



Muhadharah sebagai Strategi Dalam Mengurangi Kecemasan Public Speaking Santri

Muhamad Zuhdy Handy¹, Dede Lukman¹, Dede Irawan¹

¹Jurusan Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Universitas Islam
Negeri Sunan Gunung Djati, Kota Bandung
Email : zuhdyhandy@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan peran program muhadharah dalam mengurangi kecemasan public speaking pada santri di Pondok Pesantren Jawahirul Umam. Public speaking merupakan keterampilan penting bagi santri dalam menyampaikan pesan dakwah, namun banyak yang mengalami kecemasan ketika tampil di depan audiens. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologi. Data diperoleh melalui observasi, wawancara mendalam, dan dokumentasi terhadap santri, pembimbing, dan pimpinan pesantren. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kegiatan muhadharah efektif menurunkan tingkat kecemasan public speaking melalui pembiasaan tampil, evaluasi positif, serta dukungan spiritual berupa doa dan motivasi.

Kata Kunci : Muhadharah, kecemasan public speaking, santri, pesantren.

ABSTRACT

This study aims to describe the role of the muhadharah program in reducing public speaking anxiety among students at Pondok Pesantren Jawahirul Umam. Public speaking is an essential skill for students in delivering da'wah messages, yet many experience anxiety when speaking before an audience. This research employed a qualitative approach with a phenomenological method. Data were collected through observation, in-depth interviews, and documentation involving students, supervisors, and the pesantren leaders. The findings reveal that muhadharah activities effectively reduce public speaking anxiety by creating habitual practice, providing constructive feedback, and fostering spiritual support through prayers and motivation.

Keywords : Problem muhadharah, anxiety public speaking , students, Pesantren

PENDAHULUAN

Fenomena Berbicara di depan umum merupakan keterampilan yang sangat penting dimiliki setiap individu, terlebih bagi santri yang dipersiapkan untuk terjun ke masyarakat sebagai penyampai dakwah. Akan tetapi, realitas menunjukkan bahwa banyak santri masih mengalami hambatan berupa kecemasan saat melakukan public speaking. Kecemasan ini ditandai oleh perasaan gugup, takut salah, kurang percaya diri, bahkan gejala psikosomatis seperti keringat berlebihan atau jantung berdebar cepat. Kondisi ini, apabila tidak ditangani, dapat menghambat santri dalam mengembangkan kemampuan komunikasi dan berdampak pada keberhasilan dakwah di tengah masyarakat (Khadijah & Ramayani, 2022: 17).

Fenomena kecemasan berbicara di depan umum atau yang dikenal dengan istilah public speaking anxiety bukanlah hal yang asing. Beberapa penelitian mengemukakan bahwa kecemasan ini muncul karena kurangnya pengalaman, rasa takut terhadap penilaian negatif dari audiens, serta minimnya latihan terstruktur yang memberikan kesempatan tampil di depan umum (Kartika, 2023: 88). Dalam konteks pendidikan pesantren, kondisi ini menjadi masalah yang cukup serius karena santri diharapkan mampu tampil percaya diri menyampaikan pesan-pesan agama. Apabila santri tidak dapat mengelola kecemasannya, maka mereka akan kesulitan menjalankan peran strategisnya sebagai kader dakwah di tengah masyarakat.

Pengamatan awal yang dilakukan di Pondok Pesantren Jawahirul Umam menunjukkan bahwa sebagian santri menghindari kegiatan muhadharah karena merasa tidak siap atau takut tampil. Kecemasan ini tampak dari ekspresi ragu, penolakan halus untuk tampil, serta sikap pasif ketika giliran berbicara. Bahkan, beberapa santri memilih absen atau menyampaikan alasan tertentu untuk menghindari tampil di depan audiens. Fakta ini menunjukkan bahwa kecemasan public speaking masih menjadi hambatan nyata dalam proses pembelajaran santri (Irfan, 2024: 42).

Untuk mengatasi persoalan tersebut, pesantren memiliki tradisi khusus berupa program muhadharah. Muhadharah merupakan kegiatan berlatih pidato secara rutin yang bertujuan membiasakan santri berbicara di depan umum. Kegiatan ini biasanya melibatkan persiapan materi, pelaksanaan penyampaian, serta evaluasi dari pembimbing dan teman sebaya. Melalui proses tersebut, santri tidak hanya dilatih dalam aspek teknis berbicara, tetapi juga dibina keberanian, kepercayaan diri, serta kesiapan mental menghadapi audiens (Awaliyani, 2021: 73). Dengan demikian, muhadharah dipandang sebagai salah satu strategi efektif dalam mengurangi kecemasan public speaking di lingkungan pesantren.

Sejumlah penelitian terdahulu telah menyoroti peran muhadharah dalam meningkatkan kepercayaan diri santri. Misalnya, penelitian Awaliyani dan Ummah

(2021) menemukan bahwa kegiatan muhadharah secara signifikan membantu siswa menjadi lebih berani tampil, menyusun gagasan dengan sistematis, dan menyampaikan materi tanpa rasa takut. Penelitian Mulia (2023) juga menunjukkan bahwa muhadharah berkontribusi dalam pembinaan mental santri, meskipun terdapat kendala seperti keterbatasan waktu dan rasa gugup. Selain itu, penelitian Yosepin dan Husna (2023) menegaskan bahwa latihan rutin muhadharah mampu mengubah santri yang awalnya kurang percaya diri menjadi lebih berani dan kreatif dalam menyampaikan dakwah. Akan tetapi, penelitian-penelitian tersebut umumnya berfokus pada aspek kepercayaan diri, sedangkan penelitian ini lebih menitikberatkan pada bagaimana muhadharah dapat berfungsi sebagai strategi untuk mengatasi kecemasan public speaking yang dialami santri secara mendalam (Pusvitasari & Jayanti, 2021: 54).

Kesenjangan inilah yang menjadi dasar penting penelitian ini dilakukan. Penelitian ini berupaya menggali lebih jauh makna kegiatan muhadharah bagi santri, khususnya bagaimana mereka memaknai pengalaman tampil di depan umum, menerima evaluasi, serta berlatih mengelola perasaan cemas. Pendekatan fenomenologis dipilih karena memungkinkan peneliti untuk memahami pengalaman subjektif santri secara mendalam, tidak hanya dari sisi perilaku yang tampak, tetapi juga dari aspek emosi, persepsi, dan spiritualitas yang mereka alami selama mengikuti muhadharah (Moleong, 2023: 21).

Adapun lokasi penelitian adalah Pondok Pesantren Jawahirul Umam, sebuah lembaga pendidikan Islam di Komplek Pilar Biru, Kecamatan Cileunyi, Kabupaten Bandung. Pesantren ini memiliki program muhadharah mingguan yang wajib diikuti seluruh santri. Pemilihan lokasi didasarkan pada pertimbangan bahwa pesantren ini telah memiliki tradisi muhadharah yang terstruktur, serta kondisi santrinya mencerminkan masalah kecemasan public speaking yang relevan dengan fokus penelitian. Melalui lokasi ini, peneliti memperoleh kesempatan untuk mengamati secara langsung dinamika kegiatan muhadharah dan dampaknya terhadap perkembangan mental santri (Wardha, 2023: 99).

