

Editor: Made Martini

PUBLIC SPEAKING BAGI TENAGA KESEHATAN

Yoga Kertapati
Wahyuningsih
Wilda Putri Festiyanti
Nunun Tri Widarwati
Nur Arofah
I Wayan Wirta
Tsuwaibatul Islamiyah
Kolo Liunokas



BUNGA RAMPAI

***PUBLIC SPEAKING* BAGI
TENAGA KESEHATAN**

UU No 28 tahun 2014 tentang Hak Cipta

Fungsi dan sifat hak cipta Pasal 4

Hak Cipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 3 huruf a merupakan hak eksklusif yang terdiri atas hak moral dan hak ekonomi.

Pembatasan Pelindungan Pasal 26

Ketentuan sebagaimana dimaksud dalam Pasal 23, Pasal 24, dan Pasal 25 tidak berlaku terhadap:

- i Penggunaan kutipan singkat Ciptaan dan/atau produk Hak Terkait untuk pelaporan peristiwa aktual yang ditujukan hanya untuk keperluan penyediaan informasi aktual;
- ii Penggandaan Ciptaan dan/atau produk Hak Terkait hanya untuk kepentingan penelitian ilmu pengetahuan;
- iii Penggandaan Ciptaan dan/atau produk Hak Terkait hanya untuk keperluan pengajaran, kecuali pertunjukan dan Fonogram yang telah dilakukan Pengumuman sebagai bahan ajar; dan
- iv Penggunaan untuk kepentingan pendidikan dan pengembangan ilmu pengetahuan yang memungkinkan suatu Ciptaan dan/atau produk Hak Terkait dapat digunakan tanpa izin Pelaku Pertunjukan, Produser Fonogram, atau Lembaga Penyiaran.

Sanksi Pelanggaran Pasal 113

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).

PUBLIC SPEAKING BAGI TENAGA KESEHATAN

Yoga Kertapati
Wahyuningsih
Wilda Putri Festiyanti
Nunun Tri Widarwati
Nur Arofah
I Wayan Wirta
Tsuwaibatul Islamiyah
Kolo Liunokas

Editor:
Made Martini

Penerbit



CV. MEDIA SAINS INDONESIA
Melong Asih Regency B40 - Cijerah
Kota Bandung - Jawa Barat
www.medsan.co.id

Anggota IKAPI
No. 370/JBA/2020

PUBLIC SPEAKING BAGI TENAGA KESEHATAN

Yoga Kertapati
Wahyuningsih
Wilda Putri Festiyanti
Nunun Tri Widarwati
Nur Arofah
I Wayan Wirta
Tsuwaibatul Islamiyah
Kolo Liunokas

Editor:
Made Martini

Tata Letak:
Rakha Ibnu Maulana

Desain Cover:
Manda Aprikasari

Ukuran:
A5 Unesco: 15,5 x 23 cm

Halaman:
vi, 148

ISBN:
978-623-512-888-7

Terbit Pada:
Januari 2026

Hak Cipta 2026 @ Media Sains Indonesia dan Penulis

Hak cipta dilindungi undang-undang. Dilarang keras menerjemahkan, memfotokopi, atau memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini tanpa izin tertulis dari Penerbit atau Penulis.

PENERBIT MEDIA SAINS INDONESIA

(CV. MEDIA SAINS INDONESIA)
Melong Asih Regency B40 - Cijerah
Kota Bandung - Jawa Barat
www.medsan.co.id

KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa karena berkat rahmat dan karunia-nya sehingga kolaborasi penulis dalam bentuk buku dapat dipublikasikan dan sampai di hadapan pembaca. buku ini disusun oleh sejumlah dosen dan praktisi sesuai dengan kepakarannya masing-masing. Buku ini diharapkan dapat memberi kontribusi positif dalam pengembangan ilmu pengetahuan khususnya terkait "*Public Speaking Bagi Tenaga Kesehatan*", Buku ini memberikan nuansa berbeda yang saling menyempurnakan dari setiap pembahasannya, bukan hanya dari segi konsep yang tertuang dengan detail, melainkan contoh yang sesuai dan mudah dipahami terkait *public speaking* bagi tenaga kesehatan.

Sistematika buku ini dengan judul "*Public Speaking Bagi Tenaga Kesehatan*", mengacu pada konsep dan pembahasan hal yang terkait. Buku ini terdiri atas 8 bab yang dijelaskan secara rinci dalam pembahasan antara lain mengenai: Pentingnya Dan Permasalahan Dalam Public Speaking Di Dunia Kesehatan; Mengenal Audiens: Menyesuaikan Pesan Dengan Pendengar; Strategi Teknik Mengatasi Kecemasan Dalam Konteks Public Speaking Bagi Tenaga Kesehatan; Pentingnya Persiapan Materi: Menyusun Konten Yang Jelas Dan Terstruktur; Teknik Membuka Dan Menutup Presentasi; Komunikasi Nonverbal: Bahasa Tubuh, Ekspresi Dan Gestur; Strategi Penggunaan Alat Bantu Visual: Slide, Grafik, Dan Video; Menyampaikan Informasi Kompleks Dengan Cara Yang Mudah Dipahami.

Buku berbeda dengan buku lainnya, karena membahas *public speaking* bagi tenaga, sesuai dengan update keilmuan atau perkembangan serta praktik berbasis bukti (*evidence-based practice*).

Akhirnya kami mengucapkan terima kasih yang tak terhingga kepada semua pihak yang telah mendukung dalam proses penyusunan dan penerbitan buku ini. Secara khusus kepada penerbit media sains indonesia sebagai inisiator buku ini. Semoga buku ini dapat bermanfaat bagi pembaca sekalian.

November 2025

Editor

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....	i
DAFTAR ISI.....	iii
1 PENTINGNYA DAN PERMASALAHAN DALAM <i>PUBLIC SPEAKING</i> DI DUNIA KESEHATAN	1
Yoga Kertapati, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.Kom. .	1
Pendahuluan	1
Pentingnya <i>Public Speaking</i> bagi Tenaga Kesehatan	2
Tujuan dan Manfaat <i>Public Speaking</i> bagi Tenaga Kesehatan.....	4
Bentuk dan Fungsi <i>Public Speaking</i> bagi Tenaga Kesehatan.....	12
Peran <i>Public Speaking</i> bagi Tenaga Kesehatan	13
Masalah dan Hambatan dalam <i>Public Speaking</i> bagi Tenaga Kesehatan	13
Dampak Negatif Permasalahan <i>Public Speaking</i> bagi Tenaga Kesehatan	16
Dampak Positif <i>Public Speaking</i> bagi Tenaga Kesehatan.....	17
Strategi dan Solusi Mengatasi Hambatan <i>Public Speaking</i> bagi Tenaga Kesehatan	18
2 MENGENAL AUDIENS: MENYESUAIKAN PESAN DENGAN PENDENGAR	23
Wahyuningsih, S.KM., M.Kes.....	23
Pendahuluan	23
Pentingnya Mengenal Audiens	24
Aspek yang Perlu Diperhatikan dalam Mengenal Audiens.....	27
Strategi Menyesuaikan Pesan dengan Pendengar.	32

	Dampak Penyesuaian Pesan	34
3	STRATEGI TEKNIK MENGATASI KECEMASAN DALAM KONTEKS <i>PUBLIC SPEAKING</i> BAGI TENAGA KESEHATAN.....	39
	Wilda Putri Festiyanti, S.S., M.A.	39
	Pendahuluan	39
	Memahami Penyebab Demam Panggung.....	40
	Strategi.....	44
	Teknik Relaksasi untuk Mengurangi Stres.....	44
	Persiapan yang Matang.....	46
	Strategi Psikologis untuk Mengatasi Kecemasan..	47
	Teknik Praktis Saat Berbicara di Depan Umum ...	48
	Dukungan Sosial dan Profesional	50
	Kesimpulan.....	50
4	PENTINGNYA PERSIAPAN MATERI: MENYUSUN KONTEN YANG JELAS DAN TERSTRUKTUR.....	55
	Dr. Nunun Tri Widarwati, M.Hum.....	55
	Pendahuluan	55
	Hakikat Persiapan Materi dalam <i>Public Speaking</i> .	57
	Prinsip Konten yang Jelas dan Terstruktur.....	60
	Model dan Pola Penyusunan Materi	61
	Bahasa, Gaya, dan Media Pendukung.....	65
	Revisi dan Latihan Penyampaian	67
	Implikasi Persiapan Materi bagi Tenaga Kesehatan.....	68
	Studi Kasus atau Contoh Praktik.....	70
	Kesimpulan.....	71

5	TEKNIK MEMBUKA DAN MENUTUP PRESENTASI	75
	Nur Arofah, SKM., M.K.M.	75
	Pendahuluan	75
	Hakikat Presentasi dalam Dunia Kesehatan	76
	Prinsip Komunikasi Efektif dalam Persentasi.....	77
	Teknik Membuka Persentasi	78
	Teknik Menutup Presentasi	80
	Kesalahan yang Sering Terjadi dalam Membuka dan Menutup Persentasi.....	82
	Tips dan Latihan Praktis bagi Tenaga Kesehatan .	83
6	KOMUNIKASI NONVERBAL: BAHASA TUBUH, EKSPRESI DAN GESTUR.....	89
	Dr. Drs. I Wayan Wirta, M.Si.	89
	Pendahuluan	89
	Pengertian dan Pentingnya Komunikasi Nonverbal yang Efektif dalam <i>Public Speaking</i>	92
	Bahasa Tubuh dalam Komunikasi Nonverbal	97
	Ekspresi dalam Komunikasi Nonverbal.....	101
	Gestur dalam Komunikasi Nonverbal.....	102
	Kesimpulan.....	107
7	STRATEGI PENGGUNAAN ALAT BANTU VISUAL: SLIDE, GRAFIK, DAN VIDEO ...	113
	Tsuwaibatul Islamiyah, S.Kep., Ns., M.S.....	113
	Pendahuluan	113
	Prinsip Umum Penggunaan Visual.....	114
	Strategi Penggunaan Slide	115
	Strategi Penggunaan Grafik	117
	Strategi Penggunaan Video	120

	Integrasi Visual dalam Presentasi	123
	Kesimpulan.....	124
	Daftar Pustaka.....	125
8	MENYAMPAIKAN INFORMASI KOMPLEKS DENGAN CARA YANG MUDAH DIPAHAMI	129
	Kolo Liunokas, S.ST., M.Kes.	129
	Pendahuluan	129
	Pesan Tidak Dimengerti	131
	Masyarakat Salah Menafsirkan Informasi	131
	Terjadi Resistensi atau Ketidakpercayaan.....	132
	Program Kesehatan Tidak Efektif.....	133
	Dampak Jika Komunikasi Gagal.....	134
	Prinsip Agar Komunikasi Mendukung Efektivitas Program Kesehatan.....	135
	Prinsip Utama Menyederhanakan Informasi	136
	Tantangan dalam Menyampaikan Informasi Kesehatan	141
	Teknik Menyampaikan Informasi Kompleks.....	143
	Strategi Komunikasi Efektif	143

PENTINGNYA DAN PERMASALAHAN DALAM *PUBLIC SPEAKING* DI DUNIA KESEHATAN

Yoga Kertapati, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.Kom.
STIKES Hang Tuah Surabaya

Pendahuluan

Public speaking adalah keterampilan berbicara di depan umum yang bertujuan menyampaikan informasi secara jelas, efektif, dan meyakinkan. *Public speaking* adalah seni dan keterampilan menyampaikan pesan secara efektif di hadapan audiens. Kemampuan ini mencakup penguasaan materi, kejelasan komunikasi, serta kemampuan membangun koneksi dengan pendengar. Dalam dunia kesehatan, kemampuan ini perannya sangat krusial. Tenaga kesehatan tidak hanya dituntut menguasai keterampilan teknis medis, tetapi juga mampu menyampaikan informasi kesehatan kepada pasien, keluarga, masyarakat, rekan sejawat, maupun forum profesional. Kegagalan dalam *public speaking* dapat berdampak serius, misalnya: pasien tidak memahami instruksi pengobatan, masyarakat tidak mengikuti anjuran pencegahan penyakit, atau tim kesehatan salah memahami informasi medis. Oleh karena itu, *public speaking* merupakan kompetensi vital yang harus dimiliki tenaga kesehatan.

Dalam bidang kesehatan, *public speaking* adalah kemampuan tenaga kesehatan untuk menyampaikan informasi, edukasi, dan pesan-pesan kesehatan kepada individu, keluarga, kelompok, maupun masyarakat dengan cara yang komunikatif, empatik, dan berbasis bukti ilmiah. Tenaga kesehatan dituntut tidak hanya terampil secara klinis, tetapi juga mampu berkomunikasi secara persuasif dan efektif dalam berbagai situasi, seperti penyuluhan, konseling, pelatihan, atau advokasi kebijakan. Kemampuan *public speaking* tidak datang secara alami, melainkan melalui latihan, pembiasaan, dan dukungan lingkungan kerja. Tenaga kesehatan menghadapi berbagai hambatan, seperti rasa takut berbicara, keterbatasan waktu, hingga kesulitan menyesuaikan bahasa dengan audiens. Untuk itu, dibutuhkan solusi yang sistematis, realistis, dan dapat diterapkan di berbagai setting layanan kesehatan.

Keterampilan ini memiliki peran penting karena tenaga kesehatan sering menjadi sumber informasi, edukator, komunikator, dan pemimpin opini publik. Kemampuan berbicara di depan umum bukan hanya soal keberanian tampil, tetapi juga mencakup kemampuan berpikir logis, mengelola emosi, memahami audiens, dan menyampaikan pesan dengan efektif. Ketika tenaga kesehatan menguasai *public speaking*, dampaknya akan terasa tidak hanya pada kinerja individu, tetapi juga pada mutu layanan kesehatan, kepercayaan masyarakat, dan kebijakan publik.

Pentingnya *Public Speaking* bagi Tenaga Kesehatan

1. Edukasi atau Pendidikan Kesehatan Masyarakat

Tenaga kesehatan sering terlibat dalam penyuluhan kesehatan, misalnya tentang gizi seimbang, pencegahan stunting, imunisasi, atau penyakit menular. Jika tenaga kesehatan hanya

menyampaikan dengan istilah medis, masyarakat sulit memahami. Dengan *public speaking* yang baik, pesan dapat disampaikan dengan bahasa sederhana dan lebih persuasif sehingga masyarakat mau melakukan perubahan perilaku sehat melalui kegiatan promosi kesehatan. Menyampaikan diagnosis, rencana terapi, efek samping, dan tindakan pencegahan secara jelas menurunkan kebingungan dan kecemasan pasien.

2. Komunikasi dengan Pasien dan Keluarga

Pasien dan keluarga berhak mendapatkan penjelasan yang jelas mengenai diagnosa, prosedur medis, dan pengobatan. Contoh: Dokter yang mampu menjelaskan operasi dengan bahasa sederhana akan membuat pasien lebih tenang, percaya, dan patuh terhadap terapi. Public speaking membantu tenaga kesehatan menyampaikan informasi kompleks menjadi mudah dipahami.

3. Kolaborasi dengan Tim Kesehatan (Interprofesional/Interdisipliner)

Tenaga kesehatan bekerja dalam tim interprofesional (dokter, perawat, ahli gizi, fisioterapis, apoteker, dll.). Public speaking penting dalam rapat medis, presentasi kasus, atau diskusi ilmiah. Komunikasi yang jelas dapat mencegah miskomunikasi yang bisa berakibat fatal bagi keselamatan pasien. Presentasi kasus, briefing shift, dan diskusi klinis memerlukan kemampuan menyajikan informasi klinis secara ringkas dan meyakinkan. Saat wabah atau bencana, kemampuan menyampaikan pesan yang tenang, akurat, dan tepat waktu sangat menentukan respons publik.

4. Pengembangan Profesionalisme melalui Forum Ilmiah dan Akademik

Tenaga kesehatan sering harus tampil dalam seminar, konferensi, atau forum akademik. Public speaking yang baik meningkatkan profesionalisme dan kredibilitas. Membuka kesempatan untuk berbagi ilmu, penelitian, atau pengalaman praktik. Presentasi di seminar, konferensi, dan sidang akademik menentukan efektivitas penyebaran hasil penelitian.

5. Kepemimpinan dan Advokasi Kesehatan

Public speaking diperlukan untuk memengaruhi kebijakan publik. Contoh : Seorang tenaga kesehatan menjadi narasumber di sebuah forum untuk menjelaskan urgensi anggaran program kesehatan. Jika komunikasinya jelas dan meyakinkan, kebijakan lebih mudah diterima. Peran tenaga kesehatan sebagai agent of change semakin nyata.

6. Pendidikan dan Pelatihan

Mengajar mahasiswa, pelatihan staf, dan workshop memerlukan keterampilan mengatur materi, menarik perhatian, dan memfasilitasi diskusi.

Tujuan dan Manfaat *Public Speaking* bagi Tenaga Kesehatan

1. Sebagai Keterampilan Dasar Komunikasi Profesional

Public speaking adalah bentuk komunikasi efektif yang menyampaikan pesan secara jelas, terstruktur, dan meyakinkan di depan audiens. Dalam dunia kesehatan, tenaga medis seperti dokter, perawat, bidan, apoteker, dan tenaga promosi kesehatan dituntut berkomunikasi dengan : Pasien dan keluarga, Rekan sejawat lintas profesi, Masyarakat luas, Pihak manajemen atau pengambil kebijakan.

Tanpa kemampuan berbicara yang baik, pesan kesehatan sering kali disalahartikan atau tidak sampai dengan benar.

2. Sebagai Alat Komunikasi Efektif dalam Pelayanan Kesehatan

Komunikasi adalah inti dari pelayanan kesehatan. Public speaking membantu tenaga kesehatan : Menyampaikan informasi medis dengan bahasa yang mudah dipahami, Menjelaskan diagnosis, prosedur, atau pengobatan dengan jelas dan meyakinkan, Menghindari kesalahpahaman yang bisa berdampak pada keselamatan pasien (patient safety). Contoh Aplikasi : Perawat menjelaskan prosedur pemasangan infus kepada pasien dengan suara tenang, nada bersahabat, dan penjelasan sederhana sehingga pasien merasa aman dan percaya.

3. Untuk Meningkatkan Kualitas Edukasi dan Kepatuhan Pasien

Tenaga kesehatan sering memberikan edukasi kesehatan, seperti penjelasan penyakit, pengobatan, diet, atau tindakan pencegahan. Keterampilan *public speaking* membantu dalam : Menyampaikan informasi medis dengan bahasa yang mudah dimengerti, Menggunakan intonasi, gestur, dan empati agar pesan lebih diterima, Membantu pasien dan keluarga lebih percaya dan patuh pada anjuran medis. Contoh : Seorang perawat yang mampu berbicara dengan tenang dan jelas saat menjelaskan efek samping obat akan mengurangi kecemasan pasien dan meningkatkan kepercayaan. Tenaga kesehatan berperan besar dalam promosi dan edukasi kesehatan. Public speaking membantu mereka berbicara di hadapan masyarakat, sekolah, atau komunitas dengan : Bahasa yang menarik dan

membangkitkan kesadaran, Struktur pesan yang mudah diingat, Kemampuan memotivasi perubahan perilaku sehat. Contoh Aplikasi : Petugas promkes menyampaikan penyuluhan tentang pentingnya cuci tangan dengan gaya interaktif dan humor ringan, sehingga peserta antusias dan mudah memahami.

4. Sebagai Sarana Edukasi dan Promosi Kesehatan Masyarakat

Public speaking menjadi alat penting untuk menyebarkan pesan kesehatan kepada masyarakat melalui penyuluhan, seminar, atau media massa. Tenaga kesehatan perlu bisa : Menyampaikan pesan persuasif (bukan hanya informatif), Menghadapi audiens besar dengan beragam latar belakang, Menggunakan cerita, data, dan contoh yang menggugah kesadaran. Contoh : Dalam kampanye imunisasi, tenaga kesehatan yang berbicara dengan antusias dan percaya diri dapat meningkatkan partisipasi masyarakat.

5. Meningkatkan Kolaborasi Tim dan Kepemimpinan di Fasilitas Kesehatan

Di lingkungan rumah sakit atau puskesmas, tenaga kesehatan sering terlibat dalam rapat, diskusi kasus, briefing, atau pelatihan internal. Public speaking membantu dalam : Menyampaikan laporan atau pendapat dengan jelas, Mengkoordinasikan tim dengan percaya diri, Membangun wibawa dan pengaruh sebagai pemimpin. Komunikasi efektif di tim medis berdampak langsung pada keselamatan pasien (patient safety). Public speaking juga penting dalam koordinasi antar profesi di rumah sakit atau puskesmas. Seorang tenaga kesehatan sering kali memimpin briefing, presentasi kasus, atau rapat tim medis.

Keterampilan berbicara yang baik membantu : Menyampaikan ide atau hasil observasi dengan efektif, Memimpin diskusi dengan percaya diri, Meningkatkan kolaborasi dan pengambilan keputusan bersama. Contoh Aplikasi : Ketua tim perawat melakukan presentasi laporan kejadian keselamatan pasien dengan penjelasan yang terstruktur dan disertai data pendukung sehingga diskusi berjalan efektif.

6. Sebagai Keterampilan Penting dalam Pendidikan dan Pelatihan

Banyak tenaga kesehatan juga berperan sebagai pendidik atau fasilitator pelatihan, baik bagi mahasiswa, pasien, maupun masyarakat. Kemampuan berbicara di depan umum mendukung : Proses transfer ilmu yang menarik dan mudah dipahami, Peningkatan partisipasi audiens, Kemampuan menjawab pertanyaan dengan bijak dan ilmiah. Public speaking melatih kemampuan berpikir cepat, mengatur alur, dan menyesuaikan materi dengan audiens.

7. Untuk Menyampaikan Informasi Kritis dan Krisis dengan Tenang

Dalam situasi darurat (misalnya wabah, bencana, atau kejadian luar biasa), tenaga kesehatan menjadi sumber informasi publik. Kemampuan berbicara di depan media atau masyarakat dengan tenang, akurat, dan empatik sangat penting untuk mencegah kepanikan dan menjaga kepercayaan. Public speaking dalam komunikasi krisis membantu menyampaikan pesan dengan keyakinan dan kejelasan meski dalam tekanan tinggi. Dalam situasi wabah atau bencana, tenaga kesehatan sering ditunjuk sebagai sumber informasi bagi masyarakat.

Kemampuan berbicara secara tenang, jelas, dan empatik sangat penting untuk menghindari kepanikan publik. Contoh Aplikasi : Petugas kesehatan menjelaskan prosedur isolasi pasien COVID-19 kepada warga dengan bahasa sederhana dan sikap meyakinkan, sehingga masyarakat tidak panik dan tetap kooperatif.

8. Meningkatkan Reputasi dan Profesionalisme

Tenaga kesehatan dengan kemampuan berbicara yang baik : Lebih dihargai oleh pasien dan rekan kerja, Dipercaya sebagai narasumber seminar, media, atau kebijakan, Meningkatkan citra profesional dan lembaga tempatnya bekerja. Public speaking mencerminkan kompetensi, kredibilitas, dan empati, tiga hal yang sangat penting dalam profesi kesehatan. Cara tenaga kesehatan berbicara sangat memengaruhi kepercayaan dan kepuasan pasien. Public speaking membantu tenaga kesehatan : Menunjukkan rasa percaya diri dan kompetensi, Membangun hubungan terapeutik dengan pasien, Meningkatkan citra profesional di mata publik. Contoh Aplikasi : Seorang dokter yang mampu menjelaskan diagnosis dan rencana terapi dengan jelas dan empatik akan lebih dihormati serta dipercaya pasien dibandingkan dokter yang berbicara terburu-buru atau kaku.

9. Sebagai Sarana Advokasi Kesehatan dan Perubahan Sosial

Public speaking memungkinkan tenaga kesehatan untuk menyuarakan isu-isu kesehatan publik, misalnya : Peningkatan layanan kesehatan primer, Pencegahan kekerasan terhadap tenaga medis, Isu kesehatan mental masyarakat. Kemampuan berbicara yang logis dan persuasif membantu menyampaikan

pesan kepada pembuat kebijakan, media, dan masyarakat agar terjadi perubahan nyata. Tenaga kesehatan memiliki tanggung jawab sosial untuk menyuarakan isu-isu kesehatan masyarakat. Public speaking menjadi sarana untuk : Menyampaikan pesan kesehatan kepada pembuat kebijakan, Mengadvokasi program kesehatan berbasis komunitas, Menumbuhkan kesadaran publik terhadap isu kesehatan tertentu (misalnya vaksinasi, gizi, atau kesehatan mental). Contoh Aplikasi : Seorang tenaga promkes berbicara di depan DPRD untuk menjelaskan pentingnya program deteksi dini kanker serviks sebagai bagian dari kebijakan kesehatan daerah.

10. Meningkatkan Kepercayaan Diri dan Kematangan Emosional

Latihan berbicara di depan umum juga berdampak positif bagi kepribadian : Meningkatkan rasa percaya diri, Mengontrol emosi saat berbicara di bawah tekanan, Mengasah kemampuan berpikir cepat dan fokus. Dalam dunia kesehatan yang penuh dinamika, tenaga kesehatan yang tenang dan percaya diri saat berbicara akan lebih efektif dalam pengambilan keputusan klinis. Public speaking melatih tenaga kesehatan untuk : Mengatur emosi saat menghadapi tekanan, Berbicara dengan logika dan empati, Mengembangkan rasa percaya diri dan kemampuan berpikir cepat. Keterampilan ini tidak hanya bermanfaat di atas panggung, tetapi juga dalam interaksi harian dengan pasien dan tim kerja. Contoh Aplikasi : Bidan yang terbiasa berbicara di depan umum lebih siap menjelaskan prosedur darurat kepada keluarga pasien dengan tenang dan meyakinkan.

11. Mendukung Diseminasi Ilmiah dan Karier Akademik

Bagi tenaga kesehatan yang meneliti atau mengajar, *public speaking* adalah cara utama untuk : Mempresentasikan hasil penelitian di seminar ilmiah, Mengkomunikasikan data klinis dengan efektif, Mempengaruhi arah kebijakan berbasis bukti (evidence-based policy). Kemampuan berbicara secara ilmiah dan meyakinkan menjadi kunci dalam karier akademik dan profesionalisme ilmiah. Dalam dunia akademik dan penelitian, *public speaking* menjadi keterampilan utama untuk : Mempresentasikan hasil penelitian di seminar atau konferensi, Menjadi pembicara dalam pelatihan atau workshop, Menyebarkan temuan ilmiah agar bermanfaat bagi praktik kesehatan. Contoh Aplikasi : Dosen keperawatan menyampaikan hasil penelitian tentang perawatan luka diabetes dalam forum ilmiah nasional dengan gaya berbicara profesional dan inspiratif.

12. Meningkatkan Kemampuan Literasi dan Penyampaian Informasi Kesehatan

Public speaking melatih tenaga kesehatan untuk menyaring informasi dan menyusunnya menjadi pesan edukatif yang mudah diterima. Hal ini penting untuk mencegah misinformasi atau hoaks kesehatan yang beredar di masyarakat. Contoh Aplikasi : Tenaga farmasi menjelaskan bahaya penggunaan antibiotik tanpa resep dengan data ilmiah sederhana yang mudah dipahami masyarakat umum.

13. Meningkatkan Mutu Pelayanan dan Citra Institusi Kesehatan

Kemampuan berbicara di depan publik juga berdampak pada reputasi lembaga. Tenaga kesehatan yang komunikatif mencerminkan pelayanan yang ramah, profesional, dan berorientasi

pada pasien. Contoh Aplikasi : Rumah sakit menugaskan perawat senior untuk menjadi pembicara dalam seminar publik tentang perawatan lansia; hal ini meningkatkan citra positif lembaga di mata masyarakat.

14. Membangun Hubungan dan Kepercayaan dengan Pasien

Public speaking yang baik mencerminkan kehangatan, empati, dan profesionalisme, sehingga dapat memperkuat hubungan terapeutik antara tenaga kesehatan dan pasien. Tujuannya adalah : Menumbuhkan rasa aman dan percaya, Meningkatkan kepatuhan terhadap pengobatan, Mengurangi kecemasan pasien terhadap prosedur medis. Contoh : Dokter menjelaskan proses operasi kepada pasien dengan nada suara lembut, empatik, dan jelas sehingga pasien merasa lebih tenang dan kooperatif.

15. Mendorong Perubahan Perilaku Sehat dan Pemberdayaan Masyarakat

Tujuan tertinggi dari *public speaking* di bidang kesehatan adalah mengubah perilaku masyarakat menuju hidup sehat. Tenaga kesehatan menjadi fasilitator dalam memberdayakan masyarakat agar sadar, mau, dan mampu menjaga kesehatannya. Contoh : Tenaga promkes memotivasi masyarakat desa untuk mengelola Posyandu dengan mandiri dan berkelanjutan melalui pendekatan komunikasi yang menyentuh hati.

