

**2021**

# **SENI BICARA TERATUR**

**Resep bicara teratur dan mudah  
dipahami oleh siapapun**

Rizky Fauzi Latif  
@kylatif

# UNTUK SIAPA EBOOK INI?

Buat Lo yang punya masalah bicara, seperti:

- Belepotan ketika bicara
- Gak punya arah ketika bicara
- Berantakan dalam menyusun kalimat
- Gak tau harus ngomong apa lagi kalo udah stuck
- Bingung cara melatih bicara dimanapun dan kapanpun
- Cara bicara yang membosankan

Apakah masalah Lo ada di list atas?  
berarti ebook ini cocok buat Lo.

# KEMUDAHAN EBOOK INI

Ebook ini dibuat dengan bahasa sederhana, ukuran font besar, dan spasi yang bikin Lo gampang buat baca.

Silakan Lo baca ebook ini sampai selesai. Gue saranin gak usah buru-buru yaa bacanya, karena banyak teknik mendalam yang mesti Lo praktik dulu.

Ebook ini juga dilengkapi contoh yang berhubungan dengan kehidupan sehari-hari agar lebih mudah dipahami.

Semoga bermanfaat.

# **CATATAN!**

Ebook ini bukan dirancang untuk sekali baca selesai, tapi disesuaikan dengan kebutuhan.

Jadi ketika Lo butuh sesuatu dan sedang mengalami masalah yang jawabannya ada di ebook ini, silakan dibuka, dibaca, dan dipraktikkan.

Tapi kalo mau baca sekali tuntas juga gapapa sih hehehe.

Selamat membaca :)

# DAFTAR ISI

- **Chapter 1:**  
Sumber ide bicara .....10
- **Chapter 2:**  
Mengetahui struktur bicara ..... 25
- **Chapter 3:**  
Seni menulis script ..... 36
- **Chapter 4:**  
Teknik latihan bicara ..... 44
- **Chapter 5:**  
Metode latihan bicara ..... 51
- **Chapter 6:**  
Cara naikin level bicara ..... 55
- **Chapter 7:**  
Perbanyak jam terbang ..... 68

Ngomong itu ibaratnya seperti bernapas atau ngedipin mata, harus teratur. Tanpa disadari, terkadang apa yang kita ucapkan gak selaras dengan apa yang dipikirkan.

Coba deh kita flashback sedikit, Lo inget-inget lagi pas masa kecil, hal pertama yang diajarin sama orang tua adalah berbicara, bukan naik sepeda, menggambar, atau bahkan membaca.

## **Kenapa?**

Karena orang tua kita sadar, bahwa sebagian besar hidup kita akan bergantung pada komunikasi.

Semakin mudah dalam berkomunikasi, maka kita akan semakin mengenali dunia.

Bahkan, lebih hebatnya lagi, orang tua kita ngajarin berbicara dengan cara yang tepat. Masih inget gak?

Dulu mereka sering banget ngajak kita ngobrol, ngajarin baca, ngajak nonton film, itu semua mereka lakuin karena mau kita jadi anak yang pandai bicara.

Dan.... yang paling menyentuh selama masa kecil kita adalah ketika kita berhasil mengucapkan kata "mama" atau "papa" dengan jelas.

Mereka tuh bangga banget, terharu, sampe keluar air mata kalo nama mereka bisa disebut anaknya.

Tapi kok, semenjak dewasa, malah menurun ya?

Kita jadi lebih sering menyendiri, ngomongnya jadi belepotan, bahkan lebih anehnya lagi, dari kecil diajarin membaca tapi kok udah gede jadi males baca?

Jawaban singkatnya adalah, karena orang tua kita dulu jarang menanamkan alasan kenapa kita harus berbuat sesuatu, dan jarang juga ngajarin interaksi dengan orang selain keluarga sendiri.

Mereka lebih senang kalo anaknya ngobrol sama orang tuanya, tapi kalo ngobrol sama orang lain jadi was-was. Dibeliin mainan, trus malah ditinggal di kamar, dikunci sendirian.





Padahal kan bisa aja mereka ngajarin kita interaksi dengan orang lain, tapi tetep dalam pengawasan mereka.

Udah deh gausah ngeluh lagi, jangan menyalahkan keadaan yaa.

Kuy kembali ke topik, jangan keasikan cerita hehe.

Jadi pada intinya, mulai sekarang Lo harus melatih bicara supaya jadi teratur agar ide dan gagasan yang Lo sampaikan mudah dipahami oleh orang lain.

Di ebook ini, gue mau bantu Lo gimana caranya supaya bicara Lo lebih teratur dan punya tujuan. Selamat belajar :)

## Chapter 1

# SUMBER IDE BICARA



Sebelum ngomongin lebih jauh tentang teknis bicara, Lo perlu tau dulu gimana sih kata-kata itu bisa keluar dari mulut?

Jadi sebenarnya, kata-kata yang kita ucapkan itu dipengaruhi oleh 2 hal

- Emosi dan perasaan
- Ilmu dan wawasan

Kebanyakan dari kita cuma mengandalkan emosi, tapi gak pernah pake ilmu dan wawasan. Itulah makanya, ngomong suka belepotan.

Jadi, inilah proses terbentuknya kata-kata yang Lo ucapkan



Panca  
Indera



Informasi



Mulut



Otak

**Pertama**, panca indera kita adalah gerbang pertama untuk sumber bicara. Yang paling berperan penting adalah hidung, mata, dan telinga.

Mereka akan menangkap sinyal dari luar yang nantinya akan diproses lebih lanjut oleh organ bagian dalam kepala.

**Kedua**, panca indera tersebut menangkap sebuah informasi, baik itu berupa ilmu, wawasan, atau pengalaman yang kita dapatkan.

Hal inilah yang sangat berperan penting terhadap proses terbentuknya ide bicara. Karena tanpa adanya ilmu dan wawasan, maka kita akan bingung apa yang harus dibicarakan.