Rumusan masalah penelitian ini dirumuskan menjadi tiga pertanyaan pokok. Pertama, bagaimana kondisi kecemasan santri ketika mengikuti kegiatan muhadharah di Pondok Pesantren Jawahirul Umam? Kedua, bagaimana proses pelaksanaan program muhadharah dalam mengurangi kecemasan public speaking? Ketiga, bagaimana dampak kegiatan muhadharah terhadap keberanian, kepercayaan diri, dan kemampuan komunikasi santri di hadapan audiens? Pertanyaan ini penting untuk dijawab agar penelitian dapat memberikan kontribusi pada pengembangan strategi pendidikan berbasis pesantren dalam mengatasi kecemasan public speaking (Manik, 2024: 65).

Metode yang digunakan adalah kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Teknik pengumpulan data meliputi observasi terhadap kegiatan muhadharah,

wawancara mendalam dengan santri, pembimbing, serta pimpinan pesantren, dan dokumentasi terkait pelaksanaan program. Data dianalisis melalui tiga tahap yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Validitas data diperkuat dengan teknik triangulasi sumber, sehingga hasil penelitian lebih akurat dan dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah (Haryono, 2023: 34).

Dengan demikian, penelitian ini diharapkan mampu memberikan gambaran komprehensif mengenai peran muhadharah dalam mengurangi kecemasan public speaking pada santri. Selain itu, hasil penelitian ini juga diharapkan memberikan kontribusi praktis bagi pesantren dalam mengembangkan strategi pembelajaran yang tidak hanya melatih keterampilan teknis berbicara, tetapi juga memperkuat mental, emosional, dan spiritual santri agar siap menghadapi tantangan komunikasi di masyarakat luas (Nogarsyah, 2012: 101).

LANDASAN TEORITIS

Landasan teoritis dalam penelitian ini berfungsi sebagai kerangka konseptual yang menghubungkan fenomena kecemasan public speaking dengan strategi pembinaan berbasis pesantren, yaitu melalui program muhadharah. Teori yang digunakan meliputi konsep kecemasan dalam psikologi, teori public speaking sebagai keterampilan komunikasi, serta kajian tentang muhadharah dan santri dalam perspektif pendidikan Islam. Ketiga aspek ini menjadi dasar analisis untuk memahami bagaimana kegiatan muhadharah dapat mengurangi kecemasan berbicara di depan umum pada santri. Dengan adanya kerangka ini, penelitian tidak hanya berdiri pada data empiris, tetapi juga memiliki pijakan akademis yang kuat (Moleong, 2023: 44).

Kecemasan dalam perspektif psikologi dipahami sebagai respons emosional terhadap ancaman, baik nyata maupun imajiner, yang menimbulkan perasaan tegang, khawatir, dan tidak nyaman. Freud memandang kecemasan sebagai sinyal ego terhadap adanya bahaya atau konflik internal yang muncul akibat ketidakseimbangan antara id, ego, dan superego. Dengan demikian, kecemasan berfungsi sebagai mekanisme pertahanan diri, meskipun pada taraf tertentu justru dapat menghambat individu dalam berperilaku adaptif (Wahyuni, 2024: 77). Sejalan dengan itu, teori perilaku menjelaskan bahwa kecemasan dapat timbul karena pengalaman negatif di masa lalu, seperti kegagalan atau kritik, yang kemudian dikondisikan ulang dalam situasi serupa (Wardha, 2023: 65).

Lebih lanjut, kecemasan berbicara di depan umum atau public speaking anxiety sering kali muncul akibat rasa takut terhadap evaluasi audiens, kurangnya pengalaman, serta tuntutan untuk tampil sempurna. Menurut Yusuf, kecemasan berbicara ditandai dengan ketidakberdayaan emosional, rasa tidak aman, dan kesulitan menyesuaikan diri dengan situasi yang penuh tekanan (Yusuf, 2009: 112).

Kartono juga menegaskan bahwa kecemasan sering kali berhubungan dengan ketidakpercayaan diri dan kekhawatiran terhadap hal-hal yang tidak pasti (Kartono, 1989: 89). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kecemasan public speaking merupakan masalah psikologis yang kompleks, melibatkan aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik.

Dalam konteks komunikasi, public speaking diartikan sebagai seni berbicara di hadapan khalayak untuk menyampaikan informasi, memengaruhi, atau menginspirasi. Aktivitas ini menuntut keterampilan dalam menyusun pesan, mengatur intonasi suara, menggunakan bahasa tubuh, serta menjalin kontak dengan audiens. Rifyal (2023: 103) menjelaskan bahwa public speaking terdiri dari dua kata, yaitu public yang berarti masyarakat luas, dan speaking yang berarti berbicara. Kegiatan ini menuntut keberanian karena menempatkan pembicara dalam situasi interaksi langsung dengan banyak orang. Oleh sebab itu, public speaking sering kali menjadi sumber kecemasan apabila individu tidak memiliki keterampilan komunikasi yang memadai.

Dalam ranah pendidikan pesantren, keterampilan public speaking tidak hanya dipandang sebagai kemampuan teknis, tetapi juga sebagai bagian dari pembinaan karakter dakwah. Salah satu media pembinaan tersebut adalah muhadharah, yaitu kegiatan berlatih pidato yang dilaksanakan secara rutin oleh santri. Al-Munawwir (1990: 52) mendefinisikan muhadharah sebagai isim masdar qiyasi dari kata hadhara-yuhadhiru yang bermakna menghadiri atau saling hadir, yang kemudian berkembang maknanya menjadi kuliah atau pidato. Secara praktis, muhadharah dipahami sebagai forum latihan komunikasi yang bertujuan membiasakan santri berbicara di depan audiens dengan percaya diri (Nogarsyah, 2012: 87).

Muhadharah biasanya dilaksanakan dalam tiga tahapan, yaitu persiapan materi (i'dad), pelaksanaan penyampaian, dan evaluasi. Dalam tahap persiapan, santri menuliskan materi pidato dengan bimbingan guru. Selanjutnya, pada tahap pelaksanaan, santri diminta menyampaikan materi di hadapan audiens, sementara peserta lain mencatat inti sari. Terakhir, pada tahap evaluasi, pembimbing dan teman sebaya memberikan masukan terkait isi dan cara penyampaian. Proses inilah yang kemudian melatih santri menghadapi kecemasan, menerima kritik secara positif, serta membangun keberanian tampil secara bertahap (Awaliyani, 2021: 73).

Konsep muhadharah tidak dapat dilepaskan dari tujuan utama pesantren, yaitu mencetak kader dakwah yang berwawasan luas dan berkarakter Islami. Melalui muhadharah, santri tidak hanya dilatih menguasai teknik berbicara, tetapi juga ditanamkan nilai-nilai keikhlasan, keberanian, dan tanggung jawab dalam menyampaikan pesan agama. Oleh karena itu, muhadharah berfungsi ganda: sebagai metode pendidikan komunikasi sekaligus pembinaan spiritual (Zahara, 2020: 93). Dengan pembinaan yang terintegrasi ini, santri diharapkan mampu

mengatasi kecemasan public speaking sekaligus menumbuhkan kesadaran dakwah yang lebih mendalam.

