

- 1) Menormalisasi kegugupan dan pikiran “blank” sebagai pengalaman belajar, bukan kegagalan,
- 2) Memberi ruang bagi respons yang sederhana namun bermakna,
- 3) Menilai kejelasan pesan dan tujuan komunikasi sebelum akurasi struktur bahasa,
- 4) Membangun budaya kelas yang menghargai *effort to communicate*.

Khusus dalam konteks digital dan hybrid learning, bab ini relevan untuk menjawab tantangan minimnya umpan balik nonverbal. Mahasiswa sering berbicara terlalu cepat, terlalu singkat, atau terlalu defensif karena merasa “sendirian” di depan layar. Strategi survival yang ditawarkan dapat berupa; penetapan tujuan yang jelas, pengaturan tempo berbicara yang lebih lambat, serta pengulangan poin utama dapat secara eksplisit diintegrasikan dalam rubrik penilaian keterampilan berbicara pada pembelajaran daring.

Dosen juga dianjurkan menggunakan kotak-kotak praktis dalam bab ini sebagai *micro-teaching moments*: latihan pembuka aman, simulasi jawaban spontan, dan diskusi reflektif tentang apa yang membuat *speaking* terasa “bertahan” atau “runtuh”. Dengan demikian, *speaking* tidak hanya diajarkan sebagai performa, tetapi sebagai proses adaptif yang terus berkembang.

Pada akhirnya, bab ini mengajak dosen untuk menggeser paradigma pengajaran *speaking*: **dari mengejar kelancaran semata, menuju membangun ketahanan komunikasi.** Mahasiswa yang mampu bertahan hari ini adalah mahasiswa yang berani berbicara esok hari.

*“If the message survives,
the speaking succeeds.”*

Bab 6

Speak to Influence: Mengubah Kata Menjadi Dampak

Di dunia akademik dan profesional, kemampuan berbicara bukan hanya soal menyampaikan ide. Ia juga soal **menciptakan dampak**. Mahasiswa dan profesional tidak hanya berbicara untuk didengar, tetapi untuk meyakinkan, menginspirasi, dan mendorong tindakan. Berbicara untuk mempengaruhi (*speaking to influence*) berarti menyelaraskan pesan, audiens, dan tujuan komunikasi. Tidak cukup bagi seorang mahasiswa atau profesional hanya menguasai data atau fakta; kemampuan mempengaruhi audiens membutuhkan kombinasi konten yang relevan, bahasa tubuh yang mendukung, intonasi yang tepat, dan keterhubungan emosional.

Seorang mahasiswa yang ingin memberikan opini dalam diskusi kelas harus mempertimbangkan tiga hal: apa pesan inti yang ingin disampaikan, siapa audiensnya, dan bagaimana cara terbaik untuk menyampaikannya. Mahasiswa yang hanya menyampaikan data secara linear sering kali kehilangan perhatian audiens. Sebaliknya, mahasiswa yang memanfaatkan

narasi atau contoh nyata mampu membuat ide lebih mudah diterima dan diingat.

Contoh, dalam diskusi kelas ESP mengenai kebijakan e-government, seorang mahasiswa diminta mempresentasikan efek digitalisasi layanan publik. Alih-alih menampilkan semua statistik tentang jumlah permohonan izin yang diproses, ia memilih satu kisah konkret: pengalaman seorang warga yang harus menunggu tiga jam untuk mendapatkan izin, dan bagaimana digitalisasi memangkas waktu tunggu menjadi hanya 30 menit. Ia memulai presentasinya dengan kalimat:

"Imagine a citizen waiting three hours for a permit. With digital services, that waiting time drops to 30 minutes."

Pendekatan ini tidak hanya menyampaikan fakta, tetapi juga menghubungkan audiens secara emosional. Audiens merasakan masalah yang nyata, bukan sekadar angka. Dengan begitu, pesan yang disampaikan menjadi lebih hidup dan persuasif. Mahasiswa lain yang mencoba pendekatan statistik penuh malah mendapat respon audiens yang tampak acuh atau cepat kehilangan fokus. Pengalaman ini menegaskan bahwa konten yang emosional dan relatable lebih mudah mempengaruhi opini daripada data mentah yang panjang.

Penelitian Cialdini (2016) mendukung pendekatan ini. Ia menekankan bahwa persuasi efektif terjadi ketika pembicara menggabungkan logika (data atau fakta), emosi (kisah atau pengalaman manusia), dan kredibilitas (cara penyampaian dan sikap percaya diri). Dalam konteks Gen Z, yang terbiasa dengan konten visual dan naratif di media sosial, pendekatan *storytelling* menjadi alat yang natural dan mudah diterima, terutama dalam diskusi akademik maupun profesional.

Selain itu, pengalaman dosen ESP menunjukkan bahwa mahasiswa yang memulai dengan narasi singkat cenderung mendapatkan lebih banyak interaksi, pertanyaan, dan komentar dari audiens. Hal ini menunjukkan bahwa mempengaruhi bukan hanya tentang berbicara lebih banyak, tetapi tentang memilih cerita dan pesan yang tepat dan menyampaikannya dengan cara yang mengundang partisipasi audiens.

Dengan kata lain, berbicara untuk mempengaruhi bukan sekadar menyampaikan informasi, tetapi mengubah cara audiens berpikir, merasakan, dan bertindak, bahkan dalam diskusi singkat di kelas. Mahasiswa yang mampu melakukan ini menunjukkan kemampuan komunikasi yang matang menghubungkan konten, konteks, dan audiens secara harmonis.

1. Menggunakan Struktur yang Persuasif

Berbicara untuk mempengaruhi tidak hanya soal kata-kata yang dipilih, tetapi juga **bagaimana pesan disusun**. Struktur yang jelas membantu audiens mengikuti alur berpikir pembicara dan menerima ide yang disampaikan secara logis. Salah satu pola paling efektif adalah ***Problem – Solution – Benefit (PSB)***. Pola ini memandu pembicara untuk menjelaskan situasi, menawarkan solusi, dan menunjukkan dampak positif dari solusi tersebut.

Contoh nyata di kelas Pendidikan: Seorang mahasiswa Pendidikan diminta mempresentasikan ide tentang pengembangan metode belajar interaktif. Alih-alih membahas teori pembelajaran secara panjang, ia menggunakan struktur PSB:

- **Problem:** *"Many students feel bored and disengaged during traditional lectures."*
- **Solution:** *"Integrating gamification elements and group projects can increase student participation."*
- **Benefit:** *"This approach boosts engagement, improves learning outcomes, and makes students more motivated to study."*

Dengan struktur ini, audiens; baik dosen maupun teman sekelas, dapat langsung menangkap inti masalah, melihat solusi, dan merasakan manfaatnya. Mahasiswa terlihat lebih percaya diri karena alur pikirannya teratur, sementara audiens lebih mudah tertarik karena pesan disampaikan secara logis dan ringkas.

Contoh nyata di kelas Hukum: Seorang mahasiswa Hukum diminta mempresentasikan opini tentang reformasi peraturan lalu lintas. Alih-alih mengutip semua undang-undang dan statistik, ia memilih pola PSB:

- **Problem:** *"Traffic violations continue to rise, causing accidents and fatalities every year."*
- **Solution:** *"Introducing stricter enforcement combined with public awareness campaigns can reduce violations."*
- **Benefit:** *"This reduces accidents, saves lives, and improves public confidence in law enforcement."*

Mahasiswa Hukum ini berhasil menarik perhatian audiens karena pesan tersampaikan jelas, meski hanya fokus pada satu isu inti. Penelitian oleh Duarte (2010) menegaskan bahwa presentasi yang mengikuti pola *Problem–Solution–Benefit* lebih mudah diingat, lebih meyakinkan, dan meningkatkan kemungkinan audiens bertindak sesuai rekomendasi pembicara.

Selain itu, pola ini sangat cocok untuk **Gen Z**, yang terbiasa dengan konten ringkas dan jelas di media sosial. Audiens modern cenderung kehilangan fokus jika pesan terlalu panjang atau berputar-putar. Dengan struktur PSB, pembicara bisa menyampaikan informasi kritis secara persuasif tanpa membebani audiens dengan terlalu banyak detail sekaligus.

Tips praktis untuk menerapkan PSB:

- a. **Mulai dengan masalah yang relevan:** Pilih isu yang nyata dan bisa dirasakan audiens.
- b. **Tawarkan solusi sederhana dan konkret:** Fokus pada satu ide utama yang mudah diikuti.
- c. **Tunjukkan manfaat langsung:** Jelaskan bagaimana solusi berdampak positif bagi audiens atau masyarakat.
- d. **Gunakan bahasa yang relatable:** Cerita nyata, analogi, atau contoh lokal membuat pesan lebih hidup.
- e. **Latih alur sebelum berbicara:** Bahkan 1–2 latihan singkat membuat struktur ini lebih natural saat berbicara spontan.

Dengan latihan rutin, pola *Problem–Solution–Benefit* menjadi pegangan internal pembicara. Bahkan ketika gugup atau berbicara spontan, pembicara dapat tetap mengikuti alur ini, memastikan pesan sampai, dan meningkatkan kemampuan mempengaruhi audiens.

2. Storytelling sebagai Alat Pengaruh

Cerita (*storytelling*) adalah alat paling ampuh untuk membuat audiens terhubung secara emosional sekaligus memahami pesan. Gen Z terbiasa dengan narasi visual dan pengalaman nyata, sehingga **storytelling** menjadi strategi efektif untuk menyampaikan ide.

Contoh untuk Mahasiswa Psikologi:

Seorang mahasiswa psikologi mempresentasikan pentingnya intervensi dini untuk kesehatan mental remaja. Alih-alih memaparkan statistik atau teori psikologi, ia menceritakan pengalaman nyata:

“Last semester, I counseled a student, Maya, who often withdrew from class due to anxiety. After we implemented brief daily mindfulness exercises and peer support sessions, she started participating in discussions and even helped organize a student wellbeing workshop. This shows how targeted interventions can transform engagement and resilience in students.”

Cerita ini **menghubungkan teori dengan pengalaman nyata**, membuat audiens lebih mudah memahami urgensi intervensi psikologis. Data tentang tingkat kecemasan remaja kemudian ditambahkan sebagai bukti pendukung, bukan fokus utama.

Contoh untuk Mahasiswa Keperawatan:

Seorang mahasiswa keperawatan ingin menunjukkan pentingnya komunikasi empatik dalam perawatan pasien. Ia memulai dengan cerita seorang pasien lansia:

"During my clinical rotation, I met Mr. Sutrisno, a 78-year-old patient who was hesitant to take his medication. I spent time listening to his fears and explaining each step calmly. By the next day, he followed his treatment plan willingly and even thanked me for taking the time to understand him."

Alih-alih hanya menyebut teori komunikasi terapeutik, mahasiswa ini **menunjukkan dampak nyata dari pendekatan empatik**, membuat pesan lebih relatable dan mempengaruhi audiens untuk memahami pentingnya komunikasi dalam praktik keperawatan.

Inti dari *Storytelling*:

- a. Cerita konkret membantu audiens melihat implikasi nyata ide yang disampaikan.
- b. Logika dan emosi bekerja bersamaan: audiens memahami konteks dan merasakan pengalaman tokoh.
- c. Data atau teori digunakan sebagai pendukung, bukan inti, sehingga pesan tetap *human-centered*.

Tips *storytelling* untuk Gen Z dapat dilihat pada gambar berikut.



Dengan pendekatan ini, mahasiswa lintas disiplin seperti Psikologi, Keperawatan, Hukum, Pendidikan, dan Administrasi Publik dapat **menggunakan *storytelling* untuk meningkatkan pengaruh, engagement, dan kredibilitas saat berbicara.** Bahkan ketika berbicara spontan, memiliki satu cerita konkret sebagai anchor membuat pesan inti tetap tersampaikan.

3. *Connect with your audience*

Pernahkan kita merasa tidak diperhatikan atau merasa asik sendiri ketika berbicara? Seorang mahasiswa ESP mengatakan bahwa dalam suatu presentasi dia merasa sudah menyiapkan materi sebagus mungkin, sudah menargetkan tujuan dan menggunakan media yang membantunya dalam memberikan presentasi tersebut dia berharap ketika presentasi teman temannya akan memberikan kontribusi dan perhatian penuh terhadap materinya. Namun, apa yang terjadi ketika dia sudah percaya diri berdiri di depan kelas dengan persiapan yang matang, alih-alih memberikan perhatian, teman-teman yang lain malah asik mengobrol satu sama lain dan jikalau mereka memperhatikan itu karena terpaksa yang mengakibatkan pesan yang disampaikan tidak terpenuhi.

Apa yang terjadi pada mahasiswa ini, dia merasa gagal dan menganggap dirinya tidak mampu. Tetapi bukan itu permasalahannya, dia melupakan satu dasar penting dalam berbicara yaitu terhubung dengan audience.

Salah satu tujuan dalam berbicara adalah untuk terhubung dengan audience. Bagaimana pesan bisa tersampaikan kalau seorang pembicara tidak terhubung dengan audiencenya. Tentu saja pesan yang akan disampaikan tidak tersalurkan dengan baik. Para pendengar tidak merasa bagian dari percakapan tersebut. Hal ini kerap kali terabaikan dalam suatu presentasi yang dilakukan oleh mahasiswa. Seorang dosen ESP melaporkan ketika mahasiswa diminta untuk presentasi di depan kelas, mereka lupa kalau audience adalah bagian dari presentasi. Mereka hanya menyampaikan materi yang mereka sampaikan, tanpa memperdulikan kalau audience harus memahami dan tertarik dengan apa yang mereka sampaikan. Hal yang perlu diingat adalah, presentasi dikatakan berhasil adalah apabila audience merasa bagian dari proses itu sendiri, presentasi bukan untuk seorang presenter saja tapi audience yang merasa perlu untuk mendengarkan ide tersebut. Oleh sebab itu, sebelum masuk kepada topik yang akan dibahas kita perlu terhubung dengan pendengar dengan cara menarik

perhatian pendengar dengan cara memulai dengan *hook* yang kuat, karena pembukaan menentukan kesan pertama. Beberapa teknik *hook* yang efektif menurut Lucas (2011) antara lain:

Pertanyaan Retoris (*Rhetorical Question*). Contoh, bahasa yang bisa digunakan adalah diantaranya:

"Have you ever felt your mind suddenly go blank during a presentation?"

"What if the biggest barrier to success is not lack of knowledge, but fear of speaking?"

"Why do so many talented students stay silent in class?"

Pertanyaan seperti ini akan membangun koneksi personal dengan audience. Pertanyaan ini menyentuh pengalaman dari audience secara langsung. Audiens yang pernah mengalami situasi tersebut akan merasa "itu saya." Selain itu, pertanyaan diatas bisa memicu refleksi diri; audiens langsung mengingat pengalaman pribadi, yang membuat mereka lebih fokus. Kemudian pertanyaan seperti ini juga bisa menurunkan jarak psikologis: Pembicara terlihat empatik dan memahami kondisi audiens. Yang terakhir pertanyaan seperti ini bisa meningkatkan relevansi topik ; Audiens menyadari bahwa topik presentasi berhubungan langsung dengan kehidupan mereka.

4. Fakta atau statistik yang mengejutkan

Fakta atau statistik yang mengejutkan adalah pernyataan data yang tidak terduga atau kontra-intuitif yang langsung memicu **perhatian, rasa ingin tahu, dan keterlibatan audiens**. Teknik ini efektif karena otak manusia diprogram untuk merespons hal-hal baru, relevan, atau inkonsisten dengan ekspektasi sebelumnya. Bahasa yang bisa digunakan adalah:

"Did you know that public speaking is one of the most common fears in the world more than fear of death for some people?"

"Did you know that more than 70% of students report anxiety when speaking in front of a class?"

Pertanyaan semacam ini dapat memengaruhi kondisi psikologis pendengar sehingga mereka menjadi lebih fokus dan memperhatikan materi yang disampaikan. Hal ini didukung oleh penelitian Dirk Horstmann dan Markus Becker dalam artikel "*Surprise Capture and Inattentional Blindness*". Penelitian tersebut menunjukkan bahwa stimulus yang tidak terduga atau berbeda dari pola yang biasa diterima otak dapat menarik perhatian secara lebih kuat. Ketika informasi yang muncul tidak sesuai dengan prediksi kognitif, otak akan merespons dengan meningkatkan fokus perhatian. Fenomena ini dikenal sebagai *surprise capture*. Dalam konteks komunikasi atau presentasi, penggunaan pertanyaan yang mengejutkan atau tidak terduga dapat memicu perhatian audiens karena otak secara otomatis memproses stimulus tersebut secara lebih intens. Mekanisme ini menjadi bagian penting dari proses seleksi perhatian (atensi) dalam memahami informasi yang disampaikan.

