

## **Abstrak**

Berbicara di depan umum, masih menjadi hal yang menakutkan bagi sebagian orang. Ini karena adanya rasa takut dan cemas. Ketakutan dan kecemasan ini sering kali membuat orang tidak percaya diri untuk tampil menjadi MC. Ketakutan dan kecemasan umumnya timbul dan menguasai alam bawah sadar seseorang. Diperlukan hypnotherapy untuk membuka mental block yang menghalangi kepercayaan diri pelajar

Pembukaan mental block untuk meningkatkan kepercayaan diri, yang dilakukan di SMKN 56 Jakarta utara ini, juga diikuti dengan pemberian materi seputar penulisan script Master of Ceremony, dan penguasaan panggung saat menjadi MC. Tidak hanya itu, pelajar juga diberikan kesempatan untuk mempraktekan dan memposisikan diri menjadi seorang MC.

Untuk terus melatih kemampuan berbicara didepan umum, diperlukan ekstra kurikuler dan student learning center yang bisa menjadi wadah pelajar untuk mengeksplere dan melatih kemampuan berbicara di depan umum. Pelajar SMKN 56 Jakarta Utara yang memang berniat untuk menekuni dunia MC dapat terus berlatih dan melakukan sharing dengan sesama pelajar yang lain.

Kata kunci: Public speaking, MC, SMKN 56, Hypnotherapy