Share: Social Work Jurnal	VOLUME: 10	NOMOR: 1	HALAMAN: 83 - 90	ISSN: 2339-0042 (p) ISSN: 2528-1577 (*e*) DOI: 10.24198/share.v10i1.26896

NEURO-LINGUISTIC PROGRAMMING UNTUK MENINGKATKAN RASA PERCAYA DIRI PADA REMAJA PENGHUNI PANTI ASUHAN ROHADATUL JANNAH

Marsha Nurul Lutfiah[1], Hery Wibowo[2], Meilanny Budiarti Santoso[3]

[1]Program Studi Kesejahteraan Sosial, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Padjadjaran
[2,3]Pusat Studi Kewirausahaan Sosial, CSR dan Pemberdayaan Masyarakat, FISIP Universitas Padjadjaran

mdzulhijjah@gmail.com[1], *hery.wibowo@unpad.ac.id*[2], *meilanny.budiarti@unpad.ac.id*[3]

ABSTRAK

Tulisan ini mengupas tentang aplikasi *Neuro-Linguistic Programming* dalan menunjang proses pengembangan diri, khususnya dalam upaya meningkatkan kepercayaan remaja di Panti Asuhan Rohadatul Jannah. Remaja, merupakan satu tahap perkembangan yang lekat dengan isu kepercayaan diri, depresi, perlaku beresiko, kecenderungan melanggar aturan dan sebagainya. Pada lain pihak, remaja merupakan tahapan perkembangan yang masih memerlukan pembimbingan orang tua. Remaja yang tinggal jauh dari orang tua, berpotensi memiliki sejumlah permasalahan 'tambahan' dibanding mereka yang hidup bersama orang tua dan keluarganya. Beragam pemikiran berpontesi muncul sebagai efek keterpisahan tersebut. Pikiran yang mendominasi adalah cemas, ketakutan dan kegelisahan. Pikiran-pikiran tersebut dapat menghambat perkembangan diri remaja. Pada sisi lain, pekerja sosial memiliki sejumlah metode bekerja dengan individu yang memiliki kegunaan untuk membangun potensi diri, kepercayaan diri dan konsep diri remaja. Berbasis penuturan dimuka, maka dibangun sebuah aktivitas yang menggunakan metode *Neuro-Linguistic Programming* dalam treatment atau intervensinya, untuk menumbuhkan pikiran-pikiran positif pada diri remaja seperi rasa percaya diri dan keyakinan yang kuat serta dapat mengontrol diri dan emosinya.

Kata kunci: Remaja, Panti Asuhan, *Neuro-Linguistic Programming*

ABSTRACT

This paper explores the application of Neuro-Linguistic Programming in supporting the process of self-development, especially in an effort to increase the confidence of adolescents at the Rohadatul Jannah Orphanage. Teenagers, is a stage of development that is closely related to issues of self-confidence, depression, risk behavior, tendency to break the rules and so on. On the other hand, adolescents are stages of development that still require parental guidance. Teenagers who live far from parents, have the potential to have a number of 'additional' problems compared to those who live with parents and family. Various kinds of thought potentially appear as the effects of separation. The thoughts that dominate are anxiety, fear and anxiety. These thoughts can inhibit adolescent self-development. On the other hand, social workers have a number of methods of working with individuals who have uses to build their own potential, self-confidence and self-concept. Based on the narrative upfront, then built an activity that uses the Neuro-Linguistic Programming method in its treatment or intervention, to foster positive thoughts in adolescents such as self-confidence and strong beliefs and can control themselves and emotions.

Keywords: Teenagers, Orphanages, Neuro-Linguistic Programming

Share: Social Work Jurnal	VOLUME: 10	NOMOR: 1	HALAMAN: 83 - 90	ISSN: 2339-0042 (p) ISSN: 2528-1577 (*e*) DOI: 10.24198/share.v10i1.26896

PENDAHULUAN

Anak merupakan bagian terpenting dalam kelangsungan hidup manusia. Seorang anak, lahir dalam sebuah keluarga yang kemudian memelihara dan mengasuhnya sampai dewasa. Keluarga merupakan satu unit orang-orang, yang selalu berhubungan, biasanya hidup bersama dalam bagian hidup mereka, bekerja sama untuk memuaskan kebutuhan mereka, dan saling berhubungan untuk memuaskan keinginannya (Duvaal dan Miller, 1985 dalam Sari, 2018).