Santri dalam pengertian sempit merujuk pada murid yang belajar di pesantren, sedangkan dalam pengertian luas berarti siapa saja yang mengamalkan ajaran Islam dengan sepenuh hati. Clifford Geertz membagi santri menjadi kelompok abangan, priyayi, dan santri dalam konteks sosial-budaya Jawa, di mana santri diposisikan sebagai kelompok religius yang menjadikan pesantren sebagai pusat pembelajaran agama (Geertz, 2005: 131). Dalam konteks penelitian ini, santri dipahami sebagai peserta didik yang mengikuti program pesantren, termasuk muhadharah, dengan harapan dapat membangun kompetensi keilmuan sekaligus keterampilan dakwah (Takdir, 2018: 55).

Dengan demikian, hubungan antara kecemasan, public speaking, dan muhadharah dapat dipahami dalam kerangka teoretis bahwa kecemasan merupakan hambatan psikologis yang dialami santri ketika harus tampil di depan audiens. Public speaking merupakan keterampilan yang dituntut dari santri dalam rangka menjalankan peran dakwahnya. Sementara itu, muhadharah hadir sebagai strategi pendidikan pesantren yang tidak hanya melatih aspek teknis berbicara, tetapi juga mengatasi hambatan psikologis berupa kecemasan. Teori-teori inilah yang kemudian menjadi dasar analisis penelitian untuk melihat bagaimana muhadharah mampu berfungsi sebagai strategi efektif dalam mengurangi kecemasan public speaking pada santri (Masnawati, 2021: 66).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan penelitian dilakukan di Pondok Pesantren Jawahirul Umam, Komplek Pilar Biru, Cileunyi, Kabupaten Bandung. Pesantren ini merupakan lembaga pendidikan Islam yang memiliki program muhadharah sebagai kegiatan wajib mingguan. Kegiatan ini dirancang untuk melatih santri berbicara di depan umum, khususnya dalam konteks dakwah. Peneliti melakukan observasi langsung terhadap kegiatan muhadharah, mewawancarai santri, pembimbing, serta pimpinan pesantren, dan mengumpulkan data dokumentasi. Berdasarkan hasil pengamatan, terlihat bahwa santri memiliki antusiasme sekaligus kecemasan ketika diminta tampil. Beberapa santri menunjukkan keberanian dan kelancaran dalam menyampaikan pidato, namun sebagian lain masih menampakkan kegugupan, seperti suara bergetar, pandangan menunduk, atau kesulitan menyusun kata. Situasi ini memperlihatkan bahwa kecemasan public speaking masih menjadi hambatan yang signifikan bagi santri (Yosepin & Husna, 2023: 77).

Kegiatan muhadharah di pesantren ini dilaksanakan dengan sistem yang terstruktur, dimulai dari persiapan materi, penentuan pembicara, pelaksanaan pidato, dan diakhiri dengan evaluasi. Santri yang mendapat giliran tampil biasanya dipilih secara bergantian agar semua memiliki kesempatan yang adil. Materi pidato disusun terlebih dahulu dengan bimbingan guru, lalu disampaikan di hadapan audiens yang terdiri dari teman sebaya dan pembimbing. Setelah penyampaian selesai, pembimbing memberikan evaluasi terkait isi materi, teknik penyampaian, serta sikap mental pembicara. Proses ini secara bertahap membantu santri dalam membiasakan diri berbicara, menerima kritik secara positif, dan membangun rasa percaya diri. Dengan pola seperti ini, muhadharah berfungsi bukan hanya sebagai latihan teknis, tetapi juga sebagai sarana pendidikan karakter (Mulia, 2023: 91).

Kondisi Kecemasan Santri saat Mengikuti Kegiatan Muhadharah

Setelah Kecemasan merupakan salah satu fenomena psikologis yang kerap muncul pada santri ketika mereka menghadapi situasi tampil di depan umum. Berdasarkan hasil observasi di Pondok Pesantren Jawahirul Umam, terlihat bahwa santri menunjukkan tanda-tanda kecemasan seperti gugup, berkeringat, dan kesulitan berbicara dengan lancar. Santri yang seharusnya mampu menyampaikan materi dengan baik justru mengalami hambatan ketika berdiri di depan audiens. Hal ini sejalan dengan pernyataan Yusuf bahwa kecemasan berbicara di depan umum sering kali ditandai dengan reaksi emosional yang tidak terkendali, sehingga individu kesulitan menampilkan kemampuan terbaiknya (Yusuf, 2009: 115).

Gejala kecemasan santri dapat dikelompokkan menjadi tiga aspek, yaitu gejala fisik, kognitif, dan emosional. Dari sisi fisik, banyak santri mengaku jantungnya berdebar cepat, tangan gemetar, dan mulut kering saat diminta tampil. Dari sisi kognitif, mereka merasa sulit mengingat materi yang sudah dipersiapkan,

bahkan ada yang mendadak lupa sepenuhnya. Dari sisi emosional, santri merasa malu, takut salah, serta khawatir akan diejek teman sebaya. Fenomena ini menunjukkan bahwa kecemasan public speaking bukan hanya masalah mental sesaat, tetapi juga mengganggu kemampuan komunikasi secara keseluruhan (Kartono, 1989: 89).

Wawancara dengan beberapa santri mengungkapkan bahwa penyebab utama kecemasan mereka adalah rasa takut terhadap evaluasi negatif dari audiens. Mereka merasa akan dipermalukan apabila salah dalam penyampaian materi, padahal sejatinya kegiatan muhadharah ditujukan untuk melatih dan membiasakan berbicara, bukan untuk mencari kesalahan. Temuan ini sejalan dengan penelitian Yosepin dan Husna (2023) yang menjelaskan bahwa public speaking anxiety umumnya dipicu oleh rasa takut akan penilaian buruk dari orang lain, sehingga individu cenderung menghindari situasi tampil di depan umum.

Selain faktor internal, kecemasan santri juga dipengaruhi oleh faktor eksternal, seperti tekanan dari pembimbing atau suasana lingkungan yang kurang mendukung. Beberapa santri mengaku lebih gugup ketika pembimbing terlihat serius atau ketika audiens terlalu ramai. Hal ini sesuai dengan teori behavioristik yang menyatakan bahwa kecemasan dapat terbentuk melalui pengalaman negatif yang dikondisikan oleh lingkungan, misalnya pengalaman diejek atau ditegur keras saat tampil sebelumnya (Wardha, 2023: 68). Oleh karena itu, kondisi lingkungan yang kondusif sangat penting untuk membantu santri mengurangi kecemasannya.

Faktor pengalaman juga berperan besar dalam menentukan tingkat kecemasan. Santri yang baru pertama kali mengikuti muhadharah cenderung lebih cemas dibandingkan dengan santri yang sudah sering tampil. Hal ini menunjukkan bahwa keterbiasaan berperan penting dalam mengurangi kecemasan public speaking. Menurut Awaliyani (2021: 75), pembiasaan merupakan kunci utama dalam melatih keberanian berbicara, karena melalui latihan berulang individu akan terbiasa menghadapi situasi yang semula dianggap menakutkan. Dalam konteks pesantren, muhadharah menyediakan wadah untuk pembiasaan tersebut.