Bentuk dan Fungsi *Public Speaking* bagi Tenaga Kesehatan

1. Pendidikan Kesehatan Masyarakat
 - a. Memberikan penyuluhan kesehatan, imunisasi, gizi, atau pencegahan penyakit.
 - b. Membutuhkan bahasa sederhana, mudah dipahami, dan persuasif.
2. Komunikasi/ konseling dengan Pasien dan Keluarga
 - a. Menjelaskan diagnosa, prosedur, dan pengobatan.
 - b. Mengurangi kecemasan pasien melalui komunikasi yang jelas.
 - c. Memberikan pemahaman tentang penyakit dan perawatan
3. Kolaborasi dan Diskusi dengan Tim Kesehatan
 - a. Presentasi kasus, diskusi interprofesional, dan rapat medis.
 - b. Menghindari miskomunikasi yang berisiko pada keselamatan pasien.
4. Pengembangan Profesionalisme melalui Kegiatan Ilmiah
 - a. Seminar, konferensi, maupun kegiatan akademik.
 - b. *Public speaking* meningkatkan kredibilitas tenaga kesehatan.
5. Advokasi dan Audiensi Kesehatan
Memengaruhi kebijakan publik
6. Komunikasi Krisis dan Media
Menyampaikan informasi saat terjadi wabah/ isu

7. Pelatihan dan Workshop

Melatih keterampilan praktik

8. Pengajaran di Institusi Pendidikan

Memberikan pengalaman melalui transfer ilmu kesehatan kepada mahasiswa melalui kegiatan perkuliahan, seminar, workshop maupun pelatihan

Peran *Public Speaking* bagi Tenaga Kesehatan

1. Sebagai Educator (Pendidik)

Menyampaikan informasi kesehatan dengan cara yang menarik dan mudah dipahami

2. Sebagai Motivator

Mendorong masyarakat untuk mengubah perilaku menjadi lebih sehat

3. Sebagai Communicator (Komunikasi Terapeutik)

Menghubungkan tenaga kesehatan dengan pasien dan keluarga secara empatik

4. Sebagai *Leader / Influencer* Kesehatan

Menjadi panutan dalam berbicara, bersikap, dan menyebarkan pesan positif

5. Sebagai *Advocate* (Penyambung Suara Kesehatan)

Menyuarakan kebutuhan masyarakat kepada pengambil kebijakan

Masalah dan Hambatan dalam *Public Speaking* bagi Tenaga Kesehatan

1. Keterbatasan Keterampilan Komunikasi

- a. Banyak tenaga kesehatan lebih fokus pada keterampilan teknis medis.

- b. Public speaking dianggap “tambahan” sehingga kurang diasah.
 - c. Penyampaian tidak menarik dan tidak menggunakan media dengan benar
2. Penggunaan Istilah Medis yang Sulit Dipahami
- Istilah medis seperti *hipertensi*, *dislipidemia*, atau *fraktur* sering membingungkan masyarakat. Jika tidak dijelaskan dengan bahasa awam, pesan kesehatan tidak tersampaikan dengan baik :
- a. Audiens awam sering tidak mengerti bahasa medis.
 - b. Menyebabkan miskomunikasi dan resistensi terhadap edukasi kesehatan.
 - c. Pasien, keluarga dan masyarakat bingung atau salah paham
3. Kurang Percaya Diri, Kecemasan dan Gugup
- Banyak tenaga kesehatan merasa takut berbicara di depan umum. Penyebabnya antara lain :
- a. Rasa takut dinilai atau dikritik, salah bicara, atau ditanya hal di luar pengetahuan.
 - b. Mengurangi kejelasan pesan, kurang percaya diri
 - c. Kurang pengalaman berbicara di depan kelompok besar
 - d. Takut membuat kesalahan atau dipandang tidak kompeten
 - e. Belum menguasai secara mendalam materi yang akan disampaikan
4. Kurangnya Pelatihan Khusus
- Banyak institusi pendidikan kesehatan belum memprioritaskan pelatihan tentang *public speaking*

sebagai keterampilan yang wajib dimiliki oleh seorang tenaga kesehatan :

- a. Kurikulum pendidikan kesehatan jarang memberi porsi cukup untuk keterampilan *public speaking*.
 - b. Fokus lebih banyak pada keterampilan klinis
5. Kendala Budaya, Bahasa, Empati dan Pendekatan Humanis

Indonesia memiliki keberagaman budaya dan bahasa daerah

- a. Perbedaan budaya, dialek, dan bahasa membuat pesan tidak tersampaikan optimal.
 - b. Penyuluhan dengan bahasa Indonesia formal terkadang sulit dipahami di beberapa daerah jika tidak disertai dengan bahasa lokal
 - c. Sebagian tenaga kesehatan tidak memperhatikan perasaan, kondisi emosional atau budaya audiens
6. Keterbatasan waktu dan Fasilitas / Media yang tidak Mendukung
- a. Dalam praktik di lapangan, tenaga kesehatan sering hanya memiliki waktu singkat untuk menyampaikan pesan kesehatan
 - b. Kurangnya alat yang memadai baik berupa peralatan audio maupun visual
7. Hambatan Emosional, Psikologis dan Kurangnya Dukungan Institusional
- a. Rasa trauma dan tingkat stres kerja tinggi di dunia kesehatan mempengaruhi kesiapan emosional
 - b. Beberapa institusi kesehatan belum memberikan perhatian cukup terhadap pengembangan, kemampuan komunikasi tenaga kesehatannya

8. Adaptasi terhadap Teknologi Komunikasi
 - a. Era digital menuntut tenaga kesehatan mampu berbicara melalui media daring ataupun media sosial yang memerlukan keterampilan berbeda dari komunikasi langsung
9. Tantangan Etika dan Akurasi Informasi
 - a. Dalam dunia kesehatan, berbicara di depan publik tidak hanya soal gaya bicara, tetapi juga tanggung jawab etis dan akurasi ilmiah

Dampak Negatif Permasalahan *Public Speaking* bagi Tenaga Kesehatan

1. Miskomunikasi Medis

Pasien salah paham tentang diagnosis atau terapi yang diberikan
2. Rendahnya Kepercayaan Masyarakat

Tenaga kesehatan dianggap tidak komunikatif atau arogan
3. Gagalnya Program Promosi Kesehatan

Pesan kesehatan tidak diikuti oleh perubahan perilaku masyarakat
4. Konflik dengan Pasien atau Keluarga

Ketidakjelasan informasi dapat memicu kesalahpahaman dan keluhan
5. Penurunan Citra Profesionalisme

Publik menilai tenaga kesehatan kurang mampu menjadi komunikator publik yang baik

Dampak Positif *Public Speaking* bagi Tenaga Kesehatan

1. Individu Tenaga Kesehatan
 - a. Meningkatkan Kepercayaan Diri dan Kematangan Emosional
 - b. Meningkatkan Profesionalisme dan Kredibilitas
 - c. Meningkatkan Kemampuan Berpikir Kritis dan Analitis
 - d. Meningkatkan Kepuasan Kerja dan Kinerja Tim
2. Pasien dan Keluarga
 - a. Meningkatkan Pemahaman dan Kepatuhan Pasien
 - b. Meningkatkan Kepercayaan dan Hubungan Terapeutik
 - c. Mengurangi Kecemasan dan Stres Pasien
3. Masyarakat dan Program Kesehatan
 - a. Meningkatkan Literasi dan Kesadaran Kesehatan
 - b. Meningkatkan Partisipasi Publik dalam Program Kesehatan
 - c. Memperkuat Citra dan Kredibilitas Lembaga Kesehatan
 - d. Mempengaruhi Kebijakan dan Advokasi Kesehatan
4. Dunia Pendidikan dan Penelitian
 - a. Meningkatkan Kualitas Pembelajaran dan Pelatihan
 - b. Meningkatkan Kemampuan Menyebarluaskan Hasil Riset

Strategi dan Solusi Mengatasi Hambatan *Public Speaking* bagi Tenaga Kesehatan

1. Pelatihan dan Workshop Public Speaking

- a. Mengajarkan teknik vokal, intonasi, gestur, dan manajemen panggung.
- b. Dapat dilaksanakan oleh rumah sakit, institusi pendidikan, atau organisasi profesi (PPNI, IDI, IBI, dll).

2. Persiapan Materi dan Latihan Berkala

Membuat *outline* materi, latihan berbicara di depan cermin, atau melakukan simulasi di hadapan rekan kerja.

3. Penggunaan Bahasa yang Sederhana dan Empatik

Mengganti istilah medis menjadi bahasa sehari-hari yang mudah dipahami. Contoh: “tekanan darah tinggi” lebih dipahami daripada “hipertensi.”

4. Meningkatkan Literasi Komunikasi dan Budaya

Memahami nilai, adat, dan kebiasaan masyarakat lokal agar pesan tidak bertentangan dengan norma sosial.

5. Evaluasi dan Umpan Balik (*Feedback*)

Setelah berbicara, minta masukan dari audiens atau rekan kerja untuk mengetahui kelebihan dan kekurangan penyampaian.

6. Peningkatan Dukungan Institusional

Institusi pelayanan kesehatan sebaiknya menyediakan fasilitas komunikasi publik dan kesempatan untuk berbicara di forum profesional.

7. Penguasaan Komunikasi Digital dan Media Sosial

Era digital menuntut tenaga kesehatan mampu berbicara di depan kamera dan mengedukasi publik secara daring

8. Memahami Etika dan Tanggung Jawab dalam Berbicara

Setiap tenaga kesehatan wajib memahami bahwa berbicara di publik membawa tanggung jawab moral dan profesional

Daftar Pustaka

- Arifin, Z. (2021). Komunikasi Efektif dalam Pelayanan Kesehatan. Jakarta: Salemba Medika.
- Bhandari, S. (2020). Communication Skills in Nursing and Healthcare. Sage Publications.
- Health Education England (2018). Effective Communication in Healthcare Settings. NHS Publications.
- Hidayat, A. A. A. (2019). Komunikasi dalam Keperawatan. Jakarta: Salemba Medika.
- Kementerian Kesehatan RI (2021). Pedoman Promosi Kesehatan di Fasilitas Pelayanan Kesehatan. Jakarta: Kemenkes.
- Lucas, S. E. (2020). The Art of Public Speaking (13th ed.). New York: McGraw-Hill.
- Notoatmodjo, S. (2018). Ilmu Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- WHO. (2022). Health Communication Strategies for Effective Public Health. Geneva: World Health Organization.
- World Health Organization. (2017). Communicating risk in public health emergencies: A WHO guideline for emergency risk communication (ERC). Geneva: WHO.
- Yusuf, M. (2020). Keterampilan Komunikasi bagi Tenaga Kesehatan. Yogyakarta: Andi.

Profil Penulis



Yoga Kertapati, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.Kom.

Penulis lahir di Surabaya pada tanggal 17 April

Menyelesaikan pendidikan Sarjana Keperawatan dan Ners di STIKES Hang Tuah Surabaya. Penulis melanjutkan studi Magister Keperawatan dan Spesialis Keperawatan Komunitas di Fakultas Keperawatan Universitas Indonesia. Saat ini aktif sebagai dosen di STIKES Hang Tuah Surabaya dan menjadi Kepala Urusan Kemahasiswaan. Penulis aktif dalam melakukan penelitian dan pengabdian kepada masyarakat yang berfokus pada kelompok maupun masyarakat. Mata kuliah yang diampu saat ini adalah Keperawatan Komunitas, Keperawatan Keluarga, Keperawatan Gerontik, dan Keperawatan Komplementer. Selain menjadi dosen, penulis juga aktif sebagai praktisi kesehatan di bidang Keperawatan Komplementer atau Holistik. Penulis merupakan seorang fasilitator pengembangan diri dan instruktur yoga terapi.

Penulis juga aktif di berbagai kegiatan yang diselenggarakan oleh Lembaga Pemerintah, Organisasi Profesi maupun Asosiasi baik yang bersifat pengabdian, sosial, menulis buku, kegiatan ilmiah maupun kompetisi. Penulis juga aktif di kegiatan Ikatan Perawat Kesehatan Komunitas Indonesia (IPKKI), saat ini sebagai Sekretaris IPKKI Provinsi Jawa Timur. Hasil publikasi penelitian dan pengabdian kepada masyarakat berfokus pada kelompok maupun komunitas atau masyarakat, sehingga dampak positif dari hasil riset maupun pengabdian kepada masyarakat dapat menjadi salah satu referensi pengembangan ilmu pengetahuan di bidang keperawatan komunitas, keluarga, gerontik maupun komplementer. Channel YouTube : Yoga Kertapati. Instagram : yogakertapati. Facebook : Yoga Kertapati. TikTok : Yoga Kertapati. Blogspot : yoga-kertapati.blogspot.com.

Email Penulis: yoga.kertapati@gmail.com

MENGENAL AUDIENS: MENYESUAIKAN PESAN DENGAN PENDENGAR

Wahyuningsih, S.KM., M.Kes.
Universitas Pekalongan

Pendahuluan

Kemampuan berbicara di depan umum atau *Public Speaking* merupakan salah satu keterampilan yang sudah ada sejak zaman Yunani Kuno dan Roma. Diawali dari Corax seorang tokoh zaman Yunani Kuno yang membuat tulisan tentang Retorika berjudul "*Techne Logon*" (seni kata-kata). Dalam tulisan itu Corex membahas tentang dasar-dasar organisasi pesan meliputi pembukaan, uraian, argumen, penjelasan tambahan dan kesimpulan. Pada era keemasan retorika tersebut banyak tokoh yang juga berperan seperti Gorgias dan Protagoras yang mendirikan sebuah sekolah retorika untuk memberi kesempatan warga Athena untuk melatih kemampuan berbicara di depan umum secara jelas, selain itu terdapat tokoh Demosthenes dan Isocrates yang mengembangkan gaya jelas dan keras dalam melakukan orasi yang menggabungkan antara narasi dan argumentasi. Dalam perkembangannya Socrates dan Plato juga mengembangkan Sejarah dari retorika itu sendiri, Socrates dan Plato merupakan guru dan murid dimana mereka saling menyempurnakan satu sama lain disini Plato menganjurkan bahwa seorang pembicara harus

mengenal “Jiwa” pendengarnya dan akhirnya Plato mengubah retorika sebagai sekumpulan teknik menjadi wacana ilmiah, dan hal ini menjadi salah satu rujukan Aristoteles untuk Menyusun Lima Hukum Retorika yaitu *Inventio* (penemuan), *Dispositio* (penyusunan), *Elocutio* (gaya), *Memoria* (memori), *Pronunciation* (penyampaian). (Cole, 1990; Edward P. J. Corbett and Robert J. Connors, 1998; Zainal, 2021)

Berawal dari ahli retorika yang mengartikan bahwa dalam berbicara di depan umum adalah suatu seni dalam berkomunikasi maka berkembanglah istilah Public Speaking, *Public Speaking* menjadi salah satu sarana berkomunikasi, menyampaikan pendapat mengemukakan gagasan kepada audiens. Dalam komunikasi terdapat komponen inti yang menentukan jalannya proses komunikasi salah satunya komunikator dan komunikan atau audiens. Tidak hanya diperlukan seorang komunikator yang handal agar proses komunikasi berjalan namun juga mengenal audiens secara tepat sangatlah diperlukan untuk memastikan bahwa komunikasi berjalan efektif.

Pentingnya Mengetahui Audiens

Kemampuan berbicara di depan umum tidak hanya ditentukan oleh isi materi yang disampaikan, tetapi juga oleh sejauh mana pembicara memahami siapa yang menjadi pendengarnya. Audiens merupakan elemen utama dalam proses komunikasi, karena tanpa mereka pesan yang disampaikan tidak memiliki arah. Oleh sebab itu, mengenali audiens merupakan langkah strategis untuk memastikan bahwa pesan yang ingin disampaikan dapat diterima dengan baik, dipahami, serta memberi dampak yang diharapkan. Pentingnya mengenal audiens dalam berbicara di hadapan publik dapat memberikan manfaat sebagai Berikut:

1. Pemahaman terhadap audiens membantu menyesuaikan bahasa dan cara penyampaian. Bahasa yang digunakan dalam forum akademik tentu berbeda dengan bahasa yang digunakan di hadapan masyarakat umum. Kesalahan dalam pemilihan kata dapat menimbulkan kesalahpahaman atau membuat pesan terasa asing. Dengan mengenali latar belakang pendidikan, budaya, maupun kebiasaan audiens, pembicara dapat memilih kata, contoh, dan gaya bahasa yang mudah dipahami sehingga pesan menjadi lebih efektif.
2. Pengetahuan tentang audiens meningkatkan relevansi materi yang disampaikan. Pesan yang dikaitkan dengan pengalaman sehari-hari audiens akan lebih mudah diterima. Seorang dosen yang memberikan kuliah pada mahasiswa akan lebih berhasil jika menyertakan kasus-kasus nyata yang dekat dengan kehidupan kampus. Sebaliknya, ketika berbicara di hadapan masyarakat desa, pembicara perlu menggunakan ilustrasi yang sesuai dengan kondisi sosial mereka. Dengan cara ini, audiens merasa pesan tersebut “hidup” dan berhubungan langsung dengan mereka.
3. Mengenali audiens memungkinkan pembicara membangun ikatan emosional. Keberhasilan komunikasi tidak hanya bergantung pada aspek logika, tetapi juga pada kedekatan emosional antara pembicara dan pendengar. Cerita inspiratif, humor ringan, atau sapaan personal akan terasa lebih bermakna bila disesuaikan dengan latar belakang audiens. Ikatan emosional ini mendorong audiens untuk lebih terbuka dan terlibat aktif selama proses komunikasi.

4. Pemahaman audiens membantu mengantisipasi potensi hambatan atau penolakan. Setiap kelompok audiens memiliki nilai, norma, serta sensitivitas tertentu. Tanpa pemahaman yang memadai, pembicara berisiko menyampaikan hal-hal yang justru menyinggung atau menimbulkan resistensi. Dengan mengenali karakter audiens, pembicara dapat menyusun argumen yang lebih hati-hati sekaligus mempersiapkan jawaban untuk pertanyaan yang mungkin muncul.
5. Mengenal audiens berperan penting dalam meningkatkan kredibilitas pembicara. Seorang pembicara yang dianggap memahami kondisi, kebutuhan, dan kepentingan audiens akan memperoleh kepercayaan lebih besar. Kredibilitas ini memperkuat otoritas pembicara, sehingga pesan yang disampaikan tidak hanya didengar, tetapi juga dipercaya. Aristoteles dalam Rhetoric menyebutkan bahwa daya persuasif pembicara bergantung pada tiga unsur utama: ethos (karakter dan kredibilitas), pathos (daya tarik emosional), dan logos (argumen logis). Pemahaman audiens membantu pembicara menyeimbangkan ketiga unsur tersebut.
6. Sehingga Pengetahuan tentang audiens menentukan strategi penyajian. Audiens muda biasanya lebih menyukai presentasi yang interaktif, visual, dan dinamis, sementara audiens profesional lebih membutuhkan data yang terstruktur serta argumentasi rasional. Penyesuaian strategi penyajian ini menjadi kunci agar pesan benar-benar diterima sesuai dengan tujuan yang diinginkan.

Dengan demikian, mengenal audiens bukanlah sekadar pelengkap, melainkan inti dari keberhasilan komunikasi publik. Tanpa pemahaman tentang siapa yang mendengarkan, pesan berisiko tidak dipahami

atau bahkan ditolak. Sebaliknya, dengan memahami karakter audiens, pembicara dapat mengoptimalkan isi, gaya, dan cara penyampaian sehingga komunikasi lebih efektif, relevan, dan berkesan.(Beebe and Beebe, 2019; Lucas and Stob, 2020; Aristoteles, 2022)

Aspek yang Perlu Diperhatikan dalam Mengenal Audiens

Audiens merupakan salah satu komponen utama dari komunikasi yang tidak dapat diabaikan. Sangatlah perlu seorang pembicara atau komunikator memperhatikan dan mengenal siapa sasaran pesannya atau audiensnya. Analisis audiens adalah proses mengidentifikasi dan memahami karakteristik, kebutuhan, dan preferensi audiens target. Ini mencakup pengumpulan informasi tentang siapa audiens anda, apa yang mereka butuhkan, bagaimana mereka berperilaku, dan bagaimana mereka berinteraksi dengan berbagai sumber komunikasi.

Terdapat beberapa alasan mengapa analisis audiens diperlukan yaitu:

1. *Meningkatkan Relevansi Pesan*, dapat diartikan bahwa memastikan informasi yang disampaikan berkaitan langsung dengan kebutuhan, kepentingan dan konteks latar belakang audiens. Dalam proses komunikasi, pesan yang relevan menjadi kunci utama agar penerima pesan tidak hanya memahami, tetapi juga merasa bahwa isi pesan memiliki makna dan manfaat bagi dirinya. Tingkat relevansi pesan ini juga dapat diartikan Tingkat kesesuaian antara ini komunikasi dengan karakteristik penerima baik dari segi sosial budaya, emosional maupun situasional. Contoh :
 - a. Pesan umum: “Biasakan mencuci tangan dengan sabun agar terhindar dari penyakit.”

- b. Pesan yang lebih relevan untuk anak sekolah: “Cuci tangan sebelum makan supaya kamu tetap sehat dan bisa bermain dengan teman-teman tanpa mudah sakit.” (Watzlawick, Beavin and Jackson, 1967; Rogers, 2003) (Contoh kedua lebih efektif karena mengaitkan pesan dengan aktivitas dan motivasi yang sesuai dengan kehidupan audiens)
2. *Meningkatkan Keterlibatan*, dapat diartikan menciptakan kondisi di mana audiens tidak hanya menjadi penerima pesan yang pasif, tetapi juga berpartisipasi secara aktif dalam proses komunikasi. Keterlibatan menunjukkan sejauh mana audiens memperhatikan, memahami, dan merespons pesan dengan minat serta emosi yang positif. Keterlibatan merupakan indikator keberhasilan interaksi dua arah. Pesan yang disampaikan akan lebih bermakna apabila audiens merasa terhubung dengan isi pesan, ikut berpikir, dan bahkan terdorong untuk memberikan tanggapan atau tindakan nyata.

Contoh :

“Dalam penyuluhan kesehatan, pembicara yang hanya menjelaskan materi akan membuat audiens cepat bosan. Namun, jika pembicara mengajak peserta berdiskusi, memberi contoh nyata, dan menanyakan pengalaman pribadi mereka, maka audiens akan lebih aktif, tertarik, dan merasa pesan tersebut relevan dengan kehidupan mereka.”(Schramm, 1997; Cialdini, 2009; McQuail, 2010)

3. *Efisiensi Sumber Daya*, diartikan sebagai upaya memanfaatkan seluruh potensi yang tersedia—baik manusia, waktu, dana, maupun sarana—secara optimal untuk mencapai tujuan tertentu dengan hasil

maksimal dan pemborosan minimal. Konsep ini menekankan pentingnya keseimbangan antara input (sumber daya yang digunakan) dan output (hasil yang diperoleh), sehingga setiap penggunaan sumber daya memberikan nilai dan manfaat yang paling tinggi. Dalam konteks komunikasi, organisasi, atau kegiatan program, efisiensi sumber daya berarti mengatur dan mengalokasikan berbagai elemen pendukung secara tepat, agar proses berjalan efektif tanpa mengorbankan kualitas hasil.

Contoh:

Dalam pelaksanaan program penyuluhan kesehatan, efisiensi sumber daya dapat diterapkan dengan menggunakan materi edukasi digital alih-alih mencetak brosur dalam jumlah besar. Cara ini tidak hanya menghemat biaya dan waktu, tetapi juga memungkinkan jangkauan pesan yang lebih luas melalui media sosial atau aplikasi pesan. (Robbins, 2018; Daft, 2020)

4. *Pengambilan Keputusan yang Lebih Baik*, dapat diartikan pelepasan merupakan proses pemberian kepercayaan atau pelimpahan wewenang dari seorang pemimpin kepada orang lain untuk melaksanakan tugas tertentu. Proses ini bertujuan agar tanggung jawab tidak hanya terpusat pada satu individu, melainkan dibagikan kepada anggota tim sesuai kapasitas dan kompetensinya. Dengan melakukan pelepasan yang tepat, proses pengambilan keputusan menjadi lebih efektif, karena keputusan tidak lagi bersumber dari satu pihak saja, tetapi mempertimbangkan berbagai perspektif, pengalaman, dan pengetahuan dari anggota organisasi. Hal ini dapat meningkatkan kualitas keputusan yang diambil, mengurangi beban pemimpin, serta memperkuat rasa tanggung jawab dalam tim.

(Cialdini, 2009; McQuail, 2010; Robbins, 2018; Daft, 2020)

Aspek yang perlu diperhatikan dalam mengenal audiens:

a. Aspek Demografis

Aspek demografis mencakup karakteristik umum yang dapat diukur secara statistik, seperti usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, pekerjaan, status sosial ekonomi, dan agama. Informasi ini membantu komunikator menyesuaikan gaya bahasa, contoh, maupun media penyampaian agar sesuai dengan profil penerima pesan. Misalnya, komunikasi untuk remaja tentu berbeda dengan komunikasi untuk orang dewasa atau lansia, baik dalam hal bahasa maupun pendekatan yang digunakan.

b. Aspek Psikografis

Aspek ini berkaitan dengan nilai, sikap, minat, dan gaya hidup audiens. Pemahaman terhadap faktor psikografis membantu komunikator mengetahui apa yang memotivasi audiens, apa yang mereka pedulikan, dan bagaimana mereka memandang suatu isu. Dengan memahami dimensi ini, pesan dapat disusun agar lebih menggugah secara emosional dan sesuai dengan cara berpikir audiens.

c. Aspek Sosiokultural

Audiens hidup dalam lingkungan sosial dan budaya tertentu yang membentuk cara mereka berkomunikasi dan menafsirkan pesan. Aspek ini mencakup norma sosial, tradisi, bahasa lokal, dan nilai-nilai budaya yang dianut masyarakat. Komunikator yang peka terhadap konteks budaya

akan mampu menyampaikan pesan dengan cara yang tidak menyinggung nilai lokal dan lebih mudah diterima oleh masyarakat.

d. Aspek Situasional

Aspek situasional merujuk pada kondisi atau konteks komunikasi saat pesan disampaikan. Hal ini meliputi waktu, tempat, suasana, serta keadaan psikologis audiens pada saat komunikasi berlangsung. Pesan yang disampaikan dalam situasi formal tentu berbeda dengan situasi santai. Oleh karena itu, pemilihan waktu dan konteks yang tepat dapat meningkatkan efektivitas penyampaian pesan.

e. Aspek Kebutuhan dan Harapan

Setiap audiens memiliki kebutuhan, minat, dan ekspektasi tertentu terhadap pesan yang mereka terima. Komunikator perlu memahami apa yang sedang dicari atau diharapkan oleh audiens, agar isi pesan mampu memberikan manfaat nyata dan menjawab persoalan yang mereka hadapi. Pesan yang sesuai dengan kebutuhan audiens akan terasa lebih relevan dan berpotensi menimbulkan respon positif.

f. Aspek Pengalaman dan Pengetahuan

Pemahaman terhadap latar belakang pengalaman dan tingkat pengetahuan audiens sangat penting agar pesan tidak terlalu sederhana atau terlalu kompleks. Pesan yang disusun dengan memperhatikan tingkat pemahaman audiens akan mempermudah mereka dalam menyerap informasi, sehingga tujuan komunikasi dapat tercapai dengan lebih efektif. (Schramm, 1997; McQuail, 2010; Devito, 2016).

Strategi Menyesuaikan Pesan dengan Pendengar

Dalam proses komunikasi, keberhasilan penyampaian pesan sangat bergantung pada kemampuan komunikator untuk menyesuaikan isi, bahasa, dan cara penyampaian pesan dengan karakteristik pendengarnya. Pesan yang disampaikan tanpa memperhatikan kondisi audiens sering kali tidak efektif karena tidak sesuai dengan kebutuhan, tingkat pemahaman, atau minat mereka. Oleh karena itu, penyesuaian pesan menjadi langkah penting agar komunikasi berlangsung efektif dan bermakna. Langkah-langkah tersebut antara lain:

1. Memahami Karakteristik Pendengar

Langkah pertama dalam menyesuaikan pesan adalah memahami siapa pendengar yang akan menerima pesan tersebut. Hal ini meliputi aspek usia, pendidikan, latar belakang budaya, pekerjaan, nilai-nilai yang dianut, serta tingkat pemahaman terhadap topik yang dibahas. Dengan mengenali karakteristik ini, komunikator dapat menentukan gaya bahasa, nada bicara, serta contoh yang relevan dengan kehidupan audiens. Contoh: Penyampaian pesan kesehatan kepada siswa sekolah dasar tentu berbeda dengan kepada tenaga medis, baik dari sisi bahasa maupun kedalaman materi.

2. Menyesuaikan Bahasa dan Gaya Komunikasi

Bahasa merupakan alat utama dalam komunikasi, sehingga pemilihannya harus disesuaikan dengan tingkat literasi dan kebiasaan komunikasi audiens. Gunakan istilah yang mudah dipahami oleh pendengar, hindari jargon teknis bila audiens berasal dari kalangan umum, dan manfaatkan gaya komunikasi yang bersifat inklusif dan menghargai. Gaya komunikasi yang ramah, sopan, dan interaktif

dapat meningkatkan kenyamanan serta keterlibatan audiens.

3. Menentukan Isi Pesan yang Relevan

Pesan yang baik adalah pesan yang berhubungan langsung dengan kebutuhan dan kepentingan audiens. Komunikator perlu memilih materi yang relevan, aktual, dan memiliki manfaat nyata bagi pendengar. Isi pesan sebaiknya disusun berdasarkan konteks kehidupan audiens sehingga mereka dapat melihat keterkaitan antara pesan dengan situasi yang mereka alami sehari-hari.