Dengan kata lain, dalam suatu presentasi memberikan dampak kepada audiens dapat dilakukan dengan cara menarik perhatian mereka sejak awal. Penggunaan *hook* yang tepat, seperti mengajukan pertanyaan yang relevan atau menyampaikan fakta yang mengejutkan di awal presentasi, dapat menciptakan kesan yang kuat dan menarik. Strategi ini mendorong audiens untuk merasa bahwa topik yang disampaikan memiliki keterkaitan dengan mereka, sehingga menumbuhkan rasa ingin tahu dan kebutuhan untuk menyimak materi secara lebih mendalam. Dengan demikian, perhatian yang berhasil dibangun di awal presentasi akan meningkatkan keterlibatan audiens terhadap keseluruhan isi yang dipaparkan.

5. Mengelola Bahasa Tubuh dan Suara

Bicara persuasif tidak hanya ditentukan oleh kata-kata yang diucapkan, tetapi juga oleh bagaimana pesan itu dibingkai melalui bahasa tubuh dan suara. Elemen non-verbal ini secara signifikan mempengaruhi bagaimana audiens menerima dan menilai pesan.

a. Postur Tubuh dan Kontak Mata.

Postur terbuka, bahu rileks, dan posisi berdiri yang stabil menunjukkan rasa percaya diri. Kontak mata yang wajar dengan audiens membangun koneksi dan kredibilitas. Sebaliknya, terlalu sering menunduk atau menghindari pandangan dapat memberi kesan ragu-ragu atau tidak siap.

b. Jeda Strategis dan Intonasi

Jeda sejenak setelah menyampaikan ide penting memberi audiens waktu mencerna informasi. Variasi intonasi menekankan kata kunci, menurunkan atau menaikkan suara di saat tertentu membuat pesan lebih hidup dan mudah diingat. Pesan yang disampaikan dengan monoton cenderung mudah dilupakan.

Contoh

Seorang lulusan baru yang menghadapi rapat dengan klien internasional menceritakan pengalamannya. Awalnya, ia khawatir karena kemampuan bahasa Inggrisnya belum sempurna. Namun, dengan latihan sederhana, ia mulai menggunakan gestur tangan yang relevan untuk menekankan poin utama, berdiri dengan postur terbuka, dan menyesuaikan intonasi saat menyampaikan ide. Hasilnya, ia merasa lebih dihargai dan audiens lebih fokus, meskipun ada beberapa kesalahan bahasa. Pengalaman ini menegaskan bahwa bahasa tubuh dan suara dapat memperkuat pesan bahkan ketika kemampuan linguistik belum optimal.

Mengelola bahasa tubuh dan suara adalah bagian tak terpisahkan dari *speaking to influence*. Gen Z pembelajar atau profesional muda disarankan untuk:

- 1) Mempertahankan postur terbuka dan kontak mata wajar.
- 2) Memanfaatkan jeda untuk menekankan poin penting.

- 3) Bermain dengan intonasi agar pesan terdengar lebih hidup dan persuasif.
- 4) Menggabungkan gerakan sederhana untuk mendukung kata-kata, bukan mengalihkan perhatian.

Secara lebih jelas, Tips mengelola tubuh untuk Gen-Z ini dapat dilihat pada gambar berikut:



Dengan kesadaran terhadap aspek non-verbal ini, pembicara tidak hanya menyampaikan ide, tetapi juga membangun kredibilitas, perhatian, dan keterhubungan dengan audiens, merupakan kunci dari komunikasi persuasif yang efektif.

6. Menghadapi Audiens *Online* dan Tatap Muka

Berbicara untuk mempengaruhi berarti sering berhadapan dengan audiens kritis, baik secara langsung di kelas atau rapat, maupun secara virtual melalui platform daring. Mahasiswa dan profesional harus mampu menyampaikan pesan, menjaga kendali percakapan, dan tetap kredibel, tanpa menjadi defensif.

a. Audiens Tatap Muka (*Face-to-Face*)

Di ruang tatap muka, komunikasi lisan mendapat keuntungan dari bahasa tubuh dan interaksi langsung. Misalnya, seorang mahasiswa Hukum saat seminar diminta menilai kelemahan suatu regulasi. Ia merespons:

"That's a valid concern. One possible limitation is inconsistent enforcement, but implementing regular audits could address it."

Jawaban ini menunjukkan kemampuan mahasiswa mengakui kritik, tetap fokus pada solusi, dan memimpin arah percakapan. Contoh lainnya, Mahasiswa Psikologi yang membahas hasil observasi intervensi sekolah juga menggunakan strategi serupa:

"You raise a good point. One limitation is the sample size, but our findings still highlight important trends for practice."

Di situasi tatap muka, gestur, kontak mata, dan intonasi memberikan dukungan tambahan untuk menyampaikan pesan dengan lebih meyakinkan. Penelitian Heath & Heath (2007) menekankan bahwa *storytelling* yang konkret, ditunjang ekspresi dan gestur, membuat audiens lebih mudah terhubung dan terpengaruh.

b. Audiens Online (*Virtual*)

Berbicara di ruang digital membawa tantangan unik: kamera mati, mikrofon senyap, audiens terpotong oleh *delay*, dan komunikasi nonverbal terbatas. Mahasiswa sering mengaku lebih gugup saat presentasi daring dibandingkan tatap muka. Seorang dosen ESP mencatat bahwa mahasiswa

yang biasanya aktif di kelas berbicara terlalu cepat saat Zoom, seolah ingin segera selesai. Strategi *speaking survival digital* mencakup:

- 1) **Buka dengan tujuan jelas:** *"Today, I want to focus on one key point."*
- 2) **Gunakan tempo bicara lebih lambat** (20–30% lebih lambat) agar audiens mengikuti.
- 3) **Gunakan jeda strategis** setelah menyampaikan satu ide penting untuk memberi waktu audiens berpikir.
- 4) **Ulangi poin utama di akhir** untuk memastikan pesan tersampaikan.
- 5) **Gunakan *storytelling* singkat** yang relatable, misalnya kisah pasien, pengalaman praktik lapangan, atau studi kasus hukum, sehingga audiens tetap terhubung meski komunikasi nonverbal terbatas.

Contoh profesional:

- a) Seorang manajer proyek TI mempresentasikan strategi digital kepada tim lintas negara melalui Zoom. Ketika peserta mempertanyakan risiko keamanan data, ia menjawab:
"You raise an important point. One risk is potential data breaches, but our proposed encryption and monitoring system mitigates it effectively."
- b) Seorang perawat senior menyampaikan evaluasi protokol telehealth, dan saat ditanya tentang kesalahan pasien, ia menjawab:
"That's a fair concern. Non-compliance can happen, but targeted reminders significantly reduce errors."

Respons-respons ini menunjukkan pengakuan, solusi, dan kredibilitas meski interaksi terjadi secara virtual. Penelitian Mayer (2020) menegaskan bahwa struktur yang jelas, pesan ringkas, jeda sadar, dan narasi singkat dapat meningkatkan engagement audiens virtual secara signifikan.

Di dunia nyata saat ini, banyak situasi menggabungkan tatap muka dan daring (hybrid). Pembicara harus fleksibel:

- Gunakan bahasa tubuh, gestur, dan kontak mata bagi audiens fisik.
- Gunakan kalimat jelas, tempo terkendali, dan narasi relatable bagi audiens daring.
- Pastikan satu ide utama disampaikan untuk semua audiens agar pesan tetap konsisten.

Jadi, menghadapi audiens, baik secara tatap muka maupun daring, menuntut strategi komunikasi yang fleksibel, sadar tujuan, dan terstruktur. Di ruang fisik, gestur, kontak mata, dan intonasi mendukung kredibilitas dan keterlibatan audiens. Di ruang virtual, struktur pesan, tempo bicara, jeda strategis, dan narasi singkat menjadi kunci agar pesan tetap diterima.

Keberhasilan berbicara untuk mempengaruhi bukan hanya soal konten, tetapi juga cara menyesuaikan diri dengan audiens dan konteks. Mahasiswa dan profesional yang mampu mengelola audiens hybrid, mengakui kritik, menyampaikan solusi, dan menjaga satu ide utama lebih dihargai dan efektif, baik di kelas, rapat, maupun presentasi daring. Intinya adalah pengaruh yang nyata tercipta ketika pesan jelas, audiens dihargai, dan strategi komunikasi disesuaikan dengan konteks, baik online maupun offline.

NOTE FOR READERS

Berbicara di depan audiens, baik secara tatap muka maupun daring, bukan sekadar menyampaikan kata-kata. Keberhasilan komunikasi sangat bergantung pada kemampuan pembicara menyesuaikan pesan dengan audiens, mengelola respons yang muncul, serta tetap fokus pada satu tujuan utama. Di kelas, rapat, maupun presentasi daring, tantangan hampir selalu hadir, mulai dari pertanyaan kritis, keterbatasan waktu, hingga audiens yang pasif. Dalam situasi seperti ini, kunci keberhasilan bukanlah tampil sempurna, melainkan tetap hadir secara penuh, menjaga kendali diri, dan memastikan pesan inti tersampaikan dengan jelas.

Audiens yang hadir secara daring membutuhkan kejelasan struktur, penggunaan jeda yang sadar, serta narasi yang relevan dan mudah dihubungkan dengan pengalaman mereka. Sementara itu, audiens yang hadir secara tatap muka lebih menuntut dukungan bahasa tubuh, kontak mata, dan intonasi yang tepat. Mahasiswa maupun profesional yang mampu menyesuaikan strategi komunikasi di kedua konteks tersebut, baik ruang fisik maupun digital cenderung lebih mampu meningkatkan keterlibatan audiens, membangun kredibilitas, dan mempengaruhi pengambilan keputusan.

Bab ini juga mengajak pembaca, khususnya dosen, untuk memandang kemampuan *speaking* bukan semata sebagai performa linguistik, melainkan sebagai kompetensi adaptif yang menuntut kepekaan terhadap audiens dan konteks. Mahasiswa tidak hanya perlu belajar apa yang harus dikatakan, tetapi juga bagaimana menyampaikannya dan kepada siapa pesan tersebut diarahkan, baik dalam interaksi tatap muka maupun virtual.

Dalam praktik pengajaran ESP, tantangan utama sering kali bukan terletak pada kurangnya pengetahuan atau kosakata mahasiswa, melainkan pada ketidakmampuan mereka menyesuaikan strategi komunikasi ketika menghadapi audiens yang kritis, terutama di ruang digital yang minim umpan balik nonverbal. Oleh karena itu, bab ini mendorong dosen untuk

menekankan kejelasan pesan, pengelolaan emosi, dan kemampuan merespons secara profesional tanpa defensif sebagai indikator keberhasilan speaking, sebelum menilai kompleksitas bahasa secara ketat.

Dosen dianjurkan memanfaatkan bagian ini untuk mensimulasikan situasi komunikasi yang mendekati dunia nyata, antara lain dengan:

- Mensimulasikan situasi hybrid, di mana sebagian audiens hadir secara langsung dan sebagian lainnya daring;
- Melatih mahasiswa merespons pertanyaan kritis menggunakan kalimat aman yang profesional;
- Mengintegrasikan *storytelling* singkat untuk meningkatkan keterlibatan audiens; serta
- memberikan umpan balik yang menekankan tujuan komunikasi dan dampak pesan, bukan hanya akurasi tata bahasa.

Pendekatan ini sejalan dengan prinsip *communicative competence* dan *willingness to communicate*, yang menempatkan rasa aman dan kontrol diri sebagai prasyarat partisipasi aktif. Lingkungan kelas yang suportif tidak menurunkan standar akademik, melainkan justru memperluas ruang belajar dan meningkatkan keberanian mahasiswa untuk berbicara. Pada akhirnya, bab ini diharapkan dapat membantu dosen membimbing mahasiswa agar mampu berbicara dan memberikan pengaruh dalam berbagai konteks baik dalam kelas, rapat, presentasi, maupun ruang digital melalui strategi yang realistis dan relevan dengan tuntutan dunia nyata.

"Effective communication is not about speaking perfectly, but about connecting with your audience and delivering your message with clarity and purpose."

Bab 7

Speaking as A Lifelong Skill: dari Kelas ke Kehidupan Nyata

Berbicara bukanlah keterampilan yang selesai dipelajari di ruang kelas. Ia adalah keterampilan yang tumbuh seiring pengalaman, konteks, dan peran sosial yang dijalani seseorang. Mahasiswa yang hari ini berbicara dalam diskusi kelas, esok hari akan berbicara dalam rapat, presentasi proyek, wawancara kerja, atau forum profesional. Oleh karena itu, *speaking skill* tidak dapat dipandang sebagai target jangka pendek, melainkan sebagai *lifelong skill*, keterampilan yang terus diasah sepanjang hayat.

Banyak pembelajar bahasa Inggris mengira bahwa *speaking* akan “selesai” ketika mereka lulus mata kuliah atau mencapai skor tertentu. Padahal, dunia nyata menunjukkan sebaliknya. Tantangan komunikasi justru berubah dan sering kali meningkat seiring bertambahnya tanggung jawab. Yang berubah bukan hanya bahasa yang digunakan, tetapi juga tujuan, audiens, dan dampak dari setiap interaksi lisan.

Bab ini mengajak pembaca untuk memandang *speaking* sebagai perjalanan berkelanjutan, bukan untuk menjadi

pembicara yang sempurna, tetapi untuk menjadi komunikator yang sadar, adaptif, dan bermakna.

Dari Latihan Akademik ke Realitas Profesional

Di ruang kelas, kemampuan berbicara sering dipersepsikan sebagai aktivitas yang terstruktur dan formal. Mahasiswa berlatih *speaking* melalui presentasi, diskusi kelompok, atau penilaian lisan yang biasanya disertai waktu persiapan dan konteks yang jelas. Dalam situasi ini, pembicara mengetahui topik sejak awal, memahami peran audiens, dan memiliki kesempatan untuk menyiapkan materi secara matang. Namun, pola ini sangat berbeda dengan realitas komunikasi di dunia profesional.

Di dunia kerja, *speaking* jarang terjadi dalam bentuk presentasi formal yang rapi. Komunikasi lisan justru lebih sering muncul secara spontan dan tidak terduga. Seorang profesional muda mungkin tidak diminta untuk “presentasi resmi”, tetapi harus menjelaskan ide secara singkat di lorong kantor, merespons pertanyaan mendadak dari atasan, menyampaikan pendapat dalam rapat singkat, atau berbicara dalam pertemuan daring lintas budaya yang berlangsung cepat. Dalam situasi seperti ini, kemampuan berbicara tidak hanya diuji dari segi bahasa, tetapi juga dari kesiapan mental, kejelasan berpikir, dan kemampuan beradaptasi dengan tekanan.

Pengalaman seorang alumni menggambarkan kesenjangan ini dengan jelas. Ia merasa cukup percaya diri saat mempresentasikan skripsinya di hadapan dosen penguji karena telah mempersiapkan materi selama berminggu-minggu. Namun, kepercayaan diri tersebut goyah ketika ia diminta menyampaikan pendapat singkat dalam rapat pertamanya di tempat kerja. Ia mengaku gugup, berbicara terlalu cepat, dan kesulitan merangkum ide utamanya. Dari pengalaman itu, ia menyadari bahwa *speaking* di dunia kerja tidak memberi ruang persiapan panjang dan tidak selalu berlangsung dalam situasi formal yang dapat diprediksi.

Fenomena ini sejalan dengan temuan berbagai penelitian tentang komunikasi profesional. Survei yang dilaporkan oleh *Harvard Business Review* (2022) menunjukkan bahwa banyak lulusan baru memiliki kemampuan teknis yang baik, tetapi mengalami kesulitan dalam komunikasi lisan spontan, terutama saat harus menjelaskan ide secara singkat dan meyakinkan. Penelitian lain oleh Goleman (2018) juga menegaskan bahwa keberhasilan komunikasi profesional tidak hanya bergantung pada pengetahuan, tetapi juga pada kemampuan mengelola emosi, berpikir jernih di bawah tekanan, dan menyampaikan pesan secara terstruktur dalam waktu terbatas.

Dalam konteks ini, latihan *speaking* di ruang kelas perlu dipahami ulang. Latihan yang hanya berorientasi pada performa akhir, seperti presentasi panjang atau pidato formal belum sepenuhnya mempersiapkan mahasiswa menghadapi realitas komunikasi profesional. Mahasiswa juga perlu dibiasakan dengan situasi komunikasi yang tidak ideal: berbicara tanpa catatan lengkap, merespons pertanyaan kritis secara spontan, dan menyampaikan ide dengan jelas meskipun waktu sangat terbatas.