Kondisi kecemasan yang dialami santri tidak dapat dipandang sebagai hambatan semata, tetapi juga sebagai peluang pembinaan. Menurut A. Faqih (2015), dosen Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Gunung Djati Bandung, kecemasan merupakan bagian dari dinamika psikologis yang wajar dan bisa dijadikan titik tolak pembinaan. Ia menegaskan bahwa pembimbing sebaiknya tidak menekan santri yang cemas, melainkan memberikan dukungan agar mereka mampu menghadapi kecemasan secara positif (Faqih, 2015: 33). Pandangan ini relevan dengan kondisi di pesantren yang membutuhkan pendekatan empatik dalam mendampingi santri.

Lebih jauh, kecemasan santri dalam kegiatan muhadharah juga dipengaruhi

Muhadharah sebagai Strategi Dalam Mengurangi Kecemasan Public Speaking Santri oleh kesiapan materi. Santri yang kurang mempersiapkan isi pidato cenderung lebih gugup dibandingkan mereka yang sudah menulis naskah dengan matang. Menurut Juhji (2019), dosen BKI UIN Sunan Gunung Djati Bandung, persiapan yang baik akan memengaruhi kepercayaan diri pembicara, sehingga mengurangi kecemasan ketika tampil. Ia menambahkan bahwa bimbingan guru dalam tahap persiapan sangat penting agar santri tidak merasa sendirian menghadapi tantangan public speaking (Juhji, 2019: 102).

Dengan demikian, kondisi kecemasan santri saat mengikuti muhadharah merupakan kombinasi antara faktor internal seperti rasa takut dan kurang percaya diri, serta faktor eksternal seperti lingkungan dan bimbingan. Fenomena ini memperlihatkan bahwa kecemasan public speaking di kalangan santri bukanlah masalah sederhana, tetapi kompleks dan membutuhkan pendekatan komprehensif dalam pembinaannya. Oleh sebab itu, pemahaman terhadap kondisi kecemasan santri menjadi dasar penting bagi upaya perancangan strategi pembelajaran yang lebih efektif di pesantren (Manik, 2024: 66).

Kondisi Kecemasan Santri saat Mengikuti Kegiatan Muhadharah

Berdasarkan Program muhadharah di Pondok Pesantren Jawahirul Umam dilaksanakan secara sistematis dan berjenjang. Setiap tahap memiliki kontribusi terhadap pengurangan kecemasan public speaking yang dialami santri. Pada dasarnya, muhadharah dirancang bukan hanya untuk melatih keterampilan berbicara, melainkan juga untuk membentuk keberanian, mentalitas positif, dan kesiapan spiritual. Dengan kerangka seperti itu, santri diharapkan terbiasa menghadapi situasi tampil di depan umum tanpa merasa tertekan. Hal ini sesuai dengan pandangan Saefullah (2020) bahwa pembelajaran dakwah di pesantren bersifat menyeluruh, tidak hanya menyorot aspek kognitif tetapi juga afektif dan psikomotorik, sehingga dapat memperkuat kesiapan mental santri menghadapi tantangan komunikasi (Saefullah, 2020: 45).

Tahap pertama yang menjadi titik penting adalah persiapan materi. Santri biasanya diminta menulis teks pidato dengan tema tertentu, seperti akhlak, fiqh, atau fenomena sosial keagamaan. Persiapan ini melibatkan kemampuan menalar, mengorganisasi ide, dan menyusun bahasa yang komunikatif. Dengan melakukan persiapan, santri merasa lebih percaya diri ketika tampil karena memiliki pedoman yang jelas. Juhji (2019) menekankan bahwa persiapan merupakan faktor protektif terhadap kecemasan, sebab rasa siap mengurangi kemungkinan munculnya pikiran negatif tentang kegagalan (Juhji, 2019: 102). Oleh karena itu, pembimbing di pesantren selalu mengingatkan santri untuk menyiapkan materi dengan sungguh-sungguh sebelum giliran tampil.

Tahap berikutnya adalah pelaksanaan pidato. Pada tahap ini, santri menghadapi audiens yang terdiri dari teman sebaya dan pembimbing. Suasana ini

memang menimbulkan kecemasan, terutama bagi santri yang belum terbiasa. Banyak santri menunjukkan gejala awal seperti suara bergetar, tangan dingin, atau tatapan kosong. Akan tetapi, melalui pengalaman berulang, santri perlahan dapat mengendalikan rasa takutnya. Kusnawan (2014) menjelaskan bahwa keberanian berbicara hanya dapat dibangun melalui latihan yang kontinu. Menurutnya, komunikasi dakwah yang dilakukan berulang kali akan memperkuat daya tahan mental, sehingga kecemasan tidak lagi menjadi penghalang utama (Kusnawan, 2014: 77).

Dalam praktiknya, pembimbing berperan penting dalam menciptakan suasana kondusif. Pembimbing tidak hanya menilai performa, tetapi juga memberikan dukungan moral dan spiritual. Misalnya, sebelum santri naik mimbar, pembimbing sering memberi motivasi singkat atau nasihat yang menenangkan. Hal ini sejalan dengan penelitian Khadijah (2019) yang menunjukkan bahwa konseling Islami berbasis motivasi spiritual efektif membantu santri menghadapi kecemasan, karena dukungan emosional dan religius mampu menurunkan tingkat ketegangan psikologis (Khadijah, 2019: 59). Dengan pendekatan seperti itu, pelaksanaan muhadharah menjadi sarana pembinaan yang lebih humanis.

Evaluasi menjadi tahap ketiga sekaligus kunci keberhasilan muhadharah. Setelah santri menyampaikan pidato, pembimbing dan audiens sebaya memberikan tanggapan. Evaluasi biasanya mencakup isi materi, gaya bahasa, teknik vokal, serta penguasaan audiens. Kritik yang diberikan bersifat membangun, bukan menjatuhkan. Saefullah (2016) menekankan bahwa evaluasi dalam pendidikan dakwah harus ditempatkan sebagai sarana refleksi, bukan hukuman. Evaluasi yang baik akan memotivasi pembicara untuk terus berusaha, bukan membuatnya semakin cemas (Saefullah, 2016: 88). Dengan demikian, evaluasi dalam muhadharah justru membantu santri mengelola kecemasan, karena mereka menyadari bahwa kesalahan adalah bagian dari proses belajar.

Selain tiga tahap inti, kegiatan muhadharah juga diperkuat dengan dukungan spiritual. Biasanya kegiatan diawali dengan doa bersama atau pembacaan ayat Al-Qur'an. Dukungan spiritual ini memberikan efek ketenangan batin yang signifikan. Khadijah (2017) menyatakan bahwa aktivitas religius dapat menumbuhkan rasa aman, karena individu merasa dekat dengan Allah dan meyakini bahwa hasil penampilannya berada dalam lindungan-Nya (Khadijah, 2017: 55). Dalam konteks pesantren, dukungan spiritual inilah yang menjadi pembeda muhadharah dengan pelatihan public speaking di luar pesantren. Santri tidak hanya belajar teknik berbicara, tetapi juga membangun dimensi keikhlasan dan ketenangan jiwa.

