

# Pelatihan *Public speaking* Sebagai Upaya Pencegahan Penggunaan Narkotika melalui Keterlibatan Penggiat P4GN Lingkungan Masyarakat di Provinsi Banten

Puspita Asri Praceka<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Departemen Ilmu Komunikasi, Universitas Sultan Ageng Tirtayasa

Korespondensi Email: [puspita@untirta.ac.id](mailto:puspita@untirta.ac.id)

## Abstrak

Program pengabdian pada Masyarakat ini dilaksanakan dengan sasaran penggiat P4GN Lingkungan Masyarakat di Provinsi Banten. Angka prevalansi pengguna narkotika di Indonesia semakin meningkat dengan berbagai macam faktor penyebab yang kompleks. Di sisi lain, dampak penggunaan narkotika tidak hanya dirasakan pada level individu namun pada masyarakat luas dalam berbagai aspek, diantaranya penurunan produktivitas, serta gangguan kesehatan mental dan fisik, berbagai macam penyakit kronis seperti hepatitis, HIV/AIDS, juga peningkatan resiko terlibat dalam aktivitas kriminal. Oleh karena itu dibutuhkan keterlibatan aktif berbagai lapisan masyarakat untuk ikut berkampanye menanggulangi semakin meningkatnya penyebaran narkotika. Salahsatu faktor keberhasilan kampanye adalah komunikasi yang baik melalui teknik *public speaking*. Program Pengabdian Pada Masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan *public speaking* Penggiat Anti Narkotika di Provinsi Banten. Metode yang dilakukan adalah pemberian materi tentang komunikasi efektif dan *public speaking*, praktek dan latihan serta evaluasi melalui media sosial.

**Katakunci:** P4GN, BNNP Banten, *Public speaking*

## Abstract

*This Community Service Program is carried out to engage anti-drug activists in the community in the Province of Banten. The prevalence of drug users in Indonesia is increasing due to various complex factors. On the other hand, the impact of drug use is not only felt at the individual level but also affects the broader community in various aspects. These include decreased productivity, mental and physical health disorders, and various chronic diseases such as hepatitis and HIV/AIDS. There is also an increased risk of involvement in criminal activities. Therefore, active participation from various layers of society is needed to campaign against the growing spread of narcotics. Effective communication through public speaking techniques is a key factor in the*

*success of such campaigns. The Community Service Program aims to enhance the public speaking skills of anti-drug activists in the province of Banten. The methods employed include providing material on effective communication and public speaking, practical exercises, and evaluation through social media).*

**Keywords:** P4GN, BNNP Banten, Public speaking

## **Pendahuluan**

Penggunaan narkoba merupakan satu diantara sekian banyak masalah sosial yang kompleks di Indonesia. Badan Narkotika Nasional (BNN) merilis laporan prevalensi penggunaan narkoba di Indonesia dari tahun ke tahun yang menunjukkan tren peningkatan. Laporan BNN pada tahun 2019 menyebutkan bahwa 4.534.744 orang di Indonesia pernah mengonsumsi narkoba, angka ini naik menjadi 4.827.619 pada 2021 (Bayu Marhaenjati; Dwi Argo Santosa, 2021). Meskipun pada 2023 BNN merilis data pelaku penyalahgunaan narkoba sebanyak 3.337.000, atau angka prevalensi penyalahgunaan narkoba turun 0,22 persen dari sebelumnya 1,95 persen pada 2022 menjadi 1,75 persen pada 2023 (PUSLIDATIN BNN, 2024). Namun jumlah ini masih cukup besar. Oleh karena itu program prioritas pembangunan pemerintah Indonesia adalah upaya peningkatan derajat kesehatan, salahsatunya melalui penurunan angka penyalahgunaan narkoba (Kementrian Kesehatan RI, 2012)