4. Menggunakan Media dan Saluran yang Tepat

Pemilihan media atau saluran komunikasi juga harus disesuaikan dengan kebiasaan dan aksesibilitas audiens. Misalnya, pesan yang ditujukan kepada generasi muda dapat disampaikan melalui media sosial atau video pendek, sedangkan untuk komunitas profesional, media seperti seminar, jurnal, atau presentasi formal mungkin lebih sesuai. Pemilihan media yang tepat dapat memperluas jangkauan dan meningkatkan efektivitas penyampaian pesan.

5. Membangun Keterlibatan Audiens

Penyesuaian pesan juga berarti memberikan ruang bagi audiens untuk berpartisipasi. Komunikator dapat mengajukan pertanyaan, mengundang tanggapan, atau menggunakan contoh-contoh yang berasal dari pengalaman audiens. Dengan cara ini, pendengar merasa dihargai dan menjadi bagian dari proses komunikasi, bukan sekadar penerima informasi pasif.

6. Memperhatikan Konteks Situasional

Konteks situasional mencakup waktu, tempat, suasana, serta kondisi psikologis audiens pada saat

komunikasi berlangsung. Pesan yang disampaikan pada waktu dan suasana yang tepat akan lebih mudah diterima. Sebaliknya, penyampaian pesan tanpa mempertimbangkan situasi dapat mengurangi perhatian dan minat pendengar.

Dampak Penyesuaian Pesan

Dalam proses komunikasi, terjadi pertukaran pesan antara pembicara (komunikator) kepada penerima (Komunikan). Dalam proses ini harapannya apa yang disampaikan komunikator dapat diterima baik oleh komunikan, tidak ada salah persepsi antar keduanya sehingga komunikasi berjalan secara efektif dan tepat sasaran. Namun ada kalanya komunikan/audiens/penerima tidak secara jelas menangkap pesan yang disampaikan karena terdapat kendala. Kendala ini muncul bisa dikarenakan tidak sesuainya kapasitas penerima pesan. Komunikasi yang efektif sangat bergantung pada pemahaman pesan oleh penerima, yang harus disesuaikan dengan tujuan komunikasi dan kapasitas pemahaman komunikan. Jika pesan yang disampaikan terlalu kompleks atau terlalu sederhana, bisa jadi komunikasi tidak efektif, bahkan tidak mencapai tujuan yang diinginkan.

Penyesuaian pesan Adalah salah satu upaya menyelaraskan pesan yang ingin disampaikan Kepada target sasaran atau komunikan atau audiens dengan cara pengubahan isi, struktur, media dan gaya penyampaian agar sesuai dengan latar belakang dan karakteristik penerima pesan.(Mulyana, 2005)

Dampak dari pesan yang disesuaikan adalah sebagai berikut :

1. Meningkatkan ketertarikan dan pemahaman dari audiens, Penyesuaian pesan membantu audiens memahami isi komunikasi dengan lebih mudah. Bahasa yang sederhana, struktur kalimat yang jelas, serta contoh yang relevan dengan pengalaman audiens akan mempercepat proses pemahaman.
2. Membangun kepercayaan dan kredibilitas komunikator/pembicara, Ketika komunikator mampu menyesuaikan pesan dengan audiens, muncul kesan bahwa komunikator memahami kebutuhan dan kondisi penerimanya. Hal ini meningkatkan kredibilitas dan kepercayaan audiens terhadap komunikator (Devito, 2016)
3. Meningkatkan keterlibatan audiens dalam percakapan, jika audiens merasa mengenal dan merasa sesuai dengan latar belakang yang diungkapkan oleh komunikator dalam penyampaian pesannya maka tidak mustahil audiens akan lebih aktif dan tertarik berpartisipasi dalam komunikasi tersebut.
4. Mengurangi resiko misskomunikasi, dalam proses komunikasi hal yang paling diharapkan Adalah terjadinya komunikasi yang berjalan secara efektif, dengan penyesuaian pesan yang ada maka peluang terjadinya komunikasi efektif akan lebih besar sehingga menurunkan resiko miss komunikasi terjadi karena sudah terbangun kepercayaan dari awal antara komunikator dengan komunikan dengan latar belakang yang disampaikan.
5. Mengefektifkan Komunikasi Persuasi, dalam komunikasi persuasif, penyesuaian pesan merupakan faktor utama yang menentukan keberhasilan. Griffin menyebutkan bahwa pesan yang disusun berdasarkan kebutuhan dan nilai-nilai audiens

memiliki peluang lebih besar untuk mengubah sikap dan perilaku. Dengan demikian, penyesuaian pesan berperan penting dalam kampanye sosial, promosi kesehatan, dan komunikasi organisasi.

6. Meningkatkan Efisiensi Komunikasi, Penyesuaian pesan membuat proses komunikasi lebih efisien karena mengurangi kebutuhan untuk mengulang atau memperbaiki kesalahan pemahaman. Pesan yang langsung tepat sasaran mempercepat pencapaian tujuan komunikasi.

Daftar Pustaka

- Aristoteles (2022). "Aristotle's Rhetoric," Stanford Encyclopedia of Philosophy.
- Beebe, S.A... and Beebe, S.J... (2019.) Public speaking handbook. Pearson.
- Cialdini, R.B. (2009.) Influence: Science and Practice (5th ed.). 5th ed. Boston: Pearson.
- Cole, A.T. (1990). The Origins of Rhetoric in Ancient Greece. Johns Hopkins University Press. Available at: <https://doi.org/10.56021/9780801840555>.
- Daft, R.L. (2020.) Organization Theory and Design (13th ed.). Boston: Cengage Learning.
- Devito, J.A. (2016.) The Interpersonal Communication Book (14th ed.). Boston: Pearson.
- Edward P. J. Corbett and Robert J. Connors (1998) Classical Rhetoric for the Modern Student, 4th Edition 4th. 4th Edition. Oxford University Press.
- Lucas, S.E. and Stob, P. (2020). The Arts of Public Speaking. 3rd Edition. Mc. Graw Hill Education.
- McQuail, D. (2010). McQuail's Mass Communication Theory (6th ed.). 6th ed. London: Sage Publications.
- Mulyana, D. (2005) Ilmu Komunikasi Suatu Pengantar. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Robbins, S.P., & C.M. (2018). Management (14th ed.). 14th ed. New York: Pearson Publication.
- Rogers, E.M. (2003). Diffusion of Innovations (5th ed.). 5th ed. New York : Free Press.
- Schramm, W. (1997). The Process and Effects of Mass Communication. Urbana: University of Illinois Press.
- Watzlawick, P., Beavin, J.H. and Jackson, D.D. (1967). Pragmatics of Human Communication. London: Norton.
- Zainal, A.G. (2021) Public Speaking Cerdas Saat Berbicara Di Depan Umum. Edisi Pertama. Purbalingga.

Profil Penulis



Wahyuningsih, S.KM., M.Kes.

Lulus Pascasarjana S2 di Program Magister Promosi Kesehatan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro tahun menjadi awal karir penulis. Yang kemudian bergabung menjadi Dosen muda di Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pekalongan. Penulis merupakan anggota pengurus cabang Ikatan Ahli Kesehatan Masyarakat Indonesia (IAKMI) Kota Pekalongan. Ketertarikan dalam dunia *public speaking* menjadi motivasi penulis untuk bisa berkembang dan belajar mengaplikasikan ilmu dalam bidang komunikasi kesehatan salah satunya menulis buku ini. Penulis juga aktif menulis artikel di berbagai jurnal ilmiah dan menjadi narasumber seminar nasional, aktif menjadi moderator di beberapa talkshow kaitan dengan kesehatan masyarakat serta menulis beberapa buku diantaranya Buku Promkes II dan Buku Pengorganisasian dan Pengembangan Masyarakat (PPM) penerbit UNDIP Press. Penulis memiliki kepakaran dibidang Kesehatan Masyarakat. Dan dalam menjadi dosen yang profesional, penulis selalu mengupgrade keilmuan sesuai perkembangan IPTEK baik dalam karya penelitian, pengabdian yang sesuai dengan bidang keilmuannya. Pengalaman dalam penelitian yang didanai oleh Dikti, pemerintah daerah dan internal perguruan tinggi juga diikuti sebagai proses implementasi TriDharma Perguruan Tinggi. Selain peneliti, penulis juga aktif menulis buku dengan harapan dapat memberikan kontribusi positif bagi bangsa dan negara.

Email Penulis : ninin230@gmail.com

STRATEGI TEKNIK MENGATASI KECEMASAN DALAM KONTEKS *PUBLIC SPEAKING* BAGI TENAGA KESEHATAN

Wilda Putri Festiyanti, S.S., M.A.
STIKes Ibnu Sina Ajibarang

Pendahuluan

Demam panggung merupakan respons fisiologis dan psikologis yang umum dialami saat berbicara di depan umum. Dalam konteks tenaga kesehatan, kemampuan berbicara di depan umum menjadi keterampilan esensial, terutama saat memberikan edukasi kesehatan, pelatihan, atau presentasi ilmiah. Namun, kecemasan sering kali menjadi hambatan yang signifikan. Menurut (Lucas, 2020) kecemasan berbicara di depan umum terjadi karena kombinasi faktor seperti kurangnya pengalaman, rasa takut akan penilaian, dan kurang percaya diri.

Demam panggung itu sendiri adalah sesuatu yang sangat umum dialami oleh semua kalangan masyarakat karena pada saat berbicara di depan umum secara psikologis adrenalin akan naik dan akan muncul sikap grogi atau nerves. Hal ini disebabkan karena respons tubuh secara alami dalam menghadapi tekanan untuk tampil di depan umum. Maka dari itu, ketenangan, sugesti positif dan persiapan yang matang adalah kunci yang harus

dilakukan agar dapat terhindar atau meminimalisir demam panggung.

Biasanya, demam panggung adalah problem yang umum dialami oleh masyarakat khususnya dialami oleh orang-orang yang berprofesi sebagai presenter (host), pembaca berita dan praktisi-praktisi yang berhubungan dengan *public speaking*. Problematika demam panggung ini telah menjadi isu yang sangat umum karena hampir semua orang termasuk orang yang ahli dalam *public speaking* pun pernah mengalaminya. Perlu upaya ekstra agar seseorang dapat berbicara secara lancar di depan umum tanpa mengalami demam panggung, oleh karena itu, strategi untuk mengatasi demam panggung sangat penting untuk mendukung profesionalisme tenaga kesehatan.

Memahami Penyebab Demam Panggung

Seperti yang telah dijelaskan bahwa demam panggung adalah suatu problematika yang dialami oleh semua orang, maka dari itu sangatlah penting untuk mengetahui penyebab daripada demam panggung itu sendiri. Menurut (Beatty, 2017) kecemasan berbicara di depan umum dapat diklasifikasikan menjadi :

1. Kecemasan karena kurang persiapan: Ketika individu merasa kurang menguasai materi. Kecemasan karena kurang persiapan adalah rasa cemas yang dialami oleh individu karena kurangnya persiapan yang matang sehingga mereka akan mengalami kecemasan atau kegelisahan. Sangatlah penting untuk memiliki persiapan yang matang seperti belajar untuk menguasai materi secara menyeluruh dan memahaminya. Selain itu juga sangat penting untuk mempelajari detail-detail materi agar siap apabila terjadi tanya jawab dengan audiens. Persiapan yang matang adalah sesuatu yang sangat esensial untuk

dilakukan oleh individu agar terhindar dari demam panggung

2. Kecemasan situasional: Dipicu oleh lingkungan atau audiens tertentu. Kecemasan situasional itu sendiri adalah kecemasan yang timbul karena faktor grogi atau nerves untuk tampil dihadapan banyak orang. Faktor lingkungan dan audiens sangat berpengaruh terhadap penampilan seseorang, bagi mereka yang belum terbiasa tampil dihadapan audiens dengan jumlah yang tidak sedikit dapat mengalami demam panggung ataupun kecemasan untuk berbicara. Biasanya individu akan mengalami grogi atau nerves karena melihat banyaknya audiens yang seakan-akan mengintimidasinya. Disamping itu, individu atau si pembicara juga akan merasakan canggung dan juga berkeringat panas dingin karena secara psikologis audiens membuatnya kehilangan kepercayaan diri dan konsentrasinya.
3. Kecemasan internal: Berasal dari ketakutan gagal atau rendahnya kepercayaan diri. Kecemasan internal adalah kecemasan yang datang dari dalam diri individu atau si pembicara yang biasanya disebabkan karena ketakutan akan gagal dan rendahnya kepercayaan diri. Bisa dikatakan bahwa kecemasan internal adalah kecemasan yang murni berasal dari diri individu dimana merupakan kebalikan dari faktor eksternal atau faktor dari luar.

Sementara itu, selain pendapat dari Beatty (2017) seorang ahli lain juga mengungkapkan definisi mengenai kecemasan. Adapun menurut Phillips (2013) kecemasan berbicara didepan umum yaitu ketidakmampuan individu untuk mengembangkan percakapan yang bukan disebabkan oleh kurangnya pengetahuan akan tetapi karena adanya ketidakmampuan menyampaikan pesan

secara sempurna, yang ditandai dengan adanya reaksi psikologis dan fisiologis.

Setelah membahas tentang definisi dan klasifikasi demam panggung menurut para ahli, adapun faktor secara umum yang dapat mengakibatkan demam panggung ataupun kecemasan untuk berbicara di depan umum, antara lain :

1. Takut dikritik atau dinilai negatif

Takut dikritik atau dinilai negatif adalah salah satu faktor yang membuat individu mengalami demam panggung. Beberapa individu mungkin akan berpikir bahwa sangat tidak menyenangkan apabila tiba-tiba mendapat kritikan atau bahkan penilaian yang negatif terhadap penampilan mereka di depan umum. Hal ini tentu akan membuat individu merasa kurang nyaman karena telah memiliki mindset yang keliru yang pada akhirnya akan menyebabkan demam panggung.

2. Takut lupa

Faktor lain yang menyebabkan demam panggung adalah takut lupa, beberapa individu mungkin akan merasa kesulitan untuk mengatur rangkaian atau susunan kata-kata mereka ketika tampil di depan umum. Kesulitan inilah yang menyebabkan individu tersebut menjadi takut jika mereka tampil di depan umum. Pikiran mereka akan tiba-tiba *blank* atau tiba-tiba lupa dengan susunan kata-kata yang sudah dipersiapkannya sehingga demam panggung pun terjadi.

3. Malu

Selain beberapa faktor yang telah disebutkan diatas, faktor lainnya yang biasanya muncul adalah faktor malu. Perasaan malu itu sendiri adalah perasaan yang ditimbulkan secara psikologis karena individu akan berpikir bahwa penampilan mereka tidak akan

maksimal dan tidak memberikan kontribusi yang berarti bagi audiens sehingga akan muncul perasaan malu yang pada akhirnya menyebabkan demam panggung.

4. Takut gagal

Takut gagal adalah salah satu faktor yang menyebabkan seseorang atau individu mengalami demam panggung. Takut gagal itu sendiri adalah ketakutan yang ditimbulkan oleh pikiran yang mengarah pada angan-angan akan kegagalan. Takut gagal itu sendiri sebetulnya adalah mindset yang keliru karena berpikiran negatif sebelum melakukan upaya. Bentuk daripada kegagalan itu sendiri bisa berupa gagal dalam menyelesaikan ceramah, gagal dalam menyampaikan pesan, atau bahkan gagal dalam mewujudkan penampilan yang maksimal di hadapan audiens. Bisa dikatakan bahwa faktor ini adalah faktor yang ditimbulkan oleh sugesti negatif dan sikap pesimis dari dalam diri seseorang.

5. Takut terhadap hal-hal yang tidak diketahui

Takut terhadap hal-hal yang tidak diketahui adalah salah satu faktor yang menyebabkan seseorang mengalami demam panggung. Beberapa orang akan mengalami nerves ketika mereka berpikir bahwa terdapat hal-hal yang mereka tidak ketahui tentang materi yang akan disampaikan dalam ceramah didepan umum. Perasaan tidak tahu inilah yang menyebabkan orang akan berpikir bahwa berbicara didepan umum merupakan tantangan yang besar, terlebih ketika audiens mengajukan pertanyaan yang membutuhkan jawaban yang lebih dalam dimana menuntut pengetahuan yang luas dari si pembicara.

Strategi

Untuk menghilangkan kecemasan yang umumnya dialami oleh tenaga kesehatan, maka hal terpenting yang mereka harus miliki adalah tekad yang kuat untuk menghilangkan kecemasan itu sendiri. Menurut Stuart, G. W., & Sundeen (2016) kecemasan adalah keadaan emosi tanpa objek tertentu. Tekad yang kuat akan mendorong seseorang untuk bisa menghilangkan kecemasan, adapun beberapa strategi yang dapat dilakukan untuk menghilangkan kecemasan antara lain dengan teknik relaksasi, berolahraga dan juga dukungan sosial dari orang-orang terdekat. Pada dasarnya selain tekad yang kuat, salah satu hal yang paling efektif untuk menghilangkan kecemasan adalah dengan menerapkan cara berpikir secara positif. Adapun menurut Ellis (2019) gunakan teknik kognitif untuk mengubah pola pikir negatif menjadi positif, artinya perlu kesadaran yang tinggi untuk merubah pola pikir yang negatif menjadi positif sehingga akan tercipta suasana hati yang tenang dan bahagia sehingga kecemasan pun akan berkurang bahkan hilang.

Teknik Relaksasi untuk Mengurangi Stres

Menurut Lazarus dalam Nursalim (2013) stres merupakan peristiwa-peristiwa fisik maupun psikologis yang dipersepsikan sebagai ancaman potensial terhadap gangguan fisik maupun psikologis. Demam panggung merupakan kondisi dimana seseorang mengalami kecemasan, kegelisahan, dan juga tekanan. Penyebabnya bisa berasal dari dalam diri (faktor internal) dan juga dari faktor luar (faktor eksternal). Oleh karenanya, sangatlah penting untuk membuat tubuh dan pikiran untuk tetap rileks dan positif. Salah satu cara terbaik untuk membuat tubuh dan pikiran menjadi rileks adalah dengan cara mengurangi stres. Tenaga kesehatan dapat menerapkan

teknik relaksasi untuk mengelola kecemasan sebelum dan selama berbicara:

Pernapasan Dalam: Latihan pernapasan seperti teknik 4-7-8 (Weil, 2017) membantu menenangkan sistem saraf.

Langkah: Tarik napas selama 4 detik, tahan selama 7 detik, dan hembuskan selama 8 detik. Teknik pernapasan telah menjadi cara yang sangat umum untuk mengendalikan kecemasan ataupun untuk mengurangi stres. Dalam teknik pernapasan terdapat suatu aktifitas yang sangat merelaksasi tubuh, hal ini disebabkan karena terjadinya relaksasi otot yang dikendalikan oleh pernapasan. Biasanya seseorang yang merasakan panik atau mengalami gangguan kecemasan cenderung akan memiliki napas yang kencang dan tidak beraturan sehingga perlu dilakukan teknik pernapasan untuk menghilangkan panik atau rasa cemas tersebut. Dengan melakukan teknik pernapasan 4-7-8 menurut Dr. Andrew Weil (2017) maka seseorang dapat mengurangi tingkat stres mereka. Dengan menarik napas selama 4 detik kemudian tahan selama 7 detik dan setelah itu hembuskan selama 8 detik maka seseorang akan merasakan perasaan yang lebih tenang serta dapat lebih mengelola pikirannya untuk bisa berpikir dengan lebih tenang dan positif.

Relaksasi Otot Progresif (*Progressive Muscle Relaxation*): Metode ini melibatkan pengencangan dan pelepasan otot untuk mengurangi ketegangan fisik (Jacobson, 1938). Metode ini sama halnya ketika seseorang melakukan pendinginan setelah berolahraga, seseorang yang telah melakukan olahraga akan cenderung mengalami kekakuan atau ketegangan otot. Maka dari itu, sangatlah penting untuk melakukan pendinginan seperti meluruskan kaki dan tidak menekuknya, berjalan ringan selama beberapa menit dan lain sebagainya. Sama halnya dengan relaksasi otot untuk

mengurangi stres, ketika seseorang mengalami panik, stres, gangguan kecemasan dan sebagainya, seseorang akan mengalami ketegangan otot pada sejumlah atau seluruh badan. Maka dari itu, perlu dilakukan relaksasi atau pelepasan otot yaitu dengan cara stretching atau peregangan seperti di daerah leher, pundak, perut, kaki dan sebagainya, teknik ini terbukti ampuh untuk mengurangi stres.

Mindfulness dan Meditasi: Praktik kesadaran penuh membantu individu tetap fokus pada momen saat ini, mengurangi rasa takut akan kegagalan (Kabat-Zinn, 2003). Teknik ini adalah salah satu teknik yang digunakan untuk mengurangi stres, yaitu dengan cara menenangkan dan memusatkan pikiran melalui meditasi. Menenangkan dan memusatkan pikiran merupakan salah satu cara yang ampuh untuk mengurangi stres, hal ini dikarenakan pikiran akan menjadi lebih jernih dan tidak terpengaruh oleh hal-hal buruk dari luar yang dapat mengganggu performa seseorang.

Persiapan yang Matang

Persiapan yang baik adalah kunci untuk mengurangi kecemasan, dengan adanya persiapan yang matang maka seseorang akan lebih siap dan terhindar dari demam panggung. Persiapan adalah kemampuan yang cukup baik fisik dan mental (Dalyono, 2010). Seseorang yang mengetahui hal-hal yang akan dilakukan selama acara berlangsung akan merasa lebih siap dan lebih percaya diri sehingga potensi untuk mengalami demam panggung pun akan lebih bisa diminimalisir. Persiapan yang matang antara lain :

Menguasai Materi: Pastikan materi dipahami dengan baik. Gunakan metode seperti mind mapping untuk mengorganisasi ide (Buzan, 2006). Menguasai materi merupakan hal yang esensial dan wajib dilakukan oleh

seseorang agar penampilan mereka maksimal. Selain itu, menguasai materi juga dapat mengalihkan seseorang dari demam panggung. Penguasaan materi yang baik akan membuat pembicara lebih matang dan percaya diri serta terbebas dari rasa cemas.

Latihan Berulang: Latihan meningkatkan kepercayaan diri. Simulasikan presentasi di depan rekan kerja atau keluarga. Melakukan latihan berulang membuat seseorang menjadi lebih hafal dengan hal-hal yang akan mereka sampaikan ketika berbicara didepan umum. Selain itu, latihan berulang mampu mengidentifikasi seberapa maksimal penampilan seseorang dan juga dapat mengidentifikasi hal-hal yang perlu ditambahkan atau dilengkapi.

Gunakan Teknologi: Rekam diri saat berlatih untuk mengevaluasi intonasi, gestur, dan kejelasan penyampaian. Dengan menggunakan teknologi, kita akan bisa melihat seperti apa penampilan kita di depan umum sehingga kita bisa mengoreksi diri. Penggunaan teknologi ini juga dapat disebut dengan *looking at glass self* atau teknik untuk melihat dan mengevaluasi penampilan diri sendiri (Carnegie, 2016).

Strategi Psikologis untuk Mengatasi Kecemasan

Penggunaan strategi psikologis sangatlah penting karena psikologis adalah ilmu yang berkaitan dengan alam bawah sadar serta perasaan seseorang. Menurut Wilhem Wundt (1829) dalam Jalaluddin & Idi (2007) psikologi yaitu ilmu yang mempelajari tentang pengalaman-pengalaman yang muncul pada manusia, seperti perasaan panca indera, feeling, kehendak, pikiran dll. Kemampuan untuk mengatur keadaan alam bawah sadar dan rasa menjadi salah satu solusi untuk mengatasi kecemasan. Adapun strategi psikologis antara lain:

Visualisasi Positif: Bayangkan diri sukses memberikan presentasi. Teknik ini membantu menciptakan pola pikir yang optimis (Swain, 2019). Visualisasi positif bisa dikatakan seperti kita memiliki imajinasi yang positif, membayangkan sesuatu yang baik serta mengeliminasi pikiran negatif. Memiliki visualisasi yang positif adalah salah satu cara ampuh untuk mengusir kecemasan.

Reframing: Ubah pandangan tentang kecemasan. Alih-alih melihatnya sebagai ancaman, anggap kecemasan sebagai tanda kesiapan tubuh untuk tampil (Harvard Business Review, 2015). Merubah pandangan tentang kecemasan adalah cara yang efektif untuk mengatasi kecemasan itu sendiri. Dengan merubah perspektif atau cara pandang tentang kecemasan menjadi hal yang positif, maka akan membuat otak merespon positif dan menjadikan kecemasan adalah hal yang normal dan wajar terjadi ketika seseorang akan tampil didepan umum.

Pola Pikir Pertumbuhan (*Growth Mindset*): Percayalah bahwa kemampuan *public speaking* dapat ditingkatkan dengan usaha dan latihan (Dweck, 2016). Kemampuan *public speaking* adalah kemampuan yang bisa diasah secara terus-menerus, semakin sering seseorang berlatih maka kemampuan *public speaking* atau kemampuan berbicara didepan umum pun akan semakin lancar. Memiliki pola pikir atau mindset seperti ini akan membuat seseorang akan terus belajar dan menghilangkan sikap cemas yang ada pada dalam diri.

Teknik Praktis Saat Berbicara di Depan Umum

Mulai dengan Perlahan: Awali dengan kalimat pembuka yang sederhana dan terlatih. Kalimat pembuka yang sederhana akan membuat si pembicara memasuki satu langkah dalam menyelesaikan keseluruhan penampilannya. Kalimat pembuka yang sederhana akan membantu seseorang untuk tidak terlalu tegang ketika

berbicara didepan umum. Kalimat pembuka sederhana juga akan memberikan stimulus bahwa keseluruhan acara adalah hal yang biasa saja dan tidak menakutkan sehingga tidak menimbulkan nerves ataupun gugup yang menjadi penyebab demam panggung.

Kontak Mata: Bangun koneksi dengan audiens melalui kontak mata yang tulus. Kontak mata sangat penting untuk dilakukan agar berbicara didepan umum menjadi lebih hidup. Menurut Argyle, M., & Dean, (1965) kontak mata dapat mencerminkan beragam emosi seperti kasih sayang, ketertarikan, bahkan kebencian. Kontak mata memberikan kesan yang komunikatif serta menjembatani antara si pembicara dengan audiens. Apabila si pembicara sudah terjalin kontak mata dengan audiens maka si pembicara akan melihat audiens sebagai orang-orang yang tidak membuat dirinya nerves dan terbebas dari demam panggung.

Gunakan Humor Ringan: Humor dapat mencairkan suasana dan mengurangi ketegangan (Lucas, 2020) Menyelingi berbicara didepan umum dengan humor dapat membuat suasana menjadi lebih cair, tidak kaku, tidak monoton dan audiens tidak merasa bosan. Penggunaan humor ringan akan membuat materi pembicaraan menjadi lebih menyenangkan dan mudah untuk ditangkap. Disamping itu, humor ringan juga akan membuat si pembicara lebih rileks dalam menyampaikan materi.

Manfaatkan Pauses: Berhenti sejenak saat berbicara memberi waktu untuk berpikir dan menenangkan diri. Pauses atau berhenti sejenak juga merupakan cara yang efektif untuk mengurangi ketegangan. Dengan berhenti sejenak saat berbicara, maka hal tersebut bisa memberi pikiran yang lebih tenang bagi si pembicara dan pastinya akan lebih terkontrol.

Dukungan Sosial dan Profesional

Selain upaya dari dalam diri, hal yang bisa dilakukan untuk mengatasi demam panggung adalah dengan mendapatkan dukungan sosial dan profesional, antara lain :

Kelompok Dukungan: Bergabung dengan komunitas seperti Toastmasters untuk mempraktikkan *public speaking*. Berbicara adalah keterampilan menyampaikan pesan melalui bahasa lisan kepada orang lain, (Tarigan, D., 1998). Dengan bergabung dengan komunitas maka ide, kreatifitas dan improvisasi akan semakin terlatih karena ibarat seperti sedang melakukan *public speaking* yang nyata di depan umum.

Mentoring: Minta bimbingan dari kolega atau mentor yang lebih berpengalaman. Dengan mendapatkan masukan, arahan serta bimbingan dari mentor atau kolega yang lebih berpengalaman maka dapat memperkaya wawasan serta pengetahuan tentang *public speaking* dimana hal tersebut dapat mengatasi demam panggung.

Konsultasi Profesional: Jika kecemasan berat, konsultasikan dengan psikolog untuk terapi kognitif-perilaku (*Cognitive Behavioral Therapy*). Hal ini dilakukan apabila tingkat kecemasan sudah diambang rata-rata dan bingung untuk menemukan solusi lain maka konsultasi dengan profesional adalah cara yang pas untuk mengatasi demam panggung. Dengan berkonsultasi bersama profesional maka semua kendala dapat ditangani secara pas dan akurat sehingga demam panggung dapat diatasi.

Kesimpulan

Demam panggung adalah tantangan yang dapat diatasi dengan strategi yang tepat. Persiapan matang, latihan, dan manajemen kecemasan adalah kunci keberhasilan

public speaking bagi tenaga kesehatan. Dengan menguasai keterampilan ini, tenaga kesehatan dapat lebih efektif menyampaikan informasi dan memberikan edukasi kepada masyarakat.

