



MGMP

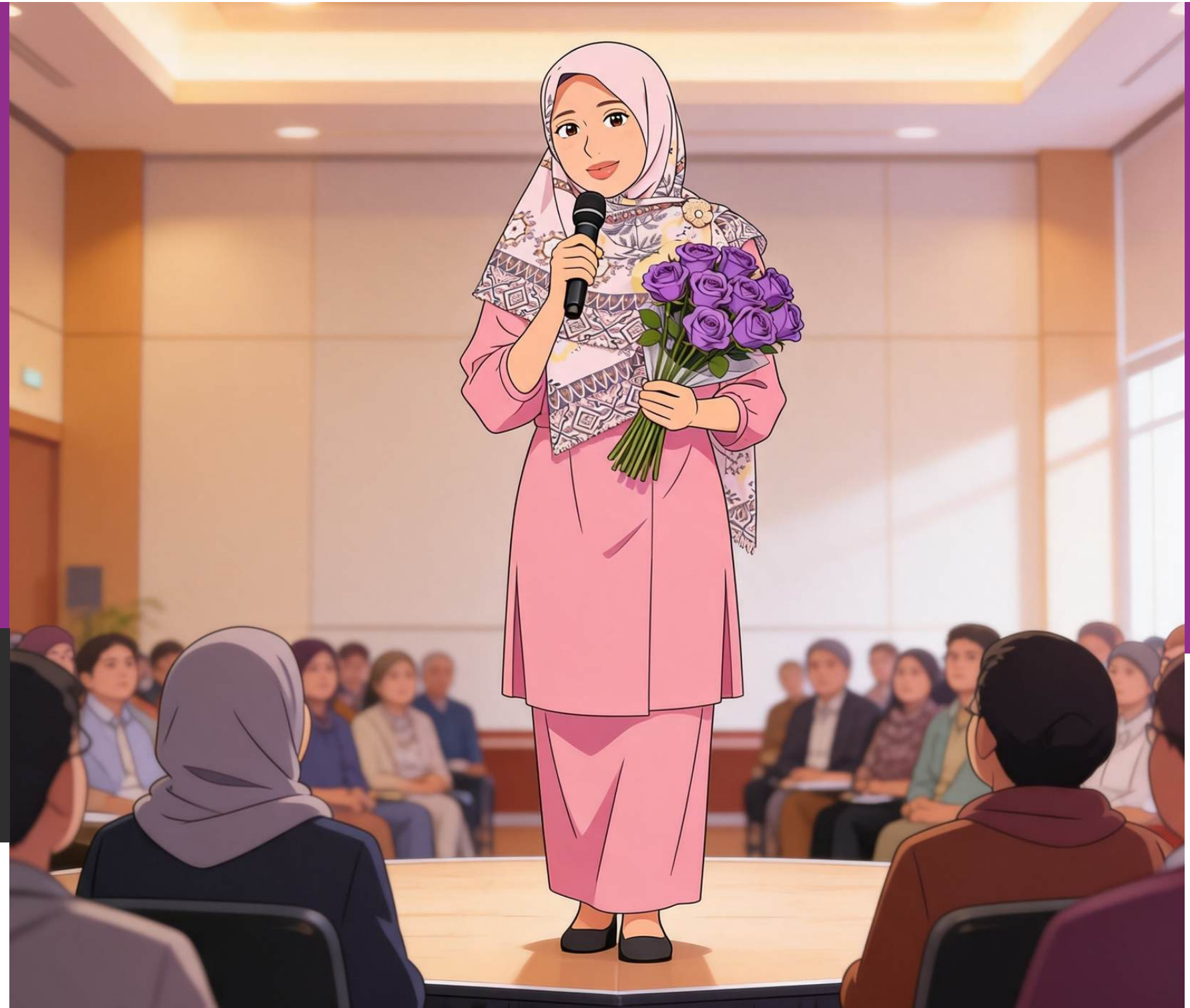
SLB NEGERI

SEUNAGAN

PUBLIC SPEAKING

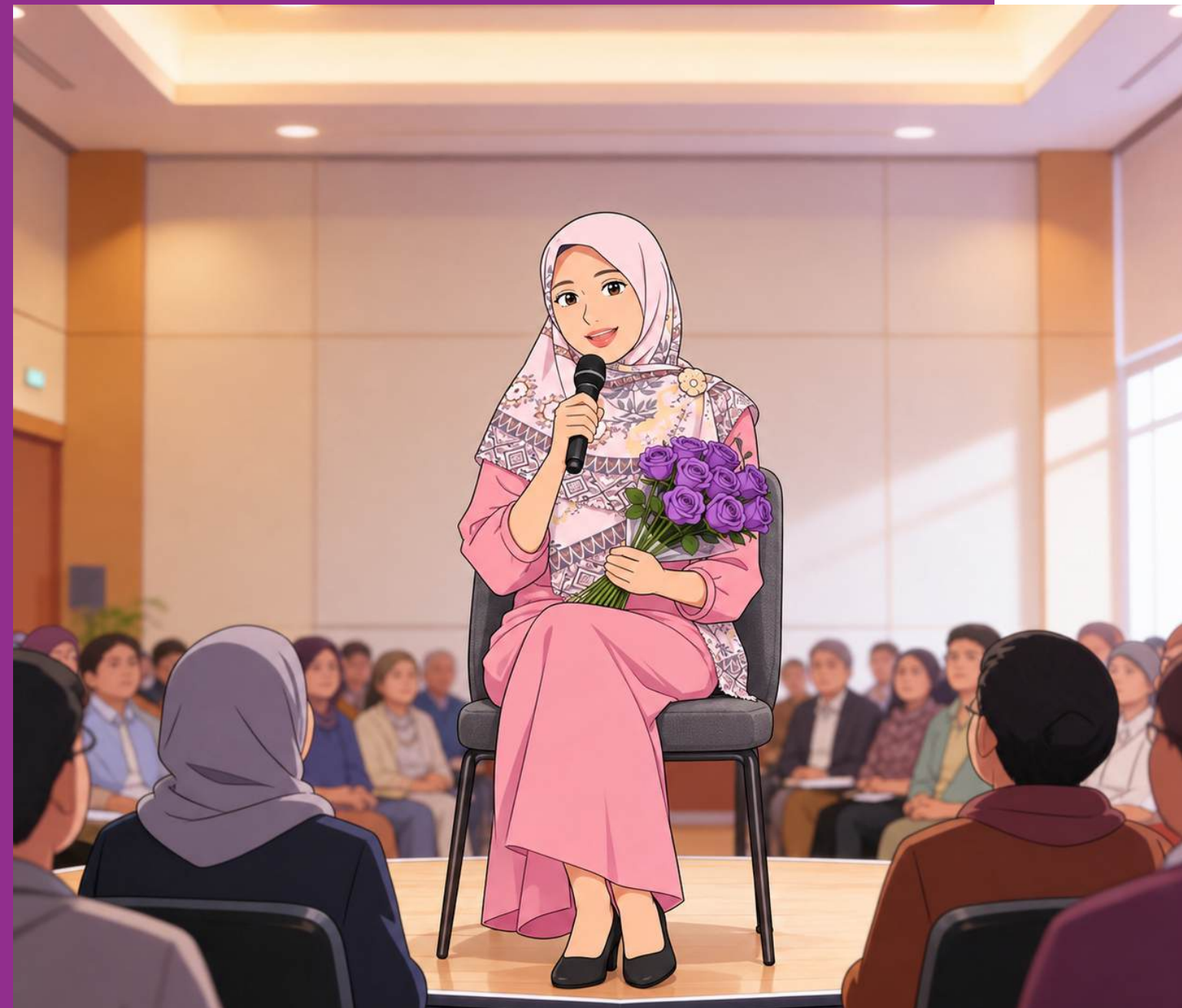
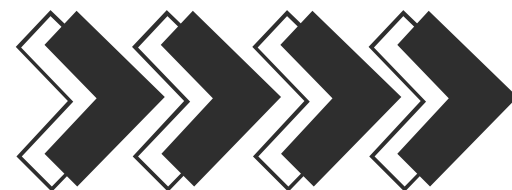
MENGATASI RASA TAKUT DI
DEPAN UMUM

LIRA FARISI



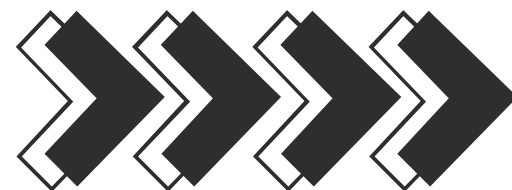
APA ITU PUBLIC SPEAKING?

Kemampuan berbicara di depan khalayak umum dengan tujuan menyampaikan pesan secara efektif.



PROFESI YANG MEMBUTUHKAN KEMAMPUAN PUBLIC SPEAKING

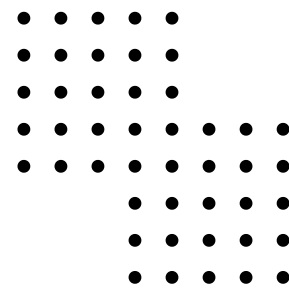
- Guru atau dosen
- Tour Guide
- Sales
- Motivator





MENGAPA BANYAK ORANG TAKUT BICARA DI DEPAN UMUM?