Riset Dampak Penyalahgunaan Narkoba yang dilakukan BNN pada 2019 menunjukkan beberapa keluhan fisik yang dirasakan oleh pemakaian zat yang disalahgunakan, diantaranya, infeksi rongga mulut, gangguan pernafasan dan gangguan fisik lainnya. Selain itu dampak jangka panjang yang dirasakan yaitu gangguan kejiwaan, penyakit menular seksual, hepatitis C, TBC, sirosis hati, AIDS, stroke dan lain lain (BNN, 2020). Dampak penggunaan narkoba tidak hanya dirasakan pada level individu, tetapi mempengaruhi masyarakat secara luas. Jumlah pengguna narkoba ini mengkhawatirkan, karena dampak negatif yang ditimbulkan oleh narkoba meliputi berbagai aspek kehidupan masyarakat, seperti kesehatan individu, keamanan masyarakat, dan stabilitas sosial-ekonomi negara (Bayu Bahaduri & Susanti, 2022).

Menteri Keuangan Sri Mulyani mengatakan bahwa dampak narkoba membuat daya beli masyarakat turun. Narkoba juga membuat produktivitas dan kesehatan terganggu. Pemuda yang seharusnya menjadi tulang punggung ekonomi justru dirusak oleh narkoba. Sri Mulyani menambahkan bahwa pemuda yang harusnya menjadi tenaga kerja malah emenjadi beban ekonomi (Ravel, 2018). Dampak penggunaan narkoba juga terjadi pada peningkatan resiko terlibat dalam aktivitas kriminal. Misalnya beberapa kasus pencurian berulang karena membutuhkan uang untuk membeli narkoba (Setyadi, 2021). Bahkan tindak kriminalitas terkait narkoba ini juga melibatkan aparat hukum. Pada Maret 2024 Tempo meliris laporan lima perwira polisi yang terjerat kasus narkoba, diantaranya Tedy Minahasa mantan Kapolda Sumatra Barat, Doddy Prawiranegara mantan Kapolres Bukittinggi dan beberapa orang lainnya (Momole, 2024)

Salahsatu faktor yang mempengaruhi tingginya angka pengguna di Indonesia adalah ketersediaan narkoba yang mudah diakses. Menurut rilis Pusiknas Bareskrim Polri pada 2022, Indonesia menjadi pasar potensial dan menguntungkan bagi sindikat internasional jaringan narkoba. Itu terbukti dari beberapa pengungkapan kasus yang menunjukkan narkoba dibawa kelompok jaringan lintas negara (Pusiknas Bareskrim Polri, 2022). Selain itu letak geografis Indonesia yang strategis dan kurangnya pengawasan di berbagai jalur masuk, menjadi celah bagi masuknya narkoba ke wilayah Indonesia (Herindrasti, 2018). Kepala Badan Narkotika Nasional (BNN) Komjen Pol Petrus Reinhard Golose menyatakan sekitar 80 persen narkoba, khususnya sabu-sabu masuk ke Indonesia melalui jalur laut (Hemawati, 2021). Selain itu, perkembangan teknologi digital memungkinkan adanya potensi ekspansi perdagangan narkoba secara daring. BNN telah memetakan adanya pergeseran modus operandi peredaran narkoba yang semula secara konvensional kini dilakukan secara daring melalui marketplace dengan modus kamufase (BNN, 2022)..

Selain faktor eksternal, faktor internal seperti kondisi sosial dan ekonomi masyarakat turut berperan dalam penyebaran narkoba. Rendahnya tingkat pendidikan, tingkat pengangguran, tingkat pendapatan, rasio gender, tingkat kemiskinan dan akses terhadap layanan kesehatan menjadi faktor yang berpengaruh terhadap tingkat penggunaan narkoba (Isnaini et al., 2018). Sementara itu BNN juga merilis laporan bahwa di tahun 2019, 75% pengguna narkoba di Indonesia berusia 15 hingga 25 tahun (BNN RI, 2019). Riset Mulyasih menunjukkan bahwa pada remaja khususnya, faktor rasa ingin tahu, ingin mengikuti trend dan gaya, ingin diterima komunitas serta kepribadian yang labil menjadi faktor remaja menggunakan narkoba (Kadek Erika Mulyasih, 2022). Hal ini juga ditambah dengan rendahnya tingkat kesadaran masyarakat tentang bahaya narkoba dan kurangnya edukasi terkait bahaya narkoba (Sembiring & Ningrum, 2022). Hal ini sejalan dengan Setiawan et al (2019) yang menyebutkan bahwa faktor ekonomi, sosial dan kultural turut berkontribusi terhadap penyebaran narkoba di Indonesia.