Sejak lahir anak diperkenalkan dengan pranata, aturan, norma dan nilai-nilai budaya yang berlaku melalui pembinaan yang diberikan oleh orang tua dalam keluarga (Sulthoni dan Sarmini, 2013). Usia anak-anak sampai remaja merupakan usia yang paling penting dalam proses sosialisasi.

Setiap tahapan perkembangan anak, memiliki masa kritis dan pola prioritas tersendiri. Sebagai contoh, kemampuan penyesuaian sosial dan emosional adalah faktor penting dalam kesiapan TK dan merupakan predictor yang kuat terhadap keberhasilan di sekolah (Feldman, 2009)

Orang tua dalam hal ini, merupakan pihak yang paling penting dan berpengaruh dalam perjalanan kehidupan anak, dari tahapan satu ke tahapan lainnya. Mereka memiliki informasi dan data tentang lengkap tentang anaknya, jauh melebihi pihak manapun (O'loughlin & O'loughlin, 2009)

Pada masa anak-anak, 'pengalaman' merupakan yang sangat mengemuka, dimana kesadaran 'aku' belum berkembang. Keluarga merupakan referensi primer dan satu-satunya bagi anak (Mar'at & Kartono, 2006)

Setelah melewati masa anak, individu akan memasuki masa remaja. Tahapan ini memiliki sejumlah perbedaan dari masa sebelumnya. Tiga problematika utama dari remaja, yang berbeda dari masa anak, dan sering mengemuka adalah; konflik dengan orang tua, perubahan *mood*, depresi serta tingginya tingkat pelanggaran atruan, perilaku yang beresiko tinggi serta sembrono/gegabah (Arnett, 1999 dalam Wade & Tavris, 2003)

Dengan demikian, lingkungan sangat berpengaruh besar dalam tumbuh kembang anak dan remaja. Individu pada usia 12-21 tahun biasanya mengalami masa peralihan dari kanak- kanak menuju remaja awal. 15-18 tahun adalah masa remaja tengah madya dan rentang usia 18-21 tahun adalah masa remaja akhir.

Pada fase remaja, individu akan mengalami masa peralihan dan cenderung akan mengalami kebingungan, sulit mengontrol emosinya, tidak stabil dan mudah kecewa. Erikson (dalam Gross, 2013) mengatakan pada masa remaja, individu kerap kali merasakan kebingungan terhadap dirinya sendiri dan akan muncul pertanyaan seputar "siapakah aku?", dan "kemana aku harus melangkah?" yang merupakan pertanyaan mendasar tentang pemahaman diri remaja, dan bila tidak dapat terjawab dengan sesegera mungkin akan mempengaruhi proses pembentukan identitas diri remaja. Masa remaja adalah sebagai periode perubahan, yaitu perubahan dalam perilaku dan sikap.

Masa remaja bisa menjadi dasar periode terbentuknya berbagai potensi yang dimiliki oleh seorang individu. Lingkungan keluarga yang baik akan sangat mempengaruhi tumbuh dan kembang anak di usia remaja, yaitu pada rentan usia seperti 12-21 tahun. Pada rentang usia tersebutlah individu banyak menyerap nilai-nilai dan berbagai aspek dari lingkungannya.

Namun, sayangnya terkandang peran lingkungan keluarga tidak berjalan dengan baik. Masih banyak remaja yang kurang beruntung. Di antara mereka ada yang mengalami kurang efektifnya peranan orang tua seperti perceraian atau lahir tanpa orang tua, sehingga anak harus mengalami disfungsi struktur peran di dalam keluarga. Mengalami kesulitan dalam kehidupan di usia yang masih sangat muda karena tidak adanya orang tua.