**Ketiga**, dari informasi yang ditangkap oleh panca indera tadi, setelah itu otak akan memproses lebih lanjut.

Dia akan menerjemahkan dan mendeskripsikan apa yang ditangkap oleh panca indera.

Nah yang jadi masalah kenapa Lo suka berantakan kalo ngomong adalah karena sumber informasi yang Lo dapet kurang berkualitas. Selain itu, jarang melatih otak supaya kata-kata yang masuk menjadi rapih.

**Ke-empat**, setelah otak sudah memproses sebuah informasi menjadi kalimat, barulah ditransfer ke mulut untuk diungkapkan menjadi kalimat seutuhnya.

Nah, dari proses itu, kita bisa ambil kesimpulan, yang berperan paling penting ketika kita berbicara adalah **perbanyak informasi** dan **sering melatih otak** supaya yang dikeluarkan menjadi rapih.

Kenapa perlu perbanyak informasi?

- Supaya menambah kosa kata, biar kalo ngomong gak banyak mikirnya, udah tinggal cas..ces..cos aja
- Menambah referensi topik bicara, supaya ngomongnya gak itu-itu mulu dan informasi yang Lo sampaikan ke orang lain dapat lebih bervariasi
- Memperkuat kredibilitas, karena ngomong itu gak boleh asal-asalan harus ada sumber yang kuat. Dan juga bisa mendapatkan kepercayaan orang lain.

Abis itu, mungkin Lo bingung, gimana caranya untuk memperluas informasi?

Sebenarnya ada banyak cara, tapi gue merekomendasikan 3 cara aja. Apa itu?

- **Membaca buku**



Banyak yang gak percaya, orang yang ngomongnya teratur itu karena banyak baca buku.

Padahal menurut penelitian, orang yang suka baca buku akan lebih mudah mengungkapkan sesuatu secara teratur dibandingkan yang jarang baca.

Kenapa sih? kok bisa ya? padahal kan membaca dan berbicara itu 2 hal yang berbeda.

Iya jelas beda, tapi kandungan di dalam buku itulah yang bikin orang teratur dalam berbicara.

Karena, kalo Lo sering baca buku, otomatis otak Lo akan terbiasa melihat kalimat yang rapih, teratur, tau arah tujuan tulisannya, dsb.

Seorang penulis berbeda dengan seorang pembicara. Kalo seorang pembicara, tingkat kesalahan ngomongnya itu besar, karena bisa terjadi "ngomong tanpa sadar", suka gak dipikir 2x, main asal nyablak aja.



Sedangkan penulis, dia sangat rapih dalam mengungkapkan sesuatu. Karena dia sadar, bahwa yang dia tulis suatu saat nanti akan dibaca oleh penggemarnya.

Makanya terkadang, nulis buku itu bisa bertahun-tahun, karena sekali nulis gak bisa langsung publish, butuh direvisi berkali-kali, dicek berkali-kali, sampe akhirnya layak untuk dibaca.

Gimana kalo seorang pembicara, juga merupakan penulis? makin mantep kan? haha

Makanya, kalo punya profesi jangan tanggung-tanggung, langsung aja babat abis sekalian mempelajari hal baru. Siapa tau, itu bakat terpendam Lo.

**"Bang, gue masih belum punya hasrat untuk baca nih. Rasanya tuh mageeerr banget mau baca, gimana ya cara membangkitkan minat baca?"**

Oke tenang, ini tips dan trik dari gue:

- **Mulai dari yang Lo sukai**

Gausah jauh-jauh mau baca buku yang pembahasannya berat seperti buku pelajaran, buku sejarah, buku science, dsb.

Tapi Lo bisa mulai dari hal yang Lo sukai dulu, cari tau apa yang Lo suka. Dengan seperti itu, Lo akan lebih mudah tergerak untuk baca buku.

Contoh, Lo suka anime. Coba Lo cari komik anime yang ada gambar dan tulisannya, sehingga ketika Lo baca, gak mudah merasa bosan karena Lo suka itu.

- **Mulai dari kebutuhan**

Kedua, Lo bisa jadikan membaca itu menjadi sebuah kebutuhan

Contoh, kalo Lo mau belajar digital marketing, mungkin dulu belum banyak kursus online dalam bentuk video yang ngajarin tentang itu. Yang tersedia cuma lewat buku, akhirnya Lo terpaksa beli untuk memenuhi kebutuhan belajar digital marketing.

- **Paksain**

Terkadang, untuk menjadi bisa kita perlu memaksakan. Harus paksain diri untuk baca buku.

Mulai aja dulu dari 15 menit sehari baca buku di waktu Lo masih fresh, misal 15 menit baca buku sebelum masuk kuliah, atau lagi nunggu bis, dll.

Karena pada akhirnya, ilmu hanyalah jadi sampah kalo gak dilakukan, dan informasi hanyalah jadi debu yang bertebaran dikala kita menangisi sebuah penyesalan.

- **Menulis**



Seperti yang udah gue jelasin, seorang penulis akan terbiasa menulis kalimat yang rapih dan mudah dipahami.

Lo perlu membiasakan menulis, mau itu hal yang penting atau gak penting.

Kenapa? karena menulis itu tujuannya untuk mengukur sudah sejauh mana otak menangkap informasi yang kita dapatkan.

Sebenarnya, nulis itu proses yang lebih capek daripada bicara, karena butuh mikir berkali-kali untuk menuangkan dalam tulisan.

Selain itu, ketika Lo menulis, secara gak langsung otak sedang merekam apa yang Lo tulis. Makanya seorang pembicara lebih suka bikin coret-coretan yang gak jelas sebelum tampil, supaya dia paham apa aja yang mau dibicarakan.

Inilah alasan Lo perlu sering menulis:

- Lo bisa menghasilkan narasi dari bahasa Lo sendiri, jadi lebih mudah dipahami dan diucapkan.
- Jauh lebih tertanam di ingatan apa yang udah Lo pelajari sebelumnya.
- Mudah melakukan improvisasi bahasa ketika latihan bicara.