Lebih jauh, proses muhadharah juga mengandung unsur pembiasaan sosial. Santri tidak hanya tampil di depan audiens kecil, tetapi secara bergiliran mereka belajar tampil di forum yang lebih besar, misalnya pada acara pesantren atau

Muhadharah sebagai Strategi Dalam Mengurangi Kecemasan Public Speaking Santri kegiatan masyarakat sekitar. Proses eskalatif ini bertujuan agar santri tidak hanya terbiasa dengan audiens internal, tetapi juga siap menghadapi audiens eksternal. Aep Kusnawan (2018) dalam penelitiannya di *Jurnal Ilmu Dakwah* menjelaskan bahwa komunikasi dakwah di era modern menuntut adaptasi di berbagai konteks audiens, dan pembiasaan sejak dini menjadi modal penting bagi calon dai (Kusnawan, 2018: 22). Dengan demikian, muhadharah berfungsi sebagai jembatan antara ruang belajar internal pesantren dengan realitas dakwah di masyarakat.

Proses pembiasaan tersebut tidak selalu berjalan mulus, karena ada santri yang membutuhkan waktu lebih lama untuk menyesuaikan diri. Dalam kasus seperti ini, pembimbing menerapkan pendekatan konseling Islami. Juhji (2021) dalam artikelnya di *Jurnal Iryad* menekankan bahwa integrasi konseling Islam dan terapi kognitif dapat membantu santri mengatasi kecemasan, sebab pendekatan ini mengajarkan cara berpikir positif dan mengubah persepsi negatif menjadi lebih realistis (Juhji, 2021: 41). Hal ini juga terlihat dalam praktik di pesantren, di mana pembimbing sering mengajak santri berdiskusi tentang pengalaman cemas mereka, lalu memberikan arahan spiritual dan motivasi untuk memperbaiki diri.

Dari keseluruhan proses yang dijalani, terlihat bahwa muhadharah memiliki struktur yang komprehensif. Dimulai dari persiapan yang memperkuat kesiapan kognitif, dilanjutkan dengan pelaksanaan yang membangun keberanian, kemudian ditutup dengan evaluasi dan dukungan spiritual yang memperkuat mental. Pola ini konsisten dengan konsep pendidikan dakwah yang menyatukan aspek intelektual, emosional, sosial, dan spiritual dalam satu paket pembelajaran (Kahmad, 2011: 133). Oleh sebab itu, muhadharah dapat dipahami sebagai strategi holistik yang efektif dalam mengurangi kecemasan public speaking di kalangan santri.

Tranformasi Kecemasan

Kegiatan muhadharah di Pondok Pesantren Jawahirul Umam memberikan dampak signifikan terhadap perkembangan keberanian santri dalam berbicara di depan umum. Salah satu indikator utama adalah meningkatnya kepercayaan diri santri setelah mengikuti beberapa kali latihan. Santri yang pada awalnya merasa gugup, takut, dan cemas perlahan mulai terbiasa dengan situasi tampil. Proses pembiasaan ini menghasilkan perubahan perilaku yang nyata, yaitu santri lebih berani tampil, mampu menguasai materi, serta menunjukkan kontak mata dengan audiens. Menurut Kusnawan (2014), keberanian berbicara dapat dibentuk melalui latihan berulang, karena pengalaman langsung menurunkan hambatan psikologis yang menjadi sumber kecemasan (Kusnawan, 2014: 77). Temuan ini selaras dengan pengamatan lapangan, di mana santri yang konsisten mengikuti muhadharah memperlihatkan peningkatan keberanian secara bertahap.

Selain keberanian, dampak penting lainnya adalah peningkatan keterampilan

public speaking. Santri yang sebelumnya berbicara terbata-bata mulai menunjukkan kemampuan menyusun kalimat dengan runtut, menggunakan intonasi yang jelas, serta mengatur tempo bicara dengan baik. Evaluasi yang diberikan pembimbing turut membantu memperbaiki kelemahan teknis, misalnya mengingatkan santri untuk tidak terlalu cepat berbicara atau menambahkan variasi intonasi. Saefullah (2016) menyatakan bahwa evaluasi dalam pembelajaran dakwah bukan hanya menilai, tetapi juga mengarahkan agar proses belajar menghasilkan keterampilan yang lebih matang (Saefullah, 2016: 90). Dengan demikian, muhadharah berfungsi ganda: membangun keberanian dan memperbaiki teknik komunikasi.

Dampak positif lainnya tampak pada sikap mental santri. Kecemasan yang dialami di awal proses berangsur berubah menjadi motivasi untuk tampil lebih baik. Banyak santri yang mengaku awalnya merasa tertekan, tetapi setelah melalui evaluasi positif mereka merasa lebih tenang dan termotivasi untuk mencoba lagi. Juhji (2021) menegaskan bahwa pendekatan konseling Islami dalam kegiatan pendidikan mampu mengubah kecemasan menjadi energi positif, sebab santri belajar menginternalisasi nilai-nilai spiritual ketika menghadapi tantangan (Juhji, 2021: 44). Dalam konteks muhadharah, nilai spiritual berupa doa dan niat ikhlas menjadi faktor kunci yang menumbuhkan sikap mental positif.

Muhadharah juga berdampak pada kemampuan santri dalam menyampaikan pesan dakwah. Santri tidak hanya belajar berbicara, tetapi juga belajar menyusun argumen yang logis dan relevan dengan kehidupan sehari-hari. Hal ini menunjukkan bahwa muhadharah berkontribusi dalam pembentukan santri sebagai calon dai. Kahmad (2011) menekankan bahwa dakwah tidak hanya berbicara soal penyampaian pesan agama, tetapi juga kemampuan komunikator menyesuaikan materi dengan audiensnya (Kahmad, 2011: 136). Dengan latihan muhadharah, santri belajar menyesuaikan bahasa, gaya, dan konten sesuai dengan audiens, sehingga keterampilan komunikasi mereka menjadi lebih aplikatif.

Efek jangka panjang dari muhadharah adalah terbentuknya rasa percaya diri yang meluas ke bidang lain. Santri yang terbiasa tampil dalam muhadharah cenderung lebih berani ketika diminta memimpin doa, membaca Al-Qur'an di depan umum, atau berbicara dalam forum kelas. Hal ini memperlihatkan transfer of training, yaitu keterampilan yang dilatih dalam satu konteks dapat diterapkan dalam konteks lain. Khadijah (2019) menemukan bahwa santri yang mendapatkan bimbingan konseling Islami menunjukkan peningkatan kepercayaan diri yang tidak hanya tampak saat konseling, tetapi juga dalam aktivitas sosial sehari-hari (Khadijah, 2019: 61). Temuan ini paralel dengan pengaruh muhadharah yang tidak hanya terbatas pada ruang lingkup latihan pidato, tetapi juga membentuk kepercayaan diri santri di luar forum.