Daftar Pustaka

- Argyle, M., & Dean, J. (1965). Eye contact, distance, and affiliation. *Sociometry*, 28(3), 289–304.
- Beatty, M. J., McCroskey, J. C., & Valencic, K. M. (2017). *Communication apprehension and public speaking*. Routledge.
- Buzan, T. (2006). *The Mind Map Book*. BBC Active.
- Carnegie, D. (2016). *The Quick and Easy Way to Effective Speaking*. Pocket Books.
- Dalyono, M. (2010). *Psikologi Pendidikan*. Rineka Cipta.
- Dweck, C. S. (2016). *Mindset: The New Psychology of Success*. Random House.
- Ellis, A. (2019). *The practice of rational emotive behavior therapy* (2nd ed). Springer Publishing Company.
- Harvard Business Review. (2015). *Overcome Your Fear of Public Speaking*. HBR Press.
- Jacobson, E. (1938). *Progressive Relaxation*. University of Chicago Press.
- Jalaluddin & Idi, A. (2007). *Filsafat Ilmu: Sebuah Pengantar Populer*. Kencana Prenada Media Group.
- Kabat-Zinn, J. (2003). *Mindfulness-Based Stress Reduction (MBSR)*. Guilford Press.
- Lucas, S. E. (2020). *The Art of Public Speaking* (13th ed). McGraw-Hill.
- Nursalim. (2013). *Pendekatan Praktis Konseling*. Graha Ilmu.
- Phillips, G. M. (2013). *Speaking anxiety: A cognitive-behavioral approach*. Routledge.
- Stuart, G. W., & Sundeen, S. J. (2016). *Principles and practice of psychiatric nursing* (10th ed.). Elsevier.
- Swain, D. P. (2019). *Positive Visualization Techniques for Speakers*. Oxford University Press.

- Tarigan, D., D. (1998). Public Speaking: Seni Berbicara di Depan Umum. Erlangga.
- Weil, A. (2017). Breathing Techniques for Stress Reduction. Hachette.

Profil Penulis



Wilda Putri Festiyanti, S.S., M.A.

Dosen tetap pada Program Studi D3 Analisis farmasi dan makanan pengampu mata Kuliah Bahasa Inggris STIKes Ibnu Sina Ajibarang

Penulis lahir di Banyumas tanggal 29 Januari 1985. Penulis adalah dosen tetap mata kuliah Bahasa Inggris pada Program Studi D3 Analisis Farmasi dan Makanan STIKes Ibnu Sina Ajibarang, Banyumas Jawa Tengah. Menyelesaikan pendidikan S1 pada Fakultas Sastra Universitas Muhammadiyah Purwokerto dan melanjutkan S2 pada Jurusan Ilmu linguistik Fakultas Ilmu Budaya Universitas Gadjah Mada Yogyakarta.

Penulis menekuni bidang Menulis di bidang ilmu Linguistik, dan menekuni penelitian yang berfokus pada pelestarian bahasa daerah terutama Bahasa Jawa dialek Banyumas. Saat ini penulis juga menekuni penulisan buku *public speaking* (wicara publik) khususnya *public speaking* bagi calon farmasis dan calon tenaga teknis kefarmasian. Salah satu kecintaan pada bidang wicara publik, penulis juga aktif berkegiatan menjadi MC pada berbagai acara formal maupun semi formal yang diadakan di dalam kampus maupun di luar kampus.

Penulis dapat dihubungi melalui e-mail:
wildaputri@stikes-ibnusina.ac.id

PENTINGNYA PERSIAPAN MATERI: MENYUSUN KONTEN YANG JELAS DAN TERSTRUKTUR

Dr. Nunun Tri Widarwati, M.Hum.

Universitas Veteran Bangun Nusantara Sukoharjo

Pendahuluan

Public speaking adalah keterampilan komunikasi di depan umum yang sangat penting bagi tenaga kesehatan karena tidak hanya berkontribusi pada peningkatan kualitas pelayanan medis, tetapi juga mendukung inisiatif pendidikan dan peningkatan kesadaran masyarakat tentang kesehatan. Tenaga kesehatan, terutama perawat, dianggap memiliki kemampuan berbicara di depan umum yang baik karena mereka berperan sebagai **health promoters** yang secara aktif menyampaikan informasi kesehatan, menjelaskan proses pengobatan, dan mempromosikan gaya hidup sehat di kalangan pasien dan masyarakat umum melalui seminar dan *workshop* (Wati et al., 2021).

Keterampilan ini tidak hanya meningkatkan efektivitas pelayanan tetapi juga mampu meningkatkan kepercayaan publik terhadap layanan kesehatan serta menumbuhkan profesionalisme dalam operasional sehari-hari. Dengan demikian, kemampuan berbicara di depan umum merupakan kompetensi yang perlu terus dikembangkan agar tenaga kesehatan siap menghadapi tantangan komunikasi di era modern.

Agar keterampilan komunikasi dapat memberikan dampak optimal, diperlukan persiapan materi yang baik, terutama terkait dengan persiapan materi yang akan disampaikan. Persiapan materi merupakan komponen krusial dalam menentukan kualitas *public speaking* seorang pembicara. Tanpa persiapan yang memadai, presentasi berisiko kehilangan fokus, mengganggu komunikasi, bahkan gagal mencapai tujuan. Dalam konteks kesehatan, informasi yang tidak jelas dapat memiliki konsekuensi serius baik dalam pemahaman pasien maupun dalam mempengaruhi opini publik terkait isu medis.

Oleh karena itu, tenaga kesehatan dituntut untuk menyajikan konten yang jelas, ringkas, dan relevan sesuai dengan kebutuhan audiens. Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan berbicara di depan umum merupakan keterampilan dasar yang tidak hanya meningkatkan kepercayaan diri tetapi juga mengembangkan kemampuan berpikir kritis dan komunikasi yang efektif, terutama bagi mahasiswa dan profesional (Meltareza et al., 2024). Dengan persiapan materi yang baik, pembicara dapat menyampaikan pesan secara efektif, menumbuhkan profesionalitas, serta membangun interaksi yang lebih bermakna dengan audiens.

Untuk mendukung pemahaman tersebut, pembahasan pada bagian ini diarahkan pada tujuan praktis yang ingin dicapai melalui penguasaan keterampilan *public speaking*. Tujuan dari pembahasan ini adalah untuk memberikan tenaga kesehatan informasi yang jelas dan terstruktur mengenai strategi berbicara di depan umum. Diperkirakan bahwa dengan memahami dasar-dasar pembuatan konten, peserta didik akan mampu mengevaluasi informasi yang tidak hanya menarik tetapi juga informatif, relevan, dan sesuai dengan kebutuhan audiens.

Selain itu, bab ini akan menjelaskan pentingnya latihan, pemilihan bahasa, serta penggunaan media pendukung agar penyampaian pesan menjadi lebih efektif. Secara keseluruhan, tujuan bab ini adalah untuk membantu tenaga kesehatan meningkatkan keterampilan komunikasi mereka sehingga dapat menyampaikan informasi kesehatan dengan cara yang profesional, efektif, dan bermanfaat bagi masyarakat umum, untuk mencapai tujuan tersebut tahap pertama yang perlu dipahami adalah hakikat persiapan materi dalam *public speaking*.

Hakikat Persiapan Materi dalam *Public Speaking*

Hakikat persiapan materi dalam *public speaking* adalah merujuk pada proses persiapan sistematis yang mencakup penetapan tujuan, analisis audiens, pemilihan topik, dan isi pidato yang sesuai dengan kondisi acara. Tanpa persiapan yang matang pembicara berisiko kehilangan arah dan menyampaikan materi yang tidak relevan, bahkan gagal menarik perhatian audiens jika persiapan kurang. Sebaliknya, komunikasi yang efektif memungkinkan orang untuk mengekspresikan diri dengan jelas sehingga mereka dapat mempengaruhi, menginformasikan, atau membimbing orang lain sesuai dengan tujuan komunikasi (Meltareza et al., 2024).

Persiapan ini dilakukan sebelum tampil di depan audiens, meliputi Penguasaan materi, pemahaman tujuan penyampaian, dan perancangan alur atau struktur materi merupakan beberapa prosedur yang dilakukan sebelum tampil di hadapan audiens. Prosedur-prosedur ini memastikan pesan disampaikan secara sistematis dan efisien. Aspek persiapan meliputi penilaian audiens (siapa mereka dan latar belakang mereka), penyesuaian konten, penyediaan alat bantu presentasi, dan latihan penyampaian agar materi dapat dipahami dan disajikan dengan baik.

Aspek tersebut kemudian dijelaskan ke dalam beberapa tahap utama yang harus dilakukan sebelum berbicara di depan umum, sebagaimana dikemukakan oleh (Meltareza et al., 2024) sebagai berikut:

1. Menentukan rencana dan topik

Persiapan materi atau topik harus dimulai dengan rencana yang jelas dan spesifik sesuai dengan tujuan acara. Meskipun topik tersebut telah dibahas oleh penulis, tetap perlu dijelaskan ide utama dan dijelaskan dengan jelas dan ringkas. Hal ini sangat penting untuk memastikan bahwa materi tidak melenceng dari konteks acara.

2. Menentukan tujuan dan jenis *public speaking*

Setiap pembaca harus mengetahui sejak awal apakah konten yang disajikan bersifat informatif, persuasif, naratif (bercerita), atau seremonial. Penjelasan tujuan ini akan membantu memperjelas cara menyajikan materi, bahasa, dan teknik penyampaian agar jelas dan mudah dipahami oleh audiens.

3. Menganalisis Audiens

Analisis audiens berfungsi sebagai panduan untuk memastikan bahwa data dianalisis dengan akurat. Hal ini membantu orang memahami demografi audiens (usia, latar belakang, minat, kebutuhan), motivasi mereka, dan karakteristik fisik mereka. Selain itu, faktor teknis seperti sarana prasarana dan kesempatan harus dipertimbangkan agar pembicara dapat mengikuti strategi penyampiannya.

4. Menentukan/Memilih Topik

Topik harus sesuai dengan kebutuhan audiens, sesuai dengan tingkat keterampilan pembicara, dan relevan dengan konteks acara. Topik yang dipilih dengan baik akan memudahkan interaksi pembicara

dengan audiens, sehingga menghasilkan komunikasi yang lebih bermakna, efektif, dan menarik.

Persiapan yang matang memainkan peran besar dalam membangun kepercayaan diri pembicara. Pembicara menjadi lebih percaya diri dan mampu mengurangi kecemasan, rasa takut membuat kesalahan, atau lupa hal-hal, serta menguasai materi. Penggunaan bahasa yang konsisten juga membantu dalam menanggapi pertanyaan atau situasi sulit, membuat tulisan menjadi lebih ekspresif, lancar, dan terkendali.

Hal ini pada akhirnya akan memperkuat kredibilitas audiens dan meningkatkan kemampuan mereka untuk mempengaruhi audiens. Sebaliknya, kualitas materi yang buruk dapat memiliki dampak negatif, seperti menurunkan harga diri, meningkatkan rasa percaya diri, dan menurunkan kualitas penyampaian.

Beberapa penelitian mendukung pandangan ini. (Fauziah & Utomo, n.d.) Menunjukkan bahwa pelatihan *public speaking* yang sistematis dan berbasis persiapan dapat secara signifikan meningkatkan kepercayaan diri siswa. Temuan ini juga didukung oleh studi meta-analisis yang menunjukkan bahwa intervensi berbasis pelatihan terstruktur, seperti latihan, dapat meningkatkan kinerja dan mengurangi kecemasan secara umum.

Selain itu, penelitian terbaru menemukan bahwa kurangnya pengalaman dan minimnya persiapan menjadi salah satu penyebab utama meningkatnya kecemasan berbicara di depan umum serta turunnya efektivitas komunikasi (Tarbani et al., 2024). Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa bahan-bahan berkualitas tinggi tidak hanya bermanfaat bagi kualitas pekerjaan, tetapi juga memainkan peran penting dalam membangun kredibilitas, kepercayaan diri, dan efektivitas komunikasi di antara para peserta. Untuk mencapai tersebut

diperlukan pemahaman mengenai penyusunan materi yang jelas dan terstruktur supaya pesan yang disampaikan dapat diterima secara baik oleh audiens. Oleh karenanya pada bagian berikut akan membahas prinsip konten yang jelas dan terstruktur sebagai panduan dasar dalam menyiapkan materi *public speaking* yang efektif.

Prinsip Konten yang Jelas dan Terstruktur

Menyajikan konten yang jelas dan terstruktur dengan baik merupakan aspek fundamental dalam *public speaking*. Tanpa struktur yang baik, pesan mudah kehilangan arah, sulit menarik perhatian audiens, dan berpotensi mengurangi efektivitas penyampaian. Sebaliknya, konten yang disajikan secara sistematis membantu pembaca menjadi lebih percaya diri dan memudahkan penonton untuk memahami gagasan yang disampaikan.

Sejalan dengan hal tersebut, penelitian (Gustianing et al., 2024) menegaskan bahwa *public speaking* yang efektif dapat dievaluasi menggunakan kriteria evaluasi Oxford, yang menekankan struktur yang jelas dan logis serta mengurangi kecemasan audiens. Prinsip-prinsip ini memberikan cara sistematis untuk menyajikan materi yang tidak hanya terstruktur dengan baik tetapi juga memiliki kemampuan untuk meningkatkan minat dan kredibilitas audiens. Salah satu prinsip dasar yang perlu diperhatikan adalah sebagai berikut:

Pengantar Lisan: Pembukaan harus jelas, ringkas, dan mampu menjelaskan tujuan serta ilustrasi yang menyertainya.

Isi Pidato: tersebut harus koheren, secara logistik masuk akal, dan menggunakan detail spesifik untuk mendukung argumen.

Ringkasan: Penutup harus terlebih dahulu menyampaikan poin-poin secara ringkas dan memberikan arah yang jelas kepada audiens.

Kinerja dan Keterlibatan Audiens: Penyampaian yang dinamis, melibatkan audiens, menjaga kontak mata, dan memiliki kemampuan untuk mengurangi reaksi audiens sehingga pesan dapat disampaikan dengan efektif.

Kreativitas: Penyajian harus menyajikan ide-ide yang jelas, sudut pandang yang unik, atau metode pengajaran yang menarik agar audiens tetap fokus.

Penggunaan Sumber: Untuk meningkatkan otoritas dan memperkuat kejelasan pesan, materi pidato harus didukung oleh referensi atau sumber yang kredibel.

Dengan demikian, kesuksesan *public speaking* tidak hanya ditentukan oleh kemampuannya untuk berbicara dengan baik, tetapi juga oleh kualitas materi yang digunakan. Penyajian yang terstruktur, dukungan dari sumber-sumber yang kredibel, dan ketepatan dalam penyampaian konten akan membuat konten lebih mudah dipahami dan dicerna oleh pembaca.

Pada akhirnya, hal ini akan mendorong pembicara untuk menjadi lebih observan, mampu mempengaruhi pendengar, dan mampu mencapai tujuan komunikasi secara efektif. Mengingat hal tersebut, bagian berikut akan membahas model dan pola penyusunan materi yang dapat digunakan sebagai panduan untuk mengelola pidato secara sistematis dan menyeluruh.

Model dan Pola Penyusunan Materi

Salah satu aspek terpenting dalam persiapan materi adalah metode analisis konten menggunakan model dan ilustrasi yang sesuai. Tujuan dari materi model adalah untuk memberikan kebiasaan kerja yang sistematis, sementara pola penyusunan berperan untuk menetapkan

perkembangan ide secara logis sehingga audiens dapat memahaminya dengan lebih mudah.

Tanpa model dan pola yang jelas, materi akan menjadi tidak fokus, dan bahkan mungkin menyesatkan. Memahami berbagai model dan pola penyusunan materi sangat penting karena hal ini mempengaruhi kejelasan, koherensi, dan perhatian audiens terhadap pesan yang disampaikan.

Berbagai pola yang dapat digunakan dalam penelitian materi meliputi pola kronologis, spasial, topikal, kausal (sebab-akibat), pemecahan masalah, kreatif, motivasional, dan format deduktif-induktif (Bajari, 2022) sebagai berikut:

Tabel 4.1. Pola kronologis, spasial, topikal, kausal (sebab-akibat), pemecahan masalah, kreatif, motivasional, dan format deduktif-induktif

Pola Penyusunan Materi	Deskripsi	Relevansi bagi Tenaga Kesehatan
Kronologis (berdasarkan urutan waktu)	Menyampaikan informasi/pesan sesuai alur waktu, dari awal hingga akhir.	Menjelaskan gejala pasien, prosedur medis, dan perjalanan penyakit (misalnya, perkembangan tuberkulosis dari awal hingga akhir).
Format Spasial	Menyusun informasi/pesan berdasarkan lokasi, ruang	Pendidikan tentang penyebab penyakit menular (misalnya, keberadaan DBD di suatu wilayah tertentu) atau penjelasan tentang

	atau keluasan masalah.	anatomi tubuh berdasarkan tingkat organ.
Format Topikal	Menyusun materi berdasarkan tema atau subtopik tertentu.	Seminar atau lokakarya dengan tema “makronutrien, mikronutrien, pola makan sehat” atau diskusi tentang topik pendidikan kesehatan mental seperti “stres,” “depresi,” dan “kecemasan.”
Kausal (Sebab–Akibat)	Menjelaskan hubungan antara faktor penyebab dan akibat yang ditimbulkan.	Gaya hidup tidak sehat masyarakat umum meningkatkan risiko hipertensi dan diabetes. Membantu pasien memahami faktor risiko penyakit kronis.
Pemecahan Masalah (Problem–Solution)	Mengidentifikasi masalah, menganalisis, lalu menawarkan solusi.	Penyuluhan kesehatan: tingginya kebiasaan merokok → solusi seperti konseling, terapi berhenti merokok, dan kawasan regulasi tanpa rokok.
Berpikir Kreatif	Materi disajikan secara sistematis, meliputi definisi	Perencanaan kesehatan masyarakat, misalnya, menangani penyebab stunting: mengidentifikasi penyebabnya, menganalisis faktor gizi, menawarkan

	masalah, analisis, pengembang alternatif, evaluasi, pemilihan, dan implementasi solusi.	program alternatif, dan memilih intervensi terbaik.
Pengembang an Motivasional (Monroe's Motivated Sequence)	Lima langkah: perhatian → kebutuhan → pemuasan → visualisasi → tindakan.	Kampanye kesehatan: meningkatkan kesadaran masyarakat tentang HIV/AIDS → menciptakan kebutuhan akan tes kesehatan → menyediakan layanan tes gratis → menggambarkan gaya hidup sehat → mendorong masyarakat umum untuk melakukan tes.
Deduktif-Induktif	Deduktif: dari umum ke khusus. Induktif: dari contoh khusus ke kesimpulan umum.	Deduktif: menjelaskan teori umum tentang kebiasaan makan sehat dan bagaimana menerapkannya pada diet penderita diabetes. Induktif: menggambarkan kasus pasien → menyoroti pentingnya deteksi kanker.

Berbagai model dan pola penyusunan materi memberikan pendekatan sistematis dalam mempromosikan kesehatan dengan memandu dan mendemonstrasikan pesan yang efektif. Setiap pola memiliki fungsi dan kapasitas unik, sehingga penggunaannya harus disesuaikan dengan tujuan komunikasi, karakteristik audiens, dan konteks kesehatan. Pola kronologis, spasial, topikal, kausal, pemecahan masalah, berpikir kreatif, pengembangan motivasional, hingga deduktif-induktif, dapat digunakan secara fleksibel, baik secara terpisah maupun kombinasi, untuk meningkatkan kejelasan, kohesi, dan daya pesan.

Dengan pemahaman yang baik tentang model dan pola materi, tenaga kesehatan tidak hanya dapat menyampaikan informasi medis dengan akurat tetapi juga mendorong kewarasan, menciptakan motivasi, dan menginspirasi perubahan dalam perilaku masyarakat. Hal ini menjadikan pengadaan materi sebagai salah satu faktor terpenting dalam menentukan kesuksesan program komunikasi kesehatan, kesejahteraan, atau terapeutik.

Namun, efektivitas penyampaian tidak hanya ditentukan oleh model dan pola kerangka; hal ini juga sangat dipengaruhi oleh bahasa, gender, dan media yang digunakan. Tujuan dari aspek ketiga ini adalah untuk membuat pesan menjadi lebih jelas, lebih mudah dipahami, dan lebih mudah dipahami oleh audiens sehingga tujuan komunikasi dapat tercapai dengan cara yang terbaik.

Bahasa, Gaya, dan Media Pendukung

Tidak cukup hanya memastikan bahwa materi tersebut akurat; penting juga untuk mempertimbangkan cara penyajiannya agar mudah dipahami dan bertahan lama. Tiga aspek penting yang mendukung hal ini adalah **bahasa**, yang menunjukkan kejelasan makna; **gaya**, yang memengaruhi daya tarik dan kekuatan persuasif; serta

media pendukung, yang kuat dan membantu memvisualisasikan materi yang dibahas. Hal ini harus dipertimbangkan dengan cermat dalam semua bentuk komunikasi, termasuk yang berkaitan dengan kesehatan.

Pembahasan mengenai bahasa, gaya, dan media pendukung dalam penyusunan materi pada bagian berikut merujuk pada pemikiran (Bajari, 2022), sehingga memberikan pijakan teoritis yang kuat sekaligus relevansi praktis dalam konteks komunikasi kesehatan.

1. Bahasa

Alat utama untuk memahami pesan adalah bahasa.

Prinsip-prinsip penggunaan bahasa meliputi kejelasan, kejelasan, dan efisiensi (tidak bertele-tele), serta menekankan pentingnya penggunaan aktif dibandingkan pasif.

Pemilihan kata harus sesuai dengan tingkat pemahaman audiens agar pesan tidak menimbulkan tafsir yang tidak diinginkan.

2. Gaya

Gaya penyampaian pesan digunakan untuk meningkatkan efektivitas komunikasi dan daya tarik.

Di antara teknik penggunaan bahasa adalah paralelisme, metafora, inversi, pengulangan, dan gaya naratif.

Komunikasi lisan berbeda dengan komunikasi tertulis karena yang pertama lebih personal dan interaktif, sedangkan yang kedua lebih formal dan terstruktur.

Fungsi gaya meliputi persuasi, penjelasan, dan dorongan, serta meningkatkan daya persuasif argumen.

3. Media Pendukung

Tujuan media adalah untuk memudahkan audiens memahami konten.

Bentuk media dapat berupa verbal (teks), nonverbal (gambar, simbol), visual, atau audiovisual.

Pemilik media harus mempertimbangkan karakteristik audiens, ketersediaan sarana, dan tujuan komunikasi.

Menggabungkan media interaktif (seperti *role-play*, simulasi, dan kuis) dapat meningkatkan retensi pasien dan keterlibatan.

Tiga faktor utama yang menentukan efektivitas penyampaian materi adalah bahasa, gaya, dan media. Sangat penting untuk memastikan bahwa pesan tidak hanya akurat tetapi juga jelas, mudah dipahami, dan dapat dimengerti oleh audiens. Setelah memahami pentingnya ketiga aspek tersebut, langkah selanjutnya adalah melakukan revisi dan penyampaian ulang untuk memastikan bahwa materi yang telah dibahas sebelumnya dapat disajikan secara lebih komprehensif, terorganisir, dan mudah dibaca.

Revisi dan Latihan Penyampaian

Persiapan yang matang sangat penting dalam menyajikan presentasi yang efektif. Faktor utama yang dapat meningkatkan kualitas presentasi adalah:

1. Review Ulang Isi Materi: Menyoroti pentingnya proses refleksi diri dalam meningkatkan keterampilan presentasi. Melalui praktik pengamatan, umpan balik, dan refleksi, tenaga kesehatan tidak hanya meningkatkan keterampilan presentasi mereka tetapi juga menjadi lebih percaya diri dan tangguh saat menerima umpan balik. Proses ini membantu mereka

memastikan bahwa materi yang dipaparkan akurat dan relevan (Lim et al., 2024).

2. Latihan (Rehearsal): Menunjukkan bahwa instruksi berbasis realitas virtual (VR) dapat meningkatkan keterampilan presentasi. Peserta yang mengikuti pelatihan VR melaporkan penjelasan dan analisis yang lebih baik dari penonton. Studi ini membantu siswa mengidentifikasi kekuatan dan kelemahan mereka dalam materi mereka sendiri (Bachmann et al., 2023).
3. Simulasi Presentasi: Menggunakan umpan balik berbasis komputer untuk mengembangkan keterampilan presentasi teks melalui realitas virtual. Simulasi ini memberikan peserta kesempatan untuk bersantai dalam lingkungan yang aman dan mendukung (Valls-Ratés et al., 2022).

Melalui tinjauan materi, pelatihan yang efektif, dan simulasi presentasi, kualitas pekerjaan dapat ditingkatkan. Kumpulan aturan ini mendorong peserta untuk lebih jujur dan percaya diri saat berkomunikasi dengan audiens. Hal ini menunjukkan bahwa persiapan bahan/materi tidak hanya meningkatkan keberhasilan penyampaian informasi, tetapi juga memiliki implikasi langsung terhadap profesionalisme, efektivitas komunikasi, dan efisiensi kerja tenaga kesehatan di berbagai forum pendidikan dan klinis.

Implikasi Persiapan Materi bagi Tenaga Kesehatan

Persiapan materi yang matang memiliki peran penting dalam praktik tenaga kesehatan, baik dalam konteks seminar profesional dan pendidikan maupun dalam interaksi informal dengan pasien.

Tabel 4.2. Implikasi Persiapan Materi bagi Tenaga Kesehatan

Efektivitas Komunikasi dengan Pasien/Keluarga Pasien	Menunjukkan bahwa pelatihan keterampilan komunikasi dapat meningkatkan produktivitas kerja dan rasa percaya diri. Program yang menangani masalah konseptual dan mendorong kesempatan untuk belajar dari pengalaman dapat efektif dalam mengajarkan keterampilan komunikasi bagi tenaga kesehatan (Mata et al., 2021).
Efisiensi Waktu dalam Seminar/Workshop	Profesionalisme dalam pendidikan kesehatan dapat meningkatkan efektivitas seminar dan lokakarya. Keterampilan yang memadai memungkinkan dokter dan tenaga kesehatan untuk menjelaskan materi secara lebih terstruktur, ringkas, dan tepat sasaran, sehingga mengurangi waktu yang dibutuhkan untuk penjelasan yang tidak jelas atau tidak relevan. Penerapan prinsip profesional ini tidak hanya membuat kegiatan lebih efisien, tetapi juga memastikan bahwa siswa belajar lebih efektif dalam waktu yang lebih singkat (Byyny et al., 2015).
Kredibilitas dan Profesionalisme Tenaga Kesehatan	Kredibilitas dan profesionalisme tenaga kesehatan merupakan aspek penting dalam membangun kepercayaan audiens. Dokumen <i>Medical Professionalism: Best Practices</i> yang diterbitkan oleh Alpha Omega Alpha Honor Medical Society menekankan bahwa praktik

di Mata Audiens	terbaik dalam profesionalisme medis dapat meningkatkan persepsi positif audiens terhadap tenaga kesehatan. Profesionalisme yang baik, termasuk sikap, etika, dan cara komunikasi, menjadikan tenaga kesehatan lebih dihargai, dipercaya, serta diakui kompetensinya dalam lingkungan akademik maupun klinis (Meltareza et al., 2024)
------------------------	--

Studi Kasus atau Contoh Praktik

Seorang dokter yang memberikan edukasi kesehatan tentang hipertensi kepada pasien dan keluarga mereka dapat menjadi contoh bagaimana menyampaikan informasi penting secara terstruktur. Dengan menggunakan materi yang telah disajikan secara jelas dan ringkas, seperti penyebab hipertensi, faktor risiko, pilihan gaya hidup sehat, dan bahkan durasi pencegahan, dokter dapat menjelaskan hal-hal tersebut dengan jelas dan ringkas. Audiens pun dapat merespons penjelasan tersebut tanpa merasa terpaksa melakukannya, karena pemahaman mereka didasarkan pada penelitian sistematis.

Sebaliknya, jika presentasi dilakukan tanpa persiapan yang matang, alur penyampaiannya tidak teratur. Tenaga kesehatan cenderung berbicara secara melompat-lompat, beberapa detail penting terlewat, dan waktu seringkali tidak terkendali. Akibatnya, audiens kehilangan fokus, sulit memahami pesan utama, dan mungkin meragukan profesionalisme pembicara. Perbandingan ini menunjukkan bahwa bahan penelitian yang baik tidak hanya meningkatkan kejelasan informasi tetapi juga meningkatkan efisiensi waktu dan kredibilitas penyedia layanan kesehatan.

Kesimpulan

Persiapan materi merupakan landasan utama kesuksesan dalam berbicara di depan umum, terutama bagi tenaga kesehatan yang bertindak sebagai penyampai informasi. Kejelasan yang terstruktur, struktur yang baik, dan latihan yang teratur dapat meningkatkan efektivitas penyampaian pesan, efisiensi penggunaan waktu, dan kredibilitas di mata audiens. Tanpa persiapan yang matang, presentasi berisiko menjadi tidak terarah, kehilangan fokus, dan gagal mencapai tujuan.

Dengan menyediakan konten yang jelas, memilih model dan pola penyajian yang tepat, serta memanfaatkan bahasa, humor, dan media secara efektif, tenaga kesehatan dapat berkomunikasi dengan orang lain secara lebih profesional dan meyakinkan. Latihan, simulasi, dan revisi penyampaian membantu memperkuat kepercayaan diri pembicara sambil mengurangi kecemasan saat tampil di depan audiens.