Masalah penanggulangan pemakaian narkoba ini begitu kompleks, sehingga dibutuhkan keterlibatan berbagai pihak, tidak hanya dari sektor pemerintah. Memiliki program Pencegahan, Pemberantasan, Penyalahgunaan, dan Peredaran Gelap Narkoba (P4GN). Program ini menekankan pentingnya pendidikan dan kesadaran sejak dini tentang bahaya narkoba.

Program P4GN melibatkan berbagai kelompok (1) penggiat P4GN, yaitu orang yang tanpa pamrih dalam memberikan pemahaman tentang bahaya narkoba di tingkat masyarakat; (2) masyarakat; (3) Lingkungan Swasta; (4) Instansi Pemerintah dan (5) BNN sebagai pihak yang memimpin dan mengorganisasi program ini (BNN, n.d.)

Dalam program P4GN, perwakilan dari berbagai unsur masyarakat diberikan materi (1) strategi pemberdayaan masyarakat dalam upaya P4GN; (2) Peran pemerintah, stakeholder dan masyarakat dalam program pemberdayaan masyarakat; (3) Hukum dalam P4GN; (4) Pengetahuan dasar adiksi, konseling dan rehabilitasi; (5) Pengembangan karakter individu sebagai penggiat anti narkoba; dan (6) *Public speaking*. Setelah

mengikuti bimbingan teknis ini, mereka mendapatkan pin Penggiat Anti Narkotika dan diminta untuk menyebarkan informasi upaya pencegahan dan pemberantasan narkotika di masyarakat.

Penggiat Anti Narkotika memiliki peran penting dalam memberikan edukasi dan sosialisasi tentang bahaya narkotika kepada masyarakat (BNN, n.d.). Pelatihan *public speaking* dapat membantu penggiat menguasai teknik komunikasi yang efektif. Sehingga dapat menyampaikan informasi tentang bahaya narkotika dengan cara yang mudah dan dipahami oleh audiens.

Namun berbicara di depan khalayak umum bukanlah hal yang mudah. Berkomunikasi secara verbal maupun non verbal dapat dilakukan oleh siapa pun, namun berkomunikasi di depan khalayak ramai membutuhkan keterampilan dan ilmu khusus. Keberhasilan *Public speaking* berhubungan dengan efektivitas pesan yang akan disampaikan kepada khalayak. Salah satu faktor keberhasilan *public speaking* adalah teknik vokal yang baik, sesuai dengan tiga kekuatan dalam berkomunikasi yaitu verbal, vokal dan visual (Wakhyudi, 2019).

Salah satu upaya meningkatkan keberhasilan program P4GN adalah membuat informasi yang disampaikan oleh BNN tersampaikan kepada masyarakat luas. Menyadari pentingnya kemampuan komunikasi efektif dan *public speaking* bagi usaha penurunan angka penggunaan narkotika, BNN Provinsi Banten (BNNP Banten) selalu menyertakan materi mengenai *public speaking* dalam setiap program P4GN.