Untuk teknik menulis yang baik seperti apa, gue jelasin di bab selanjutnya yaa.

- **Perbanyak mendengar**



Nah, yang terakhir.  
Cara perluas wawasan  
adalah dengan cara  
perbanyak  
mendengar.

Meskipun kita lagi belajar bicara yang teratur, bukan berarti Lo gak boleh menjadi pendengar.

Karena, pembicara yang baik adalah seorang pendengar yang baik pula.

Coba deh, dengerin pembicaraan orang yang punya kemampuan merangkai kalimat yang rapih, nanti Lo akan terbiasa.

Sekarang ini kan udah banyak banget sumber yang bisa didengar, bisa lewat podcast, radio, musik, dll.

Selain itu, Lo juga bisa ajak ngobrol temen. Karena dari obrolan itu, pasti Lo akan dapet suatu informasi yang bisa Lo jadikan sebagai bahan bicara.

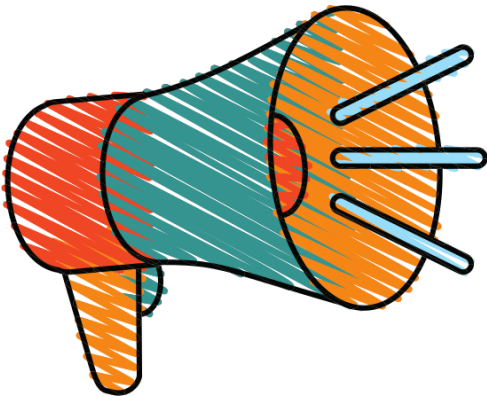
Makanya, mulai sekarang tontonlah acara yang mendidik, perhatikan gimana cara mereka menyampaikan pesan, amati dan tiru caranya, setelah itu Lo bisa cari gaya bicara versi Lo sendiri.

Apalagi podcast, udah banyak banget channel yang ngebahas tentang berita yang bermanfaat, atau sekedar ngobrol santai, dll.



## Chapter 2

# MENGENAL STRUKTUR BICARA



Seni bicara teratur sangat erat kaitannya dengan struktur, fungsinya agar bicara lebih terarah.

Lo mungkin udah gak asing lagi dengan struktur bicara yang satu ini.

**Informasi Umum**



**Informasi Spesifik**

Pada dasarnya, ketika kita bicara di depan umum maupun bicara sendiri, alur yang paling sering dipakai adalah pembahasan umum ke pembahasan spesifik.

Cara ini paling banyak dipake karena mudah diterapkan sekaligus mudah menarik perhatian audiens ketika bicara. Gak cuma berlaku ketika public speaking, tapi bisa juga ketika ngobrol.

Ibaratnya gini, kalo Lo ngobrol sama temen, di awal-awal ngobrol pasti obrolan yang ringan-ringan dulu, sepele, bahkan gak penting. Lama kelamaan, mulai masuk ke topik yang berat, penting, dan mulai lebih serius.

Gue juga sangat menyarankan untuk Lo pake metode ini karena mudah diterapkan, mudah dipahami, sekaligus bisa masuk ke berbagai tipe audiens.

Untuk lebih jelasnya tentang alur ini, gue kasih contoh yaa:

*Terkadang, hidup ini perlu sesekali dertawakan. Gimana engga, banyak orang yang mengejar kebahagiaan tapi tidak memahami apa itu bahagia.*

*Sebenarnya bahagia itu adalah hasil dari serangkaian masalah yang kita hadapi dalam hidup. Bahagia butuh pengorbanan waktu, tenaga, dan pikiran.*

*Beberapa contoh kegiatan yang dilakukan untuk mencapai bahagia itu adalah olahraga, bekerja, membantu orang lain, dsb.*

Nah, kurang lebih seperti itu contohnya. Di awal pembicaraan, kita ngomongin hal-hal umum supaya orang mau dengerin omongan kita.

Jangan langsung bawain topik yang berat dulu, nanti mereka malah gak tertarik untuk dengerin.

Setelah kita bicara topik yang umum, maka setelah itu bicara topik yang lebih spesifik dan mendalam.

Contohnya poin-poin untuk menyelesaikan masalah, prosedur untuk melakukan sesuatu, larangan untuk mengerjakan di jam tertentu, dll.

- **Kerangka Bicara**

Hal terpenting ketika bicara adalah harus paham kerangkanya.

Pembuka -> Isi -> Penutup

Hal ini sederhana banget, tapi masih banyak yang lupa. Secara gak sadar, sebenarnya kita udah terapkan ini di dunia obrolan.

## **Pembuka**

Beberapa hal yang perlu Lo tau untuk pembuka adalah:

- Komponen terpenting untuk menarik perhatian si pendengar
- Gak terlalu panjang atau bertele-tele
- Pengantar untuk pembicaraan yang lebih dalam (trailer / teaser)

## **Isi**

Beberapa hal yang perlu Lo tau di dalam isi pembicaraan

- Topik bicaranya sudah mulai dalam dan spesifik
- Berisi jawaban dari permasalahan si pendengar

## **Penutup**

Beberapa hal yang perlu Lo tau ketika menutup pembicaraan

- Ringkasan apa yang sudah dibicarakan
- Penutupan yang berkesan supaya pendengar mudah mengingat apa yang Lo sampaikan

Kerangka ini wajib Lo buat sebelum presentasi atau public speaking.

Tapi kalo di dalam obrolan sehari-hari, gak perlu terlalu kaku ngikutin kerangka ini, cukup pahami apa yang mau Lo obrolin, sampaikan ke mereka dengan cara dan kalimat yang sederhana.

- **Pendukung Kalimat**

Selain belajar struktur kalimat, ada satu hal penting yang gak boleh dilupain yaitu pendukung kalimat. Tanpa ini, kalimat gak bisa jadi bacaan yang seutuhnya.