Setiap anak berhak atas kasih sayang yang mendukung tumbuh kembangnya sebagaimana terdapat dalam Undang-Undang Nomor 4 Tahun 1979 Tentang Kesejahteraan Anak Pasal 2 Ayat 1 mengenai, Anak berhak atas kesejahteraan, perawatan, asuhan dan bimbingan berdasarkan kasih sayang baik dalam keluarganya maupun di dalam asuhan

khusus untuk tumbuh dan berkembang dengan wajar. Undang-Undang Nomor 4 Tahun 1979 Pasal 2 Ayat 2 menyatakan bahwa Anak berhak atas pelayanan untuk mengembangkan kemampuan dan kehidupan sosialnya, sesuai dengan kebudayaan dan kepribadian bangsa, untuk menjadi warga negara yang baik dan berguna. Dalam undang-undang tersebut dengan jelas dinyatakan bahwa anak mempunyai hak kesejahteraan serta berhak atas pelayanan pengembangan untuk dirinya agar berguna bagi negara. Sejalan dengan undang-undang yang berlaku, pemerintah mendukung anak-anak yang tanpa didampingi oleh orang tua untuk mendapatkan pelayan kesejahteraan serta layanan untuk mengembangkan kemampuan lewat panti asuhan.

Panti asuhan merupakan lembaga untuk membentuk dan mengembangkan diri anak yang sudah tidak memiliki keluarga ataupun yang tidak tinggal dengan keluarga. Panti asuhan adalah lembaga yang bergerak dalam bidang sosial untuk membantu anak-anak. Selain untuk membentuk dan membangun karakter anak, panti asuhan juga berfungsi untuk memberikan perlindungan terhadap anak-anak yang tidak mendapatkan haknya serta sebagai pengganti peran keluarga. Anak-anak yang masih memiliki orang tua tetapi keluarganya dalam keadaan ekonomi yang tidak memungkinkan untuk membiayai pendidikannya, panti asuhan pun dapat membantu mereka.

Di Indonesia sendiri, terdapat 2 (dua) sistem panti asuuhan dalam memberikan pelayanan pengasuhan yaitu, sistem *cottage* dan sistem asrama (Hartati dan Respati, 2012 dalam Nurmalita dan Hidayati, 2014). Sistem *cottage* adalah suasana panti diatur sedemikian rupa seperti keluarga yang biasanya hanya terdapat 8-12 anak, usianya diatur sedemikian rupa agar seolah-olah seperti adik-kakak. Tujuan sistem asuhan secara *cottage* adalah agar anak asuh dapat berkembang secara normal dan wajar.

Adapun sistem asuhan asrama adalah di mana bangunannya berbentuk asrama dan mereka dikelompokkan dalam setiap kamar dan diasuh oleh satu ibu atau pengurus panti. Penghuni panti asuhan bukan hanya anak-anak tetapi juga ada para remaja. Remaja yang tinggal di panti asuhan biasanya akan tetap tinggal dipanti asuhan sampai mereka menyelesaikan pendidikannya. Setelah mereka bekerja, ada beberapa dari mereka yang bersumbangsih terhadap panti asuhan yang pernah ditinggali (Hartati & Respati 2012 dalam Nurmalita dan HIdayati, 2014).

Perkembangan merupakan rangkaian yang progresif. Remaja yang dari kecil sudah tinggal di panti asuhan akan mengalami pola perkembangan yang berbeda dan pastinya progresif.

Cukup banyak anak-anak dan remaja yang tinggal dan dibesarkan di dalam panti asuhan dengan berbagai alasan yang berbeda. Menurut penelitian yang dilakukan oleh lembaga *Save the Children* tercatat 94% penguhuni panti asuhan ternyata bukan anak-anak yang tidak memiliki orang tua, melainkan anak-anak yang berasal dari ekonomi lemah (Hartati & Respati, 2012 Nurmalita dan HIdayati, 2014).