Pada akhirnya, bahan penelitian yang baik tidak hanya berkontribusi pada peningkatan informasi kesehatan, tetapi juga memiliki implikasi jangka panjang bagi pertumbuhan profesional, efektivitas komunikasi, dan pencapaian tujuan pendidikan di lingkungan akademik dan klinis. Oleh karena itu, keterampilan penguasaan sangat penting dalam pelayanan kesehatan agar dapat mengendalikan komunikasi di era modern.

Daftar Pustaka

- Bachmann, M., Subramaniam, A., Born, J., & Weibel, D. (2023). Virtual reality *public speaking* training: Effectiveness and user technology acceptance. *Frontiers in Virtual Reality*, 4, 1242544. <https://doi.org/10.3389/frvir.2023.1242544>
- Bajari, A. (2022). Strategi Pesan dalam Perencanaan Komunikasi. <https://www.researchgate.net/publication/358727231>
- Byyny, R. L., Papadakis, M. A., & Paauw, D. S. (Eds). (2015). Medical professionalism: Best practices. Alpha Omega Alpha Honor Medical Society.
- Fauziah, A. R., & Utomo, U. H. N. (n.d.). The Effectiveness of Public Speaking Training to Improve.
- Gustianing, D., Yuniarti, E. P., Bastian, A. A., & Sugiharto, P. A. (2024). Enhancing Public Speaking To English For Young Learners Via Extemporaneous Speech: A Comprehensive Approach Using Speaking Evaluation Criteria. 3(1).
- Lim, C. I., Warrie, P., Chin, B. L. F., & Wong, W. K. (2024). Enhance Learning of Presentation Skills Through Interactive Peer Observation, Feedback and Reflection. *Proceedings of The International Academic Conference on Teaching, Learning and Education*, 1(1), 32–44. <https://doi.org/10.33422/tleconf.v1i1.296>
- Mata, Á. N. D. S., De Azevedo, K. P. M., Braga, L. P., De Medeiros, G. C. B. S., De Oliveira Segundo, V. H., Bezerra, I. N. M., Pimenta, I. D. S. F., Nicolás, I. M., & Piuvezam, G. (2021). Training in communication skills for self-efficacy of health professionals: A systematic review. *Human Resources for Health*, 19(1), 30. <https://doi.org/10.1186/s12960-021-00574-3>
- Meltareza, R., Assidiqi, M. R., Paula, Z., Nadiah, S., & Anggraeni, D. (2024). BERBICARA LEBIH EFEKTIF: PELATIHAN PUBLIC SPEAKING BAGI SISWA SMA KOTA BANDUNG.

- Tarbani, H. N., Utami, P. P., & Santika, T. (2024). PUBLIC SPEAKING ANXIETY DURING ORAL PRESENTATION: FACTORS AFFECTING AND HOW STUDENTS OVERCOME IT. *JUDIKA (JURNAL PENDIDIKAN UNSIKA)*, 12(2), 223–236.
<https://doi.org/10.35706/judika.v12i2.11850>
- Valls-Ratés, Ī., Niebuhr, O., & Prieto, P. (2022). Unguided virtual-reality training can enhance the oral presentation skills of high-school students. *Frontiers in Communication*, 7, 910952.
<https://doi.org/10.3389/fcomm.2022.910952>
- Wati, N. L., Yosep, I., Dharmansyah, D., & Ibrahim, M. (2021). The Influences of “Public Speaking-Attractive Training” to the Public Speaking Anxiety (PSA). *KnE Life Sciences*, 454–461.
<https://doi.org/10.18502/kls.v6i1.8634>

Profil Penulis



Dr. Nunun Tri Widarwati, M.Hum.

Lahir di Sukoharjo pada tanggal 6 Juli 1963, merupakan Dosen Pendidikan Bahasa Inggris Universitas Veteran Bangun Nusantara Sukoharjo. Telah menempuh pendidikan di S1 Sastra Inggris Universitas Sebelas Maret Surakarta, S2 Linguistik Penerjemahan Universitas Sebelas Maret, S3 Linguistik Penerjemahan di Universitas Sebelas Maret Surakarta. Mata Kuliah yang diampu Penulis antara lain Vocabulary Building, Translation, Speaking For Everyday Communication, Speaking For Formal Setting. Karya buku antara lain Buku pembelajaran Bahasa Inggris pada anak dari teori ke praktik, Buku ungkapan penerjemahan kelas sosial dan gender novel Pramoedya Ananta Toer Tahun 2021, Buku Speaking effectively for formal setting, Buku Menulis dan Menerbitkan artikel Jurnal tahun 2022, English for Classroom interaction tahun 2023, English for Social Interaction tahun 2024. Beberapa karya kajian teknik penerjemahan yang pernah dipublikasikan antara lain Solo Calendar Event 2019, Cerita Bergambar Widget dan Novel Gadis Pantai, penelitian Ideologi penerjemahan, penelitian keakuratan penerjemahan cerita Dorothy and mikey tahun 2020. kegiatan pengabdian antara lain peningkatan berbicara bahasa Inggris, Budidaya Hidroponik dan Branding Batik Tulis , Pelatihan Bahasa Inggris Guru TK dan PAUD, Pelatihan kelas kata Ibu Guru TK, Pelatihan Vocabulary building Ibu Guru TK tahun 2022, Pelatihan Word Formation Tahun 2023, Pelatihan Welcoming Speech Tahun 2024. e-mail : nunun6323@gmail.com

TEKNIK MEMBUKA DAN MENUTUP PRESENTASI

Nur Arofah, SKM., M.K.M.

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Cirebon

Pendahuluan

kemampuan berbicara di depan umum (*public speaking*) menjadi bagian penting dari profesi kesehatan. Mulai dari memberi edukasi pasien, presentasi ilmiah, pelatihan antar staf, hingga kebijakan kesehatan masyarakat, semua memerlukan penyampaian pesan yang jelas dan efektif. Dua bagian yang sangat menentukan keberhasilan sebuah presentasi adalah membuka (*opening*) dan menutup (*closing*) presentasi.

Opening berfungsi untuk menarik perhatian audiens, membangun kredibilitas pembicara, dan menetapkan arah atau tujuan presentasi. *Closing*, di sisi lain, merangkum pesan utama, meninggalkan kesan yang kuat, dan memberikan motivasi atau ajakan tindakan. Tanpa *opening* dan *closing* yang baik, materi yang sangat baik sekalipun bisa kurang diingat atau kurang berdampak.

Beberapa penelitian terbaru memperlihatkan betapa tenaga kesehatan (termasuk mahasiswa, dokter, perawat) merasa cemas atau kurang percaya diri saat menyampaikan presentasi, terutama dalam aspek struktur presentasi dan teknik penyampaian (Wati et al., 2023). Pendidikan yang berkelanjutan dan latihan reflektif

terbukti meningkatkan keterampilan presentasi dalam aspek-aspek seperti kejelasan penyampaian, kontak mata, bahasa tubuh, dan kesimpulan yang efektif (Benning et al., 2025). Selain itu, program yang menggunakan strategi nyata yang melibatkan kesadaran tubuh, visualisasi, gestur, terbukti mengurangi kecemasan berbicara di depan umum dan meningkatkan efektivitas komunikasi (Garcia-Monge et al., 2023)

Hakikat Presentasi dalam Dunia Kesehatan

1. Pengertian dan Tujuan Presentasi

Presentasi adalah proses penyampaian informasi atau gagasan kepada audiens dengan tujuan memengaruhi, menginspirasi, atau mendidik. Dalam bidang kesehatan, presentasi sering dilakukan dalam berbagai konteks, seperti seminar ilmiah, pelatihan klinis, penyuluhan masyarakat, maupun rapat koordinasi antarprofesi.

Tujuan utama presentasi tenaga kesehatan adalah menyampaikan pesan secara akurat, mudah dipahami, dan relevan dengan kebutuhan audiens (Lundeby et al., 2023). Di sisi lain, presentasi juga menjadi sarana membangun kepercayaan publik dan memperkuat citra profesionalisme tenaga kesehatan.

2. Komponen Utama dalam Presentasi

Presentasi yang efektif terdiri atas tiga bagian penting, yaitu pembukaan (*opening*), isi (*body*), dan penutupan (*closing*).

- a. Pembukaan berfungsi menarik perhatian audiens dan membangun suasana positif.
- b. Isi menyampaikan inti pesan atau informasi utama secara sistematis.

- c. Penutupan memperkuat kesan terakhir dengan menegaskan kembali pesan kunci dan memberikan ajakan tindak lanjut.

Baik pembukaan maupun penutupan memiliki peran strategis dalam keberhasilan presentasi karena dua bagian ini paling diingat oleh audiens. Secara psikologis, first impression dan last impression memengaruhi penilaian audiens terhadap pembicara (Samir et al., 2025).

Prinsip Komunikasi Efektif dalam Persentasi

Komunikasi efektif adalah kemampuan menyampaikan pesan dengan cara yang mudah diterima, dipahami, dan menimbulkan respons positif. Dalam konteks tenaga kesehatan, komunikasi yang baik mencerminkan empati, profesionalisme, dan kejelasan pesan.

Menurut BMC Medical Education pelatihan komunikasi efektif harus menekankan aspek perilaku (*behavioral change*), kepercayaan diri (*self-efficacy*), dan sikap positif terhadap audiens (Peimani et al., 2025). Prinsip-prinsip komunikasi efektif dalam pembukaan dan penutupan presentasi antara lain:

1. Kejelasan (*Clarity*): Gunakan bahasa yang sederhana dan mudah dipahami oleh audiens, hindari istilah medis yang terlalu teknis tanpa penjelasan.
2. Empati (*Empathy*): Tunjukkan kepedulian dan perhatian terhadap kebutuhan audiens.
3. Relevansi (*Relevance*): Hubungkan materi dengan pengalaman atau kondisi nyata audiens.
4. Kredibilitas (*Credibility*): Sampaikan fakta dan data yang valid untuk membangun kepercayaan.

5. Keterlibatan (*Engagement*): Ajak audiens berpartisipasi melalui pertanyaan, refleksi, atau humor ringan.

Penelitian Chen menegaskan bahwa pelatihan komunikasi asertif dan empatik sangat penting bagi tenaga kesehatan agar mampu menyampaikan pesan dengan percaya diri dan tetap menghormati audiens. Pendekatan ini relevan pula dalam konteks presentasi, terutama ketika membangun suasana pembukaan yang positif dan penutupan yang inspiratif (Chen et al., 2023).

Teknik Membuka Persentasi

Pembukaan presentasi adalah momen paling krusial karena menentukan apakah audiens akan tertarik untuk mendengarkan lebih lanjut. Studi yang dilakukan oleh Kwon menunjukkan bahwa pembicara yang mampu membuka presentasi dengan menarik cenderung mendapatkan perhatian lebih besar dan menurunkan tingkat kecemasan berbicara di depan umum (Kwon et al., 2025).

1. Tujuan Pembukaan Presentasi

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Alhazmi, tujuan pembukaan presentasi adalah:

- a. Menarik perhatian audiens.
- b. Membangun kredibilitas pembicara.
- c. Menjelaskan tujuan presentasi.
- d. Menyiapkan audiens untuk menerima pesan utama.

Pembukaan yang efektif harus singkat, jelas, dan relevan dengan topik. Hindari pembukaan yang terlalu panjang atau penuh informasi yang belum dibutuhkan audiens di awal (Alhazmi et al., 2022).

2. Strategi Membuka Presentasi yang Menarik

Ada beberapa strategi pembukaan yang umum digunakan dan terbukti efektif dalam menarik perhatian audiens di bidang kesehatan:

a. Kutipan atau Fakta Statistik

Pembicara dapat memulai dengan kutipan atau data menarik yang relevan dengan tema kesehatan.

Contoh: *“Menurut WHO, sekitar 80% kasus penyakit jantung dapat dicegah dengan perubahan gaya hidup sederhana. Hari ini, kita akan membahas bagaimana peran edukasi pasien dapat mendorong perubahan tersebut.”*

b. Cerita atau Studi Kasus

Cerita nyata atau studi kasus klinis efektif untuk membangun kedekatan emosional.

Contoh: *“Beberapa waktu lalu, seorang pasien datang dengan gejala yang tidak biasa. Dari kasus itu, saya belajar bahwa komunikasi efektif dapat menentukan keselamatan pasien.”*

c. Pertanyaan Retoris

Pertanyaan dapat menggugah rasa ingin tahu audiens.

Contoh: *“Berapa banyak dari kita yang pernah gugup saat menyampaikan laporan pasien di depan tim medis?”*

d. Humor Ringan dan Relevan

Humor yang sesuai konteks dapat mencairkan suasana, tetapi harus sopan dan tidak menyinggung pihak tertentu.

e. Visual atau Video Singkat

Dalam pelatihan komunikasi modern, penggunaan media visual seperti video atau gambar ilustratif di awal terbukti meningkatkan atensi audiens (Fernández-Alcántara et al., 2025).

3. Prinsip Pembukaan yang Efektif dalam Konteks Tenaga Kesehatan

Dalam bidang kesehatan, pembukaan yang ideal tidak hanya menarik tetapi juga mencerminkan nilai profesionalisme dan empati. Misalnya, dalam pelatihan *Basic Life Support* (BLS), pembicara dapat membuka dengan data angka kejadian henti jantung dan pentingnya peran tenaga kesehatan dalam respons cepat.

Contoh pembukaan:

“Tahukah Anda bahwa setiap menit keterlambatan dalam melakukan resusitasi dapat menurunkan peluang hidup pasien hingga 10%? Hari ini kita akan membahas bagaimana komunikasi efektif antar tim dapat menyelamatkan nyawa.”

Pembukaan seperti ini tidak hanya menarik tetapi juga langsung mengaitkan topik dengan tanggung jawab profesional audiens.

Teknik Menutup Presentasi

1. Pentingnya Menutup Presentasi

Jika pembukaan menentukan kesan pertama, maka penutupan menentukan kesan terakhir yang tertinggal di benak audiens. Penutupan yang baik memastikan pesan utama tersampaikan dengan jelas dan meninggalkan dampak emosional atau intelektual (Stephen & Paul, 2020).

Bagi tenaga kesehatan, penutupan berfungsi untuk memperkuat pesan kesehatan, mengajak audiens berpartisipasi, dan menegaskan komitmen bersama terhadap peningkatan kesehatan masyarakat. Tanpa penutupan yang terstruktur, audiens dapat kehilangan arah pesan dan lupa pada inti pembicaraan.

2. Strategi Penutupan yang Efektif

Beberapa strategi yang dapat digunakan untuk menutup presentasi dengan kuat, antara lain:

a. Merangkum Poin Utama

Pembicara perlu menegaskan kembali inti materi, misalnya: *“Hari ini kita telah belajar bahwa pencegahan lebih baik daripada pengobatan. Dengan pola hidup sehat, kita tidak hanya memperpanjang usia, tetapi juga meningkatkan kualitas hidup.”*

b. Ajakan untuk Bertindak (*Call to Action*)

Ajakan tindakan efektif untuk mengubah perilaku kesehatan, seperti: *“Mulailah dari diri kita sendiri, pastikan setiap keluarga memiliki kebiasaan sarapan sehat setiap pagi.”*

c. Kutipan atau Pesan Inspiratif

Penutupan dengan kutipan memberi kesan mendalam, contohnya: *“Sehat bukan hanya tentang tidak sakit, tetapi tentang kemampuan menikmati hidup sepenuhnya.”*

d. Ucapan Terima Kasih dan Penghargaan

Mengakhiri dengan apresiasi yang tulus kepada audiens, panitia, dan rekan kerja menunjukkan sikap profesional.

e. Kembali ke Pembukaan (*Circular Closing*)

Strategi ini menutup dengan kembali ke cerita atau data awal, sehingga menciptakan alur yang utuh.

3. Contoh Penutupan Presentasi Kesehatan

“Bapak dan Ibu, seperti yang saya sampaikan di awal, satu dari empat kematian di Indonesia disebabkan oleh penyakit jantung. Namun, dengan edukasi dan perubahan gaya hidup, angka ini bisa kita tekan bersama. Mari kita mulai dari langkah kecil, karena kesehatan masyarakat dimulai dari kesadaran individu. Terima kasih atas perhatian dan semangat Bapak/Ibu hari ini.”

Kesalahan yang Sering Terjadi dalam Membuka dan Menutup Persentasi

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Clarke kesalahan umum yang terjadi dalam pembukaan dan penutupan presentasi tenaga kesehatan:

1. Pembukaan kurang menarik atau tidak ada “cerita” yang mengaitkan

Karena peserta memberikan nilai rendah pada kemampuan storytelling, maka pembukaan sering gagal menarik perhatian audiens secara emosional atau relevan dengan audiens.

2. Format slide yang monoton di awal atau akhir

Karena banyak menggunakan teks dan *bullet-point*, pembukaan atau penutupan bisa terkesan datar, tidak berdampak, dan kurang “mengajak” audiens berpikir atau bertindak.

3. Kurangnya persiapan untuk bagian pembukaan atau penutupan

Hambatan “kurangnya pelatihan” menunjukkan bahwa banyak pembicara tidak dilatih khusus bagaimana merancang pembukaan yang kuat atau penutupan yang berkesan, sehingga bagian penutup bisa saja hanya formalitas (“terima kasih”) tanpa rangkuman atau ajakan.

4. Penutupan yang kurang menunjuk ke tindakan atau refleksi

Karena keterbatasan kemampuan penyaji dan format yang biasa dipakai, penutupan sering kali tidak memuat ajakan konkret, refleksi, atau penguatan pesan utama, akhirnya audiens mungkin lupa poin yang ingin disampaikan.

5. Kesulitan menghadapi audiens atau adaptasi konteks pembukaan/penutupan

Karena tema “kemampuan komunikasi efektif” muncul sebagai kebutuhan, ini mengindikasikan bahwa pembicara mungkin kurang mengadaptasi pembukaan/penutupan berdasarkan karakteristik audiens (misalnya tingkat pengetahuan, konteks klinis, atau edukasi) (Clarke et al., 2022).

Tips dan Latihan Praktis bagi Tenaga Kesehatan

1. Latihan Pembukaan
 - a. Rekam diri saat menyampaikan pembukaan dengan berbagai gaya (data, cerita, pertanyaan).
 - b. Minta rekan sejawat menilai kesan pertama dan kejelasan pesan.

- c. Ubah gaya suara, ekspresi, dan tempo agar sesuai dengan karakter audiens (misalnya pasien umum, mahasiswa, atau profesional medis).
2. Latihan Penutupan
- a. Buat tiga versi penutupan: versi informatif, persuasif, dan inspiratif.
 - b. Pilih versi yang paling sesuai dengan tujuan presentasi.
 - c. Gunakan *pause* (jeda singkat) sebelum kalimat terakhir untuk menekankan pesan utama.
3. Kesiapan Emosional dan Bahasa Tubuh

Komunikasi nonverbal seperti kontak mata, senyuman, dan gestur tangan memainkan peran besar dalam membangun kepercayaan audiens. Tenaga kesehatan perlu menjaga bahasa tubuh yang terbuka, postur tegap, dan ekspresi wajah bersahabat.

Daftar Pustaka

- Alhazmi, T., Alraddadi, A. K., Alabdulkarim, H. I., & Al-Rowais, N. A. (2022). Public Speech Anxiety among Medical Residency Trainees in Riyadh . *Health Psychology Research*, 10(4), 1. <https://doi.org/10.52965/001c.38354>
- Benning, T. J., Greenmyer, J. R., Castillo, R. M., Homme, J. L., Hall, D. J., & Homme, J. H. (2025). Longitudinal Improvement in Public Speaking Skills Through Participation in a Resident Public Speaking Curriculum. *Academic Pediatrics*, 25(1), 102559. <https://doi.org/10.1016/j.acap.2024.08.004>
- Chen, H.-W., Wu, J.-C., Kang, Y.-N., Chiu, Y.-J., & Hu, S. H. (2023). Assertive communication training for nurses to speak up in cases of medical errors: A systematic review and meta-analysis. *Nurse Education Today*, 126, 105831. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2023.105831>
- Clarke, M. A., Hagggar, F. L., Branecki, C. E., Welniak, T. J., Smith, M. P., Vasistha, S., & Love, L. M. (2022). Determining presentation skills gaps among healthcare professionals. *Journal of Visual Communication in Medicine*, 45(4), 242–252. <https://doi.org/10.1080/17453054.2022.2092458>
- Fernández-Alcántara, M., Escribano, S., Juliá-Sanchis, R., Castillo-López, A., Pérez-Manzano, A., Macur, M., Kalender-Smajlović, S., García-Sanjuán, S., & Cabañero-Martínez, M. J. (2025). Virtual Simulation Tools for Communication Skills Training in Health Care Professionals: Literature Review. *JMIR Medical Education*, 11, e63082–e63082. <https://doi.org/10.2196/63082>
- García-Monge, A., Guijarro-Romero, S., Santamaría-Vázquez, E., Martínez-Álvarez, L., & Bores-Calle, N. (2023). Embodied strategies for *public speaking* anxiety: evaluation of the Corp-Oral program. *Frontiers in Human Neuroscience*, 17. <https://doi.org/10.3389/fnhum.2023.1268798>

- Kwon, E., Asri, R., Grachan, J., & Traba, C. (2025). The Voice of Physicians: The Essential Role of Public Speaking in Medical Training. *Medical Science Educator*, 35(4), 1887–1892. <https://doi.org/10.1007/s40670-025-02419-3>
- Peimani, M., Tanhapour, M., Majlesi, M., & Nasli-Esfahani, E. (2025). Training in communication skills for healthcare providers in chronic care: a systematic review. *BMC Medical Education*, 25(1), 1314. <https://doi.org/10.1186/s12909-025-07797-1>
- Samir, M. M., Eisa, N. M., Khaled, H., Syed, W., Al-Rawi, M. B. A., Warda, A. E. A., Kamal, N. M., Mahmoud, R. S., & Refaee, A. SH. (2025). The impact of communication skills training on patient-centered attitude and patient satisfaction: A longitudinal study of Egyptian physicians. *Preventive Medicine Reports*, 55, 103117. <https://doi.org/10.1016/j.pmedr.2025.103117>
- Stephen, L., & Paul, S. (2020). *The Art Of Public Speaking*. McGraw-Hill Education.
- Wati, N. L., Asmarawati, A., Yosep, I., Hikmat, R., Sansuwito, T. Bin, & Rusmita, E. (2023). Qualitative Research on Obstacles and Hesitates of Healthcare Students Before Public Speaking for Supporting Health Promotion. *International Journal of Nursing Information*, 2(1), 7–12. <https://doi.org/10.58418/ijni.v2i1.50>

Profil Penulis



Nur Arofah, SKM., M.K.M.

Penulis lahir di Kuningan pada 31 Oktober 1996. Menyelesaikan pendidikan S1 Kesehatan Masyarakat di STIKes Cirebon (Program RPL) tahun 2019 dan S2 Kesehatan Masyarakat di Universitas Bakti Husada Indonesia tahun 2022.

Saat ini penulis merupakan Dosen Tetap Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat serta menjabat sebagai Kepala Bagian Administrasi Umum di STIKes Cirebon.

Penulis telah memperoleh Certified Public Speaking (C.PS) pada tahun 2023 dan Certified Master of Ceremony (C.MC) pada tahun 2025.

Selain aktif dalam kegiatan akademik, penelitian, dan pengabdian kepada masyarakat, penulis juga memiliki minat dalam bidang komunikasi publik dan pengembangan profesional di lingkungan pendidikan tinggi.

Email Penulis : arofah.stikesrb@gmail.com

KOMUNIKASI NONVERBAL: BAHASA TUBUH, EKSPRESI DAN GESTUR

Dr. Drs. I Wayan Wirta, M.Si.

Universitas Hindu Negeri I Gusti Bagus Sugriwa Denpasar

Pendahuluan

Public speaking mengandung arti berbicara di depan umum. Berbicara sudah barang tentu menggunakan komunikasi verbal, yaitu komunikasi dengan bahasa ataupun kata-kata. *Public speaking* adalah seni berpidato di hadapan audiens (Oktaviani & Rusdi, 2029). “*Public speaking* adalah seni berbicara di depan umum tentang suatu hal/topik tertentu secara lisan, dengan tujuan mempengaruhi, mengajak, mendidik, mengubah opini, memberikan penjelasan dan memberikan informasi” (Wijaya & Setiawan, 2007:2; Tim Penulis, 2011). Berdasarkan kedua pernyataan tersebut, *public speaking* adalah seni berbicara di depan umum, yang sering diterjemahkan : kemahiran berpidato di depan umum. Istilah yang identik dengan *public speaking* adalah retorika, dari kata “*rhetor*” (bahasa Yunani) atau *orator* dalam bahasa Inggris, berarti orang yang mahir berbicara di depan umum (Sunarjo & Sunarjo, 1983). Demikian juga halnya bagi petugas di bidang kesehatan, seperti : dokter, perawat, petugas administrasi, pelayan kesehatan, apoteker dan lain-lain sebagai garda terdepan yang berhadapan langsung dengan pasien. Selain

menggunakan komunikasi verbal, komunikasi nonverbal pun tidak dapat diabaikan begitu saja dalam *public speaking*. Sambil berbicara, gerakan nonverbal pun spontanitas ikut mempertegas isi pesan yang disampaikan. Komunikasi nonverbal suatu gerakan yang berlangsung tanpa disadari, gerakan reflek menyertai pesan-pesan verbal. Komunikasi verbal dan nonverbal merupakan satu-kesatuan yang tak terpisahkan, bekerjasama untuk menciptakan suatu makna (Ngalimun, 2017). Dengan demikian *public speaking* tidak hanya sebatas komunikasi verbal, namun komunikasi nonverbal pun menjadi sesuatu yang berperan penting yang perlu mendapat perhatian.

Komunikasi adalah proses pengoperan pesan, baik pesan-pesan verbal maupun nonverbal. Dalam dunia keperawatan, komunikasi merupakan elemen penting yang memungkinkan perawat memahami kebutuhan pasien, meningkatkan kepuasan pasien, meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan dan mampu memberi edukasi kesehatan terhadap pasien yang justru akan mendukung proses penyembuhan. Komunikasi bukan hanya sekedar perkara sederhana, yang menghubungkan kedua belah pihak dalam peningkatan kualitas pelayanan prima. Komunikasi nonverbal juga digunakan untuk mengurangi kecemasan dan stres pada pasien. Membangun komunikasi sangat penting dilakukan oleh pihak tenaga keperawatan sebagai komunikator dalam menghadapi beranekaragam karakter pasien yang cenderung dipicu oleh kecemasan, kekawatiran, kegalauan, tekanan beban biaya yang cukup memberatkan, biaya yang sangat mahal selama dalam proses pemulihan kembali kesehatannya. Pemikiran seperti ini terkadang memicu perilaku emosional pasien dan keluarga pasien, jika pelayanan perawat dan dokter kurang simpatik. Komunikasi merupakan bagian esensial,

bagian sentral yang tidak terpisahkan dalam pekerjaan sehari-hari sebagai seorang perawat dalam hubungannya antar manusia, terutama dalam memberikan pelayanan dalam bidang keperawatan (Susilowati, 2022). Komunikasi menjadi kebutuhan dasar berperan krusial dalam membangun hubungan harmonis dan efektif antara perawat, pasien serta tim medis lainnya (Winarni Wartiningsih dkk., 2025). Dalam komunikasi verbal seorang perawat harus memiliki kejelasan berbicara untuk menghindari kesalahpahaman, dengan dukungan komunikasi nonverbal, seperti : bahasa tubuh yang terbuka dan ramah, ekspresi wajah, gestur (gerakan lengan dan tangan) dan intonasi suara yang empati akan membuat pasien terasa nyaman. Perawat harus lihai memberikan penjelasan mengenai prosedur medis yang akan membantu pasien memahami dengan baik apa yang harus dilakukan untuk mempercepat proses penyembuhan. Dengan demikian penggunaan komunikasi, baik komunikasi verbal maupun nonverbal penting dilakukan oleh seorang perawat dalam menjalankan tugas-tugasnya keseharian dalam menghadapi pasien, yang tanpa disadari kedua jenis komunikasi itu, baik verbal maupun nonverbal bersinergi dan berjalan bersamaan.