Dalam konteks ESP (*English for Specific Purposes*), implikasinya sangat jelas. Pembelajaran *speaking* perlu mendekatkan mahasiswa pada realitas dunia kerja yang dinamis, tidak selalu rapi, dan sering kali penuh tekanan. Simulasi rapat singkat, diskusi spontan, *role-play* interaksi profesional, dan latihan merespons pertanyaan mendadak menjadi penting untuk membangun fleksibilitas komunikasi. Dengan pendekatan ini, mahasiswa tidak hanya dilatih untuk “tampil baik” di kelas, tetapi juga untuk siap berbicara secara fungsional dan efektif di dunia nyata.

Perbedaan antara latihan *speaking* di ruang akademik dan tuntutan komunikasi di dunia nyata juga sangat terasa di bidang pendidikan dan bisnis. Pada kedua bidang ini, kemampuan berbicara tidak hanya dinilai dari kelancaran bahasa, tetapi dari sejauh mana pesan dapat dipahami, diterima, dan berdampak pada audiens.

Dalam bidang pendidikan, seorang mahasiswa program studi Pendidikan biasanya terbiasa berbicara dalam konteks presentasi teori pembelajaran atau laporan praktik mengajar. Situasi ini relatif terstruktur dan dapat dipersiapkan. Namun, ketika mahasiswa tersebut memasuki dunia kerja sebagai guru pemula, tantangan komunikasinya berubah secara signifikan. Seorang guru muda menceritakan pengalamannya saat pertama kali mengajar. Ia mampu menjelaskan materi dengan baik saat microteaching di kampus, tetapi merasa gugup ketika harus merespons pertanyaan spontan dari siswa di kelas. Ia menyadari bahwa berbicara di hadapan siswa menuntut kejelasan, kesabaran, dan kemampuan beradaptasi secara cepat, bukan sekadar penguasaan materi.

Penelitian oleh Darling-Hammond et al. (2017) menunjukkan bahwa guru pemula sering mengalami kesulitan dalam komunikasi lisan di kelas, terutama saat harus mengelola interaksi, menjawab pertanyaan tidak terduga, dan menjelaskan konsep secara sederhana. Hal ini menegaskan bahwa latihan *speaking* dalam pendidikan guru perlu mencakup simulasi situasi kelas yang dinamis, bukan hanya presentasi akademik yang bersifat satu arah.

Dalam bidang bisnis, kesenjangan antara latihan akademik dan realitas profesional bahkan lebih terasa. Mahasiswa bisnis atau manajemen sering dilatih untuk mempresentasikan rencana usaha atau studi kasus dengan slide yang rapi dan waktu yang cukup. Namun, di dunia kerja, komunikasi sering berlangsung secara singkat dan spontan. Seorang lulusan baru di perusahaan rintisan menceritakan pengalamannya ketika diminta menjelaskan ide pemasaran kepada atasannya dalam waktu kurang dari dua menit. Ia merasa kesulitan merangkum ide yang sebenarnya telah ia pahami dengan baik karena terbiasa berbicara panjang dan bergantung pada slide presentasi.

Survei yang dilakukan oleh *World Economic Forum* (2023) menempatkan kemampuan komunikasi dan persuasi sebagai salah satu keterampilan inti yang paling dibutuhkan di dunia

bisnis modern. Laporan tersebut menegaskan bahwa profesional muda yang mampu menyampaikan ide secara ringkas, jelas, dan meyakinkan dalam situasi informal cenderung lebih cepat dipercaya dan diberi tanggung jawab lebih besar. Hal ini menunjukkan bahwa *speaking* di dunia bisnis lebih menekankan efektivitas dan dampak dibandingkan kelengkapan informasi.

Kedua contoh tersebut menunjukkan bahwa *speaking* di dunia nyata menuntut kesiapan yang berbeda dari latihan akademik. Pembicara harus mampu berpindah dari komunikasi yang terstruktur menuju komunikasi yang adaptif, responsif, dan kontekstual. Oleh karena itu, dalam konteks ESP, pembelajaran *speaking* perlu dirancang agar mahasiswa terbiasa menghadapi situasi komunikasi yang tidak selalu ideal, tetapi realistis dan relevan dengan profesi mereka.

Dengan membiasakan mahasiswa berbicara dalam berbagai scenario mengajar, berdiskusi, meyakinkan, dan merespons secara spontan di pendidikan tinggi tidak hanya melatih kemampuan bahasa, tetapi juga membekali mahasiswa dengan keterampilan komunikasi yang siap digunakan di dunia profesional.

Dengan kata lain, transisi dari latihan akademik ke realitas profesional menuntut pergeseran fokus: dari *speaking* sebagai tugas akademik, menuju *speaking* sebagai keterampilan hidup. Mahasiswa yang dibekali dengan kesiapan mental, kejelasan tujuan, dan kemampuan adaptasi sejak di bangku kuliah akan lebih mampu menghadapi tantangan komunikasi di dunia kerja dengan percaya diri dan kesadaran diri yang matang.

1. Konsistensi Lebih Penting daripada Keberanian Sesaat

Banyak mahasiswa mampu berbicara dengan baik dalam satu atau dua kesempatan, tetapi kemudian kembali pasif dalam situasi berikutnya. Kondisi ini umumnya bukan disebabkan oleh keterbatasan kemampuan, melainkan oleh cara pandang yang keliru terhadap *speaking*. *Speaking* sering dipersepsikan sebagai sebuah peristiwa, sesuatu yang dilakukan sesekali dan

menuntut keberanian besar bukan sebagai kebiasaan yang dibangun secara bertahap. Padahal, kemampuan berbicara tidak berkembang melalui momen heroik yang jarang terjadi, melainkan melalui latihan kecil yang dilakukan secara konsisten.

Seorang mahasiswa Pendidikan, misalnya, pernah tampil sangat baik saat presentasi microteaching. Namun, pada pertemuan-pertemuan berikutnya ia kembali memilih diam dalam diskusi kelas. Ketika ditanya, ia mengaku merasa “sudah cukup” karena pernah tampil baik sekali. Pengalaman ini menunjukkan bahwa keberhasilan sesaat tidak otomatis membangun kebiasaan berbicara. Tanpa latihan yang berkelanjutan, rasa percaya diri mudah menghilang dan mahasiswa kembali ke pola pasif.

Hal serupa juga terjadi di dunia profesional. Seorang staf baru di perusahaan rintisan menceritakan bahwa ia berhasil mempresentasikan ide proyeknya dengan baik di awal masa kerja. Namun, dalam rapat-rapat selanjutnya, ia jarang berbicara karena merasa setiap kontribusi harus “sebagus presentasi pertama”. Akibatnya, ia lebih sering menahan diri daripada berlatih berbicara secara konsisten. Padahal, atasan justru berharap kontribusi singkat dan rutin, bukan performa sempurna yang jarang muncul.

Penelitian Nation dan Newton (2009) menegaskan bahwa perkembangan *speaking* jauh lebih efektif ketika latihan dilakukan secara berulang, kontekstual, dan bermakna, dibandingkan latihan intensif yang hanya dilakukan sesekali. Berbicara selama satu hingga dua menit setiap hari, misalnya dengan menjelaskan satu ide sederhana, merefleksikan pengalaman kerja, atau merespons isu ringan akan memberikan dampak yang lebih besar dibandingkan satu presentasi panjang yang dilakukan sekali dalam satu semester. Konsistensi membantu pembelajar membangun kelancaran berpikir, kepercayaan diri, dan kesiapan mental secara bertahap.

Bagi Generasi Z yang hidup di era digital, konsistensi *speaking* dapat dibangun melalui cara-cara sederhana dan

relevan dengan kehidupan sehari-hari. Contohnya, seorang mahasiswa bisnis mengaku rutin merekam refleksi singkat setelah kuliah dan mengunggahnya secara privat. Seorang profesional muda lain membiasakan diri menyampaikan satu pendapat singkat di setiap rapat daring, meskipun hanya berupa klarifikasi atau pertanyaan. Praktik-praktik kecil ini menunjukkan bahwa *speaking* tidak harus selalu formal untuk menjadi bermakna. Justru melalui latihan rutin dan kontekstual inilah kemampuan berbicara tumbuh secara alami dan berkelanjutan.

2. *Speaking* sebagai Cerminan Identitas Profesional

Seiring waktu, cara seseorang berbicara akan membentuk cara orang lain memandang dirinya. Bukan hanya soal seberapa lancar ia berbicara, tetapi juga seberapa jelas cara berpikirnya, bagaimana sikap yang ia tunjukkan, dan nilai apa yang tercermin dari kata-katanya. Dalam dunia profesional, *speaking* sering kali menjadi kesan pertama yang menentukan: apakah seseorang terlihat siap memimpin, mampu bekerja sama, dan cukup percaya diri untuk dipercaya.

Seorang dosen pernah mengatakan bahwa ia bisa melihat kesiapan mahasiswa memasuki dunia kerja bukan dari kosakata yang rumit atau kalimat yang terdengar “pintar”, melainkan dari cara mahasiswa menyampaikan ide secara sederhana, merespons perbedaan pendapat dengan tenang, dan mengelola emosi saat berbicara. Mahasiswa yang mampu mendengarkan, menanggapi dengan hormat, dan tetap fokus pada tujuan komunikasi biasanya menunjukkan kedewasaan profesional yang kuat, meskipun bahasa Inggrisnya belum sempurna.

Dengan kata lain, *speaking* bukan sekadar keterampilan bahasa, tetapi cerminan dari identitas profesional yang sedang tumbuh. Cara seseorang berbicara menunjukkan bagaimana ia berpikir, bersikap, dan memposisikan dirinya di hadapan orang lain.

Bab-bab sebelumnya telah menekankan pentingnya berbicara dengan tujuan, mampu bertahan di bawah tekanan,

serta menyesuaikan diri dengan audiens. Bab ini menegaskan bahwa semua fondasi tersebut, ketika dilatih secara konsisten, akan membentuk gaya komunikasi personal yang autentik. Inilah gaya berbicara yang tidak dibuat-buat, tetapi lahir dari kesadaran diri dan pengalaman yang membuat seseorang terdengar profesional dengan caranya sendiri.

NOTE FOR READERS

Bab ini menegaskan satu pesan utama, *speaking* bukan keterampilan sesaat, melainkan keterampilan sepanjang hayat. Berbagai kemampuan yang dipelajari selama perkuliahan; seperti berbicara dengan tujuan yang jelas, bertahan dalam situasi komunikasi yang menekan, menyesuaikan penyampaian pesan dengan karakteristik audiens, serta menyampaikan gagasan secara persuasif, tidak berhenti ketika mata kuliah berakhir atau ketika mahasiswa telah lulus. Sebaliknya, keterampilan tersebut justru mulai diuji secara nyata ketika pembelajar memasuki dunia kerja dan kehidupan sosial yang lebih luas. Dalam konteks ini, kemampuan berbicara menjadi kompetensi penting yang terus berkembang seiring dengan pengalaman, interaksi, serta tuntutan komunikasi yang dihadapi individu sepanjang kehidupannya.

Bagi pembaca, khususnya mahasiswa dan profesional muda, bab ini mengajak untuk melihat *speaking* bukan sebagai ajang tampil sempurna, tetapi sebagai proses bertumbuh. Cara Anda berbicara hari ini mungkin belum ideal, tetapi setiap upaya kecil yang konsisten menyampaikan ide, merespons dengan tenang, dan tetap hadir dalam percakapan akan membentuk identitas profesional Anda dari waktu ke waktu. *Speaking* adalah cermin cara berpikir, bersikap, dan memposisikan diri di hadapan orang lain.

Bagi dosen dan pendidik ESP, Bab 7 menegaskan kembali peran penting pengajar bukan hanya sebagai evaluator kemampuan bahasa, tetapi sebagai fasilitator kebiasaan berkomunikasi. Tujuan utama pengajaran *speaking* bukan menciptakan pembicara yang sempurna di kelas, melainkan pembelajar yang berani terus berbicara di luar kelas. Lingkungan belajar yang aman, reflektif, dan kontekstual akan membantu mahasiswa membawa keterampilan *speaking* mereka ke dunia profesional dengan lebih siap dan percaya diri.

Bab ini juga mengajak dosen untuk merefleksikan kembali pendekatan pengajaran: apakah kelas *speaking* telah cukup memberi ruang bagi praktik kecil yang konsisten, refleksi diri,

dan adaptasi konteks? Ketika mahasiswa melihat *speaking* sebagai kebiasaan, bukan beban, mereka akan lebih mampu mengembangkan gaya komunikasi yang autentik dan berkelanjutan.

Sebagai penutup Bab ini perlu ditegaskan bahwa tujuan akhir belajar *speaking* bukan kefasihan semata, melainkan keberdayaan. Ketika seseorang mampu berbicara dengan sadar, terarah, dan bermakna, ia tidak hanya menyampaikan pesan, tetapi juga membangun relasi, mempengaruhi keputusan, dan menegaskan identitas profesionalnya di berbagai ruang kelas, tempat kerja, maupun dunia digital.

“Speaking is not a destination you reach, but a skill you carry and refine throughout your life.”

Bab 8

Self Reflection: Memahami Diri Sebelum Berbicara

Sebelum seseorang mampu berbicara dengan percaya diri di depan orang lain, langkah pertama yang jauh lebih penting adalah memahami apa yang sebenarnya terjadi di dalam dirinya sendiri. Banyak pembelajar bahasa Inggris, khususnya dari Generasi Z, berangkat dengan asumsi bahwa masalah *speaking* selalu berkaitan dengan kekurangan teknis: kosakata yang terbatas, struktur kalimat yang belum rapi, atau pengucapan yang belum sempurna. Oleh karena itu, upaya perbaikan sering difokuskan pada menambah hafalan kosakata, mengulang rumus tata bahasa, atau menonton video *public speaking* yang menampilkan pembicara-pembicara fasih dan karismatik. Semua strategi tersebut memang bermanfaat, tetapi dalam banyak kasus, tidak menyentuh akar persoalan yang paling mendasar.

Masalah utama dalam *speaking* sering kali bukan terletak pada apa yang tidak diketahui, melainkan pada apa yang dirasakan dan diyakini saat harus berbicara. Seorang mahasiswa bisa saja memahami topik diskusi dengan sangat baik, tetapi tetap merasa gugup, ragu, atau takut salah ketika

harus menyampaikan pendapat secara lisan. Pada saat itulah pikiran menjadi tidak teratur, suara terdengar gemetar, dan ide yang sebelumnya jelas di kepala terasa menghilang. Kondisi ini menunjukkan bahwa *speaking* bukan hanya keterampilan linguistik, tetapi juga pengalaman emosional dan psikologis yang sangat personal.

Generasi Z hidup di era perbandingan sosial yang intens. Media sosial, video pendek, dan platform digital lainnya secara konstan menampilkan potongan komunikasi yang tampak lancar, percaya diri, dan nyaris tanpa cela. Pembicara terlihat selalu siap, artikulatif, dan meyakinkan dalam waktu singkat. Tanpa disadari, paparan ini membentuk standar internal yang tidak realistis. Banyak mahasiswa mulai percaya bahwa berbicara dengan baik berarti berbicara tanpa jeda, tanpa salah grammar, dan tanpa terlihat ragu. Ketika realitas berbicara mereka tidak sesuai dengan gambaran tersebut, muncul kesimpulan internal yang berbahaya: "*Saya tidak pandai berbicara.*"

Akibatnya, *speaking* tidak lagi dipandang sebagai proses belajar yang wajar, melainkan sebagai ajang pembuktian diri. Setiap kesempatan berbicara terasa seperti ujian personal, bukan ruang latihan. Ketakutan akan dinilai, dibandingkan, atau terlihat "kurang pintar" membuat banyak mahasiswa memilih diam, menunda, atau berbicara sekadarnya. Ironisnya, semakin jarang seseorang berbicara, semakin kuat pula keyakinan bahwa dirinya memang tidak mampu. Di sinilah lingkaran kecemasan *speaking* terbentuk dan terus berulang.