Di sini gue gak akan jelasin keseluruhan, karena lumayan banyak, dan gue bukan ngajarin cara menulis tapi ngajarin cara berbicara, jadi gue akan jelasin beberapa hal yang penting yang ada hubungannya dengan meningkatkan skill bicara

## **Titik**

Titik ini fungsinya untuk memisahkan antara satu kalimat dengan kalimat lainnya. Itu artinya, kalau dalam bacaan sudah sampai titik, berarti itu tanda kalau topik sudah berakhir dan akan berganti ke topik lainnya.

Dalam bicara, titik berfungsi sebagai mengatur pernapasan dan struktur bicara. Cara latihannya seperti ini:

1. Siapin buku yang mau dibaca
2. Baca dengan suara keras, agar tau posisi baca yang tepat
3. Setiap ketemu titik, ambil napas panjang
4. Ulangi lagi sampai lancar

Selain latihan ini, Lo juga perlu analisis dan perhatikan bacaannya. Karena itu juga bisa melatih bicara teratur.



## **Koma**

Koma fungsinya untuk memisahkan kalimat inti dan penjelas, atau biasa dipake untuk perbandingan juga.

Dalam bicara, koma berfungsi sebagai jeda bicara, namun tidak terlalu lama seperti titik. Karena biasanya, kalimat antar koma memiliki makna yang serupa.

Untuk cara latihannya sama seperti titik, bedanya saat pengambilan napas. Kalau titik, Lo diperbolehkan ambil napas panjang. Tapi kalo koma, cuma boleh ambil napas pendek yang berguna untuk memperpanjang napas untuk kalimat selanjutnya.

## **Konjungsi**

Konjungsi fungsinya untuk penghubung atau penyambung antar kata. Kalo gak ada konjungsi, sebuah kata gak bisa jadi kalimat seutuhnya.

Dalam bicara, konjungsi ini penting banget untuk diperhatikan. Sebagai faktor penentu apakah si pendengar paham apa yang disampaikan.

Kalo salah memakai konjungsi, akan terjadi kesalahpahaman terhadap pesan yang disampaikan.

Contoh konjungsi:

Dan, lalu, serta, tetapi, walaupun, dll  
Lo bisa googling ini, pelajari lagi masing-masing fungsi konjungsi beserta contoh pemakaiannya.

## **SPOKT-KW**

Sebuah kalimat akan bermakna kalo mengikuti pola ini, SPOKT-KW. Apa itu?

S = Subjek

P = Predikat

O = Objek

KT = Keterangan Tempat

KW = Keterangan Waktu

Contoh kesalahan struktur:

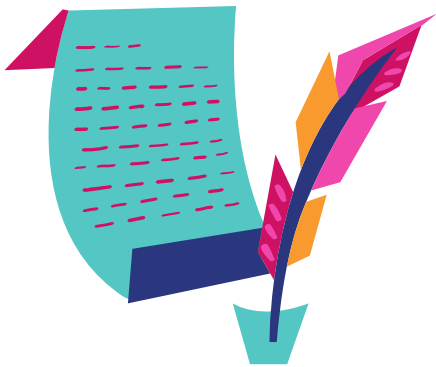
*"Banyak buku saya telah baca, tetapi saya tidak temukan petunjuk penggunaan bahasa Indonesia dengan baik dan benar"*

Yang benar adalah:

*"Saya telah membaca banyak buku, tetapi tidak (saya) menemukan petunjuk penggunaan bahasa Indonesia dengan baik dan benar"*

## Chapter 3

# SENI MENULIS SCRIPT



Kunci dari bicara terstruktur adalah menulis naskah atau script.

Coba perhatikan, seorang youtuber ternama pun membuat script terlebih dahulu sebelum membuat video.

Karena membuat script itu mengandung banyak sekali manfaat, seperti:

- Mengetahui tujuan bicara
- Menghindari risiko buntu topik bicara
- Melatih struktur dalam bicara, sehingga otak terbiasa untuk mengucapkan kalimat yang rapih

Oke, daripada bingung gimana cara membuatnya, yuk kita langsung praktik.

Hal-hal yang perlu Lo siapin untuk bikin naskah adalah:

- Buku tulis atau kertas
- Alat tulis (pulpen/pensil)
- Penghapus atau tip-ex

**"Bang, kuno banget sih masih tulis di kertas, gak bisa diketik aja?"**

Bukan masalah kuno atau engga, kalo Lo nulis di kertas, nanti otak akan terbiasa merekam apa yang Lo tulis secara rapih.

Sehingga tidak mudah lupa pada saat bicara. Beda dengan ketikan, bisa aja Lo lupa apa yang diketik.

Sebelum nulis naskah, ada beberapa komponen yang perlu Lo tau.

- Poin-poin bicara
- Keterangan dari poin-poin
- Fakta dan data
- Struktur (pembuka, isi, penutup)

**Poin-poin** itu adalah hal yang ingin Lo sampaikan secara ringkas. Poin-poin gak bisa berdiri sendiri, harus ada keterangan atau deskripsi yang menjelaskannya.

**Fakta dan data** adalah kalimat untuk memperkuat ide dan gagasan yang Lo sampaikan. Perlu diperhatikan struktur dalam membuat naskah itu sendiri, untuk contohnya bisa lihat di halaman selanjutnya.

## KEPO ITU BAIK

*Albert Einstein pernah berkata, "I have no special talents. I am only passionately curious", yang artinya seorang Einstein mengaku bahwa dia tidak punya talenta apapun, hanya saja rasa ingin tahu yang tinggi membawa dia menjadi orang yang jenius, bahkan hampir gila.*

*Perkenalkan, gue Kiky. Di pembahasan kali ini, gue akan mengangkat topik yang berjudul **KEPO ITU BAIK**.*

*Siapa yang gak tau kepo? semua orang pasti pernah menjadi orang yang kepo, hanya saja bedanya ada yang kepo banget ada yang kepo biasa aja.*

*Kata Einstein, kalo kita punya rasa ingin tahu yang tinggi dan ditambah banyak aksi, maka kita akan mencapai tujuan.*

*Oleh karena itu, kali ini gue akan membagikan tips dan trik untuk meningkatkan rasa kepo kita.*

***Pertama, cari tau apa yang menjadi ketertarikan Lo.*** Mulailah dengan membaca buku, mendengarkan, menonton, dan mencari informasi dari orang ahli untuk memenuhi keingintahuan tersebut.