Dalam bidang keperawatan, petugas kesehatan harus mampu melakukan keterampilan komunikasi nonverbal. Seringkali kurang disadari, namun dalam konteks keperawatan komunikasi nonverbal memiliki pengaruh besar, mencakup : gerakan tubuh, ekspresi wajah, gestur, kontak mata, nada suara, serta jarak interpersonal menjadi jembatan penting dalam membangun hubungan terapeutik antara perawat dan pasien (Winarni Wartiningsih dkk., 2025). Dalam meningkatkan kualitas pelayanan, komunikasi nonverbal memiliki peran penting mempengaruhi kondisi psikologis yang berbeda-beda pada setiap pasien yang datang (Novitriani, 2022). Pesan

verbal akan semakin jelas, jika dilengkapi komunikasi nonverbal. Dalam interaksi sosial ternyata lebih banyak melibatkan aspek komunikasi nonverbal, dibandingkan komunikasi verbal. Komunikasi nonverbal lebih jujur mengungkapkan isi pesan daripada kata-kata yang diucapkan. Oleh karena itu, betapa pentingnya kehadiran komunikasi nonverbal dalam proses komunikasi, untuk melengkapi pesan-pesan verbal agar pesan semakin jelas. Sesungguhnya pesan-pesan verbal sudah cukup mewakili apa yang dimaksud pemberi pesan, namun terkadang kurang jelas bagi pihak penerima pesan. Tampilan pembicara terkesan kaku, kurang fleksibel jika tanpa dilengkapi pesan nonverbal. Pesan akan semakin jelas, jika komunikasi verbal dilengkapi komunikasi nonverbal, yang lebih menyentuh perasaan dan mempertegas konteks yang lebih akurat. Komunikasi nonverbal bukan hanya sekedar gerakan tubuh, gerakan tangan dan ekspresi wajah. Efektivitas pesan menjadi suatu hal yang teramat penting, menjadi fokus perhatian bagi kedua belah pihak yang terlibat langsung dalam proses komunikasi, sehingga komunikasi dapat berlangsung efektif dan dinamis. Dengan demikian, betapa pentingnya kehadiran komunikasi nonverbal untuk lebih memperkuat pesan-pesan verbal agar terkesan lebih menarik, mampu menggugah perhatian kedua belah pihak yang terlibat langsung dalam proses komunikasi, sehingga dengan dilengkapi komunikasi nonverbal membuat informasi akan lebih terfokus pada isi pesan.

Pengertian dan Pentingnya Komunikasi Nonverbal yang Efektif dalam *Public Speaking*

Komunikasi nonverbal adalah komunikasi yang disampaikan tanpa kata-kata, tanpa penggunaan bahasa, baik secara lisan maupun tulisan. Menurut pendapat beberapa pakar, diantaranya : West & Turner (2008), komunikasi nonverbal adalah proses penyampaian pesan

yang disengaja maupun tidak disengaja, melalui isyarat-isyarat nonverbal, seperti : bahasa tubuh, ekspresi wajah, kontak mata dan sentuhan. Sementara Mulyana (2007), mengatakan komunikasi nonverbal adalah proses komunikasi melalui perilaku nonverbal, yang mampu memperkuat atau sebaliknya melemahkan komunikasi verbal, yang mencakup bahasa tubuh, ekspresi wajah, gestur dan sentuhan. Sedangkan Effendy (2003), komunikasi nonverbal adalah proses penyampaian pesan tanpa penggunaan kata-kata. Judde Burgoon dalam (Littlejohn & Foss, 2016:829), mendefinisikan secara lengkap, komunikasi nonverbal adalah “perilaku selain kata-kata yang membentuk sistem kode yang dibagi secara sosial, dikirim dengan niat yang diinterpretasikan sebagai intensional, digunakan secara regular di kalangan komunitas pembicaraan dan memiliki interpretasi yang dapat dikenali bersama”. Komunikasi nonverbal dapat dikonstruksi melalui gerakan anggota tubuh, seperti gerakan tangan, ekspresi wajah dan kontak mata (Mahudi, 2021). Sedangkan Ngalimun (2017), komunikasi nonverbal adalah komunikasi dengan penggunaan pesan-pesan verbal, yang melukiskan peristiwa komunikasi di luar kata-kata, yang walaupun secara teoritis tidak terpisahkan, namun dalam kenyataannya kedua jenis komunikasi ini saling jalin-menjalin, saling melengkapi satu sama lain dalam komunikasi yang dilakukan sehari-hari. Komunikasi nonverbal dapat membantu membangun hubungan baik antara perawat dan pasien, meningkatkan kepercayaan dan kepatuhan pasien terhadap perawatan, serta memberi dukungan emosional yang penting selama pemulihan. Berdasarkan beberapa definisi di atas, dapat dikatakan bahwa komunikasi nonverbal adalah proses penyampaian pesan tanpa penggunaan kata-kata, berupa isyarat-isyarat atau perilaku nonverbal, seperti bahasa tubuh, ekspresi wajah,

gestur, kontak mata, warna, tanda/symbol, penggunaan pakaian, jarak interpersonal dan lain sebagainya.

Komunikasi nonverbal berperan penting dalam interaksi sosial sehari-hari dengan orang lain. Kehadiran komunikasi nonverbal penting diperhatikan, di samping penggunaan komunikasi verbal untuk memperoleh komunikasi yang lebih efektif. “Komunikasi nonverbal kuat dan tak terpisahkan dalam proses komunikasi. Komunikasi verbal akan kurang efektif, jika tidak diiringi dengan pesan nonverbal” (Littlejohn & Foss, 2016:829). Secara teori, komunikasi efektif dapat terjadi jika irisan kedua lingkaran (daerah pemberi pesan dan penerima pesan) sama, yaitu terjadi arsiran yang sama. Dalam ilmu komunikasi proses seperti ini disebut *homophyle*, yakni adanya kesamaan pemahaman, kesamaan makna, kesamaan pengalaman di antara mereka yang terlibat langsung dalam proses komunikasi. Pengoperan pesan berjalan lancar tanpa ada hambatan apapun. Jadi proses komunikasi *homophyle* adalah proses komunikasi yang efektif. Sebaliknya perbedaan pemahaman, makna dan pengalaman di antara mereka disebut *heterophyle*, atau bahkan kedua lingkaran terpisah sama sekali, tanpa ada hubungan apapun. Konteks proses komunikasi seperti itu, menandakan komunikasi yang tidak efektif.

Komunikasi nonverbal yang efektif penting dipahami bagi tenaga keperawatan. Kehadiran komunikasi nonverbal mendukung pesan-pesan apa yang dimaksud komunikasi verbal. Kenyataan dalam hidup keseharian, menunjukkan bahwa komunikasi nonverbal lebih banyak digunakan dibandingkan komunikasi verbal. Penelitian Ray Birdwhistell dalam (Littlejohn & Foss, 2016) dinyatakan bahwa komunikasi manusia kebanyakan terjadi melalui isyarat, postur, posisi dan jarak yang dideskripsikan sekitar 65% komunikasi sehari-hari berupa tindakan/komunikasi nonverbal, sedangkan 35% berupa

kata-kata/komunikasi verbal. Dalam sumber yang sama, Albert Mehrabian pakar peneliti komunikasi nonverbal, mengatakan tingkat kepercayaan pembicaraan orang secara verbal hanya sekitar 7%, vokal suara sekitar 38% dan selebihnya perilaku visual nonverbal sebesar 55% (Cangara, 2004). Tim Penulis (Latifa, ed., 2011) agak berbeda sedikit, menyatakan bahwa prosentase tanggapan *audience* terhadap pembicara sekitar 55% dari ekspresi dan bahasa tubuh, 37% dari tekanan suara dan hanya sekitar 8% dari ucapan. Ternyata kontribusi suara (pesan komunikasi verbal) dalam proses komunikasi sangatlah kecil, hanya sekitar (7% - 8%). Jadi berdasarkan data tersebut, dapat dikatakan komposisi penggunaan komunikasi nonverbal lebih besar dari pada komunikasi verbal. Dukungan komunikasi nonverbal lebih dapat dipercayai, lebih diyakini kejujurannya. Jika kedua-duanya berlangsung secara simultan, bersamaan, terpadu dan bersinergi tentu akan membuahkan pesan yang semakin jelas, semakin efektif, sehingga apa yang dimaksud pemberi pesan dapat diterima sama oleh penerima pesan, sebagaimana dipaparkan Bruce Perry dalam (Littlejohn & Foss, 2016:830), dikatakan bahwa “komunikasi nonverbal merupakan inti dari semua bahasa”. Komunikasi manusia bermula dari tindakan nonverbal, seperti : menatap, bergerak, menyentuh, mencium dan menggumam tanpa kata-kata. Dari situ mulailah mengungkapkan sesuatu dengan kata-kata, agar tindakannya lebih bermakna. Paparan tersebut menunjukkan ada hubungan erat antara komunikasi nonverbal dan komunikasi verbal, diantaranya : 1) Dalam meningkatkan efektivitas komunikasi dan menghindari kesalahpahaman, penggunaan komunikasi nonverbal dan verbal haruslah konsisten. Jika kurang konsisten akan menyebabkan kesalahpahaman dan dapat mengurangi efektivitas komunikasi; 2) Pesan akan semakin jelas dan efektif, jika diperkuat dengan

komunikasi nonverbal; 3) Menjaga keseimbangan penggunaan komunikasi nonverbal dan verbal sangatlah penting, untuk mencapai komunikasi yang lebih efektif. Jangan abaikan komunikasi nonverbal, karena dalam kenyataannya komunikasi nonverbal dapat menyampaikan pesan-pesan yang lebih banyak, lebih kuat dan akurat daripada komunikasi verbal. Oleh karena itu, betapa pentingnya penggunaan komunikasi nonverbal dalam berinteraksi sosial untuk mencapai komunikasi yang efektif dalam membangun hubungan yang harmonis.

Hubungan komunikasi nonverbal dan verbal sangatlah erat. Komunikasi nonverbal dapat melengkapi dan memperjelas pesan-pesan verbal dengan menambahkan konteks, emosi, dan nuansa yang tidak dapat disampaikan secara verbal. Komunikasi nonverbal yang efektif, dapat mempengaruhi tingkat kepuasan pasien terhadap pelayanan kesehatan. Jika komunikasi nonverbal perawat yang kurang baik, pasien mungkin merasa tidak puas, kurang percaya diri dengan perawatan/pelayanan yang diberikan, membuat pasien merasa tidak didengar atau tidak dipahami, pasien mungkin akan mengalami peningkatan stres dan kecemasan, sehingga dapat mengurangi semangat mereka untuk sembuh. Sebaliknya komunikasi nonverbal yang efektif dapat membantu pasien beradaptasi terhadap stres dan mengatasi gangguan psikologis. Dengan demikian, komunikasi nonverbal dapat membantu meningkatkan efektivitas komunikasi dan mengurangi kesalahpahaman. Dalam konteks kesehatan, peran kontak mata, senyum dan bahasa tubuh yang terbuka, menunjukkan empati, kepedulian, perhatian dan ketertarikan kepada pasien. Komunikasi nonverbal dapat mengurangi kecemasan dan stres pada pasien, dapat meningkatkan kualitas pelayanan dalam membangun hubungan yang lebih baik antara tenaga kesehatan dan pasien. Komunikasi nonverbal memainkan peran penting di kalangan tenaga

kesehatan, karena dapat memperkuat dan memperjelas pesan verbal yang disampaikan kepada pasien. Dengan demikian, efektif tidaknya komunikasi sangat tergantung seberapa besar kesamaan pemahaman diantara pihak pemberi dan penerima pesan. Komunikasi nonverbal perawat dapat berpengaruh signifikan pada psikologis pasien dan mendorong semangat mereka untuk sembuh. Oleh karena itu, komunikasi nonverbal dapat membantu melengkapi dan memperjelas pesan verbal dengan menambahkan konteks, emosi dan nuansa yang tidak dapat disampaikan secara verbal. Dengan demikian, komunikasi nonverbal dapat membantu peningkatan efektivitas komunikasi dan dapat mengurangi kesalahpahaman. Agar tidak membias, pembahasan komunikasi nonverbal dalam tulisan ini dibatasi, hanya mencakup : bahasa tubuh, ekspresi dan gestur.

Bahasa Tubuh dalam Komunikasi Nonverbal

Komunikasi nonverbal memainkan peran penting dalam berinteraksi sosial karena dapat memperkuat, melemahkan, atau bahkan menggantikan komunikasi verbal. Komunikasi nonverbal yang dimaksud, mencakup : Bahasa tubuh, ekspresi dan gestur. Pengertian bahasa tubuh (*body language*) menurut Knapp (1972), penyampaian pesan nonverbal yang melibatkan gerakan-gerakan tubuh, postur dan ekspresi wajah. Hall (1966), mengatakan bahasa tubuh adalah penyampaian pesan-pesan sosial dan emosional suatu sistem komunikasi nonverbal dengan penggunaan gerakan-gerakan tubuh, postur dan ekspresi wajah. Sedangkan Pease & Pease (2004), menegaskan bahasa tubuh adalah pesan-pesan nonverbal berupa gerakan-gerakan tubuh yang dapat menyampaikan pesan, seperti : postur tubuh, ekspresi wajah dan gerakan tangan. Berdasarkan ketiga definisi tersebut, bahasa tubuh adalah gerakan-gerakan tubuh berupa : postur, ekspresi wajah dan gerakan-gerakan

tangan yang mendukung pernyataan pesan-pesan verbal, sehingga isi pesan yang disampaikan menjadi semakin efektif. Adapun lingkup kajian bahasa tubuh dalam tulisan ini, mencakup : postur tubuh, gerakan tubuh, gerakan kepala, gerakan kaki dan beberapa gerakan tubuh lainnya yang mengandung pesan-pesan nonverbal.

Postur tubuh dapat mempengaruhi persepsi orang lain, sehingga penting diperhatikan dalam berinteraksi sosial. Postur tubuh dalam komunikasi nonverbal adalah posisi dan bentuk tubuh yang menunjukkan pesan-pesan tertentu ketika berinteraksi sosial. Well dan Siegel dalam (Cangara, 2004), membagi bentuk tubuh atas tiga type, yaitu : 1) Type *ectomorphy* (bentuk tubuh kurus tinggi) dilambangkan orang yang bersikap ambisi, pintar, kritis dan sedikit cemas. 2) Type *mezomorphy* (bentuk tubuh tegap, tinggi dan atletis) dilambangkan sebagai pribadi yang cerdas, bersahabat, aktif kompetitif dan 3) Type *endomorph*y (bentuk tubuh pendek, bulat dan gemuk) dilambangkan sebagai pribadi yang humoris, santai dan cerdik. Adapun bentuk-bentuk postur tubuh dalam berinteraksi, diantaranya : postur tegak dan percaya diri, postur terbuka dan menghadap ke arah lawan bicara, postur membungkuk atau menunduk, postur tertutup dan menyilangkan lengan atau kaki. Postur dapat menunjukkan sikap dan perasaan seseorang. Postur dapat menunjukkan status dan kekuasaan seseorang, seperti postur tubuh tegak menunjukkan percaya diri dan kekuasaan. Postur tubuh yang terbuka dan menghadap ke arah lawan bicara, dapat menunjukkan keterlibatan dan minat tertentu. Postur dapat menunjukkan emosi dan suasana hati, misalnya postur tubuh yang membungkuk dapat menunjukkan pesan kesedihan atau kelelahan. Postur tertutup dan menyilangkan lengan atau kaki, menunjukkan sikap dan perasaan seseorang yang lagi minder kurang percaya diri, rendah hati atau defensif.

Gerakan tubuh sebagai bahasa nonverbal, mengandung beranekaragam makna untuk mengungkapkan sesuatu. Berdiri tegak saat berbicara di depan umum dalam menghadapi tantangan menandakan kepercayaan diri, keberanian atau kekuatan. Berjalan melangkahakan kaki dengan percaya diri saat memasuki ruangan atau menghadapi situasi baru, mengandung pesan kepercayaan diri, keberanian atau kekuatan. Membungkuk saat merasa sedih atau lelah, suatu tanda kesedihan, kelemahan atau kelelahan. Menggeser berat badan atau pindah tempat ketika sedang menunggu hasil penting dalam menghadapi situasi ketidakpastian, mengandung makna ketidaknyamanan, kegelisahan atau kecemasan. Membuka lengan saat menyambut seseorang menunjukkan rasa empati yang menandakan adanya pesan keterbukaan, penerimaan atau kehangatan. Mengencangkan otot saat menghadapi situasi sulit yang menantang sebagai tanda ketegangan, kecemasan atau kesiapan untuk bertindak. Menutup diri saat merasa tidak nyaman atau tidak ingin berinteraksi dengan seseorang, menunjukkan pesan penolakan, keengganan atau perlindungan diri.

Gerakan kepala memberi pesan bervariasi, sangat tergantung pada konteks dan budaya dalam menginterpretasikan makna pesan. Menganggukkan kepala saat mendengar seseorang menjelaskan sesuatu yang disetujui kepada dirinya mengandung pesan persetujuan, pemahaman atau kesediaan. Menggelengkan kepala saat mendengar berita yang tidak dipercaya, mengandung pesan ketidaksetujuan, penolakan atau keheranan. Menundukkan kepala saat meminta maaf atau merasa sedih menunjukkan pesan kesedihan, malu atau rendah hati. Mengangguk-anggukkan kepala saat mendengarkan seseorang yang sedang berbicara tentang masalahnya, suatu tanda kesabaran, pengertian atau empati. Memiringkan kepala saat mendengar sesuatu

yang tidak jelas atau ingin tahu lebih lanjut suatu tanda ketertarikan, keingintahuan atau pertanyaan. Mengangkat kepala saat menghadapi tantangan dalam situasi sulit menunjukkan pesan kepercayaan diri, keberanian atau kesadaran.

Gerakan kaki juga mengandung beberapa makna pesan. Menggeser kaki saat merasa tidak nyaman atau ingin mengubah posisi menunjukkan tanda ketidaknyamanan, kegelisahan atau perubahan posisi. Menginjak-injak kaki saat merasa marah atau frustrasi suatu tanda frustrasi, kemarahan, atau keputusan. Mengetuk-ngetuk kaki saat menunggu giliran atau merasa bosan menunjukkan pesan kegelisahan, kecemasan, atau ketidaksabaran. Mengayunkan kaki saat merasa santai atau bahagia suatu tanda relaksasi, kenyamanan atau kebahagiaan. Menjejakkan kaki dengan kuat saat berjalan atau menghadapi tantangan menandakan kepercayaan diri, keberanian atau kekuatan. Sedangkan berdiri dengan satu kaki saat melakukan aktivitas yang memerlukan keseimbangan menunjukkan tanda keseimbangan, konsentrasi atau fokus. Masih banyak gerakan-gerakan badan lainnya yang mengandung beberapa pesan yang dapat dimaknai tertentu, seperti : Menguap saat mendengarkan penjelasan yang panjang atau merasa lelah suatu tanda kelelahan, kebosanan atau kurangnya minat. Mengembuskan napas saat merasa lega atau puas, suatu tanda kelegaan, kepuasan atau pelepasan emosi. Menggigit bibir saat merasa cemas atau tidak yakin menunjukkan tanda kecemasan, kegelisahan atau penahanan emosi. Menggoyangkan badan saat mendengarkan musik atau merasa bahagia menunjukkan tanda kesenangan, kebahagiaan atau ekspresi diri. Mengangkat bahu saat ditanya tentang sesuatu yang tidak diketahui, menandakan ketidakpedulian, keengganan atau ketidakyakinan.

Ekspresi dalam Komunikasi Nonverbal

Ekspresi menurut Darwin (1872) adalah perubahan-perubahan wajah dalam komunikasi nonverbal untuk menyampaikan emosi dan intensi. Pendapat yang sama disampaikan Ekman (1972), ekspresi adalah perubahan-perubahan pada wajah untuk menyampaikan emosi dan intensi. Izard (1971) menegaskan bahwa ekspresi adalah penggunaan perubahan-perubahan pada wajah dalam komunikasi nonverbal untuk mengungkapkan emosi dan intensi. Matsumoto (2006), menambahkan ekspresi adalah perubahan-perubahan wajah dalam komunikasi nonverbal untuk menyampaikan emosi dan intensi yang dapat dipengaruhi oleh budaya dan konteks sosial. Berdasarkan beberapa definisi tersebut di atas, dapat dikatakan ekspresi wajah adalah bagian komunikasi nonverbal yang berhubungan erat dengan perubahan-perubahan wajah untuk menyampaikan emosi dan etensi yang dipengaruhi oleh budaya dan konteks sosial. Dengan ekspresi wajah yang bersamaan penyampaian dengan komunikasi verbal, membuat komunikasi menjadi semakin efektif.

Ekspresi wajah yang ditampilkan menunjukkan makna pesan yang bervariasi. Seperti senyum misalnya, menunjukkan makna bahagia, ramah, atau puas. Kerutan dahi menunjukkan tanda kesal, tidak puas atau perasaan sedih. Mengangkat alis sebagai tanda terkejut, penasaran, atau tidak percaya. Muka cemberut menunjukkan tanda tidak puas, kesal, ataupun sedih. Sedangkan ekspresi suara juga menampilkan pesan yang berbeda-beda, seperti misalnya : Tertawa menunjukkan tanda bahagia, gembira atau lucu. Suara keras menandakan marah, kesal atau frustrasi. Suara lembut sebagai isyarat hati yang lemah lembut, santai atau menghibur. Gumam menunjukkan tanda tidak puas, kesal atau berpikir keras.

Ekspresi wajah dan suara dapat digunakan untuk mengkomunikasikan emosi dan perasaan kepada orang lain. Namun, perlu diingat bahwa ekspresi wajah dan suara dapat memiliki makna yang berbeda-beda tergantung pada konteks dan budaya. Oleh karena itu, penting untuk memahami konteks dan budaya sebelum menginterpretasikan ekspresi wajah dan suara orang lain. Ekspresi wajah tidak bisa disembunyikan, namun tetap terlihat pada perubahan-perubahan wajah yang ditampilkannya, seperti : Senyum menunjukkan tanda bahagia atau keramahan, kerutan dahi menunjukkan tanda kesal atau tidak puas, mengangkat alis sebagai tanda terkejut atau penasaran.

Gestur dalam Komunikasi Nonverbal

Gestur menurut Kendon (2004) adalah fungsi komunikatif gerakan-gerakan tubuh yang digunakan untuk menyampaikan pesan-pesan nonverbal. Haviland (2000) mengatakan gestur adalah penyampaian pesan-pesan nonverbal dengan gerakan-gerakan tubuh yang berhubungan erat dengan bahasa dan komunikasi. Kedua pendapat pakar tersebut di atas, lebih menekankan bahwa gestur adalah gerakan-gerakan tubuh komunikasi nonverbal yang mengandung pesan yang berhubungan erat dengan komunikasi verbal. Namun secara spesifik, gestur lebih memfokuskan pada gerakan-gerakan tangan dan lengan, sebagaimana dijelaskan Goldin & Meadow (2003), gestur adalah komunikasi nonverbal untuk memperkuat pesan-pesan verbal, berupa gerakan-gerakan tangan dan lengan dalam penyampaian informasi. Pendapat yang sejalan juga disampaikan McNeill (1992), yang mengatakan bahwa gestur adalah pesan-pesan nonverbal berupa gerakan-gerakan tangan dan lengan yang digunakan untuk memperkuat pesan komunikasi verbal. Mengacu pada beberapa definisi tersebut diatas, dapat dikatakan bahwa gestur adalah

gerakan-gerakan tubuh, khususnya gerakan tangan dan lengan yang digunakan untuk menyampaikan pesan-pesan nonverbal yang memperkuat pesan komunikasi verbal. Hasil penelitian Nanda Indah Agustini (2024), memperkuat pernyataan gestur gerakan tangan pelayan medis memiliki peranan yang sangat penting dalam proses penyampaian pesan komunikasi, sebagaimana terlihat pada gambar 6.1 dan 6.2 berikut.



Gambar 6.1.. Gestur cakupan tangan tenaga medis menerima kehadiran pasien
Sumber : Doc. Agustini, 2024.



Gambar 6.2. Gestur Jempol sebagai Pesan
Komunikasi Nonverbal
Sumber: Doc. Cipta Mahudi, 2021.

Gestur gerakan tangan dan beberapa hambatannya. Gerakan tangan mengandung pesan-pesan yang berbeda-beda sangat tergantung pada konteks dan budaya masyarakat tertentu. Beberapa gerakan tangan sebagai gestur dapat diberi makna bermacam-macam. Gestur mengangkat tangan saat rapat meminta giliran untuk berbicara menunjukkan pesan kesediaan berbicara atau berpartisipasi dalam diskusi. Melipat tangan saat mendengarkan penjelasan yang tidak disukai suatu tanda ketidaksabaran, keengganan atau penolakan. Mengepalkan tangan saat memberikan semangat kepada seseorang suatu tanda yang menunjukkan kekuatan, kepercayaan diri atau dukungan. Membuka tangan saat menerima hadiah atau tawaran, suatu tanda sikap keterbukaan, kejujuran atau penerimaan sesuatu secara ikhlas. Menggosokkan-gosokkan tangan saat menunggu hasil penting menunjukkan pesan kecemasan atau kegelisahan. Menggelengkan tangan saat diminta melakukan sesuatu yang tidak disukai, mengandung pesan ketidaksetujuan atau penolakan. Sedangkan gestur menunjuk pada objek atau orang tertentu saat berbicara, memberi pesan “fokus terhadap sesuatu” yang dianggap

penting, sebagaimana gestur dokter Rumah Sakit Prima Medika Denpasar bersama seorang perawat sedang melakukan pemeriksaan angka rekaman medis pada catatan elektronik (gambar 6.3, bagian kiri) dan pada moment lain memberikan penjelasan mengenai hasil pemeriksaan kesehatan pasien dengan menunjukkan catatan rekaman medis, sebagaimana gambar (6.3, bagian kanan) secara lengkap ditunjukkan pada gambar berikut:

	
Pesan nonverbal pemeriksaan rekaman elektronik.	Pesan nonverbal hasil pemeriksaan medis.

Gambar 6.3. Gestur dokter memperlihatkan dan menjelaskan hasil pemeriksaan medis
 Sumber : Doc. Agustini, 2024.

Gestur cakupan tangan petugas kesehatan/tenaga medis (gambar 6.1) di atas, menunjukkan gestur pesan nonverbal berupa sikap penerimaan pasien dan petugas medis siap memberikan informasi awal yang humanis sebagai bentuk pelayanan prima Rumah Sakit Prima Medika Denpasar, sedangkan gambar (6.3) menunjukkan gestur gerakan tangan petugas pelayanan medis sedang memberikan pesan-pesan nonverbal. Gestur berlangsung secara alamiah, spontanitas tanpa disadari, serta tidak bisa ditutup-tutupi, maka akan terlihat jelas kenyataan yang sebenarnya terjadi. Adapun beberapa hambatan

gestur dalam komunikasi nonverbal yang berhubungan dengan konteks dan budaya, diantaranya : 1) Hambatan konteks yang tidak tepat, gestur dapat memiliki makna yang berbeda-beda tergantung pada konteks. Misalnya mengedipkan mata dapat berarti menggoda dalam konteks yang santai, tetapi dapat berarti tidak sopan dalam konteks formal; 2) Hambatan perbedaan budaya, sehingga gestur dapat dimaknai berbeda-beda dalam konteks budaya yang berbeda. Contohnya mengacungkan jempol dapat berarti baik dalam budaya barat, tetapi dapat berarti tidak sopan dalam beberapa budaya lain. Contoh lainnya, menganggukkan kepala menunjukkan tanda setuju, namun bagi budaya lain seperti budaya India misalnya, justru dimaknai sebaliknya sebagai tanda penolakan; 3) Hambatan kesalahpahaman, gestur dapat disalahartikan oleh penerima pesan, sehingga dapat menyebabkan kesalahpahaman; 4) Hambatan keterbatasan dalam menyampaikan pesan yang kompleks atau abstrak; 5) Hambatan pengaruh emosi pengirim pesan, sehingga menjadi penyebab kurang tepatnya pesan yang ingin disampaikan; 6) Hambatan kurang terampil berkomunikasi dapat menyebabkan gestur tidak efektif dalam menyampaikan pesan; 7) Hambatan perbedaan individu yang memiliki gaya komunikasi nonverbal berbeda-beda, sehingga gestur yang sama dapat memiliki makna yang berbeda-beda bagi orang yang berbeda.

Bahasa tubuh, ekspresi wajah dan gestur merupakan bentuk komunikasi nonverbal yang tanpa disadari oleh pelakunya dapat memperkuat pesan komunikasi verbal. Sebaliknya komunikasi nonverbal jika tanpa disertai pesan-pesan verbal akan mengundang beranekaragam persepsi yang cenderung *ambigu*. *Ambigu* bisa terjadi, karena beberapa alasan, diantaranya : 1) Karena komunikasi verbal tidak selalu dapat mengungkapkan emosi dan nada yang tepat, namun sebaliknya cenderung menjadi penyebab kesalahpahaman; 2) Karena perbedaan

persepsi bagi penerima pesan terhadap kata-kata dan makna yang dimaksud pemberi pesan, jika pesan hanya disampaikan melalui komunikasi nonverbal; 3) Karena ketidakjelasan pesan atau kata-kata dalam komunikasi nonverbal dapat menimbulkan pemaknaan yang berbeda-beda, sangat tergantung pada konteks, interpretasi individu dan situasi; 4) Karena keterbatasan bahasa, makna dan nuansa yang kompleks dalam penyampaian pesan-pesan komunikasi nonverbal.

Kesimpulan

Berdasarkan paparan tersebut di atas, dapat ditarik simpulan sebagai berikut :

1. Pentingnya kehadiran komunikasi nonverbal untuk mempertegas makna pesan-pesan komunikasi verbal, agar pesan yang disampaikan menjadi semakin efektif.
2. Bahasa tubuh (*body language*), mencakup gerakan : postur tubuh, gerakan tubuh, gerakan kepala, gerakan kaki dan beberapa gerakan anggota tubuh lainnya yang sarat dengan pesan-pesan nonverbal.
3. Ekspresi wajah menunjukkan pesan kejujuran yang sulit dimanipulasi.
4. Gestur menyangkut gerakan tangan yang mengandung penyampaian pesan-pesan nonverbal.