Pengalaman nyata mahasiswa memperlihatkan pola ini dengan sangat jelas. Seorang mahasiswa semester lima pernah menceritakan bahwa ia selalu mempersiapkan presentasi dengan sangat matang. Ia membaca materi berulang kali, menyiapkan slide yang rapi, bahkan menuliskan poin-poin penting dalam bahasa Inggris. Namun, begitu namanya dipanggil dan ia berdiri di depan kelas, jantungnya berdebar keras, tangannya dingin, dan pikirannya mendadak kosong. Setelah presentasi selesai, ia berkata pelan, "*Padahal saya tahu*

semua isinya, Bu. Tapi rasanya seperti otak saya menutup sendiri." Pengalaman ini menunjukkan bahwa masalah *speaking* tidak selalu berkaitan dengan pengetahuan, melainkan dengan respons internal terhadap tekanan.

Pengalaman serupa juga dialami banyak mahasiswa Generasi Z dalam situasi lain. Mahasiswa yang sama sering kali sangat aktif dan percaya diri saat berdiskusi melalui *chat* kelas, forum daring, atau pesan suara singkat di grup WhatsApp. Mereka mampu menyampaikan argumen dengan jelas, bahkan kritis. Namun, ketika diskusi dilakukan secara lisan dan spontan, keberanian itu seolah menghilang. Perbedaan ini menegaskan bahwa masalah *speaking* bukan hanya terletak pada ide atau kemampuan berpikir, melainkan pada tekanan psikologis yang muncul ketika komunikasi harus dilakukan secara langsung tanpa jeda.

Mahasiswa lain mengungkapkan pengalaman berbeda namun senada. Setiap kali akan berbicara dalam bahasa Inggris, pikirannya langsung dipenuhi satu pertanyaan yang berulang: "*Grammar saya benar nggak?*" Fokusnya tidak lagi pada pesan yang ingin disampaikan, melainkan pada kemungkinan kesalahan. Akibatnya, ia berbicara sangat pelan, sering berhenti di tengah kalimat, dan akhirnya memilih mempersingkat jawabannya. Dalam refleksi pribadinya, ia menyadari bahwa ketakutannya bukan pada berbicara itu sendiri, tetapi pada kemungkinan dinilai kurang pintar oleh orang lain.

Dari sudut pandang dosen, pola ini juga sangat mudah dikenali. Seorang dosen ESP menceritakan bahwa mahasiswa yang terlihat paling siap secara akademik justru sering paling ragu untuk berbicara. Sebaliknya, mahasiswa yang menyampaikan pendapat dengan bahasa sederhana tetapi berani mencoba sering kali mampu menyampaikan pesan dengan lebih jelas. Dosen tersebut menyimpulkan bahwa banyak mahasiswa sebenarnya "terjebak di kepala sendiri", terlalu sibuk mengoreksi diri sebelum berbicara, sehingga kehilangan momen untuk berkomunikasi secara alami.

Pengalaman lain datang dari mahasiswa yang sudah magang atau bekerja paruh waktu. Seorang mahasiswa yang mengikuti program magang di sebuah perusahaan mengaku tidak bermasalah menulis laporan atau membalas email dalam bahasa Inggris. Namun, ketika harus berbicara langsung dalam rapat daring, ia merasa jauh lebih tertekan. Ia berkata, "*Saya takut kalau ngomongnya nggak selevel sama mereka.*" Menariknya, setelah rapat selesai, atasan justru memujinya karena idenya jelas dan relevan. Pengalaman ini membuka kesadarannya bahwa standar yang ia gunakan untuk menilai dirinya sendiri sering kali jauh lebih keras dibandingkan standar orang lain.

Cerita-cerita tersebut menunjukkan bahwa *self-reflection* memiliki peran kunci dalam proses belajar *speaking*. *Self-reflection* dalam konteks ini bukanlah menyalahkan diri sendiri atau mengulang kesalahan, melainkan memahami pola internal yang selama ini bekerja secara otomatis. Refleksi membantu pembelajar mengenali kapan rasa gugup muncul, situasi apa yang memicunya, pikiran apa yang langsung muncul di kepala, dan bagaimana tubuh merespons tekanan tersebut. Dengan kata lain, refleksi mengajak pembelajar berhenti sejenak dan bertanya secara jujur: "*Apa sebenarnya yang sedang terjadi pada saya saat berbicara?*"

Melalui refleksi yang konsisten, pembelajar mulai mampu memisahkan antara ketidakmampuan yang nyata dan ketakutan yang dibangun oleh asumsi. Mereka menyadari bahwa gugup tidak selalu berarti tidak mampu, diam tidak selalu berarti tidak punya ide, dan jeda tidak selalu berarti gagal. Kesadaran ini mengubah cara mereka memaknai pengalaman *speaking*. Berbicara tidak lagi dilihat sebagai ancaman terhadap harga diri, tetapi sebagai proses yang wajar, bertahap, dan manusiawi.

Perubahan ini mungkin tidak langsung menghilangkan rasa gugup, tetapi mengubah cara pembelajar meresponsnya. Gugup tidak lagi dipandang sebagai tanda kegagalan, melainkan sebagai bagian normal dari proses berbicara. Mahasiswa tidak lagi menunggu sampai merasa "siap

sempurna”, tetapi mulai berani berbicara meskipun masih merasa ragu. Dari sinilah *speaking* mulai terasa lebih natural dan lebih bisa dikendalikan.

Dengan demikian, pengalaman nyata mahasiswa dan dosen memperkuat satu kesimpulan penting: peningkatan *speaking skill* tidak selalu dimulai dari luar, dari teknik, rumus, atau hafalan melainkan dari dalam diri, melalui kesadaran dan refleksi. Ketika Generasi Z belajar memahami pola emosi dan keyakinan mereka sendiri, mereka tidak hanya menjadi pembelajar bahasa yang lebih baik, tetapi juga komunikator yang lebih jujur, tangguh, dan autentik. Inilah fondasi penting dalam perjalanan *from nervous to natural*, sebuah proses belajar berbicara yang dimulai dari dalam diri sebelum akhirnya terdengar dalam kata-kata yang diucapkan.

1. Mengenali Pola Gugup Pribadi

Salah satu kesalahan paling umum dalam menghadapi *speaking anxiety* adalah menganggap semua rasa gugup berasal dari sumber yang sama. Ketika seseorang merasakan jantung berdebar, tangan dingin, atau pikiran mendadak kosong saat berbicara, kesimpulan yang sering muncul adalah, “*Aku memang tidak bisa berbicara.*” Padahal, gugup bukanlah satu emosi tunggal dengan satu penyebab. Di balik rasa gugup tersebut, terdapat pola-pola personal yang berbeda pada setiap individu.

Tidak semua mahasiswa gugup karena alasan yang sama. Ada yang merasa tertekan karena takut salah grammar dan khawatir kesalahannya terdengar jelas oleh audiens. Ada pula yang sebenarnya tidak terlalu memikirkan bahasa, tetapi takut dianggap bodoh atau tidak kompeten jika pendapatnya kurang kuat. Sebagian mahasiswa lain gugup karena suara mereka terdengar gemetar, logat mereka terasa “tidak native”, atau karena merasa kehadirannya terlalu mencolok saat berbicara di depan banyak orang. Tanpa refleksi, semua rasa ini bercampur menjadi satu sensasi besar yang kabur, tidak jelas, dan terasa menakutkan.

Pengalaman mahasiswa menunjukkan bahwa ketika gugup tidak dipahami secara spesifik, rasa tersebut cenderung membesar. Seorang mahasiswa pernah mengatakan bahwa ia selalu gugup saat *speaking*. Namun, setelah diminta merefleksikan pengalamannya lebih dalam, ia menyadari bahwa rasa gugup itu hanya muncul ketika berbicara di depan dosen atau audiens yang dianggap “lebih pintar”. Dalam diskusi kelompok kecil dengan teman sebaya, ia justru cukup percaya diri. Kesadaran ini menjadi titik balik penting, karena ia menyadari bahwa masalahnya bukan *speaking* secara umum, melainkan konteks audiens tertentu.

Mahasiswa lain mengungkapkan pengalaman yang berbeda tetapi senada. Ia merasa gugup bukan karena audiens, melainkan karena dirinya sendiri. Ia terlalu fokus mendengarkan suara di kepalanya yang terus mengoreksi setiap kalimat sebelum keluar dari mulut. Akibatnya, ia berbicara sangat pelan, sering berhenti di tengah kalimat, dan akhirnya memilih mempersingkat jawabannya. Setelah melakukan refleksi, ia menyadari bahwa ketakutannya lebih berkaitan dengan perfeksionisme daripada kemampuan bahasa. Ia tidak memberi ruang bagi dirinya untuk berbicara secara “cukup baik”.

Dari sudut pandang dosen ESP, pola ini juga sangat mudah dikenali. Mahasiswa yang sama dapat tampil sangat berbeda tergantung situasi. Dalam presentasi formal, mereka terlihat kaku dan tegang. Namun, dalam sesi tanya jawab santai atau diskusi informal, mereka justru mampu berbicara lebih lancar. Pengamatan ini memperkuat pemahaman bahwa *speaking anxiety* bukanlah identitas permanen, melainkan respons situasional terhadap makna sosial tertentu; siapa audiensnya, seberapa besar tekanan penilaian, dan seberapa “berisiko” situasi tersebut dirasakan oleh pembicara.

Masalahnya, pola gugup pribadi ini sering kali diperparah oleh mitos-mitos tidak tertulis tentang *speaking* yang telah lama tertanam di benak pembelajar. Mitos-mitos ini jarang

disadari, tetapi sangat mempengaruhi cara seseorang memandang dan menghadapi kesempatan berbicara.

Beberapa mitos umum yang sering menghambat perkembangan *speaking* antara lain:

- “Saya harus lancar dulu baru boleh berbicara.”
- “Kalau salah, orang pasti menilai saya tidak pintar.”
- “Pembicara yang percaya diri tidak pernah gugup.”
- “Kalau tidak sempurna, lebih baik diam.”

Mitos-mitos tersebut membuat *speaking* terasa sebagai aktivitas berisiko tinggi. Berbicara dipersepsikan sebagai momen yang bisa merusak citra diri jika tidak berjalan sempurna. Akibatnya, banyak mahasiswa memilih diam sebagai bentuk perlindungan diri. Sayangnya, diam justru memperkuat keyakinan bahwa mereka memang “tidak bisa”, sekaligus menghilangkan kesempatan untuk belajar dan berkembang.

Ketika pola gugup pribadi dan mitos-mitos ini tidak disadari, pembelajar terjebak dalam lingkaran yang sama: gugup → diam → merasa tidak mampu → semakin gugup. Sebaliknya, ketika mahasiswa mulai mengenali pola gugupnya secara spesifik dan mempertanyakan mitos yang selama ini dipercaya, *speaking* mulai terasa lebih dapat dikelola. Mereka menyadari bahwa gugup bukan tanda kegagalan, bahwa kesalahan adalah bagian dari proses, dan bahwa berbicara tidak harus sempurna untuk menjadi bermakna.

Dengan memahami bahwa *speaking anxiety* bersifat personal dan situasional, bukan identitas permanen, pembelajar dapat mulai membangun strategi yang lebih realistis. Dari sinilah perjalanan belajar *speaking* yang sehat dimulai bukan dengan memaksa diri untuk langsung percaya diri, tetapi dengan memahami diri sendiri, melepaskan mitos yang menghambat, dan memberi ruang untuk bertumbuh secara bertahap.

2. Memahami Kelebihan dan Kekurangan ketika Berbicara

Pernahkah kita melakukan refleksi atau mengoreksi diri setelah berbicara, khususnya ketika berbicara di depan umum? Dari pengalaman mahasiswa ESP (*English for Specific Purposes*), kegiatan berbicara seperti presentasi sering kali hanya dipandang sebagai tugas yang harus diselesaikan. Setelah presentasi selesai, banyak mahasiswa tidak meluangkan waktu untuk bertanya kepada diri sendiri tentang bagaimana performa mereka: apakah pesan sudah tersampaikan dengan jelas, bagian mana yang sudah baik, dan bagian mana yang masih perlu diperbaiki. Padahal, mengetahui kelebihan dan kekurangan dalam berbicara merupakan hal yang sangat penting, karena kesadaran tersebut dapat membantu seseorang mengembangkan kemampuan komunikasi secara lebih terarah. Dengan melakukan refleksi diri, mahasiswa tidak hanya belajar dari kesalahan, tetapi juga dapat mempertahankan kekuatan yang sudah dimiliki, sehingga kemampuan berbicara di depan umum dapat meningkat secara bertahap dan berkelanjutan.

Setelah merefleksi kemampuan berbicara di depan umum, seorang mahasiswa bisnis menyadari bahwa kekurangan yang mereka alami sering kali bukan berasal dari kekurangan pengetahuan, melainkan dari kesalahan-kesalahan kecil yang tampak sepele tetapi berdampak besar terhadap kualitas penyampaian. Misalnya, beberapa mahasiswa terlalu sering menggunakan kata pengisi seperti “eee”, atau “mmm” ketika berpikir, sehingga pesan terdengar kurang lancar dan tidak meyakinkan. Selain itu, mahasiswa yang merasa sudah menguasai materi yang dibawakan tetapi kurang memperhatikan kontak mata karena lebih fokus membaca catatan atau slide, sehingga hubungan dengan audiens menjadi kurang terbangun. Kesalahan kecil lainnya adalah intonasi suara yang monoton, posisi tubuh yang kaku, atau gerakan tangan yang berlebihan karena gugup.

Selain itu, mahasiswa yang telah memahami kelebihan diri ketika berbicara menyadari bahwa rasa percaya diri mereka meningkat ketika mereka benar-benar menguasai konsep yang

akan dipresentasikan. Penguasaan materi membuat mereka lebih leluasa dalam mengekspresikan diri, termasuk menggunakan bahasa tubuh (*body language*) secara alami dan meyakinkan. Hal ini pada akhirnya menjadikan presentasi lebih menarik bagi pendengar, sehingga pesan yang disampaikan dapat diterima dengan lebih jelas dan efektif oleh audiens.

Pengalaman diatas menunjukkan mengetahui kekurangan dan kelebihan diri ketika berbicara sangat penting karena kemampuan komunikasi tidak berkembang secara otomatis, tetapi melalui kesadaran dan perbaikan yang terus-menerus. Dengan mengetahui kelebihan yang dimiliki, seseorang dapat mempertahankan dan memaksimalkan kekuatan tersebut, misalnya kejelasan suara, kepercayaan diri, atau kemampuan menjelaskan ide secara runtut. Sebaliknya, dengan mengenali kekurangan, seperti terlalu cepat berbicara, kurang kontak mata, atau mudah lupa materi, seseorang dapat menentukan langkah perbaikan yang lebih tepat.

Berikut ini merupakan beberapa pertanyaan yang dapat menjadi acuan untuk merefleksi diri sendiri mengenai kelebihan dan kekurangan dalam berbicara

- a. Kelebihan Diri
 - 1) Apa bagian terbaik dari penampilan saya saat berbicara?
 - 2) Kekuatan apa yang harus saya pertahankan untuk kesempatan berikutnya?
- b. Kekurangan yang Perlu Diperbaiki
 - 1) Kesalahan apa yang paling terlihat?
 - 2) Hal apa yang ingin saya perbaiki di penampilan berikutnya?
 - 3) Langkah konkret apa yang bisa saya lakukan untuk meningkatkan kemampuan saya?

Pertanyaan-pertanyaan ini membantu seseorang tidak hanya menilai performa berbicara, tetapi juga menyusun strategi perbaikan yang lebih terarah sehingga kemampuan komunikasi dapat berkembang secara bertahap

Selain itu, refleksi terhadap kelebihan dan kekurangan juga membantu meningkatkan rasa percaya diri. Ketika seseorang menyadari bahwa tidak semua aspek dirinya lemah, ia akan lebih fokus pada perkembangan, bukan pada rasa takut. Proses ini juga membuat pembelajaran menjadi lebih bermakna karena pengalaman berbicara tidak hanya selesai sebagai aktivitas, tetapi menjadi sumber pembelajaran untuk kesempatan berikutnya.

Dengan demikian, membahas kekurangan dan kelebihan dalam berbicara bukan sekadar evaluasi, melainkan proses penting untuk membangun kemampuan komunikasi yang lebih efektif, percaya diri, dan profesional secara bertahap.

Beginner's Reality Check

Sebagian besar rasa gugup saat *speaking* tidak berasal dari bahasa Inggris itu sendiri, melainkan dari makna sosial yang kita lekatkan pada aktivitas berbicara. *Speaking* sering dipersepsikan sebagai momen untuk dinilai, dibandingkan, atau dihakimi. Ketika seseorang merasa bahwa harga dirinya dipertaruhkan, tubuh dan pikiran secara otomatis masuk ke mode waspada. Gugup, dalam konteks ini, bukan tanda ketidakmampuan, tetapi sinyal bahwa situasi tersebut dianggap penting dan berisiko secara sosial.