Program pengabdian ini dilakukan bekerjasama dengan BNNP Banten. Program ini merupakan program tahunan, di 2023 lalu BNNP Banten juga mengadakan bimbingan teknis penggiat P4GN di instansi pemerintah dan lingkungan masyarakat Provinsi Banten dan juga workshop penggiat P4GN kepada dunia usaha, lingkungan masyarakat, instansi pemerintah dan instansi pendidikan di Kota Serang sebagai bagian dari upaya meningkatkan peran serta masyarakat (BNNP 2023)

## Metode

Program pelatihan *public speaking* kepada penggiat anti narkotika di Provinsi Banten tahun 2024 ini dilakukan dalam beberapa tahap

1. Melakukan observasi awal

Tahapan observasi awal ini dilakukan dengan melihat dokumentasi kegiatan tahun sebelumnya, melihat daftar peserta kegiatan, serta melihat rancangan rangkaian kegiatan lainnya di hari tersebut.

2. Koordinasi dengan mitra

Dalam tahapan ini, pelaksana program pengabdian berkoordinasi dengan mitra yaitu BNNP Banten, untuk mengetahui apa tujuan akhir yang diinginkan dari kegiatan ini.

3. Penyusunan materi

Dalam tahapan ini, tim melakukan penyusunan materi, serta metode apa yang tepat untuk menyampaikan materi tersebut. Hal ini disesuaikan dengan waktu pelaksanaan kegiatan dan latar belakang peserta yang mengikuti kegiatan ini.

4. Penyelenggaraan kegiatan

Dalam tahapan ini dilaksanakan tahapan kegiatan dan evaluasi kegiatan pengabdian masyarakat.

**Hasil dan diskusi**

Kegiatan ini diikuti oleh 30 orang peserta, dan berlangsung pada sesi terakhir dari rangkaian kegiatan Bimbingan Teknis Penggiat P4GN Lingkungan Masyarakat di BNNP Banten pada Rabu (19/6) dan Kamis (20/6).

Tabel 1. Daftar Peserta Kegiatan

No	Nama Instansi	Jumlah
1	Agen Perubahan Kelurahan Banten	5
2	Agen Perubahan Kelurahan Baros	5
3	Yayasan Bina Satgas Mandiri	2
4	Duta Genre Anti Narkotika	2
5	Duta Genre BKKBN	2
6	LPM Kelurahan Banten	1
7	LPM Kelurahan Baros	1
8	Lembaga Rakyat Semesta Banten	2
9	Ketua DPP Perank Indonesia	1
10	Ketua DPP GANN Banten	1
11	Ketua GMDM Banten	1
12	Ketua Yayasan Cakrawala Nawasena Indonesia	1
13	Ketua BANN Banten	1
14	Ketua Badak Perjuangan Banten	1
15	Ketua GANNAS Annar MUI	2
16	Perisai Banten	2

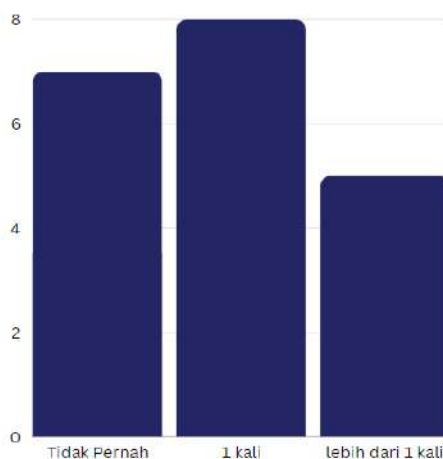
Sumber : BNNP Banten 2024

Dalam tahap persiapan dilakukan riset awal untuk melihat latar belakang peserta, usia, domisili, dan sejauh mana keterlibatan mereka selama ini dalam program pemberantasan narkotika. Perkembangan dunia digital, membuat proses ini lebih uah karena hampir semua peserta memiliki akun media sosial dan secara rutin mengunggah kegiatan mereka di akun tersebut. Misalnya dari DPP Perank Indonesia, yang jika ditelusuri dari media sosial mereka, sudah sering melakukan kegiatan sosialisasi bahaya narkotika di lembaga pendidikan (misalnya pesantren, SMP di Banten). Hal yang sama juga sudah dilakukan oleh GANN Banten dan GANNAS Annar MUI. Rentang usia peserta juga cukup beragam, dimulai dari kelompok mahasiswa umur 20 tahun , sampai 55 tahun.