***Kedua, aktiflah bertanya.*** Minimalnya tanyakan tentang "apa", "mengapa", dan "bagaimana". Coba mulailah dengan pertanyaan sederhana hingga rumit.

***Ketiga, jadilah orang yang punya mindset "gelas kosong".*** Meskipun Lo udah tau banyak hal, tapi usahakan tetap menerima ilmu dari siapapun itu.



*Teruslah berlatih dari ketiga hal ini, niscaya Lo akan jadi orang yang punya rasa ingin tahu yang tinggi.*

*Jadi kesimpulannya, memiliki rasa ingin tahu yang tinggi dapat mengantarkan kita ke tujuan yang ingin dicapai. Asalkan ingin tahu ke arah yang bermanfaat dan positif.*

*Pulang sekolah jalan kaki  
Jalan kaki sampai rumah  
Gue tutup presentasi ini  
Salam hormat dan terima kasih.*

| |-----| |

Nah, kurang lebih seperti itu contoh naskah yang biasanya dibuat untuk public speaking. Sekarang, gue akan pecah-pecah maksud dari komponen naskah di atas

Komponen naskah:

- **Poin-poin:** Yang gue bold hitam dan bold merah
- **Keterangan:** Penjelasan dari poin-poin
- **Fakta dan data:** Ada di pembuka atau awal presentasi
- **Struktur bicara:** Dari awal sampe akhir, sudah gue tulis sesuai dengan strukturnya

Ini keterangan untuk komponen naskah dari contoh yang udah gue bikin yaa.

Terakhir, yang perlu Lo tau adalah cara implementasi dari naskah tersebut.

Jadi, kalo Lo udah bikin naskah bicara, cara praktiknya seperti ini:

- **Hapalkan**

Yang perlu Lo hapalkan adalah bagian poin-poin nya aja. Kenapa gak semua? karena kalo hapalin semua akan berpotensi terjadi blank ketika bicara, dan juga nanti jadinya kaku dan gak kreatif.

- **Pahami**

Yang perlu Lo pahami ada deskripsi atau keterangan dari poin-poin tersebut. Cukup dipahami aja maknanya, setelah itu ungkapkan melalui lisan pake kata-kata Lo sendiri.

Itulah cara-cara untuk membuat naskah bicara, ulangi terus sampe bicara Lo sudah mulai tertata rapih. Karena pada intinya, bicara bukan tentang teori, tapi tentang praktik dan jam terbang.

## Chapter 4

# TEKNIK LATIHAN BICARA



Apalah artinya teori bicara teratur tanpa adanya latihan terus menerus.

Di sesi kali ini, gue mau kasih beberapa ide latihan yang bisa Lo coba.

- **Membaca paragraf tulisan**

Pertama, Lo bisa coba latihan bicara terstruktur dengan cara baca paragraf tulisan berulang kali.

Gue kasih tau step by stepnya nih, karena gak muat jadi gue buat di halaman selanjutnya yaa

1. Siapin paragraf tulisan, boleh 1 paragraf atau lebih
2. Baca berulang-ulang paragraf tersebut
3. Pahami maknanya, kata demi kata dan setiap kalimat
4. Tutup, jangan liat lagi paragraf itu
5. Ucapkan dengan lisan, apa yang tertuang di dalam paragraf tadi
6. Cek ulang, bener gak yang diucapin sesuai dengan yang tertulis di paragraf tersebut
7. Usahakan sambil direkam suara atau video, supaya tau letak kesalahannya di bagian mana

Seperti ini langkahnya, lakukan berulang kali sampai apa yang Lo sampaikan sudah mulai tertata rapih.

### ***Tips:***

Ada 1 tips yang bisa Lo terapkan ketika membaca paragraf, yaitu **cari kata kunci dari setiap kalimat**. Itu akan memudahkan Lo untuk jadikan bahan bicara. Contohnya seperti ini:

***"Selama bulan Ramadhan ini Gembira Loka Zoo (GL Zoo) Yogyakarta akan tutup sementara dan hanya buka pada Sabtu dan Minggu. Semua itu karena setelah dikalkulasi hasil penjualan karcis tidak cukup untuk menutup biaya operasional"***  
Sumber: detik.com

Kata-kata yang dibold itu kata kuncinya. Lo perlu inget itu aja, biar gak pusing mengingat kata demi kata secara utuh.

- **Menulis naskah**

Kedua, Lo bisa latihan bicara dengan menulis terlebih dulu. Langkah dan caranya sama seperti pada bab sebelumnya, yaitu cara menulis naskah.

Langkah-langkah latihannya seperti ini

1. Menulis naskah
2. Hapalkan poin-poin dan pahami deskripsi apa yang sudah ditulis
3. Tutup naskahnya, jangan dilihat lagi
4. Sampaikan melalui lisan
5. Cek lagi, apakah yang disampaikan sudah sesuai dengan yang tertulis
6. Usahakan sambil direkam suara atau video, supaya tau letak kesalahannya di bagian mana

- **Ngobrol**

Ketiga, Lo juga perlu perbanyak ngobrol. Kenapa? supaya terbiasa mengungkapkan apa yang dipikirkan.

Lo bisa ngobrol online, contohnya lewat OmeTV, Omegle, Zoom, dll. Gak penting wadahnya pake apa, yang penting praktik bicaranya.

Selain itu juga lebih bagus kalo ngobrol langsung, supaya bisa dapet penilaian dari lawan bicara. Jangan lupa nih, kalo ngobrol sama temen, tanyain hal ini yaa

- Udah paham belom dengan apa yang Lo sampaikan?
- Kecepatan gak temponya?
- Struktur kalimatnya sudah terstruktur belum?