Mengenali pola gugup pribadi berarti berhenti melihat *speaking anxiety* sebagai musuh besar yang abstrak, dan mulai memecahnya menjadi bagian-bagian yang lebih spesifik dan bisa dipahami. Di sinilah pertanyaan refleksi menjadi alat yang sangat penting, terutama bagi Generasi Z yang terbiasa berpikir cepat tetapi jarang berhenti untuk mengamati respons emosinya sendiri.

Beberapa pertanyaan refleksi sederhana dapat membantu pembelajar mulai memetakan pola tersebut:

- a. Dalam situasi apa yang membuat saya gugup saat *speaking*/berbicara?
- b. Apakah rasa gugup saya lebih dipicu oleh takut salah bahasa, atau takut dinilai orang lain?

- c. Apakah saya gugup di semua situasi, atau hanya ketika berbicara di depan audiens tertentu?

Menjawab pertanyaan-pertanyaan ini secara jujur sering kali menghasilkan kesadaran yang mengejutkan. Banyak mahasiswa menyadari bahwa mereka tidak “selalu” gugup, tetapi hanya gugup dalam konteks tertentu. Ada yang gugup hanya di kelas formal, ada yang hanya saat presentasi, dan ada pula yang hanya ketika berbicara dengan figur otoritas. Kesadaran ini penting karena menggeser narasi internal dari “Saya tidak bisa *speaking*” menjadi “Saya gugup dalam situasi tertentu, dan itu bisa dipelajari.”

Ketika pembelajar mulai mengenali pola gugup pribadinya, *speaking* tidak lagi terasa sebagai masalah besar yang tak terpecahkan. Masalah tersebut menjadi lebih spesifik, lebih manusiawi, dan lebih mungkin dihadapi secara bertahap. Dari sinilah proses belajar *speaking* yang sehat dimulai bukan dengan memaksa diri untuk langsung percaya diri, tetapi dengan memahami diri sendiri terlebih dahulu.

NOTE FOR READERS

Jika kamu sering merasa gugup saat *speaking*, bab ini mengajakmu untuk berhenti menyalahkan diri sendiri dan mulai memahami dirimu dengan lebih jujur. Rasa gugup bukan tanda bahwa kamu “tidak bisa”, melainkan sinyal bahwa situasi tersebut terasa penting bagimu. Setiap orang memiliki pola gugup yang berbeda, dan pola itu bukan sesuatu yang harus disembunyikan, tetapi sesuatu yang bisa dikenali, dipahami, dan dikelola. Melalui refleksi, kamu belajar bahwa *speaking* bukan tentang menjadi sempurna, melainkan tentang hadir dan berproses. Ketika kamu mampu membedakan antara ketakutan yang nyata dan asumsi yang dibangun oleh pikiranmu sendiri, berbicara tidak lagi terasa menakutkan. Keberanian berbicara tidak lahir dari menghilangkan rasa gugup, tetapi dari memahami dan mengelolanya secara sadar.

Dalam konteks pembelajaran, bab ini juga menempatkan *speaking anxiety* sebagai fenomena psikologis dan sosial, bukan sekadar masalah linguistik. Pendekatan ini penting, khususnya dalam pengajaran ESP, karena banyak mahasiswa sebenarnya memiliki ide dan pengetahuan yang memadai, tetapi terhambat oleh pola gugup personal dan mitos-mitos tentang *speaking* yang telah lama mereka yakini. Oleh karena itu, dosen dianjurkan menggunakan bab ini sebagai landasan untuk membangun lingkungan kelas yang aman secara psikologis.

Fokuskan kegiatan *speaking* pada kesadaran diri, refleksi, dan keberanian mencoba sebelum menilai akurasi bahasa secara ketat. Diskusi reflektif, jurnal singkat, atau pertanyaan pemantik setelah aktivitas *speaking* dapat membantu mahasiswa mengenali pola gugup mereka sendiri. Pendekatan ini sejalan dengan prinsip *communicative competence* dan *willingness to communicate*, di mana rasa aman, penerimaan, dan refleksi diri menjadi prasyarat partisipasi aktif. Dengan membantu mahasiswa memahami bahwa gugup bersifat situasional dan dapat dikelola, dosen tidak menurunkan standar akademik, tetapi justru membuka jalan bagi perkembangan *speaking* yang lebih berkelanjutan dan bermakna.

*“When students feel
understood, they dare to speak.
When they dare to speak,
learning truly begins.”*

CATATAN

[illegible]

Bab 9

From Practice to Habit: **Menjadikan *Speaking* Sebagai Kebiasaan**

Keyakinan bahwa kemampuan berbicara adalah bakat bawaan ternyata tidak didukung oleh banyak temuan penelitian dalam bidang pendidikan bahasa dan psikologi komunikasi. Justru sebaliknya, riset menunjukkan bahwa frekuensi dan konsistensi praktik jauh lebih menentukan perkembangan speaking dibandingkan faktor kepribadian atau bakat alami.

Penelitian klasik oleh Nation dan Newton (2009) dalam kajian *Second Language Speaking* menegaskan bahwa kemampuan berbicara berkembang paling efektif melalui latihan yang sering, singkat, dan bermakna, bukan melalui praktik intensif yang jarang. Mereka menemukan bahwa pembelajar yang berbicara secara rutin meskipun hanya dalam durasi pendek, menunjukkan peningkatan kelancaran dan kepercayaan diri yang lebih stabil dibandingkan pembelajar yang hanya berbicara saat presentasi besar atau ujian lisan.

Temuan ini diperkuat oleh studi MacIntyre et al. (2011) mengenai *Willingness to Communicate*. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa kepercayaan diri berbicara tidak muncul sebelum seseorang berbicara, tetapi terbentuk sebagai hasil dari pengalaman berbicara yang berulang. Dengan kata lain, keberanian bukan prasyarat *speaking*, melainkan produk samping dari kebiasaan *speaking* itu sendiri. Mahasiswa yang sering mencoba berbicara, meskipun masih gugup perlahan membangun persepsi positif terhadap kemampuan dirinya.

Dalam konteks mahasiswa Generasi Z, penelitian Nguyen & Terry (2017) menemukan bahwa banyak mahasiswa sebenarnya memiliki kemampuan bahasa yang memadai, tetapi jarang menggunakan bahasa tersebut secara lisan di luar konteks formal. Akibatnya, *speaking* terasa seperti “acara besar” yang penuh tekanan. Penelitian ini menyimpulkan bahwa ketika *speaking* hanya diasosiasikan dengan penilaian dan performa, kecemasan meningkat dan partisipasi menurun. Sebaliknya, ketika *speaking* dipraktikkan sebagai kebiasaan sehari-hari dalam lingkungan yang aman, mahasiswa menunjukkan peningkatan partisipasi dan spontanitas.

Fenomena *moment-based speaking* yang umum di kelas juga dikritisi oleh Goh dan Burns (2012). Mereka menekankan bahwa pembelajaran *speaking* yang hanya berfokus pada presentasi formal justru memperkuat anggapan bahwa berbicara harus selalu sempurna dan terencana. Padahal, komunikasi nyata di dunia akademik dan profesional jauh lebih sering terjadi dalam bentuk interaksi singkat, spontan, dan tidak terstruktur. Tanpa kebiasaan berbicara dalam situasi kecil ini, pembelajar akan selalu merasa “tidak siap” ketika menghadapi situasi nyata.

Dari sisi psikologi, Bandura (1997) melalui teori *self-efficacy* menjelaskan bahwa keyakinan terhadap kemampuan diri dibangun terutama melalui *mastery experiences*, yaitu pengalaman diperoleh dari praktik yang diulangi berulang kali. Dalam konteks *speaking*, keberhasilan tidak harus berarti berbicara sempurna, melainkan berhasil menyampaikan pesan dan bertahan dalam komunikasi. Setiap pengalaman kecil ini

memperkuat rasa “saya bisa”, yang kemudian mendorong keberanian pada kesempatan berikutnya.

Pengamatan dosen ESP di kelas-kelas perguruan tinggi juga selaras dengan temuan ini. Mahasiswa yang awalnya pendiam tetapi rutin diberi ruang berbicara singkat, misalnya satu komentar, satu respons, atau satu refleksi lisan. Hal ini menunjukkan perkembangan yang lebih konsisten dibandingkan mahasiswa yang hanya berbicara saat presentasi akhir. Mereka mungkin tidak langsung fasih, tetapi terlihat lebih tenang, lebih terkontrol, dan lebih siap menghadapi interaksi lisan.

Riset menunjukkan bahwa kepercayaan diri berbicara tidak datang sebelum praktik, tetapi lahir dari praktik itu sendiri. Orang yang terlihat “berbakat” biasanya hanyalah orang yang lebih sering berbicara tanpa menunggu kondisi ideal. Dengan demikian, *speaking* perlu dipahami sebagai keterampilan kebiasaan, bukan atribut kepribadian. Ketika mahasiswa Generasi Z mulai memindahkan *speaking* dari momen besar ke rutinitas kecil, dari presentasi ke percakapan, dari ujian ke interaksi, maka beban psikologisnya menurun. *Speaking* menjadi bagian dari keseharian, bukan lagi sumber ketakutan.

1. *Speaking* di Kehidupan Sehari-hari (Non-Akademik)

Selama ini, banyak pembelajar, terutama mahasiswa Generasi Z mengasosiasikan *speaking* dengan situasi formal dan akademik. Berbicara dalam bahasa Inggris sering dipahami sebagai aktivitas yang hanya terjadi saat presentasi kelas, diskusi akademik, seminar, atau ujian lisan. Akibatnya, *speaking* terasa berat, menegangkan, dan penuh tekanan karena selalu dikaitkan dengan penilaian dan ekspektasi tinggi.

Padahal, dalam kehidupan nyata, *speaking* justru jauh lebih sering terjadi dalam konteks non-akademik dan informal. Berbicara dengan teman, menyampaikan pendapat di organisasi mahasiswa, berdiskusi saat bekerja paruh waktu, mengirim *voice note*, mengikuti meeting online singkat, atau

menerima panggilan telepon adalah bentuk-bentuk *speaking* yang nyata, autentik, dan sangat relevan dengan keseharian Gen Z. Ironisnya, bentuk-bentuk *speaking* inilah yang sering tidak disadari sebagai bagian dari latihan berbicara.

Pengalaman banyak mahasiswa menunjukkan bahwa mereka sebenarnya lebih sering berbicara daripada yang mereka sadari, hanya saja tidak menganggapnya sebagai "*speaking practice*". Seorang mahasiswa pernah mengatakan bahwa ia selalu gugup saat diminta presentasi di kelas, tetapi tidak memiliki masalah sama sekali ketika harus menjelaskan sesuatu kepada temannya dalam bahasa Inggris secara santai. Mahasiswa lain mengaku lebih berani mengirim *voice note* panjang daripada berbicara langsung di depan kelas. Ia merasa *voice note* memberinya ruang untuk berpikir sejenak tanpa tekanan tatapan audiens.

Fenomena ini sangat khas Generasi Z. Mereka tumbuh dengan teknologi yang memungkinkan komunikasi lisan berlangsung secara asinkron dan fleksibel. *Voice note*, misalnya, menjadi jembatan antara komunikasi tertulis dan lisan. Dalam *voice note*, seseorang tetap berbicara menggunakan suara, intonasi, dan alur pikir, tetapi tanpa tekanan respon langsung. Inilah mengapa banyak Gen Z merasa lebih "aman" dan lebih natural saat berbicara melalui *voice note* dibandingkan berbicara secara langsung.

Menariknya, penelitian komunikasi digital menunjukkan bahwa percakapan kasual dan berulang justru berperan besar dalam membangun kepercayaan diri dalam berbicara. Ketika *speaking* dilakukan dalam konteks santai, tanpa tuntutan sempurna, otak tidak berada dalam mode "ancaman". Pembelajaran lebih fokus pada penyampaian makna daripada kesalahan. Dari sinilah kelancaran dan keberanian mulai terbentuk secara alami.

Dalam kehidupan organisasi mahasiswa, *speaking* non-akademik juga memainkan peran penting. Saat rapat organisasi, diskusi program kerja, atau sekadar menyampaikan pendapat informal, mahasiswa belajar menyusun ide secara spontan,

mendengarkan orang lain, dan merespons dengan bahasa yang sederhana namun fungsional. Semua ini adalah inti dari kemampuan *speaking* yang sesungguhnya, meskipun tidak terjadi di ruang kelas.

Begitu pula di dunia kerja paruh waktu atau magang. Banyak mahasiswa Gen Z mengaku bahwa *speaking* paling menantang justru terjadi dalam percakapan singkat: menjelaskan tugas kepada rekan kerja, menjawab pertanyaan atasan, atau berbicara dengan pelanggan. Situasi ini jarang bisa dipersiapkan dengan skrip. Namun, justru dari interaksi singkat inilah kemampuan *speaking* yang praktis dan relevan berkembang.

Kesalahan umum yang sering terjadi adalah menganggap *speaking* harus selalu “rapi” dan terstruktur seperti presentasi. Akibatnya, pembelajar menahan diri untuk berbicara sampai merasa siap sepenuhnya. Padahal, *speaking* sehari-hari tidak menuntut kesempurnaan, melainkan keberfungsian. Selama pesan inti tersampaikan dan interaksi tetap berjalan, *speaking* sudah berhasil.

Untuk membumikan *speaking* ke dalam kehidupan sehari-hari Gen Z, beberapa strategi sederhana berikut dapat diterapkan:

- a. **Pilih voice note daripada teks panjang.** Jika ingin menjelaskan sesuatu, cobalah mengirim *voice note*. Ini melatih alur bicara dan kejelasan pesan.
- b. **Jelaskan, jangan menghafal.** Anggap *speaking* seperti bercerita, bukan membaca skrip di kepala.
- c. **Gunakan bahasa sederhana tapi utuh.** Kalimat sederhana yang jelas jauh lebih efektif daripada kalimat kompleks yang terputus-putus.
- d. **Jangan berhenti hanya karena satu kata salah.** Teruskan bicara, karena komunikasi tidak runtuh hanya karena satu kesalahan kecil.

Dengan memanfaatkan *speaking* non-akademik sebagai latihan sehari-hari, pembelajar mulai membangun kebiasaan

berbicara tanpa tekanan berlebihan. *Speaking* tidak lagi terasa sebagai tugas berat, tetapi sebagai bagian alami dari interaksi sosial. Dari sinilah kepercayaan diri tumbuh secara perlahan namun stabil, bukan karena tampil sempurna, tetapi karena terbiasa berbicara.

Bagian ini menegaskan satu hal penting: *speaking* yang paling berdampak sering kali justru dimulai dari percakapan kecil yang tampak sepele. Ketika Generasi Z menyadari bahwa setiap percakapan adalah peluang belajar, *speaking* berhenti menjadi beban dan mulai menjadi keterampilan hidup yang terus berkembang.

2. Membangun Lingkungan Aman untuk Berbicara

Kemampuan *speaking* tidak tumbuh di ruang yang penuh tekanan, melainkan di lingkungan yang memberi rasa aman. Banyak mahasiswa Generasi Z sebenarnya memiliki ide, pengetahuan, dan keinginan untuk berbicara, tetapi memilih diam karena merasa takut dihakimi, dibandingkan, atau dinilai negatif. Dalam situasi seperti ini, *speaking* tidak lagi menjadi proses belajar, melainkan menjadi risiko sosial yang ingin dihindari.

Lingkungan yang aman untuk berbicara bukan berarti lingkungan tanpa tantangan, tetapi lingkungan yang memungkinkan seseorang mencoba tanpa takut “gagal”. Di ruang yang aman, kesalahan dipahami sebagai bagian dari proses, bukan sebagai bukti ketidakmampuan. Inilah kondisi psikologis yang sangat dibutuhkan agar *speaking* dapat berkembang secara berkelanjutan.

Pengalaman di kelas-kelas ESP menunjukkan pola yang konsisten. Mahasiswa cenderung lebih aktif berbicara ketika dosen dan teman-temannya menunjukkan sikap menerima. Dalam kelas yang responsnya bersifat suportif, misalnya dengan anggukan, senyum, atau tanggapan positif terhadap ide, bukan hanya pada Bahasa, mahasiswa lebih berani mencoba berbicara, meskipun dengan kalimat sederhana. Sebaliknya, dalam kelas yang responsnya kaku atau terlalu

fokus pada kesalahan, mahasiswa cepat menarik diri dan memilih diam.