Pengetahuan mengenai latar belakang peserta membantu dalam menyusun materi yang tepat sasaran. Hal yang juga menjadi pertimbangan adalah waktu penyampaian materi yang dilakukan pada sesi terakhir dari rangkaian acara. Hal ini dikhawatirkan membuat peserta kelelahan dan tidak fokus. Berdasarkan hal tersebut maka materi paparan disusun secara sederhana, dengan tampilan presentasi yang mencolok.

Dalam tahapan pelaksanaan diawali dengan *pre test*. Dari hasil *pre test* didapatkan hasil sebagai berikut

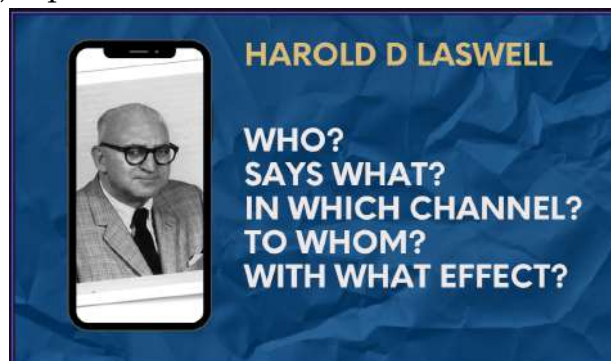
Gambar 1. Pengalaman Mengikuti Materi *Public speaking*



Sumber : Pre Test

Dari gambar 1 dapat dilihat bahwa 8 orang pernah mengikuti satu kali materi *public speaking* sebelumnya, 7 orang tidak pernah dan 5 orang sisanya menyatakan lebih dari satu kali menjadi peserta pelatihan *public speaking*. Informasi ini juga berguna dalam tahapan penyampaian materi, karena para peserta yang sudah beberapa kali mengikuti pelatihan dapat dijadikan contoh kasus pada saat praktek.

Tahapan selanjutnya adalah pemberian materi. Materi dibagi menjadi 3 tema besar yaitu (1) Komunikasi Efektif; (2) *Public speaking*; (3) Tips dan Trik.





Gambar 2. Materi tentang Komunikasi Efektif

Gambar 2 menunjukkan sebagian materi tentang komunikasi efektif. Peserta diajak untuk mengetahui tentang unsur komunikasi, bagaimana cara mengenal khalayak, termasuk beberapa istilah yang dikenal di kalangan remaja. Riset Mulyasih menunjukkan bahwa pada remaja khususnya, faktor rasa ingin tahu, ingin mengikuti trend dan gaya, ingin diterima komunitas serta kepribadian yang labil menjadi faktor remaja menggunakan narkoba (Kadek Erika Mulyasih, 2022). Diharapkan peserta saat berperan sebagai komunikator bisa merancang pesan dan berkomunikasi efektif sesuai dengan karakteristik khalayak.



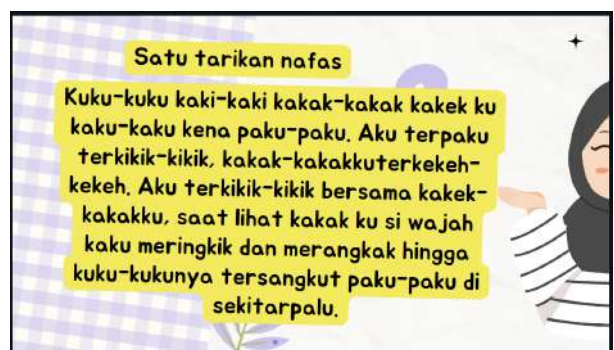
Gambar 3. Materi tentang *public speaking*

Gambar 3 merupakan sebagian dari materi tentang *public speaking*. Peserta diajak untuk mengenal apa itu *public speaking* dan hal-hal yang bisa dilakukan agar berhasil melakukan kegiatan *public speaking*. Dalam pemaparan materi juga diselingi dengan praktek dan contoh-contoh.