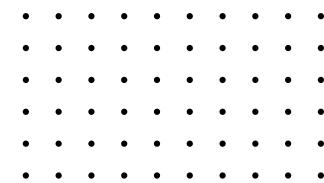
- ✓ TAKUT SALAH ATAU LUPA MATERI
- ✓ TAKUT DINILAI ATAU DITERTAWAKAN
- ✓ KURANG PERCAYA DIRI
- ✓ KURANG PENGALAMAN





KENALI RASA TAKUTMU

- ➞ JANTUNG BERDEBAR
- ➞ TANGAN BERKERINGAT
- ➞ SUARA GEMETAR
- ➞ PIKIRAN KOSONG



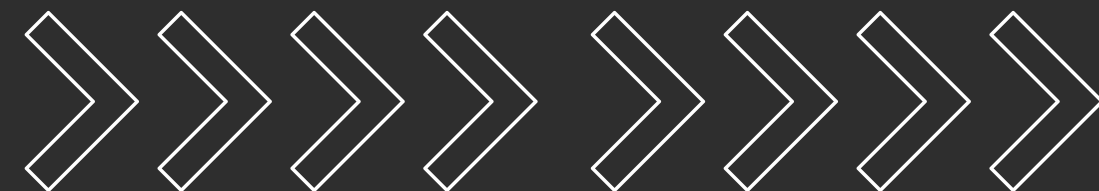
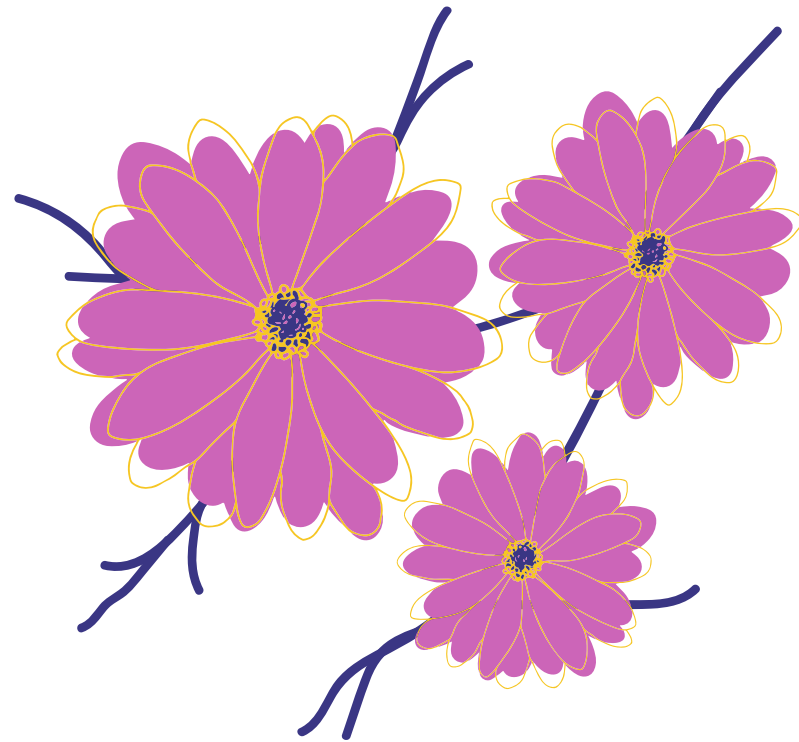
PERSIAPAN ADALAH KUNCI

- Kuasai materi
- Buat poin-poin utama
- Latihan sebelum tampil
- Siapkan pembukaan dan penutup



TEKNIK MENGATASI GUGUP

- ✓ **TARIK NAPAS DALAM SEBELUM BERBICARA**
- ✓ **BICARA PERLAHAN DI AWAL**
- ✓ **FOKUS PADA PESAN, BUKAN PADA RASA TAKUT**
- ✓ **ANGGAP AUDIENS SEBAGAI TEMAN**





BAHASA TUBUH YANG MEMBANTU PERCAYA DIRI

- Berdiri tegak
- Tatap audiens secara alami
- Gunakan gerakan tangan secukupnya
- Tersenyum

KESALAHAN ITU WAJAR

Kesalahan adalah bagian dari proses belajar public speaking.





BERANI BICARA ADALAH AWAL PERCAYA DIRI

Latihan, konsistensi, dan keberanian
akan mengalahkan rasa takut.





TERIMA KASIH