- **Self-talk**

Ke-empat, Lo juga bisa praktik dengan bicara ke diri sendiri. Emang sih kelihatan jadi kaya orang gila, tapi santai aja, ini pengaruhnya besar ke peningkatan skill bicara Lo.

Coba aja latihan curhat, ngomong sendiri sambil direkam, biar bisa dievaluasi hasil bicaranya.

Contohnya gini, setiap mau melakukan sesuatu, coba Lo bicarain sambil praktik.

*\*lagi ambil nasi\**

*"Duh nasinya kebanyakan gak ya, kayanya masih kurang deh. Gue tambah lagi deh"*

Pokoknya perbanyak ngomong sendiri biar makin terlatih bicaranya.

- **Nge-vlog**

Kelima, Lo bisa latihan ngevlog. Siapin kamera, taro di meja atau tripod, abis itu ngomong ke kamera sambil di rekam.

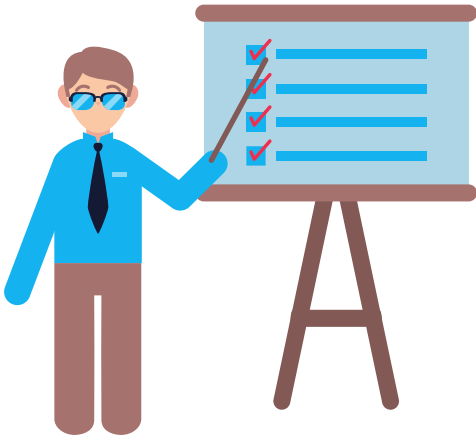
Ide dari gue, kalo mau ngevlog Lo bisa bicarain tentang ini

- Aktivitas sehari-hari
- Pengalaman pribadi atau curhat
- Dekripsikan 1 barang
- Perkenalan diri

Selain itu bebas, yang penting ngomong aja dulu di depan kamera supaya terbiasa mengungkapkan apa yang ada di kepala.

## Chapter 5

# METODE LATIHAN BICARA



Metode latihan bicara itu ada banyak, berbagai cara bisa Lo coba.

Tapi, daripada pusing, gue rangkum metode latihannya jadi 3 teknik.

- **Depan Cermin**

Udah gak asing lagi, latihan bicara di depan cermin bisa ningkatin kepercayaan diri Lo.

Gue menyarankan untuk latihan di depan cermin dulu, karena ini yang paling mudah.

Dengan latihan di depan cermin, Lo bisa tau beberapa hal seperti

- Gerakan tubuh
- Sikap di depan audiens
- Penampilan

- **Rekaman Video / Streaming**

Kalo mau naik level, latihan bicara sambil direkam supaya bisa langsung dievaluasi. Ini dia manfaatnya:

- Tau letak kesalahan bicara atau bahasa tubuh
- Bisa denger intonasi suara yang kurang pas
- Bisa diputar ulang dan jadi bahan evaluasi
- Lebih mudah mendapatkan masukan dari orang lain kalau kita upload ke social media

Selain rekaman, Lo juga bisa latihan bicara secara langsung (live streaming) melalui berbagai platform seperti IG Live, Youtube Live, Podcast Online, dll.

Atau bisa juga jadi pembicara online seperti Webinar. Dengan begitu, semakin banyak tampil di depan layar digital, maka semakin berani dan skill bicara juga semakin terasah.

- **Depan Orang Langsung**

Terakhir, yang paling powerful adalah ketika Lo latihan bicara langsung di depan orang.

Karena selain melatih mental, Lo juga bisa dapetin feedback dari mereka. Gue sangat menyarankan yang ini, supaya lengkap latihannya.

Kalo udah sampai di tahap ini, jangan lupa minta penilaian dari mereka.

Tanyain beberapa hal ini

- Apakah sudah mengerti apa yang saya sampaikan?
- Apakah tempo bicara sudah pas?
- Apakah artikulasi saya sudah jelas?
- Apakah rangkaian kalimat mudah dipahami?
- Apakah intonasi saya sudah baik?

Dengan begitu, Lo akan tau kurangnya di bagian mana dan apa yang perlu Lo pertahankan. Selamat mencoba!

## Chapter 6

# CARA NAIKIN LEVEL BICARA



Bab ini adalah bagian bonus yang mau gue ajarin.

Beberapa hal yang perlu Lo latih untuk bisa ningkatin level bicara.

Dalam bicara, kita harus punya mindset bahwa pendengar adalah raja. Kita harus memanjakan visual (penglihatan) dan auditori (pendengaran) mereka.

Untuk itu, ada beberapa hal yang mau gue sampaikan di sini.

- **Tempo bicara**



Ketika kita berbicara, kita harus tanggung jawab terhadap pemahaman si pendengar.

Hal pertama yang perlu dilatih adalah tempo bicara. Gunakan tempo bicara sesuai dengan topik yang sedang dibicarakan.

Saat menjelaskan materi usahakan pakai tempo bicara yang sedang. Jangan terlalu cepat atau terlalu lambat. Kenapa perlu disesuaikan? karena tingkat pemahaman audiens berbeda.



Pada umumnya, audiens akan kesulitan memahami apabila kita sebagai pembicara bicara terlalu cepat

Namun, apabila ada hal yang mengharuskan pakai tempo cepat, diperbolehkan mempercepat tempo sesuai dengan takarannya.

Tapi, pada umumnya, bicaralah dengan perlahan. Jangan terburu-buru, supaya dapet manfaat ini:

- Gak belibet
- Audiens mudah memahami apa yang disampaikan
- Napas tidak mudah habis
- Supaya terlihat berwibawa saat berbicara

Nah, cara melatih tempo ini sebenarnya gak ada teknik latihan khusus. Hanya perlu dibiasakan dan menyadarinya sejak dini.