Gambar 4. Contoh dan Praktek Ice breaking

Gambar 4 menunjukkan bagaimana contoh dan praktek *ice breaking* yang bisa dipakai pada saat peserta nanti berperan sebagai Penggiat Anti Narkotika.







Gambar 5. Materi tentang tips dan trik keberhasilan *Public speaking*

Gambar 5 menunjukkan sebagian materi tentang hal yang bisa dilakukan agar *Public speaking* berhasil. Materi juga fokus pada pengelolaan vocal karena menurut... keberhasilan komunikasi salahsatunya dari unsur vocal.

Tahap selanjutnya adalah praktek. Peserta diajak mempraktekan pengelolaan vocal dan *public speaking*



Gambar 6. Praktek

Tahapan terakhir adalah evaluasi. Untuk melihat keberhasilan pelaksanaan program ini, peserta diminta untuk melakukan praktek di luar jam pelatihan dan menggunggahnya ke sosial media mereka masing-masing. Dengan tidak lupa men-tag atau mention akun @infobnn\_prov\_banten. Media sosial dengan berbagai macam karakteristiknya, dapat dimanfaatkan sebagai sarana untuk promosi atau kampanye sebuah program (Praceka et al., 2022)

### Kesimpulan

1. Pelaksanaan program kegiatan berjalan dengan lancar, namun waktu di akhir sesi membuat banyak peserta kelelahan dan tidak fokus menerima materi.

2. Meskipun materi dianggap menarik dan implementatif, beberapa peserta mengeluhkan waktu praktek yang kurang
3. Dibutuhkan sebuah program jangka panjang untuk melihat apakah keterampilan ini dipraktikkan oleh peserta. Evaluasi bisa dilakukan dengan memantau media sosial peserta.
4. Perlu diberikan materi tambahan kepada peserta tentang media sosial dan pemanfaatannya dalam kampanye program.

### Ucapan Terimakasih

Pelaksana program pengabdian masyarakat ini berterima kasih kepada semua pihak yang berkenan dan berkontribusi dalam kegiatan ini. Terutama kepada BNNP Banten.

### Referensi

- Bayu Bahaduri, L., & Susanti, V. (2022). Analisis Kebijakan Pemberantasan Narkotika Di Indonesia Dalam Perspektif Kriminologi. *Jurnal IKRAITH-HUMANIORA*, 6(2).
- Bayu Marhaenjati; Dwi Argo Santosa. (2021). *Penyalahgunaan Narkotika di Indonesia Meningkat 0,15 %*. Beritasatu.Com.  
<https://www.beritasatu.com/archive/867389/penyalahgunaan-narkotika-di-indonesia-meningkat-015-#:~:text=Disebutkan kondisi penduduk Indonesia yang,menjadi 3.662.646 pada 2021.>
- BNN. (n.d.). *Tentang Kami*. <https://sipenggiatp4gn.bnn.go.id/lp/about>
- BNN, H. (2020). *Dampak Penyalahgunaan Narkotika Terhadap Gangguan Kesehatan Terkait Kerentanan Terhadap Covid-19*. <https://bnn.go.id/dampak-penyalahgunaan-narkotika-terhadap-gangguan-kesehatan-terkait-kerentanan/>
- BNN, H. (2022). *Waspadai Jual Beli Narkotika Secara Online, BNN RI Luncurkan Aplikasi Pengaduan Masyarakat*. <https://bnn.go.id/waspadai-jual-beli-narkotika-secara-online-bnn-ri/>
- BNN RI. (2019). *Survei Prevalensi Penyalahgunaan Narkotika Tahun 2019*. In *Pusat Penelitian, Data, dan Informasi (PUSLITDATIN) Badan Narkotika Nasional Republik Indonesia*.
- Hemawati, R. (2021). *BNN: 80 Persen Narkotika Masuk Indonesia Melalui Jalur Laut*. <https://mediaindonesia.com/politik-dan-hukum/426658/bnn-80-persen-narkotika-masuk-indonesia-melalui-jalur-laut>
- Herindrasti, V. L. S. (2018). Drug-free ASEAN 2025: Tantangan Indonesia dalam Penanggulangan Penyalahgunaan Narkotika. *Jurnal Hubungan Internasional*, 7(1), 19-33.
- Isnaini, F., Nitibaskara, T. B. R., & Usman, W. (2018). Spatial analysis on the impact of socioeconomic vulnerability to drug abuse prevalence in Indonesia 2015. *IOP Conference Series: Earth and Environmental Science*, 179(1).  
<https://doi.org/10.1088/1755-1315/179/1/012005>
- Kadek Erika Mulyasih. (2022). FAKTOR-FAKTOR PENYEBAB DAN DAMPAK SOSIAL PENGGUNAAN NARKOTIKA PADA REMAJA. *SOKO GURU: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 2(2). <https://doi.org/10.55606/sokoguru.v2i2.318>
- Kementrian Kesehatan RI. (2012). *Pedoman Layanan Konprehensif HIV/AIDS dan IMS di Lapas, Rutan dan Bapas*. In *Direktorat Jendral Pengendalian Penyakit & Penyehatan*