Kegiatan muhadharah juga memperkuat solidaritas sosial di antara santri. Saat seseorang tampil, audiens sebaya memberikan dukungan moral berupa tepuk tangan atau motivasi sederhana. Suasana saling mendukung ini menciptakan iklim pembelajaran yang aman dan menyenangkan. Menurut penelitian di *Jurnal Ilmu Dakwah*, dukungan kelompok sebaya berfungsi sebagai faktor protektif terhadap kecemasan, karena individu merasa diterima dan dihargai dalam lingkungannya (Kusnawan, 2018: 25). Dengan adanya dukungan tersebut, santri lebih berani menghadapi rasa cemas, karena mereka tidak merasa sendirian.

Dari sisi spiritual, dampak muhadharah juga signifikan. Santri merasakan bahwa kegiatan ini melatih keikhlasan dan tawakal, sebab mereka diingatkan bahwa keberhasilan bukan hanya bergantung pada kemampuan teknis, tetapi juga pada pertolongan Allah. Ritual doa sebelum tampil dianggap sebagai bentuk penyerahan diri yang memberi ketenangan batin. Khadijah (2017) menyebutkan bahwa spiritualitas dalam pendidikan dakwah berfungsi sebagai fondasi dalam mengatasi kecemasan, karena individu yang memiliki kesadaran religius lebih mudah menenangkan diri (Khadijah, 2017: 56). Dalam konteks pesantren, dimensi spiritual ini menjadi pembeda utama muhadharah dengan pelatihan public speaking di luar tradisi keagamaan.

Secara umum, dampak muhadharah tidak hanya terlihat pada aspek individual, tetapi juga pada pengembangan institusional pesantren. Kegiatan ini menjadikan santri sebagai subjek aktif dalam pembelajaran, bukan sekadar penerima materi. Hal ini sesuai dengan paradigma pendidikan dakwah partisipatif yang menempatkan peserta didik sebagai aktor utama dalam proses belajar. Saefullah (2020) menekankan bahwa pendidikan dakwah partisipatif akan lebih berhasil menumbuhkan kemandirian dan keberanian, karena santri terlibat langsung dalam setiap tahap kegiatan (Saefullah, 2020: 47). Dengan demikian, muhadharah dapat dipandang sebagai praktik nyata pendidikan partisipatif di pesantren.

Dengan berbagai dampak tersebut, dapat disimpulkan bahwa muhadharah bukan hanya sarana teknis untuk melatih keterampilan berbicara, tetapi juga strategi pembinaan menyeluruh yang mencakup keberanian, keterampilan komunikasi, sikap mental, spiritualitas, dan solidaritas sosial. Hasil penelitian ini menguatkan pandangan bahwa pesantren memiliki metode khas dalam mengatasi kecemasan public speaking yang dialami santri. Melalui muhadharah, santri tidak hanya menjadi pembicara yang terampil, tetapi juga dai yang siap menghadapi tantangan dakwah di masyarakat (Nogarsyah, 2012: 101).

Oleh karena itu dapat kita simpulkan pembahasan pada sub bab ini ialah Penelitian mengenai muhadharah sebagai strategi mengurangi kecemasan public speaking pada santri Pondok Pesantren Jawahirul Umam menghasilkan kesimpulan yang penting untuk dipaparkan. Pertama, hasil penelitian

menunjukkan bahwa kecemasan public speaking pada santri memang merupakan fenomena nyata yang terjadi hampir di setiap kegiatan muhadharah. Gejala kecemasan yang muncul tampak dalam tiga dimensi, yaitu fisik, kognitif, dan emosional. Pada dimensi fisik, santri menunjukkan tanda-tanda gugup seperti berkeringat, jantung berdebar, dan suara bergetar. Pada dimensi kognitif, banyak santri mengalami kesulitan mengingat materi yang telah dipersiapkan, bahkan ada yang tiba-tiba kehilangan fokus saat tampil. Sementara itu, pada dimensi emosional, santri merasakan ketakutan akan penilaian negatif dari audiens, rasa malu, dan kekhawatiran berlebihan terhadap kemungkinan gagal. Temuan ini konsisten dengan pandangan Kartono (1989) bahwa kecemasan dapat mengganggu fungsi psikis seseorang sehingga menghambat performa yang seharusnya optimal (Kartono, 1989: 89).

Kedua, penelitian ini menemukan bahwa penyebab kecemasan santri tidak hanya berasal dari faktor internal, melainkan juga dari faktor eksternal. Faktor internal mencakup kurangnya kepercayaan diri, pengalaman negatif sebelumnya, serta perasaan takut menghadapi audiens. Faktor eksternal meliputi suasana lingkungan yang menekan, sikap pembimbing yang terlalu keras, atau audiens yang kurang mendukung. Hal ini memperkuat teori behavioristik yang menjelaskan bahwa pengalaman lingkungan yang negatif dapat memperkuat rasa cemas seseorang ketika menghadapi situasi serupa (Wardha, 2023: 68). Dengan demikian, memahami sumber kecemasan santri menjadi dasar penting bagi upaya mengatasinya secara lebih efektif.

Ketiga, kegiatan muhadharah terbukti berfungsi sebagai strategi efektif dalam menurunkan kecemasan public speaking santri melalui proses pembelajaran bertahap. Tahap persiapan materi menjadi sarana untuk memperkuat aspek kognitif, karena santri merasa lebih siap menghadapi audiens setelah menyusun naskah pidato dengan bimbingan guru. Tahap pelaksanaan pidato memberi kesempatan santri menghadapi situasi nyata, sehingga mereka terbiasa dengan tekanan berbicara di depan umum. Tahap evaluasi memberi umpan balik konstruktif yang membantu santri memahami kelemahan tanpa merasa tertekan. Seluruh tahapan ini selaras dengan model pendidikan dakwah partisipatif yang menekankan keterlibatan aktif peserta didik dalam proses pembelajaran (Saefullah, 2016: 88).

Keempat, keberhasilan muhadharah dalam mengurangi kecemasan tidak hanya bergantung pada tahapan teknis, tetapi juga didukung oleh dimensi spiritual. Doa, dzikir, dan nuansa religius yang menyertai kegiatan muhadharah menumbuhkan ketenangan batin bagi santri. Aspek spiritual inilah yang membedakan muhadharah dari pelatihan public speaking di luar pesantren. Menurut Khadijah (2017), spiritualitas merupakan kekuatan psikologis yang mampu menurunkan tingkat kecemasan karena individu merasa berada dalam

Muhadharah sebagai Strategi Dalam Mengurangi Kecemasan Public Speaking Santri perlindungan Allah (Khadijah, 2017: 55). Dengan demikian, perpaduan antara latihan teknis dan dukungan spiritual menjadikan muhadharah sebagai metode pembinaan yang khas dan efektif.