Peran **teman sebaya** juga sangat besar dalam membentuk rasa aman ini. Banyak mahasiswa mengaku bahwa mereka lebih berani berbicara dalam kelompok kecil dengan teman yang sudah dikenal dibandingkan di forum besar. Teman yang tidak menertawakan kesalahan, tidak memotong pembicaraan, dan memberi respons wajar membantu menurunkan kecemasan. Dari sinilah kepercayaan diri *speaking* mulai terbentuk secara perlahan.

Selain teman, **komunitas** juga berperan penting. Komunitas belajar, organisasi mahasiswa, atau kelompok diskusi informal sering kali menjadi ruang aman alternatif bagi mahasiswa untuk berlatih *speaking*. Dalam komunitas seperti ini, fokus biasanya bukan pada nilai atau penilaian formal, tetapi pada keterlibatan dan partisipasi. Mahasiswa yang jarang berbicara di kelas formal sering kali justru aktif di lingkungan komunitas yang terasa lebih setara dan manusiawi.

Peran **dosen** tidak kalah krusial. Dosen bukan hanya fasilitator bahasa, tetapi juga penjaga iklim psikologis kelas. Cara dosen merespons jawaban mahasiswa, memberikan umpan balik, dan mengelola kesalahan akan sangat mempengaruhi keberanian mahasiswa untuk berbicara. Ketika dosen menanggapi ide terlebih dahulu sebelum mengoreksi bahasa, mahasiswa merasa dihargai sebagai pemikir, bukan sekadar pembelajar bahasa. Pendekatan ini tidak menurunkan standar akademik, tetapi justru memperkuat motivasi untuk berkembang.

Namun, tidak semua lingkungan aman harus datang dari luar. Banyak mahasiswa berhasil meningkatkan *speaking* mereka melalui *self-created safe space*, yaitu ruang aman yang mereka ciptakan sendiri. Latihan berbicara di depan cermin, merekam suara, berbicara sendiri sambil berjalan, atau melakukan *role-play* sederhana adalah contoh latihan mandiri yang memberi rasa aman. Dalam ruang ini, tidak ada audiens

yang menghakimi, sehingga pembelajar bisa fokus pada alur pikir dan keberanian berbicara.

Beberapa mahasiswa Gen Z mengaku bahwa latihan mandiri ini menjadi titik awal penting sebelum mereka berani berbicara di ruang publik. Dengan membiasakan diri mendengar suara sendiri dan menyusun ide secara lisan, *speaking* tidak lagi terasa asing atau menakutkan. Ketika mereka akhirnya berbicara di depan orang lain, rasa gugup memang masih ada, tetapi tidak lagi melumpuhkan.

Lingkungan yang aman tidak membuat mahasiswa manja, tetapi justru membuat mereka berani mencoba. Rasa aman bukan menghilangkan tantangan, melainkan memberi fondasi psikologis agar seseorang siap menghadapi tantangan tersebut. Tanpa rasa aman, mahasiswa cenderung menghindari. Dengan rasa aman, mereka berani melangkah meskipun belum sempurna.

Pada akhirnya, *speaking* berkembang ketika pembelajar merasa bahwa suaranya layak didengar, meskipun masih sederhana. Lingkungan yang aman, baik yang diciptakan oleh teman, komunitas, dosen, maupun diri sendiri, menjadi tempat di mana keberanian kecil bisa tumbuh menjadi kepercayaan diri yang nyata. Dari ruang aman inilah *speaking* berhenti menjadi ancaman, dan mulai menjadi kebiasaan yang terus berkembang.

3. Progress ≠ Fasih, Tapi Konsisten

Salah satu kesalahpahaman paling umum dalam belajar *speaking* adalah cara mengukur kemajuan. Banyak mahasiswa menilai perkembangan dirinya hanya dengan satu pertanyaan besar: “Sudah lancar atau belum?” Ketika jawabannya masih “belum”, mereka langsung merasa gagal, padahal proses yang sedang terjadi mungkin jauh lebih bermakna daripada yang mereka sadari.

Dalam kenyataannya, **fasih bukanlah titik awal**, melainkan hasil jangka panjang. Fasih datang setelah seseorang melewati banyak fase tidak nyaman; gugup, ragu, salah ucap, berhenti di tengah kalimat, lalu mencoba lagi. Jika kemajuan

selalu diukur dari kefasihan, maka hampir semua pembelajar akan merasa tertinggal dan putus asa di tengah jalan.

Sebaliknya, konsistensi adalah indikator kemajuan yang paling nyata dan paling jujur. Konsistensi terlihat bukan dari seberapa indah kalimat yang diucapkan, tetapi dari seberapa sering seseorang memilih berbicara dibandingkan diam. Mahasiswa yang dulu selalu menghindar lalu mulai berani menjawab satu pertanyaan singkat telah mengalami sebuah *progress* atau kemajuan, meskipun jawabannya masih sederhana. Mahasiswa yang sebelumnya selalu membaca teks, lalu mulai berbicara tanpa skrip meski masih terbata-bata, juga sedang berkembang.

Pengalaman di kelas ESP menunjukkan bahwa mahasiswa yang konsisten mencoba berbicara, meskipun dengan bahasa yang belum rapi mengalami peningkatan kepercayaan diri yang jauh lebih stabil dibandingkan mahasiswa yang hanya berbicara ketika merasa “siap”. Konsistensi membangun rasa akrab dengan proses *speaking* itu sendiri. Semakin sering seseorang berbicara, semakin tubuh dan pikirannya mengenali situasi tersebut sebagai sesuatu yang normal, bukan ancaman.

Penelitian Nation dan Newton (2009) menegaskan bahwa perkembangan *speaking* paling efektif terjadi melalui praktik yang **berulang, kontekstual, dan bermakna**, bukan melalui latihan intensif sesekali. Hal ini berarti bahwa berbicara sedikit tetapi rutin jauh lebih berdampak daripada menunggu momen besar seperti presentasi akhir semester. Dari sudut pandang psikologis, konsistensi juga membantu menurunkan kecemasan karena otak belajar bahwa *speaking* bukan peristiwa berbahaya.

Bagi Generasi Z, yang terbiasa dengan progres instan dan hasil cepat, pola ini sering terasa bertentangan dengan ekspektasi. Banyak yang berharap *speaking* meningkat secepat menonton video atau menghafal frasa. Ketika hasil tidak langsung terlihat, motivasi menurun. Di sinilah pentingnya mengubah cara pandang: kemajuan bukan tentang seberapa

fasih hari ini, tetapi tentang seberapa jarang kita menghindar dibandingkan kemarin. Mahasiswa yang mulai menandai *progress* kecil biasanya menunjukkan perubahan sikap yang signifikan. Mereka tidak lagi terlalu keras pada diri sendiri, dan mulai menyadari bahwa keberanian mereka tumbuh perlahan. Berbicara tidak lagi dipandang sebagai “ujian besar”, melainkan sebagai bagian dari rutinitas belajar.

a. Try This Tomorrow

Alih-alih menunggu lancar, cobalah menandai kemajuan kecil yang nyata:

- 1) **Hari ini:** saya berani berbicara meskipun masih gugup
- 2) **Minggu ini:** saya tidak selalu diam ketika ada kesempatan berbicara
- 3) **Bulan ini:** saya tidak lagi menghindari situasi *speaking*

Tandai setiap kemajuan tersebut, sekecil apa pun. *Progress* yang diakui akan memperkuat keberanian untuk melangkah berikutnya. Pada akhirnya, *speaking* yang berdampak tidak dibangun dari momen sempurna, tetapi dari praktek yang konsisten. Ketika konsistensi sudah terbentuk, kefasihan akan menyusul secara alami. Bukan karena dipaksa, tetapi karena tubuh dan pikiran telah terbiasa. Inilah bentuk *progress* yang paling berkelanjutan dan paling manusiawi.

Dari Bertahan → Percaya Diri → Berdampak

Perjalanan *speaking* jarang dimulai dari rasa percaya diri. Bagi sebagian besar pembelajar, terutama Generasi Z, *speaking* justru dimulai dari bagaimana kita bisa **bertahan** walaupun berbicara terasa sulit dan menegangkan. Bertahan berarti tidak langsung diam ketika kesempatan berbicara muncul. Bertahan berarti tetap membuka mulut meskipun suara belum stabil, kata-kata belum rapi, dan rasa gugup masih ada. Pada tahap ini, tujuan utama bukan terlihat pintar atau fasih, tetapi **tetap hadir dalam komunikasi**.

Banyak mahasiswa merasa gagal hanya karena mereka belum percaya diri. Padahal, **percaya diri bukan prasyarat berbicara, ia adalah hasil dari berbicara**. Mahasiswa yang bertahan dan tetap mencoba, meskipun dengan kalimat sederhana, perlahan akan mulai mengenali pola *speaking* mereka sendiri. Mereka tahu bahwa gugup akan muncul di awal, tetapi juga tahu bahwa rasa itu akan mereda setelah beberapa kalimat. Dari pengalaman-pengalaman kecil inilah rasa percaya diri mulai tumbuh, bukan sebagai lonjakan besar, tetapi sebagai ketenangan yang semakin stabil.

Tahap percaya diri tidak selalu ditandai dengan kelancaran penuh. Sering kali ia muncul dalam bentuk yang lebih halus: napas yang lebih teratur, jeda yang tidak lagi terasa menakutkan, atau keberanian untuk menatap audiens meski sebentar. Mahasiswa mulai berbicara tanpa terlalu sibuk mengoreksi diri sendiri. Mereka tidak lagi sepenuhnya terjebak di kepala, tetapi mulai hadir dalam percakapan. Pada titik ini, *speaking* tidak lagi hanya soal bertahan, tetapi mulai terasa sebagai kemampuan yang bisa dikendalikan.

Ketika rasa percaya diri mulai terbentuk, barulah *speaking* memiliki **dampak**. Dampak tidak selalu berarti memukau audiens atau mengubah keputusan besar. Dampak bisa sesederhana pesan yang dipahami, pendapat yang dipertimbangkan, atau ide yang didengar dengan serius. Mahasiswa yang dulunya hanya berbicara untuk “menyelesaikan tugas” mulai menyadari bahwa kata-katanya memiliki bobot. Orang lain merespons, menanggapi, dan menghargai kontribusinya.

Di sinilah *speaking* berubah makna: dari sekadar keterampilan menjadi **bentuk kontribusi**. Berbicara bukan lagi tentang diri sendiri, tetapi tentang apa yang bisa dibagikan. Dalam konteks akademik, *speaking* menjadi cara berpartisipasi dalam pengetahuan. Dalam konteks profesional, ia menjadi cara menunjukkan tanggung jawab, kepedulian, dan kepemimpinan. Dalam konteks sosial, *speaking* menjadi sarana membangun relasi dan identitas diri.

Bagi Generasi Z, yang hidup di tengah arus informasi cepat dan suara yang saling bersaing, kemampuan *speaking* yang berdampak menjadi semakin penting. Mereka yang mampu menyampaikan pesan dengan jelas, tenang, dan bermakna akan lebih mudah dipercaya, didengar, dan diingat. Namun, dampak ini tidak lahir dari kepercayaan diri yang instan, melainkan dari proses panjang bertahan dan mencoba secara konsisten.

Perjalanan ini juga membentuk **identitas profesional dan sosial**. Cara seseorang berbicara mencerminkan cara ia berpikir, bersikap, dan memposisikan diri di hadapan orang lain. Mahasiswa yang belajar bertahan dalam *speaking* sedang membangun fondasi identitasnya sebagai individu yang berani hadir. Mahasiswa yang mulai percaya diri sedang membentuk citra diri sebagai komunikator yang matang. Dan mereka yang mampu memberi dampak sedang menegaskan perannya sebagai kontributor, bukan sekadar penonton.

b. Daily Speaking Survival Tips

- 1) **Bertahan dulu, jangan sempurna** → satu kalimat lebih baik daripada diam
- 2) **Percaya diri tumbuh setelah mencoba** → bukan sebelum mencoba
- 3) **Dampak datang ketika pesan jelas** → bukan ketika grammar sempurna

Bagian ini menegaskan bahwa *speaking* bukan perjalanan lurus menuju kefasihan, melainkan proses bertahap menuju kebermaknaan. Dari bertahan, tumbuh percaya diri. Dari percaya diri, lahir dampak. Dan dari dampak inilah *speaking* menemukan tujuannya yang paling dalam: **menjadi suara yang hadir, didengar, dan berarti**.

Bab berikutnya akan mengajak pembaca melangkah lebih jauh menutup perjalanan ini dengan refleksi tentang *speaking* sebagai pilihan sadar, bukan kewajiban, dan bagaimana suara

yang dibangun melalui kebiasaan kecil dapat menjadi bagian dari arah hidup dan kontribusi yang lebih besar.

NOTE FOR READERS

Bab ini mengajakmu melihat *speaking* dari sudut pandang yang lebih jujur dan membumi. Jika selama ini kamu merasa berbicara selalu berat, menegangkan, atau hanya muncul saat “dipaksa”, bab ini ingin mengatakan satu hal penting: **kamu tidak sendirian, dan kamu tidak salah.** *Speaking* bukan tentang keberanian besar atau bakat istimewa, tetapi tentang kebiasaan kecil yang dilakukan berulang kali, bahkan saat belum merasa siap.

Ingatlah bahwa kemajuan atau *progress* dalam *speaking* tidak selalu terlihat spektakuler. Kadang progres itu berupa keberanian membuka suara meski masih gugup, bertahan dalam percakapan meski kalimat belum rapi, atau tidak lagi menghindari situasi berbicara seperti sebelumnya. Semua itu adalah tanda perkembangan yang nyata. Jadi, kamu tidak harus fasih hari ini, cukup lebih berani daripada kemarin.

Bab ini juga mengingatkan bahwa *speaking* tidak hanya milik ruang kelas atau presentasi formal. Setiap percakapan kecil, *voice note*, diskusi ringan, atau pendapat singkat yang kamu sampaikan adalah bagian dari latihan. Dari sanalah rasa percaya diri tumbuh secara alami. Ketika kamu berhenti menunggu momen sempurna dan mulai berbicara dalam kehidupan sehari-hari, *speaking* perlahan berhenti terasa menakutkan.

Akhirnya, bab ini mengajakmu memandang *speaking* sebagai bentuk kontribusi. Suaramu tidak harus sempurna untuk menjadi berarti. Ketika kamu berani bertahan, konsisten mencoba, dan menyampaikan pesan dengan niat yang jelas, dampak akan datang dengan sendirinya. ***Speaking* bukan tentang siapa yang paling fasih, tetapi siapa yang memilih untuk tetap hadir dan tidak menyerah untuk terus mencoba.**

*"You don't become confident by waiting to speak.
You become confident by speaking, again and
again."*

Bab 10

Berani Bersuara: Penutup Perjalanan *Speaking*

Salah satu kesalahpahaman paling umum dalam belajar *speaking* adalah keyakinan bahwa berbicara dengan baik berarti menjadi seperti orang lain. Banyak pembelajar, khususnya Generasi Z, tanpa sadar menempatkan standar yang tidak realistis terhadap diri mereka sendiri. Mereka merasa harus terdengar seperti *native speaker*, harus selancar influencer di media sosial, atau harus selalu tampil percaya diri tanpa jeda dan kesalahan. Ketika standar ini tidak tercapai, yang muncul bukan semangat untuk belajar, melainkan kelelahan, rasa tidak cukup, dan keinginan untuk berhenti.

Padahal, tujuan *speaking* tidak pernah tentang menjadi orang lain. Tujuan *speaking* adalah menjadi versi diri sendiri yang mampu menyampaikan ide dengan jujur dan jelas. Banyak pembelajar sebenarnya memiliki gagasan yang kuat, pengalaman yang relevan, dan sudut pandang yang bernilai. Namun, mereka berhenti bukan karena tidak mampu berbicara, melainkan karena merasa harus “memakai topeng” saat berbicara, menjadi seseorang yang bukan dirinya. Ketika *speaking* dipersepsikan sebagai tuntutan untuk tampil sempurna

atau meniru gaya tertentu, komunikasi kehilangan sifat alaminya dan berubah menjadi beban.

Berbicara yang bermakna justru lahir ketika seseorang menerima aksen, jeda, dan gaya bicaranya sendiri sebagai bagian dari identitas, bukan sebagai kekurangan. Audiens tidak selalu mencari pembicara yang paling fasih, tetapi pembicara yang hadir, tulus, dan bisa dipahami. Dalam banyak konteks akademik dan profesional, kejelasan pesan dan ketulusan sikap jauh lebih berdampak daripada kesempurnaan linguistik.