Lingkungan.

- Momole, M. G. (2024). *Andri Gustami Divonis Hukuman Mati, Ini Deretan Perwira Polisi yang pernah Terlibat Kasus Narkoba*. <https://metro.tempo.co/read/1839597/andri-gustami-divonis-hukuman-mati-ini-deretan-perwira-polisi-yang-pernah-terlibat-kasus-narkoba>
- Praceka, P. A., Handaningtias, U. R., & Indriyany, I. A. (2022). Pendampingan UMKM dalam Mempromosikan Produk Pangan Lokal Banten melalui Media Sosial. In *Komunitas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* (Vol. 2, Issue 2). [https://scholar.google.com/citations?view\\_op=view\\_citation&hl=en&user=HyfumfoAAAAJ&pagesize=100&citation\\_for\\_view=HyfumfoAAAAJ:bEWYMUwI8FkC](https://scholar.google.com/citations?view_op=view_citation&hl=en&user=HyfumfoAAAAJ&pagesize=100&citation_for_view=HyfumfoAAAAJ:bEWYMUwI8FkC)
- Pusiknas Bareskrim Polri. (2022). *Rilis 2022: Indonesia Pasar Potensial Jaringan Narkoba*. [https://pusiknas.polri.go.id/detail\\_artikel/rilis\\_2022:\\_indonesia\\_pasar\\_potensial\\_jaringan\\_narkoba](https://pusiknas.polri.go.id/detail_artikel/rilis_2022:_indonesia_pasar_potensial_jaringan_narkoba)
- PUSLIDATIN BNN. (2024). *Angka Prevalensi Penyalahgunaan Narkotika*. <https://data.bnn.go.id/dataset/angka-prevalensi-penyalahgunaan-narkotika>
- Ravel, S. (2018). *Menkeu: Peredaran Narkoba Ganggu Perekonomian Bangsa*. <https://megapolitan.kompas.com/read/2018/01/19/15271211/menkeu-peredaran-narkoba-ganggu-perekonomian-bangsa>
- Sembiring, A. S. F., & Ningrum, M. P. (2022). Upaya Kepolisian Dalam Penanggulangan Tindak Pidana Judi Tembak Ikan di Wilayah Hukum Polrestabes Medan. *Lex Lectio Law Journal*, 1(2), 94–115. <https://doi.org/10.61715/jlexlectio.v1i2.22>
- Setyadi, A. (2021). *Mencuri 18 Kali demi Narkoba, 6 Remaja di Aceh Ditangkap*. <https://news.detik.com/berita/d-5362637/mencuri-18-kali-demi-narkoba-6-remaja-di-aceh-ditangkap>
- Wakhyudi, Y. (2019). *Kiat Praktis Kuasai Public Speaking*.