Daftar Pustaka

- Agustini, P. N. (2024). Komunikasi Interpersonal Perawat dan Pasien dalam Pelayanan Kesehatan di Rumah Sakit Prima Medika Denpasar. Denpasar: Prodi Ilmu Komunikasi Hindu, Fakultas Dharma Duta, UNH I Gusti Bagus Sugriwa Denpasar.
- Cangara, H. (2004). Pengantar Ilmu Komunikasi. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.
- Darwin, C. (1872). The Expression of Emotions in Man and Animal. London: John Murray.
- Effendy, O. (2003). Ilmu Komunikasi : Teori dan Praktek. Bandung: Remaja Rosda Karya.
- Ekman P. (1972). Universals and Cultural Differences in Facial Expression of Emotion. Lincoln: University of Nebraska Press.
- Goldin & Meadow, S. (2003). Hearing Gestur: How Our Hands Help us Think. Cambridge: Harvard University Press.
- Hall E.T. (1966). The Hidden Dimension. New York: Doubleday.
- Haviland, J. (2000). Pointing, Gestur and Space. Cambridge: Cambridge University Press.
- Izard, C. (1971). The face of Emotion. New York: Appleton-Century-Crofts.
- Kendon, A. (2004). Gestur : Visible Action as Utterance. Cambridge: Cambridge University Press.
- Knapp ML. (1972). Nonverbal Communication in Human Interaction. New York: Holt, Rinehart and Winston.
- Liasupadeni, N. K. (2024). Komunikasi Nonverbal Siswa Tunarungu SMPLB Negeri 1 Buleleng dalam Berinteraksi Sosial. Denpasar: Prodi Ilmu Komunikasi Hindu UHN I Gusti Bagus Sugriwa Denpasar.
- Littlejohn, S. W., & Foss, K. A. (2016). Ensiklopedi Teori Komunikasi. Jakarta: Kencana.

- Mahudi, I. W. (2021). Komunikasi Nonverbal Anak-anak Disabilitas Tunarungu dalam Pembelajaran Tari Bali di Sanggar Tari Sekar Dewata Desa Serongga Kec. Gianyar, Kab Gianyar. Denpasar: Prodi Ilmu Komunikasi Hindu, Fakultas Dharma Duta, UHN I Gusti Bagus Sugriwa Denpasar.
- Matsumoto, D. (2006). Culture and Psychology. Cambridge: Cambridge University Press.
- McNeill, D. (1992). Hand and Mind: What Gestures Reveal About Thought. Chicago: University of Chicago Press.
- Mulyana, D. (2007). Ilmu Komunikasi : Suatu Pengantar. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Ngalimun. (2017). Ilmu Komunikasi sebuah Pengantar Praktis. Yogyakarta: PT Pustaka Baru Press.
- Novitriani, R. (2022). Komunikasi Nonverbal dalam Meningkatkan Kualitas Pelayanan Pasien di RS Haji Jakarta. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Oktaviani, R., & Rusdi, F. (2029). Belajar Public Speaking sebagai Komunikasi Yang Efektif. Jurnal Bakti Masyarakat Indonesia, Vol. 2, No.2, Mei 2029, 117-122.
- Pease A & Pease B. (2004). The Definitive Book of Body Language. New York: Bantam Book.
- Sunarjo, & Sunarjo, D. S. (1983). Komunikasi Persuasi dan Retorika. Yogyakarta: Liberty.
- Susilowati, R. P. (2022). Komunikasi dalam Keperawatan. Pena Persada.
- Tim Penulis, L. E. (2011). Tip Terpenting Seni Pidato. Yogyakarta: Cemerlang Publishing.
- West, R., & Turner, L. H. (2008). Pengantar Teori Komunikasi, Analisis dan Aplikasi. Jakarta: Salemba Humanika.
- Wijaya, J. A., & Setiawan, B. (2007). Public Speaking is Easy From Fear to Dare. Yogyakarta: CV Andi Offset.

Winarni Wartiningsih dkk. (2025). Komunikasi dalam Keperawatan. Bandung: Widina Media Utama.

Propil Penulis



Dr. Drs. I Wayan Wirta, M.Si.

Lahir di Gianyar, tanggal 31 Desember 1961, kota kabupaten di sebelah timur Denpasar, Provinsi Bali. Ketertarikan penulis terhadap ilmu komunikasi dimulai sejak tahun 2007 silam, semenjak penulis tinggal di Kota Medan, Sumatera Utara bekerja di Kamenag Kota Medan (sebagai PNS) sebagai Pengawas Pendidikan Agama Hindu Tingkat SLTA/SLTP se-Kota Medan. Sebagai seorang pengawas, merasa perlu meningkatkan jenjang pendidikan yang lebih tinggi sesuai tuntutan karier menjadi pengawas. Hal tersebut mendorong penulis melanjutkan pendidikan Magister (S2) Ilmu Komunikasi di Universitas Darma Agung Medan (lulus tahun 2009), yang mengantarkan penulis menjadi dosen (dari sejak tahun 2010 s/d sekarang), menyebabkan penulis beserta keluarga pulang kampung, mutasi ke Institut Hindu Dharma Negeri Denpasar. Sejak tanggal 20 Desember 2020 institusi tempat penulis mengajar mengalami peningkatan status menjadi Universitas Hindu Negeri I Gusti Bagus Sugriwa Denpasar. Dan sambil bekerja penulis melanjutkan kuliah mengambil jurusan Ilmu Agama di Institut Hindu Dharma Negeri Denpasar (lulus tahun 2019).

Penulis memiliki kepakaran dalam bidang Ilmu Komunikasi dan sekaligus Ilmu Agama, khususnya Agama Hindu. Penelitian komunikasi yang dilakukan lebih terfokus pada objek material Agama Hindu (komunikasi transcendent) yaitu Komunikasi Hindu. Untuk mewujudkan karir sebagai dosen yang profesional, penulis aktif meneliti sesuai bidang kepakarannya, di samping juga menulis buku (book chapter) dengan harapan dapat berkontribusi positif terhadap bangsa dan negara yang tercinta.

Email Penulis : wayanwirta1@gmail.com

STRATEGI PENGGUNAAN ALAT BANTU VISUAL: SLIDE, GRAFIK, DAN VIDEO

Tsuwaibatul Islamiyah, S.Kep., Ns., M.S.
Universitas Lambung Mangkurat

Pendahuluan

Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi di era digital saat ini tidak hanya memengaruhi cara manusia berinteraksi, tetapi juga mengubah pola penyebaran informasi di berbagai bidang, termasuk kesehatan (Wibowo et al., 2023). Teknologi informasi memungkinkan data diolah, disajikan, dan dibagikan dengan lebih cepat dan menarik, sehingga mendukung proses edukasi maupun komunikasi publik (Agustika et al., 2023). Dalam konteks tenaga kesehatan, kemampuan menyampaikan informasi secara efektif menjadi keterampilan yang sangat penting. Perubahan gaya hidup masyarakat modern yang terbiasa dengan visualisasi membuat presentasi yang hanya mengandalkan penjelasan lisan seringkali kurang menarik perhatian. Oleh karena itu, tenaga kesehatan dituntut untuk mampu mengombinasikan pengetahuan ilmiah dengan penggunaan teknologi presentasi yang tepat.

Salah satu strategi yang dapat digunakan adalah memanfaatkan alat bantu visual. Slide, grafik, dan video bukan hanya pelengkap, tetapi menjadi sarana penting untuk menjelaskan konsep medis yang kompleks,

menyederhanakan data, serta membangun keterlibatan emosional audiens. Bab ini secara khusus akan membahas “Strategi Penggunaan Alat Bantu Visual: Slide, Grafik, dan Video” sebagai panduan praktis bagi tenaga kesehatan dalam meningkatkan keterampilan *public speaking* mereka.

Prinsip Umum Penggunaan Visual

Agar visual benar-benar menjadi pendukung yang efektif dalam komunikasi, tenaga kesehatan perlu memperhatikan beberapa prinsip dasar. Pertama, visual harus akurat dan berbasis bukti, dengan data yang bersumber dari literatur atau dokumen terpercaya. Kedua, visual sebaiknya sederhana namun kuat, sehingga tidak membingungkan audiens, tetapi tetap mampu menonjolkan pesan utama. Ketiga, visual harus relevan dengan konteks audiens, karena kebutuhan masyarakat umum tentu berbeda dengan mahasiswa atau tenaga kesehatan. Keempat, penggunaan visual wajib etis dan sensitif, menghindari konten yang menyinggung, mengeksploitasi pasien, atau melanggar privasi. Terakhir, penting menjaga konsistensi gaya dan format, seperti penggunaan warna, font, dan ikon yang seragam agar presentasi terlihat profesional.

Selain visual statis, media audiovisual juga terbukti efektif sebagai sarana pendidikan kesehatan. Penyajian informasi melalui gabungan gerak, gambar, dan suara membuat presentasi lebih menarik dan tidak monoton. Misalnya, video dapat menyampaikan pesan dengan cara yang kreatif, memudahkan audiens mengingat informasi, dan bisa diputar berulang kali sesuai kebutuhan (Al Rahmad & Annisa, 2025). Namun, efektivitas penyampaian informasi tidak terlepas dari tantangan. Salah satunya adalah perbedaan tingkat pendidikan audiens yang memengaruhi kemampuan mereka

memahami materi. Oleh karena itu, penyaji perlu menyesuaikan isi dan batasan informasi agar lebih mudah diterima. Meskipun penyampaian dilakukan dalam bentuk komunikasi massa, audiens tetap perlu diberi ruang untuk bertanya atau mengonfirmasi pemahaman mereka. Hal ini penting untuk meluruskan kesalahpahaman sejak awal, sehingga tujuan komunikasi dapat tercapai secara optimal (Syafuddin, 2023).

Strategi Penggunaan Slide

Slide merupakan media presentasi yang paling umum digunakan dalam bidang kesehatan, baik untuk menyampaikan laporan kasus, hasil penelitian, maupun kegiatan edukasi kesehatan di masyarakat. Penggunaan slide khususnya melalui aplikasi seperti *PowerPoint* telah terbukti efektif dalam meningkatkan konsentrasi, motivasi, dan pemahaman audiens. Menurut temuan Nugroho et al. (2023), tampilan *PowerPoint* yang menarik dan interaktif mampu membantu peserta didik tetap fokus serta lebih termotivasi dalam menerima materi. Hal ini sejalan dengan pendapat Masinambow et al. (2024) yang menyatakan bahwa *PowerPoint* memudahkan penyajian ide atau gagasan secara jelas, menarik, dan profesional, yang dapat diproyeksikan melalui monitor maupun LCD proyektor.

Agar slide benar-benar menjadi alat bantu visual yang efektif, tenaga kesehatan perlu memperhatikan beberapa strategi berikut:

1. Atur Jumlah Slide Secara Proporsional

Gunakan struktur sekitar 5–7 slide untuk setiap 10 menit presentasi. Jumlah yang berlebihan akan membuat audiens kewalahan, sementara jumlah yang terlalu sedikit dapat menurunkan pemahaman.

2. Gunakan Judul yang Jelas dan Ringkas

Setiap slide sebaiknya memiliki judul yang langsung menggambarkan isi. Hindari judul terlalu panjang atau abstrak agar audiens mudah mengikuti alur presentasi.

3. Fokus pada Poin-Poin Penting

Sajikan isi slide dalam bentuk poin singkat, bukan paragraf panjang. Tulisan yang terlalu banyak akan mengurangi efektivitas visual dan membuat audiens lebih sibuk membaca daripada mendengarkan penjelasan pembicara.

4. Gunakan Visual Pendukung

Sertakan gambar ilustratif, diagram anatomi, grafik penyakit, atau alur mekanisme kesehatan untuk memperjelas informasi. Visual membantu otak memproses informasi lebih cepat dibandingkan teks semata.

5. Sesuaikan Bahasa dengan Audiens

Jika presentasi ditujukan untuk masyarakat umum, gunakan istilah sederhana dan hindari jargon medis yang sulit dipahami. Sementara itu, untuk presentasi akademis atau profesional, istilah teknis tetap dapat digunakan dengan penjelasan singkat.

6. Sajikan Data secara Visual

Angka dan statistik sangat penting dalam presentasi kesehatan, namun sebaiknya ditampilkan dalam bentuk grafik, tabel sederhana, atau diagram. Cara ini lebih memudahkan audiens memahami pesan utama dibanding menampilkan deretan angka yang panjang.

7. Manfaatkan Fitur Interaktif

PowerPoint maupun aplikasi presentasi lain menyediakan fitur animasi, transisi, dan *hyperlink*. Gunakan secara bijak untuk menambah daya tarik, tetapi jangan berlebihan karena dapat mengganggu konsentrasi audiens.



Gambar 7.1. Contoh Penyajian Materi dalam Slide.

Dengan strategi tersebut, slide tidak hanya berfungsi sebagai catatan visual, tetapi juga sebagai media yang memudahkan penyampaian pesan kesehatan secara lebih efektif, menarik, dan komunikatif.

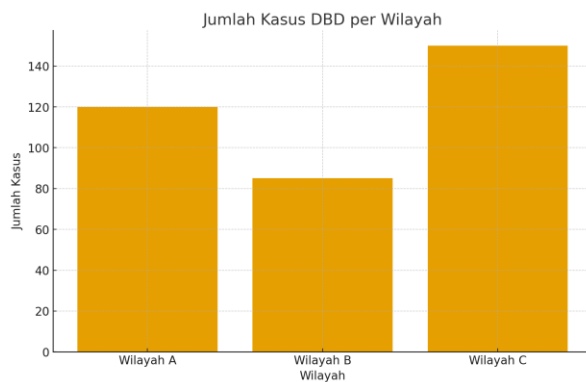
Strategi Penggunaan Grafik

Pengetahuan seseorang dapat meningkat apabila diberikan stimulus yang tepat, salah satunya melalui media visual yang mampu menyajikan informasi secara sederhana dan mudah dipahami. Dalam konteks pendidikan kesehatan, penggunaan grafik menjadi salah satu strategi efektif untuk membantu audiens memahami data epidemiologi, hasil riset, maupun tren penyakit secara visual. Hal ini penting karena informasi kesehatan seringkali bersifat kompleks, sehingga penyajian data

dalam bentuk grafik dapat mempercepat pemahaman dan memudahkan pengambilan keputusan.

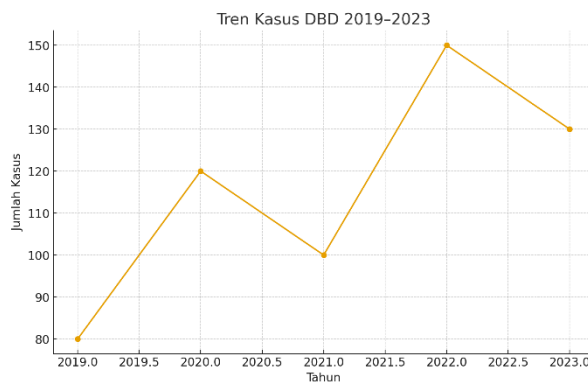
Jenis grafik yang umum digunakan dalam presentasi kesehatan antara lain:

1. Grafik Batang/Kolom, digunakan untuk menunjukkan perbandingan jumlah kasus antar wilayah, kelompok umur, atau kategori tertentu.



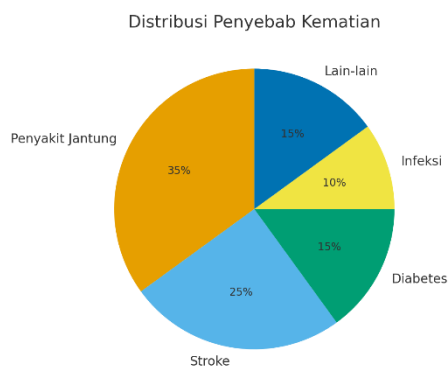
Gambar 7.2. Contoh Penyajian Grafik Batang

2. Grafik Garis, efektif menggambarkan tren kejadian penyakit dari waktu ke waktu, misalnya peningkatan kasus DBD dalam lima tahun terakhir.



Gambar 7.3.. Contoh Penyajian Grafik Garis

3. Diagram Lingkaran (Pie Chart), menampilkan distribusi proporsi, seperti penyebab kematian berdasarkan faktor risiko.



Gambar 7.4. Contoh Penyajian Diagram Lingkaran

4. Infografis, menyajikan konsep, prosedur medis, atau data penelitian secara ringkas, visual, dan menarik, sehingga lebih mudah dipahami masyarakat awam.

Namun, tidak semua media visual dapat langsung dimengerti dengan baik. Ban dan Hawkins (1999) menekankan bahwa grafis dalam penyuluhan lebih mudah dipahami dibanding ilustrasi karena lebih dekat dengan realitas kehidupan sehari-hari. Meski demikian, penggunaan grafik tetap memerlukan penjelasan tambahan agar audiens tidak salah menafsirkan data yang ditampilkan. Terlebih di wilayah pedesaan, masih terdapat kendala seperti buta huruf atau rendahnya literasi statistik, sehingga penyaji harus benar-benar menyederhanakan tampilan grafik.

Untuk meningkatkan efektivitas penyampaian, strategi berikut dapat diterapkan:

1. Berikan Penjelasan Lisan

Jangan hanya menampilkan grafik tanpa narasi. Penjelasan singkat dan jelas akan membantu audiens memahami pesan utama yang ingin disampaikan.

2. Gunakan Warna yang Kontras

Warna yang jelas dan konsisten dapat menekankan perbedaan data serta memudahkan audiens menangkap poin penting. *Highlight* bagian penting untuk menarik perhatian.

3. Hindari Grafik yang Terlalu Kompleks

Grafik dengan detail berlebihan akan sulit dipahami audiens awam. Gunakan tampilan sederhana dengan fokus pada pesan inti.

4. Sesuaikan dengan Karakteristik Audiens

Untuk masyarakat umum, gunakan grafik sederhana dan infografis yang komunikatif. Sementara pada forum akademis atau tenaga kesehatan, grafik yang lebih rinci masih relevan digunakan.

Dengan strategi tersebut, grafik tidak hanya berfungsi sebagai pelengkap slide, tetapi juga sebagai media utama dalam menjembatani data kesehatan yang kompleks menjadi informasi yang mudah dipahami, relevan, dan bermanfaat bagi audiens.

Strategi Penggunaan Video

Video merupakan salah satu media visual yang paling efektif dalam presentasi kesehatan karena mampu menggabungkan unsur gambar, suara, dan gerak sekaligus. Berbeda dengan slide atau grafik yang bersifat statis, video dapat memberikan pengalaman belajar yang lebih dinamis dan realistis. Media ini tidak hanya menyampaikan informasi, tetapi juga mampu

membangkitkan emosi, meningkatkan daya ingat, serta memperkuat pesan yang ingin disampaikan. Dalam konteks kesehatan, video dapat digunakan untuk berbagai tujuan, mulai dari penyuluhan di masyarakat, pelatihan tenaga kesehatan, hingga presentasi ilmiah. Menurut Winarni & Wardani (2015), kekuatan video terletak pada kemampuannya mendramatisasi pesan sehingga lebih menarik perhatian dan relevan dengan kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, pemilihan dan penggunaan video harus disesuaikan dengan kebutuhan serta karakteristik audiens.

Kegunaan Video dalam Presentasi Kesehatan

1. Demonstrasi Tindakan Medis

Video sangat efektif untuk memperlihatkan prosedur medis, seperti resusitasi jantung paru (CPR), pemasangan infus, penggunaan alat kesehatan, atau cara mencuci tangan yang benar. Audiens dapat melihat langkah-langkah nyata sehingga lebih mudah menirukan dan mempraktikkannya.

2. Edukasi Masyarakat

Video berbentuk animasi atau simulasi dapat digunakan untuk menyampaikan pesan kesehatan, seperti pola makan seimbang, cara mencegah penyakit menular, atau pentingnya aktivitas fisik. Animasi membuat materi lebih sederhana dan menarik, terutama bagi anak-anak dan masyarakat awam.

3. Stimulasi Emosional

Kisah nyata, dokumenter singkat, atau testimoni pasien mampu menggugah empati audiens. Misalnya, video pengalaman penyintas penyakit kronis dapat memotivasi masyarakat untuk melakukan pencegahan sejak dini.

Strategi efektif penggunaan video, sebagai berikut:

1. Batasi Durasi

Pilih video dengan durasi maksimal 3 menit agar audiens tetap fokus. Video yang terlalu panjang berisiko membuat perhatian menurun.

2. Berikan Konteks Sebelum Memutar Video

Jelaskan terlebih dahulu tujuan pemutaran video, misalnya “Video berikut menunjukkan langkah-langkah cuci tangan sesuai standar WHO.” Dengan demikian, audiens lebih siap menerima informasi.

3. Gunakan *Subtitle*

Jika video berbahasa asing atau tanpa suara, tambahkan subtitle untuk memastikan pesan tetap dapat dipahami. *Subtitle* juga bermanfaat bagi audiens dengan keterbatasan pendengaran.

4. Pastikan Legalitas dan Etika

Jika video berasal dari pasien, rumah sakit, atau lembaga tertentu, pastikan ada izin penggunaan agar tidak melanggar privasi maupun hak cipta.

5. Padukan dengan Diskusi atau Praktik

Setelah video selesai, fasilitator sebaiknya menambahkan penjelasan, sesi tanya jawab, atau praktik langsung agar pesan lebih mendalam dan aplikatif.

Dengan strategi ini, video tidak hanya menjadi selingan dalam presentasi, melainkan juga sarana utama untuk meningkatkan pemahaman, keterlibatan emosional, dan motivasi audiens dalam menjaga kesehatan.

Integrasi Visual dalam Presentasi

Menurut Andayani (2015), pendidikan kesehatan merupakan upaya membantu individu maupun kelompok dalam meningkatkan kemampuan berperilaku demi tercapainya kesehatan optimal. Untuk mendukung tujuan tersebut, dibutuhkan metode pembelajaran yang efektif, menarik, serta sesuai dengan kondisi audiens. Misalnya, pada kelompok lansia yang memiliki keterbatasan fungsi tubuh maupun daya tangkap, media visual dapat menjadi alat bantu penting agar pesan kesehatan lebih mudah dipahami, diingat, dan dipraktikkan. Integrasi visual dalam presentasi kesehatan erat kaitannya dengan prinsip komunikasi visual. Presentasi yang dirancang dengan baik tidak hanya memperindah tampilan, tetapi juga meningkatkan efektivitas penyampaian pesan dan transfer informasi. Astuti et al. (2024) menegaskan bahwa desain visual yang tepat dapat menarik perhatian audiens, sementara menurut Rahmatullah et al. (2020), daya tarik tersebut berperan penting dalam menjaga fokus audiens sehingga komunikasi berlangsung lebih efektif.

Pada era digital, berbagai platform desain grafis semakin memudahkan integrasi visual ke dalam presentasi. Salah satunya adalah Canva, yang menyediakan fitur pemilihan warna, tata letak, ikon, ilustrasi, serta tipografi sesuai dengan kebutuhan materi. Aplikasi ini mudah digunakan, ramah bagi pemula, namun tetap memiliki kekuatan untuk menghasilkan presentasi yang profesional dan interaktif. Wardhanie et al. (2021) bahkan menilai Canva sebagai pilihan ideal dalam pelatihan pembuatan presentasi interaktif, terutama di kalangan mahasiswa atau tenaga kesehatan yang membutuhkan media pembelajaran yang komunikatif dan menarik.

Dengan demikian, integrasi visual bukan sekadar menambahkan elemen gambar atau grafik, melainkan sebuah strategi desain yang menyeluruh. Pemilihan

media, warna, font, hingga tata letak harus direncanakan secara konsisten agar presentasi kesehatan mampu menyampaikan pesan secara jelas, menarik, dan efektif sesuai dengan karakteristik audiens.

Kesimpulan

Kemampuan menggunakan alat bantu visual secara efektif merupakan bagian penting dari kompetensi *public speaking* tenaga kesehatan. Visual yang dirancang dengan baik dapat menjembatani kesenjangan antara informasi medis yang kompleks dengan tingkat pemahaman audiens yang beragam. Slide, grafik, dan video bukan sekadar pelengkap, tetapi sarana strategis untuk memperjelas pesan, menarik perhatian, serta meningkatkan daya ingat audiens. Dengan penerapan strategi yang tepat, tenaga kesehatan tidak hanya berperan sebagai penyampai informasi, tetapi juga sebagai komunikator andal yang mampu membangun keterhubungan dengan masyarakat. Lebih dari itu, penggunaan visual yang tepat menjadikan tenaga kesehatan agen perubahan yang inspiratif, mendorong masyarakat untuk memahami, menerima, dan menerapkan perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.

Daftar Pustaka

- Agustika, F., Siregar, S., Obara, D., & Paramarta, V. (2023). Telaah Teknologi Informasi Dan Sistem Informasi Dalam Organisasi Dengan Lingkungan: Suatu Kajian Teori. *Jurnal Bisnis Kolega*, 9(1), 24–33. <https://doi.org/10.57249/jbk.v9i1.104>
- Al Rahmad, A. H., & Annisa, S. F. (2025). VIDEO ANIMASI SEBAGAI MEDIA PENYULUHAN DAPAT MENINGKATKAN PENGETAHUAN DAN SIKAP REMAJA TENTANG BAHAYA FAST FOOD. *Media Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan*, 35(1), 11–18. <https://doi.org/10.34011/jmp2k.v35i1.2054>
- Astuti, E. Z., Ernawati, A., Dolphina, E., Asmarani, R., Prasongko, A. B., & Abdullah, U. Z. (2024). Tingkatkan Keterampilan Komunikasi Visual Siswa-Siswi melalui Workshop Sinematografi di SMK Negeri 4 Semarang. *Jurnal Abdinias*, 5(4), 301–312. <https://doi.org/10.31004/abdidas.v5i4.949>
- Ban, A. W. van den, & Hawkins, H. S. (1999). *Penyuluhan Pertanian*. Penerbit Kanisius
- Masinambow, M., Mokoagow, E., Nelwan, M., Mahmud, N., Watuseke, Q., Ramdhanian, T., ... & Elmi, N. (2024). POWERPOINT SEBAGAI ALAT EDUKASI DALAM BIDANG KESEHATAN. *Jurnal Praba: Jurnal Rumpun Kesehatan Umum*, 2(4), 348-354.
- Nugroho, B. S., Sholihah, H., & Hakim, S. (2023). Pemanfaatan Media Power Point terhadap Tingkat Konsentrasi dan Motivasi Belajar Peserta Didik. *Journal on Education*, 5(4), 15831–15839.
- Rahmatullah, Inanna, & Ampa, A. T. (2020). Media Pembelajaran Audio Visual Berbasis Aplikasi Canva. *Jurnal Pendidikan Ekonomi Undiksha*, 12(2), 317–327.
- Syafuddin, K. (2023). Penggunaan Media Audio Visual (Slide, Film) Dan Media Rakyat Sebagai Alat Bantu Penyuluhan. *Sanskara Ilmu Sosial Dan Humaniora*, 1(01), 1-9.

- Wardhanie, A. P., Fahminnansih, F., & Rahmawati, E. (2021). Pemanfaatan Aplikasi Canva untuk Desain Grafis dan Promosi Produk pada Sekolah Islami berbasis Kewirausahaan. *Society : Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat*, 2(1), 51–58. <https://doi.org/10.37802/society.v2i1.170>.
- Wibowo, L. S., Saleh, Y., & Lagarusu, L. (2023). Pengaruh Pemanfaatan Media Terhadap Keberhasilan Kegiatan Penyuluhan Pertanian Padi di Kecamatan Anggrek Kabupaten Gorontalo Utara. *AGRINESIA: Jurnal Ilmiah Agribisnis*, 7(2), 84–90. <https://doi.org/10.37046/agr.v7i2.19629>
- Winarni, R. W., & Wardani, W. G. W. (2015). Produksi Film Animasi Sebagai Media Kampanye Anti Kejahatan Perdagangan Manusia. *Jurnal Desain*, 3(1), 37–48

Profil Penulis



Tsuwaibatul Islamiyah, S.Kep., Ns., M.S.

Lahir di Nganjuk, 14 April 1993. Pendidikan tinggi yang telah ditempuh oleh penulis yaitu jenjang S1 dan Profesi pada tahun 2011 di Fakultas Keperawatan, Universitas Airlangga Surabaya. Kemudian melanjutkan pendidikan S2 pada tahun 2019 di National Cheng Kung University Taiwan dan lulus pada tahun 2021 dengan konsentrasi topik terkait Kesehatan Jiwa pada Remaja. Saat ini penulis bekerja sebagai dosen di Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Lambung Mangkurat Kalimantan Selatan dari tahun 2024 – sekarang, di Departemen Keperawatan Jiwa. Penulis juga aktif dalam berbagai kegiatan Tridharma Perguruan Tinggi.

Email Penulis: tsuwaibatul@ulm.ac.id

MENYAMPAIKAN INFORMASI KOMPLEKS DENGAN CARA YANG MUDAH DIPAHAMI

Kolo Liunokas, S.ST., M.Kes.

Dinas Kesehatan Kabupaten TTS

Pendahuluan

Dalam kehidupan sehari-hari, kita sering dihadapkan pada informasi yang bersifat kompleks, baik dalam bidang kesehatan, pendidikan, teknologi, maupun kebijakan publik. Informasi yang terlalu rumit, penuh istilah teknis, atau disajikan tanpa penyesuaian dengan kemampuan penerima pesan, seringkali menimbulkan kebingungan dan salah tafsir. Hal ini menyebabkan pesan yang sebenarnya penting tidak dapat diterima dengan baik, bahkan berpotensi menimbulkan resistensi atau ketidakpercayaan. Oleh karena itu, keterampilan menyampaikan informasi kompleks dengan cara yang mudah dipahami menjadi sangat penting, terutama dalam konteks komunikasi kesehatan yang menyangkut keselamatan, perilaku, dan kualitas hidup masyarakat.