Perjalanan yang ditawarkan buku ini bukanlah perjalanan menghilangkan rasa gugup, melainkan perjalanan mengubah hubungan kita dengan rasa gugup itu sendiri. Gugup hampir selalu menjadi titik awal. Ia muncul karena *speaking* terasa penting, bermakna, dan melibatkan penilaian sosial. Buku ini tidak menempatkan gugup sebagai musuh, tetapi sebagai sinyal awal bahwa apa yang akan disampaikan memiliki nilai.

Dari gugup, pembelajar diajak menuju kesadaran, menyadari apa yang sebenarnya dirasakan, apa yang ditakutkan, dan pola apa yang selama ini muncul saat berbicara. Kesadaran ini membuka ruang untuk bertahan: tetap berbicara meskipun belum nyaman, tidak diam meskipun belum sempurna. Dari bertahan, *speaking* perlahan berubah menjadi kebiasaan. Dan dari kebiasaan inilah dampak mulai tercipta ide didengar, pesan dipahami, dan kepercayaan diri tumbuh secara alami.

Gugup mungkin tidak pernah benar-benar hilang, bahkan pada pembicara yang sudah berpengalaman. Perbedaananya terletak pada kendali. Gugup tidak lagi memegang kemudi dan menentukan apakah seseorang akan berbicara atau memilih diam. Ia tetap ada, tetapi tidak lagi menguasai. Di titik inilah *speaking* menemukan maknanya yang paling dalam: berbicara bukan untuk tampil sempurna, tetapi untuk berani hadir sebagai diri sendiri.

Dalam kehidupan nyata, *speaking* jarang hadir sebagai momen besar. Ia lebih sering hadir sebagai tindakan-tindakan kecil yang tampak sederhana, tetapi sangat bermakna.

Mengangkat tangan di kelas untuk menyampaikan satu pendapat. Mengemukakan ide singkat dalam rapat meskipun suara masih sedikit bergetar. Bertanya dengan sopan ketika tidak memahami sesuatu. Menyuarakan ketidaksetujuan dengan tenang dan beretika. Semua itu adalah *speaking*. Semuanya valid. Semuanya bernilai.

Sering kali, pembelajar meremehkan tindakan-tindakan kecil ini karena merasa “belum cukup bagus” atau “belum cukup penting”. Padahal, justru dari tindakan-tindakan kecil inilah keberanian dibangun. *Speaking* tidak selalu tentang seberapa lama seseorang berbicara, tetapi tentang keputusan untuk tidak diam ketika suara kita dibutuhkan.

Generasi Z hidup di dunia yang dipenuhi suara cepat, keras, dan sering kali saling berlomba untuk didengar. Media sosial dan budaya viral mendorong komunikasi yang instan, emosional, dan terkadang reaktif. Dalam keramaian itu, mudah sekali merasa bahwa suara kita tidak cukup besar atau tidak cukup menarik. Namun, dunia nyata tidak selalu membutuhkan suara yang paling keras. Dunia nyata membutuhkan suara yang jelas, beretika, dan manusiawi. Suara yang mampu menyampaikan ide dengan tenang. Suara yang berani bertanya ketika ada yang tidak adil. Suara yang mau mendengarkan sebelum merespons.

Speaking, dalam konteks ini, bukan sekadar keterampilan personal, tetapi bentuk kontribusi sosial. Dengan berbicara, seseorang tidak hanya menyampaikan pendapat, tetapi juga mengambil peran dalam membangun dialog, kolaborasi, dan perubahan. Ketika Generasi Z berani berbicara dengan kesadaran dan empati, mereka membawa kualitas komunikasi yang sangat dibutuhkan di tengah dunia yang serba cepat dan bising.

Kisah nyata banyak pembicara besar di dunia menunjukkan bahwa keberhasilan dalam *public speaking* tidak lahir dari kesempurnaan sejak awal. Salah satu contoh paling kuat adalah **Oprah Winfrey**, yang kini dikenal sebagai salah satu *public speaker* dan komunikator paling berpengaruh di

dunia. Di awal kariernya, Oprah dikenal sangat pemalu, sering merasa tidak cukup pintar, dan bahkan pernah dipecat dari pekerjaannya di dunia penyiaran karena dianggap “tidak cocok tampil di layar”. Namun, ia tidak berhenti berbicara. Ia belajar menerima suaranya sendiri, berbicara dengan kejujuran, dan menyampaikan pengalaman hidup apa adanya. Justru karena keotentikan itulah, jutaan orang di seluruh dunia merasa terhubung dengan pesan-pesannya. Kisah Oprah Winfrey mengingatkan kita bahwa pengaruh besar sering kali lahir bukan dari usaha menjadi sempurna, melainkan dari keberanian untuk menjadi diri sendiri dan tetap bersuara.

Selain Oprah Winfrey, kisah Simon Sinek juga menunjukkan bahwa *public speaking* yang berdampak tidak lahir dari kesempurnaan teknis, melainkan dari kejelasan pesan dan keberanian untuk berbicara dengan makna. Simon Sinek dikenal luas melalui TED Talk *Start With Why* yang ditonton puluhan juta orang di seluruh dunia. Namun, dalam berbagai wawancara, ia secara terbuka mengakui bahwa ia bukan pembicara yang “alami” sejak awal. Ia sering merasa gugup, tidak nyaman berbicara di depan audiens besar, dan membutuhkan struktur yang jelas agar tidak kehilangan arah. Alih-alih berusaha tampil flamboyan atau meniru gaya pembicara lain, Sinek justru fokus pada satu hal: pesan yang ingin ia sampaikan.

Ia berbicara dengan gaya yang tenang, bahasa yang sederhana, dan tempo yang tidak tergesa-gesa. Tidak ada upaya untuk terdengar paling cerdas atau paling karismatik. Justru karena kesederhanaan dan kejelasan itulah, pesannya terasa kuat dan relevan. Kisah Simon Sinek menegaskan bahwa *speaking* yang berpengaruh bukan tentang menjadi paling fasih, tetapi tentang menjadi paling jelas dan bermakna.

Pesan terakhir dari buku ini sederhana, tetapi penting. Jika hari ini kamu masih merasa gugup saat berbicara, itu tidak apa-apa. Gugup bukan tanda bahwa kamu lemah atau tidak mampu. Gugup hanya menandakan bahwa apa yang akan

kamu sampaikan terasa penting bagimu. Yang terpenting adalah ini: jangan berhenti berbicara.

Berbicaralah dengan caramu sendiri. Mulailah dari hal kecil. Teruskan meskipun belum sempurna. Setiap kali kamu memilih untuk hadir, untuk menyampaikan ide, atau untuk bertanya dengan jujur, kamu sedang melatih sesuatu yang jauh lebih berharga daripada kefasihan, kamu sedang melatih keberanian dan kehadiran. Dari sanalah *speaking* yang bermakna lahir. Bukan dari kesempurnaan, tetapi dari keberanian untuk tetap bersuara.

*"Your voice doesn't have to be loud to matter.
It only needs to be honest, clear, and willing to
be heard."*

LEMBAR REFLEKSI DIRI (WORKSHEET)

SELF-REFLECTION FOR GEN Z/READERS: UNDERSTANDING YOUR SPEAKING JOURNEY

Petunjuk untuk Mahasiswa

Isi lembar ini dengan jujur. Tidak ada jawaban benar atau salah. Tujuan refleksi ini bukan menilai kemampuan bahasa Inggris Anda, tetapi membantu Anda memahami pola diri saat berbicara.

Bagian 1 – Mengenali Pola Gugup Pribadi

1. Dalam situasi apa saya paling sering merasa gugup saat speaking?

(beri tanda ✓)

- ☐ Presentasi kelas
- ☐ Diskusi kelompok
- ☐ Ditanya mendadak oleh dosen
- ☐ Berbicara di depan audiens baru
- ☐ Berbicara dalam bahasa Inggris profesional
- ☐ Lainnya: _____

2. Apa yang paling saya khawatirkan saat berbicara?

- ☐ Salah grammar
- ☐ Kehabisan kata
- ☐ Dinilai negatif oleh orang lain
- ☐ Tidak terdengar pintar
- ☐ Suara atau aksen saya
- ☐ Lainnya: _____

➡ Refleksi singkat:

Saya menyadari bahwa rasa gugup saya paling sering muncul karena _____.

Bagian 2 – Dialog Internal (Self-Talk)

3. **Kalimat apa yang sering muncul di kepala saya sebelum berbicara?**

Tuliskan secara jujur:

“ _____ ”

4. **Menurut saya, kalimat ini lebih mendekati:**

- ☐ Fakta
- ☐ Asumsi
- ☐ Ketakutan pribadi

 **Versi kalimat yang lebih membantu:**

“ _____ ”

(contoh: “Saya tidak harus sempurna. Saya hanya perlu menyampaikan satu ide dengan jelas.”)

Bagian 3 – Mengenali Gaya Speaking Pribadi

5. **Saya merasa lebih nyaman berbicara ketika:**

- ☐ Saya punya struktur atau poin singkat
- ☐ Saya boleh berpikir sejenak sebelum menjawab
- ☐ Saya menggunakan contoh nyata
- ☐ Saya mengajukan pertanyaan ke audiens
- ☐ Saya berbicara secara spontan

 **Kesimpulan gaya speaking saya:**

Saya cenderung menjadi pembicara yang

Bagian 4 – Fokus pada Pesan, Bukan Ketakutan

6. Jika audiens hanya mengingat satu hal dari saya, apa yang ingin saya sampaikan?

“ _____ ”

➡ **Kalimat pembuka sederhana yang bisa saya gunakan:**

“Today, I would like to focus on

_____.”

Bagian 5 – Refleksi Setelah Speaking

Setelah berbicara (presentasi, diskusi, atau latihan), jawab tiga pertanyaan ini:

7. Satu hal yang berjalan cukup baik:

8. Satu hal yang ingin saya perbaiki lain kali:

9. Satu langkah kecil yang akan saya coba minggu depan:

CLOSING REFLECTION

Dearest Gen Z,

Kamu tidak harus menjadi pembicara paling fasih di ruangan.
Kamu tidak harus selalu percaya diri setiap kali berbicara.
Yang kamu butuhkan hanyalah satu hal, keberanian untuk tetap berbicara.

Setiap kali kamu mengangkat tangan di kelas, menyampaikan pendapat di rapat, atau berbicara di ruang digital meski jantung berdebar, kamu sedang melatih sesuatu yang jauh lebih penting daripada grammar: kamu sedang melatih *presence*.

Ingat, *speaking* bukan soal terdengar pintar. Ia soal terdengar jujur, terarah, dan bermakna. Dunia tidak membutuhkan suara yang sempurna, tetapi suara yang mau hadir dan bertanggung jawab atas pesannya.

Jadi, jika hari ini kamu masih gugup, itu tidak apa-apa.

Jika kalimatmu belum rapi, itu bagian dari proses.

Yang penting, kamu tidak berhenti.

Karena setiap suara yang kamu latih hari ini akan menjadi identitas profesionalmu di masa depan.

Daftar Pustaka

- Aristotle. (1984). *The Complete Works of Aristotle* (Ed. J. Barnes). Princeton University Press.
- Brooks, A. C. (2014). *How to turn anxiety into excitement*. Harvard Business School Publishing.
- Brooks, A. C. (2019). *Love your enemies: How decent people can save America from the culture of contempt*. HarperCollins.
- Brown, H. D., & Lee, H. (2015). *Teaching by principles: An interactive approach to language pedagogy* (4th ed.). Pearson Education.
- Cambridge English. (2021). *Global English and the future of communication*. Cambridge University Press.
- Cialdini, R. B. (2016). *Influence: The psychology of persuasion* (Rev. ed.). Harper Business.
- Goleman, D. (2018). *Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ* (Updated ed.). Bantam Books.
- Harvard Business Review. (2022). *The importance of communication skills in the workplace*. Harvard Business Publishing.
- Heath, C., & Heath, D. (2007). *Made to stick: Why some ideas survive and others die*. Random House.
- Hyland, K. (2019). *Academic discourse: English in a global context* (2nd ed.). Bloomsbury Academic.
- Lucas, S. E. (2011). *The Art of Public Speaking* (11th ed.). McGraw-Hill

- Lucas, S. E. (2015). *The art of public speaking* (12th ed.). McGraw-Hill Education
- MacIntyre, P. D. (2017). An overview of language anxiety research and trends in its development. *New Insights into Language Anxiety*, 11–30. <https://doi.org/10.21832/9781783097722-003>
- Mayer, R. E. (2020). *Multimedia learning* (3rd ed.). Cambridge University Press.
- Nation, I. S. P., & Newton, J. (2009). *Teaching ESL/EFL listening and speaking*. Routledge.
- Nguyen, T. T. M., & Terry, D. R. (2017). English speaking anxiety among EFL learners. *Journal of Asia TEFL*, 14(1), 123–140.
- Partnership for 21st Century Skills. (2019). *Framework for 21st century learning*. <https://www.battelleforkids.org>
- Prasetyo, A., & Santosa, R. (2022). Public speaking competence and students' self-confidence in higher education. *Journal of Language and Education*, 8(2), 45–57.
- Sepani, R. (2025). Digital natives and oral communication challenges in EFL contexts. *Journal of English Language Teaching and Applied Linguistics*, 7(1), 12–25.
- Van Ginkel, S., Gulikers, J., Biemans, H., & Mulder, M. (2019). The impact of the feedback source on developing oral presentation competence. *Studies in Higher Education*, 44(9), 1674–1690. <https://doi.org/10.1080/03075079.2018.1458223>
- Vistari, L., Hidayat, D., & Pranowo, P. (2025). Multimodal approaches in teaching speaking to Gen Z learners. *International Journal of Applied Linguistics*, 35(1), 88–102.
- Woodrow, L. (2006). Anxiety and speaking English as a second language. *RELC Journal*, 37(3), 308–328. <https://doi.org/10.1177/0033688206071315>
- World Economic Forum. (2023). *The future of jobs report 2023*. World Economic Forum. <https://www.weforum.org>

Glosarium

<i>Academic Speaking</i>	Kemampuan berbicara dalam konteks akademik seperti presentasi, diskusi, seminar, dan debat ilmiah.
<i>Anchor Statement</i>	Kalimat utama yang menjadi jangkar atau fokus inti pembicaraan agar pesan tidak melebar.
<i>Asking (TALK Framework)</i>	Strategi mengajukan pertanyaan untuk melibatkan audiens dan menciptakan komunikasi dua arah.
<i>Audience Awareness</i>	Kesadaran pembicara terhadap karakteristik audiens sehingga bahasa dan gaya disesuaikan dengan konteks.
<i>Body Language</i>	Bahasa tubuh seperti postur, kontak mata, dan gestur yang memperkuat pesan lisan.
<i>Buffer Phrases</i>	Kalimat penyangga untuk membeli waktu berpikir saat berbicara spontan.
<i>Clarity</i>	Kejelasan penyampaian ide agar mudah dipahami dan tidak ambigu.
<i>Communicative Competence</i>	Kemampuan menggunakan bahasa secara efektif, sesuai konteks, dan bermakna.
<i>Confidence</i>	Kepercayaan diri untuk tetap berbicara meskipun masih merasa gugup.
<i>Connection</i>	Kemampuan membangun keterhubungan emosional dan intelektual dengan audiens.
<i>Digital Communication</i>	Komunikasi melalui media daring seperti Zoom, Google Meet, dan platform digital lainnya.

<i>Emotional Regulation</i>	Kemampuan mengelola emosi saat berbicara di bawah tekanan.
<i>ESP (English for Specific Purposes)</i>	Pembelajaran bahasa Inggris yang disesuaikan dengan kebutuhan akademik atau profesional tertentu.
<i>Fluency</i>	Kelancaran berbicara tanpa banyak jeda yang mengganggu komunikasi.
<i>Glossophobia</i>	Ketakutan berbicara di depan umum yang menimbulkan respons psikologis seperti gemetar atau blank.
<i>Hook</i>	Teknik pembuka presentasi untuk menarik perhatian audiens (pertanyaan, fakta mengejutkan, cerita singkat).
<i>Hybrid Communication Influence</i>	Komunikasi yang menggabungkan tatap muka dan daring. Kemampuan mempengaruhi pemikiran atau keputusan audiens melalui komunikasi yang jelas dan etis.
<i>Kindness (TALK Framework)</i>	Sikap empati dan penghargaan terhadap audiens saat berbicara.
<i>Levity (TALK Framework)</i>	Sentuhan ringan atau humanis yang mencairkan suasana komunikasi.
<i>Lifelong Skill</i>	Keterampilan yang terus berkembang sepanjang hayat, termasuk speaking.
<i>Misplaced Excitement</i>	Konsep bahwa rasa gugup sebenarnya adalah energi atau antusiasme yang belum terkelola.
<i>Oral Communication</i>	Penyampaian pesan secara lisan dalam konteks akademik maupun profesional.
<i>Persuasive Speaking</i>	Berbicara dengan tujuan meyakinkan melalui alasan dan manfaat yang jelas.
<i>Presence</i>	Kehadiran mental dan emosional saat berbicara, bukan sekadar mengucapkan kata.
<i>Public Speaking</i>	Keterampilan berbicara di depan audiens untuk memberi informasi, meyakinkan, atau menginspirasi.
<i>Purposeful Speaking</i>	Berbicara dengan tujuan yang jelas dan dampak yang diharapkan.