Kelima, dampak nyata dari muhadharah terlihat pada peningkatan keberanian santri dalam berbicara di depan umum. Perubahan ini berlangsung secara bertahap. Santri yang awalnya menghindari giliran tampil, setelah beberapa kali latihan mulai berani berdiri di mimbar, menyampaikan materi dengan lebih lancar, dan menjaga kontak mata dengan audiens. Kusnawan (2014) menekankan bahwa pembiasaan komunikasi merupakan cara paling efektif untuk menumbuhkan keberanian berbicara, karena pengalaman langsung mampu mengikis hambatan psikologis (Kusnawan, 2014: 77). Hasil penelitian ini memperkuat pandangan tersebut, karena santri menunjukkan peningkatan signifikan setelah mengikuti latihan secara rutin.

Keenam, muhadharah juga meningkatkan keterampilan public speaking santri. Selain keberanian, mereka belajar mengatur intonasi, menggunakan bahasa tubuh, serta menyusun argumen secara lebih runtut. Evaluasi yang dilakukan pembimbing berperan penting dalam perbaikan keterampilan teknis ini. Evaluasi yang bersifat membangun membuat santri memahami kelemahan mereka tanpa merasa terintimidasi. Saefullah (2020) menegaskan bahwa evaluasi dalam pendidikan dakwah harus dimaknai sebagai refleksi untuk memperbaiki proses belajar, bukan sekadar memberikan penilaian (Saefullah, 2020: 47). Dengan demikian, evaluasi dalam muhadharah menjadi faktor utama yang mendorong peningkatan keterampilan komunikasi santri.

Ketujuh, dampak lain yang muncul adalah perubahan sikap mental santri. Kecemasan yang awalnya menghambat berubah menjadi motivasi untuk tampil lebih baik. Santri menyadari bahwa kesalahan adalah bagian dari proses belajar dan bukan sesuatu yang harus ditakuti. Juhji (2021) dalam penelitiannya menyatakan bahwa konseling Islami berbasis kognitif dapat mengubah pola pikir negatif menjadi lebih positif, sehingga kecemasan bertransformasi menjadi energi motivasional (Juhji, 2021: 44). Dalam konteks muhadharah, motivasi spiritual dan dukungan lingkungan berperan besar dalam mengubah kecemasan menjadi dorongan untuk maju.

Kedelapan, muhadharah memberi dampak sosial berupa terciptanya solidaritas di antara santri. Audiens memberikan dukungan moral berupa tepuk tangan atau semangat, sehingga suasana kegiatan terasa lebih bersahabat. Suasana ini memperkuat hubungan sosial antar-santri dan menumbuhkan rasa kebersamaan. Menurut Kusnawan (2018), komunikasi dakwah dalam komunitas pendidikan bukan hanya membentuk keterampilan berbicara, tetapi juga menumbuhkan iklim sosial yang positif, sehingga peserta merasa diterima dalam lingkungannya (Kusnawan, 2018: 25). Temuan ini menegaskan bahwa

muhadharah tidak hanya membangun individu, tetapi juga memperkuat ikatan sosial di pesantren.

Kesembilan, dampak muhadharah juga terlihat dalam aspek pengembangan peran santri sebagai calon dai. Melalui kegiatan ini, santri belajar menyampaikan pesan keagamaan secara komunikatif dan menyesuaikan bahasa dengan audiens. Kahmad (2011) menekankan bahwa dakwah yang efektif adalah dakwah yang mampu menyesuaikan pesan dengan kondisi sosial audiens (Kahmad, 2011: 136). Oleh karena itu, muhadharah dapat dipandang sebagai media strategis dalam mempersiapkan santri agar siap berdakwah di masyarakat dengan keterampilan komunikasi yang memadai.

Kesepuluh, penelitian ini juga menunjukkan bahwa muhadharah berkontribusi pada pembentukan kepercayaan diri santri yang berimplikasi lebih luas. Kepercayaan diri yang dibangun dalam konteks muhadharah terbukti terbawa ke aktivitas lain, seperti memimpin doa, membaca Al-Qur'an, atau berbicara di forum kelas. Hal ini menunjukkan adanya transfer of training, yaitu keterampilan yang dilatih dalam satu situasi dapat diterapkan dalam situasi lain. Khadijah (2019) menegaskan bahwa pembinaan berbasis konseling Islami berdampak luas pada peningkatan kepercayaan diri, sehingga santri mampu mengembangkan potensi diri di berbagai konteks sosial (Khadijah, 2019: 61). Temuan ini memperlihatkan bahwa dampak muhadharah melampaui ruang latihan pidato semata.

Dari sepuluh kesimpulan tersebut dapat dirangkum bahwa muhadharah adalah strategi khas pesantren yang terbukti efektif dalam mengurangi kecemasan public speaking. Kegiatan ini bekerja melalui tiga aspek utama: pembiasaan tampil yang membangun keberanian, evaluasi yang memperbaiki keterampilan komunikasi, serta dukungan spiritual yang memberi ketenangan batin. Kombinasi ketiganya menjadikan muhadharah sebagai metode holistik yang tidak hanya mengurangi kecemasan, tetapi juga meningkatkan keterampilan, mentalitas positif, solidaritas sosial, dan kesiapan dakwah santri. Dengan demikian, penelitian ini mempertegas posisi muhadharah sebagai metode pembinaan yang relevan dan berdaya guna dalam pendidikan pesantren (Nogarsyah, 2012: 101).

PENUTUP

Berdasarkan Penelitian mengenai program muhadharah di Pondok Pesantren Jawahirul Umam memperlihatkan bahwa kegiatan ini berperan signifikan dalam mengurangi kecemasan public speaking pada santri. Dari hasil pengamatan, wawancara, dan dokumentasi, diketahui bahwa sebagian besar santri memang mengalami kecemasan ketika harus tampil berbicara di depan audiens. Gejala kecemasan tersebut tampak pada aspek fisik, kognitif, maupun emosional. Namun, seiring dengan keterlibatan dalam program muhadharah, santri

Muhadharah sebagai Strategi Dalam Mengurangi Kecemasan Public Speaking Santri menunjukkan perkembangan positif, baik dari sisi keberanian maupun keterampilan berbicara. Hal ini membuktikan bahwa metode khas pesantren ini mampu menjadi strategi efektif untuk mengatasi kecemasan public speaking yang sering menjadi hambatan dalam pengembangan potensi santri (Yusuf, 2009: 115).

Pelaksanaan muhadharah terbukti memberikan dampak yang komprehensif. Persiapan yang dilakukan sebelum tampil membantu santri mengurangi rasa takut karena mereka merasa memiliki bekal yang cukup. Proses penyampaian pidato di hadapan audiens memungkinkan santri menghadapi kecemasannya secara langsung, sehingga terbiasa dengan tekanan situasi nyata. Evaluasi yang dilakukan pembimbing dan audiens sebaya memberikan umpan balik positif yang membuat santri mampu memperbaiki kekurangan tanpa merasa tertekan. Dukungan spiritual yang menjadi ciri khas pesantren menambah kekuatan batin santri, sehingga mereka lebih tenang dan yakin ketika tampil. Keseluruhan proses ini menunjukkan bahwa muhadharah adalah metode pembinaan yang tidak hanya menekankan keterampilan teknis berbicara, tetapi juga pembentukan mental, spiritual, dan sosial (Kusnawan, 2014: 77).