Menyederhanakan informasi bukan berarti mengurangi makna atau meremehkan isi pesan, melainkan mengubah cara penyampaian agar lebih jelas, sederhana, relevan, dan mudah dihubungkan dengan pengalaman sehari-hari penerima pesan. Dengan begitu, pesan tidak hanya sampai, tetapi juga dipahami, diingat, dan dapat memengaruhi sikap maupun tindakan. Prinsip-prinsip

komunikasi seperti kejelasan, kesederhanaan, keterhubungan, relevansi, dan inklusivitas menjadi dasar penting agar proses penyampaian informasi berjalan efektif.

Dalam dunia kesehatan, misalnya, dokter atau tenaga kesehatan sering harus menjelaskan kondisi medis, prosedur pengobatan, atau langkah pencegahan penyakit kepada pasien dengan berbagai latar belakang pendidikan dan tingkat literasi. Jika komunikasi yang dilakukan terlalu teknis, maka pasien bisa salah memahami instruksi, enggan mengikuti anjuran, bahkan kehilangan kepercayaan terhadap tenaga medis. Sebaliknya, bila informasi disampaikan dengan bahasa sederhana, dilengkapi ilustrasi, contoh nyata, dan disesuaikan dengan kebutuhan audiens, maka pesan akan lebih mudah diterima dan dipraktikkan. Dengan demikian, kemampuan menyampaikan informasi kompleks secara sederhana tidak hanya penting bagi para profesional komunikasi, tetapi juga bagi pendidik, tenaga kesehatan, maupun pemimpin masyarakat. Materi ini akan menguraikan prinsip-prinsip utama, tantangan, dan strategi dalam menyederhanakan informasi sehingga dapat diterima dengan baik oleh khalayak luas, serta memberikan gambaran nyata bagaimana komunikasi yang efektif dapat membawa perubahan positif. Komunikasi adalah jembatan antara pengetahuan dan pemahaman. Dalam dunia kesehatan, ilmu pengetahuan yang dimiliki tenaga medis seringkali penuh istilah teknis, konsep ilmiah, dan data statistik. Namun, masyarakat yang menjadi penerima informasi memiliki latar belakang berbeda—tidak semua memahami istilah medis. Jika tenaga kesehatan tidak mampu menyederhanakan informasi, risiko yang muncul adalah:

Pesan Tidak Dimengerti

Biasanya mengacu pada distorsi atau kegagalan komunikasi, di mana penerima pesan tidak memahami makna yang dimaksud oleh pengirim. Hal ini bisa terjadi karena beberapa faktor.

Penyebab pesan tidak dimengerti:

1. Gangguan Bahasa : Penggunaan istilah teknis atau bahasa asing yang tidak familiar bagi penerima; Kalimat terlalu panjang, ambigu, atau tidak jelas.
2. Gangguan teknis (noise) : Gangguan suara, sinyal, atau media yang menyebabkan pesan tidak terdengar atau terbaca dengan baik.
3. Perbedaan persepsi dan budaya : Nilai, norma, atau pengalaman berbeda menyebabkan pesan diartikan lain dari maksud aslinya.
4. Konteks komunikasi tidak lengkap : Pesan disampaikan tanpa latar belakang, data, atau informasi pendukung yang cukup.
5. Faktor psikologis : Penerima sedang emosi, lelah, atau tidak fokus sehingga gagal menangkap makna pesan.
6. Dampak pesan tidak dimengerti : Menimbulkan salah paham; Menyebabkan konflik atau ketidakharmonisan; Menghambat tercapainya tujuan komunikasi.

Masyarakat Salah Menafsirkan Informasi

Disebut juga misinterpretasi pesan. Ini terjadi ketika penerima memberi arti yang berbeda dari maksud yang sebenarnya ingin disampaikan oleh pengirim.

Penyebab salah menafsirkan informasi

1. Bahasa yang ambigu : Kata atau kalimat punya makna ganda. ; Contoh: “Segera kerjakan” → bisa dimaknai sekarang juga, atau bisa nanti setelah pekerjaan lain selesai.
2. Perbedaan budaya dan pengalaman : Simbol, gestur, atau istilah tertentu berbeda maknanya pada kelompok masyarakat yang berbeda.
3. Keterbatasan konteks : Informasi disampaikan setengah-setengah tanpa penjelasan lengkap.
4. Prasangka atau persepsi pribadi : Penerima menafsirkan sesuai sudut pandangnya, bukan maksud komunikator.
5. Gangguan psikologis dan emosional: Misalnya penerima sedang marah, lelah, atau cemas sehingga menangkap pesan secara keliru.

Dampak salah menafsirkan informasi

1. Terjadi salah paham antar individu atau kelompok.
2. Konflik atau ketegangan dalam hubungan sosial maupun organisasi.
3. Kegagalan koordinasi di tempat kerja atau kegiatan bersama.
4. Kesalahan pengambilan keputusan karena informasi tidak ditafsirkan dengan benar.

Terjadi Resistensi atau Ketidakpercayaan

Adalah bentuk hambatan psikologis yang terjadi ketika penerima pesan menolak, meragukan, atau tidak mempercayai informasi yang disampaikan oleh komunikator.

Penyebab Resistensi/Ketidakpercayaan

1. Kredibilitas komunikator rendah: Pengirim dianggap tidak kompeten, tidak jujur, atau punya kepentingan tersembunyi.
2. Pesan bertentangan dengan nilai/keyakinan penerima: Misalnya pesan kesehatan yang berlawanan dengan kebiasaan budaya atau tradisi.
3. Pengalaman negatif sebelumnya: Penerima pernah dibohongi atau dikecewakan oleh komunikator.
4. Cara penyampaian tidak tepat: Pesan terlalu memaksa, menggurui, atau menekan.
5. Kurangnya bukti pendukung: Informasi tidak disertai data, fakta, atau contoh nyata.

Dampak dalam komunikasi

1. Pesan ditolak atau diabaikan.
2. Tujuan komunikasi tidak tercapai.
3. Timbul salah paham, konflik, atau bahkan perlawanan aktif.
4. Menurunnya hubungan baik antara komunikator dan komunikan.

Program Kesehatan Tidak Efektif

Dalam ilmu komunikasi kesehatan, keberhasilan sebuah program kesehatan sangat ditentukan oleh bagaimana pesan disampaikan dan diterima masyarakat. Jika komunikasi gagal, program kesehatan hampir pasti tidak efektif, meskipun sudah ada anggaran, fasilitas, dan tenaga kesehatan yang memadai.

Mengapa komunikasi sangat penting?

1. Membangun pemahaman, Tanpa komunikasi yang jelas, masyarakat tidak tahu apa tujuan program, manfaatnya, dan bagaimana cara berpartisipasi.

2. Menumbuhkan kepercayaan, Program kesehatan butuh dukungan masyarakat. Jika pesan tidak meyakinkan, timbul resistensi atau ketidakpercayaan.
3. Mengubah perilaku, Inti dari promosi kesehatan adalah perubahan perilaku. Perubahan ini hanya mungkin jika pesan tersampaikan dengan cara yang tepat.
4. Koordinasi antar pelaksana, Gagal komunikasi di internal tenaga kesehatan → koordinasi lemah, data tidak sinkron, dan pelaksanaan program berantakan.

Dampak Jika Komunikasi Gagal

1. Salah paham: masyarakat salah menafsirkan pesan kesehatan.
2. Partisipasi rendah: sasaran program tidak datang atau enggan ikut.
3. Resistensi: masyarakat menolak vaksinasi, imunisasi, atau program gizi karena tidak percaya.
4. Pemborosan sumber daya: anggaran keluar, tenaga terserap, tetapi hasil tidak tercapai.
5. Tujuan kesehatan masyarakat gagal: angka penyakit tetap tinggi, perilaku tidak berubah.

Contoh nyata

1. Program imunisasi gagal jika masyarakat termakan hoaks bahwa vaksin berbahaya karena pesan kesehatan kalah dengan informasi salah.
2. Program gizi tidak efektif jika komunikasi tentang pentingnya gizi seimbang tidak jelas, masyarakat tetap konsumsi makanan instan.

3. Program pengendalian penyakit menular gagal jika petugas tidak mampu menjelaskan pentingnya cuci tangan, masker, atau sanitasi.

Prinsip Agar Komunikasi Mendukung Efektivitas Program Kesehatan

1. Pesan harus jelas, sederhana, dan relevan.
2. Gunakan media yang tepat (tatap muka, poster, media sosial, radio).
3. Bangun kepercayaan masyarakat melalui transparansi dan konsistensi.
4. Pastikan ada umpan balik (*feedback*) untuk mengecek apakah pesan dipahami.

Kemampuan menyampaikan informasi kompleks dengan bahasa sederhana adalah keterampilan penting bagi setiap tenaga kesehatan. Dalam berkomunikasi, ada kalanya kita menemui atau menjumpai komunikasi yang kompleks sehingga perlu disederhanakan. Informasi yang kompleks ini perlu disederhanakan sehingga :

1. Aksesibilitas Pengetahuan: Ilmu kesehatan bersifat universal, tetapi bahasa medis membatasi. Penyederhanaan membuat semua orang dapat mengakses informasi.
2. Efektivitas Edukasi: Tujuan komunikasi kesehatan bukan hanya 'memberi tahu', tetapi 'mengubah perilaku'.
3. Mencegah Miskonsepsi: Informasi kompleks yang disampaikan mentah bisa menimbulkan salah paham.
4. Membangun Kepercayaan: Masyarakat lebih percaya pada tenaga kesehatan yang mampu menjelaskan dengan jelas dan mudah.

Prinsip Utama Menyederhanakan Informasi

1. Kejelasan (Clarity): jangan biarkan audiens menebak.

Dalam ilmu komunikasi, terutama saat kita ingin menyederhanakan informasi yang kompleks, ada beberapa prinsip utama. Salah satu yang paling penting adalah prinsip kejelasan (clarity principle).

Ciri-ciri penerapan prinsip kejelasan

- a. Bahasa sederhana, Gunakan kata-kata yang umum dipahami, hindari istilah teknis tanpa penjelasan.
- b. Struktur logis, Informasi disusun runtut (awal → inti → penutup).
- c. Pesan ringkas, Hindari kalimat berbelit; fokus pada poin inti.
- d. Konsisten, Tidak menimbulkan kebingungan karena kontradiksi.
- e. Didukung contoh/visual, Diagram, tabel, atau ilustrasi bisa membantu memperjelas.
- f. Manfaat prinsip kejelasan dalam penyederhanaan informasi
- g. Mengurangi risiko salah tafsir.
- h. Membantu penerima cepat memahami isi pesan.
- i. Memudahkan pengambilan keputusan.
- j. Meningkatkan efektivitas komunikasi (pesan tersampaikan sesuai maksud).

2. Kesederhanaan (Simplicity): singkirkan jargon teknis yang tidak perlu.

Kesederhanaan berarti menyampaikan informasi dengan cara yang singkat, padat, dan langsung pada inti, tanpa mengorbankan makna penting. Tujuannya

agar penerima lebih cepat memahami pesan tanpa merasa terbebani oleh detail yang berlebihan.

Ciri-ciri kesederhanaan dalam komunikasi

- a. Bahasa yang mudah dimengerti, Hindari istilah teknis yang rumit kecuali diberi penjelasan.
- b. Fokus pada inti pesan, Pilih informasi yang paling relevan, sisihkan hal yang tidak penting.
- c. Kalimat singkat dan jelas, Gunakan kalimat efektif, tidak bertele-tele.
- d. Visualisasi sederhana, Gunakan tabel, grafik, atau gambar sederhana untuk membantu pemahaman.
- e. Satu pesan, satu ide utama. Jangan campurkan banyak ide dalam satu kalimat

Manfaat prinsip kesederhanaan

- a. Membuat informasi lebih cepat dipahami.
 - b. Mengurangi risiko salah tafsir.
 - c. Meningkatkan daya ingat penerima pesan.
 - d. Memudahkan audiens untuk bertindak sesuai informasi.
3. Keterhubungan (*Relatability*): hubungan dengan pengalaman sehari-hari audiens

Keterhubungan berarti informasi yang disampaikan harus dekat dengan kehidupan, pengalaman, atau kebutuhan penerima pesan, sehingga mereka merasa pesan tersebut relevan dan bermanfaat bagi dirinya.

Ciri-ciri keterhubungan dalam komunikasi

- a. Menggunakan contoh nyata, yang sesuai dengan situasi sehari-hari audiens.

- b. Bahasa sesuai audiens, Pilih istilah yang akrab dengan penerima, bukan istilah akademis yang kaku.
- c. Mengaitkan dengan pengalaman pribadi, Pesan akan lebih mudah diterima jika audiens bisa berkata: *"Oh, itu seperti yang saya alami."*
- d. Sesuai konteks sosial-budaya, Menyesuaikan dengan nilai, norma, dan kebiasaan audiens.
- e. Menjawab kebutuhan audiens, Informasi dirasa penting karena terkait dengan masalah yang mereka hadapi.

Manfaat prinsip keterhubungan

- a. Meningkatkan perhatian dan minat audiens.
 - b. Membuat pesan lebih mudah dipahami dan diingat.
 - c. Menumbuhkan empati dan kedekatan emosional antara komunikator dan komunikan.
 - d. Mendorong perubahan sikap dan perilaku, karena audiens merasa informasi itu untuk dirinya.
4. Relevansi (*Relevance*): hanya sampaikan yang penting sesuai kebutuhan audiens

Relevansi berarti informasi yang disampaikan harus sesuai dengan kebutuhan, konteks, dan tujuan komunikasi, sehingga pesan terasa penting, bermanfaat, dan tidak berlebihan bagi penerima.

Ciri-ciri relevansi dalam komunikasi

- a. Fokus pada kebutuhan audiens, Informasi dipilih sesuai apa yang benar-benar ingin atau perlu diketahui penerima.

- b. Menghindari informasi berlebihan, Tidak semua detail harus disampaikan, cukup yang berhubungan langsung dengan tujuan.
- c. Sesuai konteks situasi, Pesan disesuaikan dengan waktu, tempat, dan kondisi penerima.
- d. Mendukung tujuan komunikasi, Semua isi pesan mengarah pada hasil yang ingin dicapai, tidak melebar ke hal lain.
- e. Bermanfaat praktis, Audiens merasa informasi tersebut dapat digunakan dalam kehidupan nyata.

Manfaat prinsip relevansi

- a. Membuat pesan lebih fokus dan tidak membingungkan.
- b. Meningkatkan perhatian audiens karena merasa pesan itu penting bagi dirinya.
- c. Menghemat waktu dan tenaga dalam penyampaian.
- d. Membantu penerima mengambil keputusan atau bertindak dengan tepat.

Contoh Penerapan

- a. Kurang relevan : Saat penyuluhan tentang pencegahan DBD, petugas kesehatan terlalu banyak menjelaskan sejarah penyakit DBD di dunia.
- b. Relevan : Petugas langsung menyampaikan langkah praktis: menutup tempat air, menguras bak mandi seminggu sekali, dan mengubur barang bekas agar tidak jadi sarang nyamuk.

5. Inklusivitas (*Inclusivity*): sesuaikan dengan latar pendidikan, budaya, dan usia.

Inklusivitas berarti informasi disampaikan dengan cara yang dapat dipahami, diakses, dan diterima oleh semua lapisan audiens, tanpa diskriminasi, serta mempertimbangkan perbedaan bahasa, budaya, tingkat pendidikan, maupun kondisi khusus penerima pesan.

Ciri-ciri inklusivitas dalam komunikasi

- a. Menggunakan bahasa yang universal, Tidak terlalu teknis, tidak menggunakan jargon yang hanya dimengerti kelompok tertentu.
- b. Mempertimbangkan latar belakang audiens, Disesuaikan dengan budaya, agama, atau nilai sosial penerima.
- c. Aksesibilitas media, Gunakan media yang bisa dijangkau semua orang (contoh: brosur sederhana, video dengan subtitle, infografis visual)
- d. Sensitivitas terhadap keragaman, Hindari kata atau contoh yang menyinggung kelompok tertentu.
- e. Mendorong partisipasi semua pihak, Informasi disampaikan sedemikian rupa sehingga semua orang merasa dilibatkan, bukan dikucilkan.

Manfaat prinsip inklusivitas

- a. Membuat pesan dapat menjangkau audiens yang lebih luas.
- b. Meningkatkan rasa diterima dan dihargai pada penerima.
- c. Mengurangi resistensi karena tidak ada pihak yang merasa disisihkan.

- d. Memastikan keadilan informasi, sehingga semua orang memiliki kesempatan yang sama untuk memahami pesan.

Contoh Penerapan

- a. Tidak inklusif:

Kampanye kesehatan hanya menggunakan bahasa Inggris dalam brosur di daerah pedesaan Indonesia.

- b. Inklusif:

Kampanye kesehatan dibuat dalam bahasa Indonesia sederhana, disertai gambar ilustratif, bahkan dialihbahasakan ke bahasa daerah agar semua lapisan masyarakat bisa mengerti

Tantangan dalam Menyampaikan Informasi Kesehatan

Dalam menyampaikan informasi kesehatan, tantangan yang dihadapi cukup kompleks dan berlapis. Salah satu hambatan utama adalah keragaman audiens. Masyarakat memiliki latar belakang usia, tingkat pendidikan, budaya, serta kemampuan literasi kesehatan yang berbeda-beda, sehingga pesan kesehatan tidak bisa disampaikan dengan cara yang sama. Perbedaan ini membuat sebagian kelompok mudah memahami informasi, sementara yang lain kesulitan mencerna pesan yang disampaikan. Selain itu, rendahnya literasi kesehatan juga menjadi masalah serius. Banyak masyarakat awam yang tidak terbiasa dengan istilah medis atau penjelasan teknis, sehingga pesan kesehatan yang terlalu rumit sering kali gagal dipahami. Kondisi ini semakin diperburuk dengan maraknya hoaks dan misinformasi, terutama melalui media sosial. Informasi palsu dapat menyebar lebih cepat daripada pesan resmi, dan sering kali lebih dipercaya karena datang dari orang-orang terdekat dibandingkan dari tenaga kesehatan. Tantangan lain muncul dari

resistensi dan ketidakpercayaan masyarakat. Ada kelompok yang menolak informasi kesehatan karena faktor budaya, agama, maupun pengalaman buruk dengan pelayanan kesehatan sebelumnya. Ketidakpercayaan ini membuat pesan kesehatan yang disampaikan sering diabaikan atau bahkan dilawan. Hambatan juga datang dari keterbatasan media dan akses, khususnya di daerah terpencil yang minim infrastruktur komunikasi. Dalam kondisi seperti ini, pesan kesehatan sulit menjangkau masyarakat yang justru paling membutuhkan.

Kompleksitas informasi kesehatan sendiri menjadi tantangan tersendiri. Istilah medis yang rumit sering kali sulit untuk disederhanakan tanpa mengurangi makna pentingnya. Akibatnya, risiko salah tafsir cukup tinggi, baik jika penjelasan terlalu teknis maupun jika terlalu disederhanakan. Hambatan psikologis masyarakat, seperti rasa takut, cemas, atau malu membicarakan isu tertentu, juga sering membuat pesan kesehatan tidak efektif, misalnya dalam topik kesehatan reproduksi atau HIV/AIDS. Di sisi lain, keterbatasan tenaga kesehatan dan waktu yang tersedia turut mengurangi kualitas komunikasi. Tenaga medis sering lebih fokus pada pelayanan kuratif sehingga tidak cukup waktu untuk memberikan edukasi kesehatan secara mendalam. Faktor sosial-budaya juga memiliki pengaruh yang besar. Kebiasaan makan, pola hidup, hingga kepercayaan lokal terkadang bertentangan dengan pesan kesehatan yang disampaikan, sehingga upaya edukasi sering menghadapi penolakan. Terakhir, banyak proses komunikasi kesehatan yang masih bersifat satu arah. Informasi diberikan tanpa adanya umpan balik untuk memastikan apakah pesan benar-benar dipahami. Hal ini membuat edukasi kesehatan sering berhenti pada tahap penyampaian, tanpa menjamin terjadinya perubahan pengetahuan, sikap, maupun perilaku masyarakat.

Dengan demikian, tantangan dalam menyampaikan informasi kesehatan bukan hanya terletak pada isi pesannya, tetapi juga pada cara penyampaiannya, konteks sosial-budaya, serta penerimaan masyarakat yang beragam. Upaya komunikasi kesehatan yang efektif harus mampu menjawab tantangan-tantangan tersebut dengan pendekatan yang lebih sederhana, jelas, relevan, dan inklusif.

Teknik Menyampaikan Informasi Kompleks

1. Gunakan Analogi, misalnya menjelaskan kolesterol seperti sampah yang menyumbat saluran air
2. Pakai Bahasa Sehari-hari, ubah istilah medis ke bahasa awam
3. Visualisasi, gunakan gambar, bagan, atau poster.
4. *Storytelling* (ceritakan kisah nyata pasien)
5. *Rule of Three* (batasi pesan menjadi tiga poin utama)
6. Gunakan Pertanyaan (ajak audiens berpikir dengan pertanyaan sederhana).

Strategi Komunikasi Efektif

Strategi komunikasi yang efektif pada dasarnya adalah seni menyampaikan pesan agar dapat dipahami, diterima, dan mendorong terjadinya perubahan sikap maupun perilaku sesuai dengan tujuan yang diharapkan. Komunikasi yang baik tidak hanya berfokus pada apa yang ingin disampaikan oleh komunikator, tetapi juga mempertimbangkan bagaimana pesan tersebut dipersepsi dan diterima oleh komunikan. Untuk mencapai efektivitas komunikasi, seorang komunikator perlu menyesuaikan pesan dengan latar belakang, kebutuhan, dan kondisi audiens, sehingga pesan yang dibawa terasa relevan, dekat, dan bermakna bagi penerimanya.

Salah satu hal penting dalam strategi komunikasi efektif adalah penggunaan bahasa yang sederhana, jelas, dan mudah dimengerti. Bahasa yang terlalu teknis atau berbelit hanya akan menimbulkan kebingungan, bahkan dapat membuat audiens kehilangan minat. Oleh karena itu, menyusun pesan dengan struktur yang runtut, disertai contoh konkret, cerita, atau ilustrasi, akan membantu audiens lebih mudah menangkap makna yang dimaksud. Selain itu, pemilihan media komunikasi juga harus tepat, karena media yang digunakan akan memengaruhi jangkauan dan pemahaman pesan. Misalnya, informasi yang ditujukan untuk masyarakat pedesaan lebih efektif bila disampaikan melalui tatap muka atau media lokal, sementara kampanye untuk generasi muda dapat lebih berhasil bila memanfaatkan platform digital dan media sosial.

Keberhasilan komunikasi juga sangat ditentukan oleh kredibilitas komunikator. Penerima pesan cenderung lebih percaya apabila komunikator dianggap memiliki kompetensi, kejujuran, serta kepedulian terhadap audiens. Oleh karena itu, membangun kepercayaan merupakan strategi utama yang tidak bisa diabaikan. Komunikator perlu menampilkan sikap empati, menghargai audiens, serta mampu mendengarkan masukan yang diberikan. Komunikasi yang bersifat dua arah, di mana audiens diberi kesempatan untuk bertanya, memberikan pendapat, atau mengekspresikan keraguannya, akan menciptakan rasa memiliki dan keterlibatan yang lebih kuat. Selain itu, efektivitas komunikasi dapat ditingkatkan melalui konsistensi dalam penyampaian pesan. Pesan yang disampaikan secara berulang dengan gaya yang konsisten akan lebih mudah diingat dan dipercaya oleh audiens. Namun, konsistensi ini tetap harus diimbangi dengan fleksibilitas, yaitu kemampuan menyesuaikan cara penyampaian sesuai dengan situasi, waktu, dan karakteristik audiens yang

beragam. Tidak kalah penting, strategi komunikasi efektif juga memerlukan evaluasi. Komunikator perlu memastikan bahwa pesan yang diberikan benar-benar dipahami dengan melakukan klarifikasi atau meminta umpan balik. Tanpa evaluasi, komunikasi hanya berhenti pada proses penyampaian, tanpa jaminan bahwa pesan mencapai tujuan yang diinginkan

Daftar Pustaka

- Argyle, M., & Dean, J. (1965). Eye contact, distance, and affiliation. *Sociometry*, 28(3), 289–304.
- Beatty, M. J., McCroskey, J. C., & Valencic, K. M. (2017). *Communication apprehension and public speaking*. Routledge.
- Buzan, T. (2006). *The Mind Map Book*. BBC Active.
- Carnegie, D. (2016). *The Quick and Easy Way to Effective Speaking*. Pocket Books.
- Dalyono, M. (2010). *Psikologi Pendidikan*. Rineka Cipta.
- Dweck, C. S. (2016). *Mindset: The New Psychology of Success*. Random House.
- Ellis, A. (2019). *The practice of rational emotive behavior therapy* (2nd ed). Springer Publishing Company.
- Harvard Business Review. (2015). *Overcome Your Fear of Public Speaking*. HBR Press.
- Jacobson, E. (1938). *Progressive Relaxation*. University of Chicago Press.
- Jalaluddin & Idi, A. (2007). *Filsafat Ilmu: Sebuah Pengantar Populer*. Kencana Prenada Media Group.
- Kabat-Zinn, J. (2003). *Mindfulness-Based Stress Reduction (MBSR)*. Guilford Press.
- Lucas, S. E. (2020). *The Art of Public Speaking* (13th ed). McGraw-Hill.
- Nursalim. (2013). *Pendekatan Praktis Konseling*. Graha Ilmu.
- Phillips, G. M. (2013). *Speaking anxiety: A cognitive-behavioral approach*. Routledge.
- Stuart, G. W., & Sundeen, S. J. (2016). *Principles and practice of psychiatric nursing* (10th ed.). Elsevier.
- Swain, D. P. (2019). *Positive Visualization Techniques for Speakers*. Oxford University Press.

- Tarigan, D., D. (1998). Public Speaking: Seni Berbicara di Depan Umum. Erlangga.
- Weil, A. (2017). Breathing Techniques for Stress Reduction. Hachette.

Profil Penulis



Kolo Liunokas, S.ST., M.Kes.

Ketertarikan Penulis terhadap ilmu Kesehatan khususnya bidang Kesehatan Ibu dan Anak dimulai pada tahun 1995 silam. Hal tersebut membuat penulis memilih masuk dan melanjutkan sekolah ke Pendidikan SPK. Penulis kemudian melanjutkan Pendidikan ke Perguruan Tinggi dan berhasil menyelesaikan studi Diploma III Kebidanan pada tahun 2007, dikarenakan adanya ketertarikan yang sangat tinggi pada keilmuan tersebut, penulis melanjutkan Pendidikan kebidanan lagi pada jenjang Diploma IV dan berhasil menyelesaikan Pendidikan tersebut pada tahun 2008. Pada tahun 2017 penulis berhasil menyelesaikan Program Magister Kesehatan Masyarakat Jurusan Kesehatan Reproduksi di Universitas Nusa Cendana Kupang. Saat ini penulis mengabdikan dirinya dan bekerja di Dinas Kesehatan Kabupaten TTS sebagai Pengelola Program Kesehatan Ibu dan Anak, Bidaan Koordinator. Selain itu, untuk menunjang ketertarikannya, penulis pun aktif sebagai peneliti dan penulis baik buku maupun jurnal di bidang kepakarannya yakni bidang Kesehatan dengan satu harapan yakni dapat memberikan kontribusi positif bagi bangsa dan negara yang tercinta ini.

Email: aning.pattypeilohy@gmail.com

- 1 PENTINGNYA DAN PERMASALAHAN DALAM PUBLIC SPEAKING DI
DUNIA KESEHATAN
Yoga Kertapati
- 2 MENGENAL AUDIENS: MENYESUAIKAN PESAN DENGAN PENDENGAR
Wahyuningsih
- 3 STRATEGI TEKNIK MENGATASI KECEMASAN DALAM KONTEKS PUBLIC
SPEAKING BAGI TENAGA KESEHATAN
Wilda Putri Festiyanti
- 4 PENTINGNYA PERSIAPAN MATERI: MENYUSUN KONTEN YANG JELAS
DAN TERSTRUKTUR
Nunun Tri Widarwati
- 5 TEKNIK MEMBUKA DAN MENUTUP PERSENTASI
Nur Arofah
- 6 KOMUNIKASI NONVERBAL: BAHASA TUBUH, EKSPRESI DAN GESTUR
I Wayan Wirta
- 7 STRATEGI PENGGUNAAN ALAT BANTU VISUAL: SLIDE, GRAFIK, DAN VIDEO
Tsuwaibatul Islamiyah
- 8 MENYAMPAIKAN INFORMASI KOMPLEKS DENGAN CARA YANG
MUDAH DIPAHAMI
Kolo Liunokas

Editor:

Made Martini

Untuk akses **Buku Digital**,
Scan **QR CODE**



Media Sains Indonesia
Melong Asih Regency B.40, Cijerah
Kota Bandung - Jawa Barat
Email : penerbit@medsan.co.id
Website : www.medsan.co.id