Gue pun dulu sebelum belajar public speaking, tempo bicara gue kayak orang nge-rap. Karena otak gue terbiasa cepet mikirnya dari topik A, B, C, dan seterusnya.

Tapi setelah gue sadari, ternyata banyak yang gak suka dengan tempo bicara cepat.

Dan saran gue, kalo mau latihan tempo, latihan juga pernapasan karena itu satu paket.

- **Artikulasi Bicara (pelafalan)**



Selain itu, artikulasi bicara juga harus diperhatikan. Karena kalo suara yang keluar gak jelas, pesan gak akan tersampaikan secara utuh.

Bahkan lebih parahnya lagi, kalo kita gak punya artikulasi yang jelas, audiens dengerin kita kaya lagi kumur-kumur.

Buat yang belum tau apa itu artikulasi, yaitu kejelasan pengucapan. Contohnya R harus terdengar R, B harus terdengar B, G harus terdengar G, dan seterusnya.

Cara latihan artikulasi cukup sederhana, **pertama:** Ketika bicara, buka mulut lebar-lebar supaya kata-kata yang keluar terdengar jelas. Sesuaikan dan maksimalkan dalam pengucapannya.

Buka mulut lebar juga supaya bibir semakin lentur dan luwes ketika mengucapkan sebuah kata, gak usah malu buka mulut lebar. Tapi jangan berlebihan juga ya bukannya.

**kedua:** sering latihan senam mulut dan bibir, cara ini udah gue jelasin di ebook public speaking yang ini



**ketiga:** biasakan mengucapkan kata-kata sulit, biasanya kata sulit itu yang mengandung huruf R, S, G, K, P, F, B dan D. Dan juga mengandung huruf vokal seperti A, I, U, E, O. Saat mengucapkan huruf vokal, mulut harus terbuka lebar.

Contoh kata sulit: Generalisasi, resleting, ekskresi, abdonimal, dll

Bikin list sebanyak-banyaknya kata-kata yang sulit diucapkan, lalu coba ucapkan itu dengan tempo cepat dan lambat. Semakin sering mengucap kata sulit, maka semakin lentur lidah mempunyai artikulasi yang jelas.

Kurang lebih seperti itu untuk latihan artikulasi. Abis baca ini langsung praktik ya, kalo bisa sambil direkam biar Lo tau letak kesalahannya di mana.

- **Intonasi Bicara**



Terakhir yang gak kalah penting adalah intonasi bicara.

Intonasi berfungsi untuk memperkuat makna pesan yang kita sampaikan, contohnya:

*"Kamu sudah makan?"* (dengan nada datar)

*"Kamu sudah makan?"* (dengan nada naik turun)

Kalo pake intonasi, orang yang dengerin bakal paham kalo itu adalah kalimat pertanyaan bukan pernyataan.

Selain itu, intonasi juga memengaruhi kenyamanan dan mendengar. Kalo terbiasa ngomong pake nada datar, maka pendengar bisa cepet bosen atau jenuh.

Tapi kalo pake intonasi yang sesuai, maka pendengar akan nyaman mendengarkan kita.

Seperti yang udah gue bilang sebelumnya, seni berbicara adalah memanjakan **pendengaran** dan **penglihatan** si audiens.

Cara latihannya juga sederhana, sebenarnya Lo udah tau ini tapi mungkin praktiknya belum maksimal.



Intonasi itu  
sebenarnya sangat  
erat kaitannya  
dengan emosi  
manusia.

Namun kebanyakan dari kita kurang menghargai perasaan sendiri, suka menutupi, bahkan menolaknya.

Akhirnya kita gak bisa ekspresif dan gak bisa mengeluarkan intonasi yang sesuai.

Contohnya gini, ketika Lo lagi merasakan senang, nada suara Lo pasti bisa tinggi kan? coba bedakan ketika lagi sedih, apakah bisa pake nada tinggi?



Sebenarnya intonasi itu bisa dilatih lebih mudah karena sudah termasuk bawaan dari lahir. Ini cara latihan intonasi bicara

**Pertama:** Curhat.

Coba latihan curhat ke diri sendiri, perasaan apa yang lagi Lo rasakan saat ini. Curahkan itu melalui rekaman suara atau video.

Kalo lagi sedih, pake nada rendah dan menurun. Kalo lagi senang, pake nada tinggi dan menaik. Kalo lagi kesel atau marah pake nada datar dengan sedikit penekanan.

Begitu juga dengan ekspresi emosi lainnya, pokoknya jujur aja dengan perasaan Lo saat ini.

**Kedua:** Latihan membaca dialog atau percakapan drama

Nah cara kedua bisa latihan dengan membaca dialog atau percakapan, anggep aja Lo mau casting sinetron. Perankan itu dengan sepenuh hati, maka intonasi yang keluar juga akan maksimal.

Cari aja teks dialognya di internet, udah banyak kok sumbernya. Kalo bingung gimana harus mengeluarkan intonasinya, ini gue kasih tau simbol-simbolnya yaa

**Titik:** Nada cenderung menurun

**Koma:** Berhenti sejenak untuk ambil napas ringan

**Tanda tanya:** Nada cenderung melambai naik

**Tanda seru:** Nada cenderung datar dengan sedikit penekanan

Kalau mau tau praktiknya, Lo bisa dengerin orang lagi ngobrol di podcast. Perhatiin nada mereka seperti apa ketika bertanya, menjawab, senang, marah, sedih, dll.

Dengan begitu, Lo akan tau bagaimana harus menggunakan intonasi yang sesuai.

### **Ketiga:** Bernyanyi

Cara selanjutnya Lo bisa sering latihan nyanyi. Ikutin aja nada yang dipake si penyanyinya. Kalo bisa sambil belajar tangga nada juga, biar bisa aransemen nada sendiri.

Apalagi kalo nyanyi sambil main musik, bisa lebih merasakan intonasinya.

