

ABSTRAK

Harga diri merupakan salah satu bagian yang tidak dapat lepas dari kehidupan individu. Harga diri adalah suatu evaluasi terhadap kelebihan dan kekurangan diri sendiri serta hal-hal yang berhasil dicapai individu, berdasarkan pandangan orang lain terhadap dirinya yang bersifat fluktuatif. Harga diri akan menumbuhkan segala aspek yang dibutuhkan individu untuk berkembang sehingga harga diri dianggap sebagai salah satu faktor kesuksesan individu.

Salah satu upaya yang dapat dipergunakan untuk meningkatkan harga diri adalah dengan sebuah pelatihan. Pelatihan adalah sebuah upaya meningkatkan pengetahuan, ketrampilan dan sikap individu dalam suatu keterampilan, agar individu mampu lebih mengenali dirinya, menyadari dan menggunakan potensi yang telah dimiliki untuk berkembang. Pelatihan *public speaking* merupakan salah satu cara yang dapat digunakan untuk meningkatkan harga diri. Pelatihan *public speaking* diharapkan dapat meningkatkan kemampuan individu dalam berbicara di hadapan publik sehingga meningkatkan harga diri individu.

Penelitian ini dimaksudkan untuk melihat apakah ada pengaruh pelatihan *Public Speaking* terhadap peningkatan harga diri. Rancangan penelitian ini menggunakan *one group pre test – post test design* dengan subyek peserta pelatihan *public speaking* angkatan ke-24 di *Abhiseka Training Center* sebanyak 15 orang. Pengambilan data dilakukan dengan penyebaran skala yang menggunakan *method of summated ratings* untuk melihat tingkat harga dirinya sebelum dan sesudah pelatihan, sedangkan untuk menganalisis data penelitian digunakan analisis uji t sampel berpasangan.

Dari hasil analisa data, dapat disimpulkan bahwa ada peningkatan harga diri pada subyek penelitian sebelum dan sesudah pelatihan *public speaking* (nilai t sebesar 3,094 dengan $p=0,008$). Pengaruh pelatihan *public speaking* terhadap peningkatan harga diri peserta memiliki sumbangan efektif bagi pelatihan sebesar 40,61%. Peningkatan harga diri para peserta nampak dari peningkatan aspek-aspek dalam harga diri, khususnya aspek kekuatan (*power*) dan kompetensi (*competence*).

ABSTRACT

Self-esteem is a part from personality which can not be release from people's life. Self-esteem is a self-evaluation about strength and weakness, and other aspects, which have been reached successfully. Self-esteem can be fluctuated based on what people's opinion. Self-esteem will raise all the aspect which important for people's development. Therefore, the self-esteem is considered as one of the peope's succeeded.

One method, which is able to increase the level of self-esteem, is training. Training is an effort to increase the knowledge, competence, and self-attitude on certain skills. Training also has a purpose made people more aware, recognize their self, and will be able to use the skills to develop their future. The researcher used a public speaking training to see whether the training can be effective to increasing the level of self-esteem. Researcher has an expectation that the training will increase the skills to do the public speaking and able to increase the level of self-esteem.

The research use a one-group pre test–posttest design and 15 participant of public speaking training class 24th batch at Abhiseka Training Center. The data was taken with a self-esteem scale that arranged by summated ratings method. Data was analyzed with t-test for paired sample.

According to the result, it is found that there is an increase in the level of self-esteem from participants after the public speaking training. (The value of t is 3,094 with the value of $p = 0.008$). This result says that the public speaking training have an influence with improvement of the self-esteem with the contribution to training for 40, 61%. The improvement relates with the improvement of self-esteem's aspects, specially the power and competence.