<i>Reflection</i>	Proses mengevaluasi pengalaman berbicara untuk perbaikan berkelanjutan.
<i>Self-Talk</i>	Dialog internal yang mempengaruhi rasa percaya diri sebelum berbicara.
<i>Speaking Anxiety</i>	Kecemasan saat berbicara dalam bahasa asing atau di depan umum.
<i>Speaking Survival Skills</i>	Kemampuan bertahan dalam komunikasi meskipun berada dalam tekanan atau kondisi tidak ideal.
<i>Spontaneous Response</i>	Kemampuan merespons pertanyaan secara langsung dan profesional.
<i>Structure (Opening–Body–Closing)</i>	Kerangka sistematis berbicara: pembukaan, isi, dan penutup.
<i>TALK Framework</i>	Kerangka komunikasi dari Dr. Arthur C. Brooks: Topic, Asking, Levity, Kindness.
<i>Topic (TALK Framework)</i>	Fokus pada satu ide utama yang jelas saat berbicara.
<i>Voice Modulation</i>	Pengaturan intonasi dan volume suara untuk meningkatkan dampak pesan.
<i>Willingness to Communicate</i>	Kesediaan untuk tetap berbicara meskipun merasa belum sempurna.
<i>Workplace Communication</i>	Komunikasi profesional dalam rapat, presentasi, negosiasi, dan interaksi kerja.
<i>Speaking Habit</i>	Kebiasaan berbicara yang dibangun melalui latihan kecil dan konsisten.
<i>Professional Identity</i>	Identitas diri yang terbentuk melalui cara berpikir dan berbicara dalam konteks profesional.

CATATAN

[illegible]

Indeks

A

adaptif · 1, 49, 66, 70, 73
anxiety · 55, 59, 83, 84, 85, 88, 90,
117, 118
argumen · 7, 10, 11, 14, 27, 28, 31,
81
audiens · 3, 9, 12, 13, 14, 20, 21, 22,
23, 24, 26, 28, 30, 31, 33, 35, 38,
42, 44, 45, 46, 47, 48, 51, 52, 53,
54, 55, 56, 59, 60, 61, 62, 63, 64,
65, 66, 67, 69, 70, 71, 75, 77, 83,
84, 86, 87, 89, 96, 99, 103, 110,
113, 114, 115, 119, 120, 121
augmented · 5

B

bahasa · 1, 2, 3, 4, 5, 8, 9, 10, 12, 13,
14, 15, 18, 23, 25, 28, 32, 35, 37,
39, 42, 45, 46, 47, 48, 49, 51, 54,
59, 60, 61, 63, 65, 66, 67, 69, 70,
71, 73, 75, 77, 79, 80, 81, 82, 83,
84, 87, 88, 90, 93, 94, 95, 96, 97,
99, 101, 110, 113, 119, 120, 121,
129
bakat · 15, 18, 93, 105
Bandura · 94
Beginner's · 43, 88
belajar · 3, 5, 11, 15, 18, 26, 32, 47,
48, 49, 53, 66, 67, 77, 80, 82, 83,
85, 86, 89, 90, 96, 98, 99, 100,
101, 102, 104, 107, 110

berani · 4, 42, 50, 77, 81, 83, 96, 98,
99, 100, 101, 102, 104, 105, 108,
109

C

Cambridge · 9, 117, 118
cemas · 4, 28
Century · 8, 118
changes · 6

D

debate · 4
digital · 1, 2, 3, 4, 5, 7, 8, 9, 10, 12,
14, 19, 20, 22, 23, 25, 29, 35, 45,
46, 47, 48, 49, 52, 63, 64, 66, 67,
74, 78, 80, 96, 116, 120, 128
dominasi · 1

E

email · 4, 8, 82
emosi · 26, 33, 52, 56, 67, 71, 75, 83,
120
Esensial · 7
ESP · 2, 3, 10, 22, 23, 25, 26, 27, 28,
29, 30, 38, 39, 42, 45, 48, 52, 58,
63, 66, 71, 73, 77, 81, 84, 86, 90,
95, 98, 101, 120, 128, 129

F

formalitas · 12, 14

G

Generasi · 1, 5, 15, 22, 23, 25, 27,
28, 30, 32, 38, 74, 79, 80, 81, 83,
88, 94, 95, 96, 98, 101, 102, 103,
107, 109
global · 9, 14, 117, 129
grammar · 15, 80, 83, 104, 113, 116
Gugup · 82, 83, 88, 108, 110, 113

H

Habit · 93, 121
helps · 12

I

ide · 2, 3, 4, 7, 8, 10, 11, 13, 14, 15,
17, 19, 22, 23, 25, 26, 27, 28, 29,
30, 31, 33, 34, 35, 38, 40, 41, 44,
46, 48, 51, 52, 53, 54, 55, 56, 58,
61, 62, 64, 65, 70, 71, 72, 73, 74,
75, 77, 80, 81, 82, 87, 90, 96, 98,
99, 100, 103, 107, 108, 109, 111,
114, 119, 121, 129
interaktif · 5, 22, 53
internet · 1

J

jejaring · 8

K

karakteristik · 3, 5, 119
kemampuan · 1, 2, 3, 4, 5, 7, 8, 9,
10, 14, 23, 26, 28, 30, 32, 33, 38,
39, 40, 41, 42, 44, 46, 47, 48, 49,
51, 53, 55, 61, 63, 66, 67, 70, 71,
72, 73, 75, 77, 81, 84, 86, 87, 88,
93, 94, 97, 103, 113, 129
kesadaran · 3, 25, 30, 33, 34, 35, 62,
73, 76, 83, 86, 87, 89, 90, 108,
109, 129
keterampilan · 2, 3, 4, 5, 6, 8, 9, 10,
14, 15, 18, 35, 39, 41, 48, 69, 72,
73, 75, 77, 80, 95, 98, 103, 109,
128, 129
klien · 4, 8, 9, 12, 27, 28, 33, 61
komentar · 1, 2, 13, 52, 95
komunikasi · 1, 2, 3, 4, 5, 7, 8, 9, 10,
13, 14, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 25,
26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 35,
37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45,
46, 47, 48, 49, 50, 51, 53, 55, 56,
62, 63, 64, 65, 66, 67, 69, 70, 71,
72, 73, 75, 76, 77, 80, 81, 86, 87,
88, 93, 94, 96, 97, 102, 108, 109,
119, 120, 121, 128, 129
komunikator · 6, 14, 19, 22, 26, 35,
70, 83, 104, 109
konkret · 52, 54, 56, 57, 63, 87
kosakata · 3, 10, 12, 28, 37, 38, 66,
75, 79
kualitas · 9, 48, 86, 109
kunci · 2, 10, 13, 35, 44, 61, 62, 65,
66, 82, 129

L

lancar · 10, 26, 38, 75, 80, 84, 85, 86,
100, 102
landasan · 3, 90
Langkah · 87

linguistik · 28, 39, 49, 61, 66, 80, 90, 108

Lisan · 1, 37

M

manusiawi · 19, 20, 22, 25, 26, 39, 82, 89, 99, 102, 109

muka · 2, 3, 4, 5, 6, 7, 9, 45, 46, 63, 64, 65, 66, 120

multimodal · 2, 5

N

negara · 8, 9, 64

note · 2, 95, 96, 97, 105

O

oral · 2, 17, 118

P

partisipasi · 9, 40, 41, 52, 67, 90, 94, 99

performa · 18, 41, 49, 66, 71, 74, 86, 87, 94

permanen · 84, 85

persuasive · 13

phones · 12

pitching · 4

platform · 1, 2, 7, 45, 62, 80, 120, 129

Pola · 1, 53, 83, 113

Practice · 93

praktik · 2, 4, 10, 19, 26, 37, 47, 49, 56, 64, 66, 72, 75, 77, 93, 95, 101

profesional · 3, 4, 6, 8, 9, 10, 13, 14, 19, 25, 26, 28, 29, 33, 34, 35, 37,

38, 41, 42, 43, 51, 52, 61, 63, 64, 65, 66, 67, 69, 70, 71, 72, 73, 74, 75, 76, 77, 88, 94, 103, 104, 108, 113, 120, 121, 129

psikologis · 28, 39, 40, 42, 45, 47, 49, 55, 59, 60, 80, 81, 90, 98, 99, 100, 101, 120

public · 2, 5, 6, 8, 12, 18, 19, 20, 22, 23, 40, 54, 59, 79, 109, 110, 118, 128

purposeful · 6, 34, 35

Purposes · 3, 10, 22, 71, 86, 120, 128, 129

R

READERS · 15, 25, 35, 48, 66, 77, 90, 105, 113

real · 9, 19, 20, 33, 35

reality · 5

refleksi · 31, 59, 75, 77, 81, 82, 83, 84, 86, 88, 90, 95, 104, 113

ruang · 1, 4, 5, 7, 9, 14, 32, 33, 35, 37, 39, 42, 45, 46, 47, 49, 63, 65, 66, 67, 69, 70, 71, 77, 78, 80, 84, 85, 95, 96, 97, 98, 99, 100, 105, 108, 116, 129

S

sebaya · 12, 84, 99

seminar · 4, 8, 63, 95, 119

services · 12, 20, 22, 23, 24, 29, 52

singkat · 1, 2, 13, 15, 22, 28, 33, 38, 45, 47, 49, 52, 53, 54, 64, 65, 67, 70, 71, 72, 74, 75, 80, 81, 90, 93, 94, 95, 97, 101, 105, 109, 113, 114, 120

sinkron · 9

smartphone · 1, 5

sosial · 1, 2, 4, 5, 7, 20, 28, 52, 54,
69, 80, 84, 88, 90, 98, 103, 104,
107, 108, 109
speaking · 2, 5, 6, 8, 9, 10, 13, 14, 15,
18, 19, 20, 22, 23, 25, 26, 27, 28,
29, 30, 32, 33, 35, 37, 38, 39, 40,
41, 42, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 50,
51, 59, 61, 64, 66, 67, 68, 69, 70,
71, 72, 73, 74, 75, 77, 79, 80, 81,
82, 83, 84, 85, 88, 89, 90, 93, 94,
95, 96, 97, 98, 99, 100, 101, 102,
103, 104, 105, 106, 107, 108, 109,
110, 111, 113, 114, 116, 118, 120,
128
Specific · 3, 10, 22, 71, 86, 120, 128,
129
spoken · 6
strategi · 4, 9, 19, 20, 42, 43, 46, 48,
55, 63, 64, 65, 66, 67, 79, 85, 87,
97
sumber · 32, 83, 88, 95
survei · 8

T

tablet · 5

tatap · 2, 3, 4, 5, 7, 9, 45, 46, 63, 64,
65, 66, 120
TikTok · 1
time · 9, 13, 20, 23, 29, 33, 52, 56
transformasi · 7

U

understood · 91

V

visual · 1, 5, 46, 52, 55
voice · 2, 26, 95, 96, 97, 105, 112

W

Willingness · 94, 121

Z

Zoom · 1, 2, 7, 32, 45, 63, 64, 120

Profil Penulis



Mellati Mandasari merupakan dosen Bahasa Inggris dengan latar belakang Pendidikan Bahasa Inggris yang memfokuskan keilmuannya pada *English for Specific Purposes* (ESP), khususnya dalam pengembangan keterampilan berbicara, komunikasi lisan, interaksi akademik, serta inovasi pembelajaran Bahasa Inggris berbasis kebutuhan dunia

kerja. Ia lahir di Padang, 16 Juli 1992. Ia menempuh Pendidikan Sarjana (S1) di Universitas Bung Hatta dan pendidikan Magister (S2) di Universitas Negeri Padang dengan bidang keilmuan yang sama, yaitu Pendidikan Bahasa Inggris. Sejak tahun 2019, ia aktif sebagai dosen tetap di Sekolah Tinggi Ilmu Administrasi (STIA) LPPN Padang. Sebagai akademisi dan peneliti, Mellati Mandasari juga aktif mempublikasikan karya ilmiah pada jurnal nasional dan internasional. Penelitiannya berfokus pada inovasi pembelajaran *speaking* dan komunikasi di era digital. Selain itu, ia juga aktif dalam beberapa pelatihan, seperti *English for Presentation Skill* bagi aparatur nagari, pelatihan *speaking* berbasis media digital untuk siswa SMA, pelatihan *Master of Ceremony* (MC) Bahasa Inggris, serta penguatan literasi Bahasa Inggris di berbagai komunitas pendidikan. Ketertarikannya pada ESP dan *public speaking* tumbuh dari pengalaman panjang berinteraksi dengan mahasiswa dari berbagai latar belakang

disiplin ilmu. Ia melihat secara langsung tantangan komunikasi lisan yang dihadapi mahasiswa, baik di ruang kelas, lingkungan profesional, maupun platform digital. Ia meyakini bahwa setiap suara memiliki kekuatan untuk menghubungkan ide, membangun kolaborasi, dan menciptakan perubahan apabila disampaikan dengan tujuan yang jelas, keberanian, dan ketekunan.



Siska Febri Nuriza merupakan seorang dosen Bahasa Inggris yang memiliki konsentrasi pada bidang *English for Specific Purposes* (ESP). Ia lahir di Sarik Lawas pada 27 Februari 1991 dan menyelesaikan pendidikan sarjana (S1) di Universitas Bung Hatta, kemudian melanjutkan pendidikan magister (S2) pada Program Studi Pendidikan Bahasa Inggris di

Universitas Negeri Padang. Latar belakang pendidikan tersebut memperkuat kompetensinya dalam merancang pembelajaran bahasa yang relevan dengan kebutuhan mahasiswa, khususnya dalam konteks dunia bisnis dan profesional. Ia memiliki komitmen yang kuat dalam pengembangan kemampuan bahasa Inggris, terutama pada ranah ESP di bidang bisnis. Ketertarikannya terhadap dunia pendidikan bahasa berawal dari kesadaran bahwa kemampuan komunikasi yang efektif merupakan salah satu kunci utama keberhasilan akademik maupun profesional di era global saat ini. Saat ini, Siska Febri Nuriza aktif mengajar mata kuliah *English for Specific Purposes* (ESP) pada kelas bisnis di Politeknik Negeri Batam sebagai dosen luar biasa. Dalam proses pembelajaran, ia tidak hanya menekankan penguasaan bahasa, tetapi juga membangun kepercayaan diri, keterampilan komunikasi, serta kesiapan mahasiswa dalam menghadapi tantangan dunia kerja.

Zoom to Room

Komunikasi di Era Digital

Perjalanan buku ini dimulai dari satu kegelisahan sederhana: mengapa di era digital yang serba terhubung, berbicara secara langsung justru terasa semakin menantang? Dari ruang kelas, layar Zoom, hingga ruang profesional, kita menyaksikan generasi yang cerdas, kritis, dan melek teknologi, tetapi sering ragu saat harus menyuarkan ide dengan lantang. Buku ini tidak ditulis untuk menciptakan pembicara yang sempurna. Buku ini ditulis untuk menemani proses-proses menjadi pembicara yang sadar akan tujuan, mampu bertahan di bawah tekanan, dan berani hadir apa adanya. Karena dalam dunia nyata, komunikasi tidak menunggu kita siap sepenuhnya. Ia hadir di tengah ketidaksempurnaan, keterbatasan waktu, dan emosi yang naik turun. Berbicara bukan hanya tentang bahasa Inggris. Ia adalah tentang keberanian menyusun pikiran, menghargai audiens, dan memercayai bahwa ide kita layak didengar. Ketika seseorang berani berbicara meski gugup, meski belum rapi, ia sedang mengambil peran dalam percakapan yang lebih besar: percakapan akademik, profesional, dan sosial. Dari Zoom ke Room, dari latihan ke performa, dari bertahan ke mempengaruhi speaking adalah perjalanan menjadi manusia yang lebih sadar dan berdaya. Dan perjalanan itu tidak berhenti di halaman terakhir buku ini.



*Partnership for Action
on Community Education*

**Komplek Pondok Pinang, Padang
Sumatera Barat**



Tahun 2026