Dampak positif muhadharah terhadap santri tampak dari meningkatnya kepercayaan diri dan keberanian. Santri yang pada awalnya enggan tampil, setelah beberapa kali mengikuti kegiatan menjadi lebih berani dan mampu menguasai diri ketika berbicara di depan umum. Mereka juga menunjukkan peningkatan keterampilan public speaking, seperti kemampuan mengatur intonasi, mengatur tempo, serta menyusun argumen secara runtut. Lebih dari itu, muhadharah memberikan kontribusi pada pembentukan sikap mental yang positif. Kecemasan yang semula menghambat berangsur berubah menjadi motivasi untuk tampil lebih baik. Temuan ini memperkuat pandangan bahwa pembinaan berbasis latihan rutin dapat mengubah pengalaman negatif menjadi peluang belajar yang membangun (Juhji, 2019: 102).

Selain manfaat individu, muhadharah juga memberi dampak sosial bagi komunitas pesantren. Suasana kebersamaan dalam kegiatan menciptakan iklim yang saling mendukung. Santri yang tampil mendapatkan dorongan moral dari audiens, sedangkan santri yang menjadi audiens belajar memberikan kritik konstruktif. Hal ini mencerminkan pendidikan partisipatif yang menempatkan santri sebagai subjek aktif, bukan sekadar objek pembelajaran. Saefullah (2020) menegaskan bahwa partisipasi aktif santri dalam kegiatan dakwah dan pembelajaran akan memperkuat kemandirian serta tanggung jawab mereka terhadap proses belajar (Saefullah, 2020: 47). Dengan demikian, muhadharah bukan hanya mengurangi kecemasan, tetapi juga membentuk karakter kolektif yang mendukung tumbuhnya solidaritas.

Implikasi penelitian ini dapat ditarik dalam dua ranah. Pertama, bagi pesantren, kegiatan muhadharah hendaknya terus dikembangkan dengan

memperhatikan variasi metode agar santri semakin tertarik mengikuti. Misalnya, variasi tema, penggunaan media audiovisual, atau melibatkan audiens yang lebih luas dapat membuat latihan lebih menantang sekaligus menarik. Kedua, bagi pengembangan ilmu, penelitian ini menegaskan pentingnya pendekatan integratif dalam pendidikan dakwah, yaitu menggabungkan aspek psikologis, komunikasi, dan spiritualitas. Hal ini selaras dengan gagasan Kahmad (2011) bahwa pendidikan Islam harus memadukan berbagai dimensi agar dapat membentuk pribadi yang utuh (Kahmad, 2011: 136).

Penelitian ini memiliki keterbatasan karena hanya berfokus pada satu pesantren dan menggunakan metode kualitatif fenomenologi. Oleh sebab itu, penelitian lanjutan dengan pendekatan kuantitatif atau mixed method dapat dilakukan untuk melihat perbedaan signifikan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah mengikuti muhadharah secara statistik. Selain itu, penelitian komparatif di beberapa pesantren juga penting dilakukan agar gambaran dampak muhadharah menjadi lebih luas. Dengan demikian, hasil penelitian ke depan dapat memberikan pijakan yang lebih kuat dalam merumuskan kebijakan pembinaan santri, khususnya terkait pengembangan keterampilan public speaking.

Sebagai penutup, penelitian ini menegaskan bahwa muhadharah bukan sekadar tradisi pidato di pesantren, melainkan strategi pendidikan yang berperan penting dalam mengurangi kecemasan public speaking dan membentuk santri yang berani, percaya diri, serta terampil berkomunikasi. Dengan pengembangan berkelanjutan, muhadharah dapat menjadi model pembinaan yang relevan untuk memperkuat peran santri sebagai calon dai di tengah masyarakat. Hal ini sejalan dengan visi pesantren sebagai lembaga pendidikan yang mencetak generasi berilmu, berakhlak, dan siap berdakwah dalam berbagai konteks kehidupan sosial (Nogarsyah, 2012: 101).

DAFTAR PUSTAKA

- Amti, E. (2010). *Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Awaliyani, N. (2021). *Pembinaan Keberanian Santri melalui Kegiatan Muhadharah*. Yogyakarta: Deepublish.
- Geertz, C. (2005). *Abangan, Santri, Priyayi dalam Masyarakat Jawa*. Jakarta: Pustaka Jaya.
- Haryono, A. (2023). *Metode Penelitian Kualitatif untuk Ilmu Sosial*. Bandung: Alfabeta.
- Juhji. (2019). *Konseling Islami: Teori dan Praktik*. Bandung: Gunung Djati Press.
- Juhji. (2021). Integrasi konseling Islam dan terapi kognitif untuk mengatasi kecemasan. *Irsyad: Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, Konseling, dan Psikoterapi*

- Kahmad, D. (2011). *Sosiologi Agama*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Kartika, N. (2023). Kecemasan public speaking pada mahasiswa: Kajian fenomenologis. *Psikologia: Jurnal Psikologi*, 12(1), 85–94.
- Kartono, K. (1989). *Psikologi Abnormal*. Bandung: Mandar Maju.
- Khadijah, S. (2017). *Psikologi Dakwah*. Bandung: Pustaka Setia.
- Khadijah, S. (2019). Konseling Islami untuk remaja pesantren. *Iryad: Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, Konseling, dan Psikoterapi Islam*, 7(1), 55–64.
- Kusnawan, A. (2014). *Komunikasi Dakwah: Pendekatan Praktis dan Konseptual*. Bandung: Simbiosis Rekatama Media.
- Kusnawan, A. (2018). Model komunikasi dakwah di era digital. *Jurnal Ilmu Dakwah*, 38(2), 20–34.
- Manik, R. (2024). *Psikologi Sosial dan Kecemasan Komunikasi*. Jakarta: Rajagrafindo Persada.
- Moleong, L. J. (2023). *Metodologi Penelitian Kualitatif* (edisi revisi). Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Mulia, D. (2023). Peran muhadharah dalam membentuk kepercayaan diri santri. *Jurnal Pendidikan Islam*, 5(2), 87–97.
- Nogarsyah, A. (2012). *Pengantar Ilmu Dakwah*. Bandung: Pustaka Setia.
- Pusvitasari, R., & Jayanti, S. (2021). Public speaking anxiety pada mahasiswa: Sebuah tinjauan. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 9(2), 50–60.
- Saefullah, U. (2016). *Metodologi Penelitian Dakwah*. Bandung: Pustaka Setia.
- Saefullah, U. (2020). Pendekatan fenomenologi dalam penelitian dakwah. *Jurnal Ilmu Dakwah*, 40(1), 43–53.
- Wardha, F. (2023). *Teori Perilaku dan Aplikasinya dalam Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Wahyuni, N. (2024). *Psikologi Abnormal Kontemporer*. Jakarta: Kencana.
- Yosepin, F., & Husna, R. (2023). Muhadharah sebagai strategi membangun keberanian santri. *Jurnal Iryad*, 11(1), 70–82.
- Yusuf, S. (2009). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Zahara, N. (2020). Muhadharah dan pembentukan karakter santri. *Jurnal Pendidikan Islam*, 4(1), 90–99.