Minimalnya Lo bisa membedakan nada "Do" rendah sampai "Do" tinggi,

## Chapter 7

# LANGKAH PERBANYAK JAM TERBANG



Apalah daya ebook ini kalo cuma dibaca tanpa praktik. Mau sampe kapanpun juga kalo gak dipraktikkan, skill bicara Lo segitu-gitu aja.

Langkah untuk memperbanyak jam terbang untuk melatih bicara sebenarnya ada banyak, contohnya seperti ini:

- Mengajar
- Ngobrol sama orang lain
- Jadi MC acara

- Jadi vlogger atau youtuber
- Penyiar radio
- Penulis
- Dan masih banyak lagi

Pada intinya, kalo Lo merasa gak ada kesempatan untuk latihan, maka ciptakan kesempatan itu sendiri.

Gue cerita sedikit ya, semoga bisa menginspirasi dan nambah semangat Lo untuk latihan.

Banyak yang nanya ke gue, kenapa bahasa yang gue keluarkan mudah dipahami, teratur, dan enak didengar.

Rahasianya sederhana, yaitu gue sebenarnya suka banget ngajar.

Dari SD, gue suka banget ngumpul sama temen satu tongkrongan. Bukan cuma ngobrol, tapi kalo ada mata pelajaran yang gue paham, gue tawarin mereka untuk gue ajarin.

Kebiasaan itu berlanjut ke SMP, SMA, bahkan kuliah. Di kuliah pun gue senang ngajarin temen, siapapun yang minta diajarin pasti gue ajarin, meskipun ngajar seikhlasnya gak dapet uang sepeser pun, tapi kalo dia bisa berkat ajaran gue, gue senang banget.

Tapi gak cuma enaknya aja, ngajar juga jadi tantangan bagi gue. Kalo ketemu temen yang lola banget (loading lama) alias mikirnya lama, gue pun harus sabar ngajarinnya.

Nah, dari pengalaman ngajar itulah gue mulai mencari cara supaya tempo bicara, bahasa, intonasi, dan teknik bicara lainnya yang gue pake mudah dipahami, sederhana, dan efektif.

Meskipun gue cuma paham sedikit banget, misalnya aja gue cuma paham bab 1, bab yang lainnya belum paham. Tapi tetep gue rela ngajarin orang yang belum paham, supaya gue juga makin bisa.

Karena yang namanya ngajar, bukan berarti gue pinter. Justru karena ngajar lah gue bertekad untuk jadi pinter, karena sering mengulang-ngulang mata kuliah.

So, buat Lo yang baca ini, gue sangat menyarankan untuk biasakan untuk berbagi ilmu, khususnya ngajarin orang.

Karena enak banget kalo bisa ngajar, dapet pahala, skill bicara meningkat, dikenal banyak orang, bisa dapet bayaran juga lagi.

Toh juga sayang kan kalo kita cuma pinter sendirian, berasa jadi orang gak berguna. Nah setelah ini, langsung dicoba yaa.

Sederhana kok, kumpulin aja 5 orang temen Lo. Trus tanya mereka lagi kesulitan dalam apa, kalo Lo bisa dalam hal tersebut, bantu ajarin ke mereka.



# TAKE HOME CHALLENGE

Dan terakhir, sebagai langkah aksi nyata. Gue mau ngasih Lo tugas nih, biar sekalian latihan bicara teratur.

Tugasnya sederhana, Lo cuma perlu review 1 isi buku yang menurut Lo bermanfaat, sampaikan itu di IG Story Lo, lalu mention gue **@kylatif**. Beberapa akan gue repost di story.

Inget ya, ini tugas bicara bukan diketik!

Biar serasi, gue kasih template kalimat pembukanya yaa.

**Opening:** *"Halo, gue [nama Lo]. Kali ini gue mau mereview isi buku dari tugas ebook kylatif yang judulnya seni bicara teratur..."*

Bebas ya, Lo boleh **review buku apapun**.  
Lo jelasin aja poin-poin apa yang Lo dapet  
dari buku itu. Sampaikan melalui bicara di  
IG Story dan tag gue.

Kalo bisa sih dandan dulu yaa, soalnya  
bakal gue repost di story hehe. Siapa tau  
nanti ada yang follow IG Lo.

Dan bagi Lo yang beruntung akan gue  
kasih hadiah berupa buku fisik untuk 3  
orang pemenang. Kriteria nilainya  
berdasarkan apa yang tertuang di ebook  
ini. Pemenangnya akan gue DM langsung  
dan dipost di story gue di bulan **Juli 2021**.

Okay? semangattt, semoga ini langkah  
awal baik untuk Lo bisa bicara secara  
teratur yaa. Good luck!

# **RANGKUMAN**

## **EBOOK**

- Melatih bicara agar teratur pasti akan memakan waktu, tenaga, dan pikiran. Jadi nikmatilah prosesnya
- Perbanyak membaca akan membuat kita bicara teratur, karena terbiasa melihat kalimat yang tersusun rapih.
- Selain melatih bicara, perlu juga menambah ilmu dan wawasan agar mengurangi terjadinya blank
- Biasakan untuk menulis, karena dengan menulis otak akan terbiasa untuk merangkai sebuah kalimat dengan banyak kosa kata

**Thank you udah baca Ebook ini  
sampe selesai.**

Semoga bisa menambah wawasan dan meningkatkan bicara secara teratur.

Gue Kiky dari **@kylatif**, kalo Lo suka pembahasan tentang komunikasi, interaksi, dan public speaking. Follow IG dan cek konten gue di **@kylatif**

Kalo Lo mau konsultasi dan latihan public speaking, yuk ikut kelas gue di **Muda Speak Up Academy** (@msu.academy)

Lo bakal diajarin dari dasar sampe bisa lancar ngomong di depan.

Pantengin terus IG gue untuk info lebih lanjut ya (@kylatif)

# Connect with Me



**Rizky Fauzi Latif**  
**(Kiky)**



**@kylatif**



**@kylatif**



**Rizky Fauzi**  
**Latif**  
**(kylatif)**