Kajian terkait perkembangan anak dan remaja tidak akan terlepas dari isu konsep diri dan kepercayaan diri. Konsep diri secara umum didefinisikan sebagai pikiran, keyakinan dan kesan seseorang terntang sifat dan karakteristik dirinya, keterbatasan dan kapasitasnya, serta kewajiban dan asset-aset yang dimilikinya (Branden, 1983 dalam Rahman, 2013)

Kepercayaan diri adalah hal yang sangat penting bagi seseorang untuk mencapai kesuksesan. Lauster (1992) mendefinisikan kepercayaan diri sebagai salah satu aspek kepribadian yang berupa keyakinan akan kemampuan diri seseorang, sehingga tidak terpengaruh oleh orang lain dan dapat bertindak sesuai kehendak dan optimis serta bertanggung jawab. Ia juga menambahkan bahwa kepercayaan diri sangat berkorelasi pada kemampuan untuk melakukan sesuatu yang baik. Kepercayaan diri merupakan instrumen paling penting dalam kehidupan remaja, dengan kepercayaan dan kontrol diri yang baik, maka remaja akan mudah untuk bersosialisasi dan menyesuaikan diri dengan individu lain. Oleh karena itu, kepercayaan diri menjadi syarat utama seseorang untuk mencapai tugas perkembangannya.

Share: Social Work Jurnal	VOLUME: 10	NOMOR: 1	HALAMAN: 83 - 90	ISSN: 2339-0042 (p) ISSN: 2528-1577 (*e*) DOI: 10.24198/share.v10i1.26896

Fenomena yang terjadi pada remaja secara garis besar, adalah seringnya mengalami kesulitan dalam menyampaikan pendapat, ragu-ragu, takut, cemas dan inferior. Remaja adalah generasi penerus bangsa, maka bibit-bibit penerus bangsa harus kreatif, cemerlang, dan berani menyampaikan ide-idenya. Tentu saja terdapat banyak hambatan yang dialami remaja untuk mengembangkan dirinya. Semua rasa rendah diri, takut, cemas dan ragu-ragunya berasal dari pemikiran dan *belief system* setiap individu. Jika hambatan tersebut tidak dapat dituntaskan, maka remaja akan menutup potensi yang ia miliki. Dengan kata lain, remaja mengalami hambatan dalam dirinya untuk meningkatkan potensi diri, maka ia perlu penanganan yang tepat agar potensinya dapat dikembangkan.

Salah satu program pengembangan diri adalah dengan menerapkan *Neuro-Linguistic Programming* (NLP). Waidi (2012) menjelaskan bahwa *Neuro* mengacu pada peran sel-sel syaraf otak dan fungsinya dalam menerima stimulus (informasi) dari luar. *Linguistic*, lebih terkait erat dengan peran bahasa sebagai media informasi sedangkan *programming* menyangkut soal perilaku yang terpola.

Secara umum, NLP terbangun dari empat pilar (Bavister & Vicker, 2004) yaitu pertama *outcome:* bermakna "sesuatu yang individu inginkan", kedua *sensory acuity*; yaitu kapasitas untuk mengamati dan mendeteksi sesuatu dengan sangat terperinci, ketiga *behavior flexibility* yaitu penyesuaian perilaku dalam upaya mencapai tujuan setelah mendapatkan umpan balik yang jelas melalui pilar pertama dan kedua, dan keempat adalah rapport; yaitu kemampuan membangun hubungan berdasarkan saling kepercayaan dan saling pengertian/pemahaman.

NLP memungkinkan individu memiliki seperangkat alat dan tehnik untuk membangun pola pikir dan pola tingkah laku sesuai dengan tujuan yang ditargetkan (Agness, 2010). Atau dengan kata lain NLP melambangkan hubungan antara otak, bahasa dan tubuh, yang membantu individu lebih menyadari dan menguasai pemikiran, perasaan dan perilakunya. Hal ini dikuatkan oleh Makarao (2010) yang menyatakan bahwa NLP dapat berperan dalam membantu manusia berkomunikasi lebih baik dengan diri mereka sendiri, mengurangi ketakutan tanpa alasan, mengontrol emosi negatif dan kecemasan. Maka NLP berarti seperangkat alat untuk mengkonstruksi atau memprogram pikiran (mental) agar seseorang bisa berkembang dan sukses (Waidi, 2012). Pada perkembangannya NLP telah berekspansi dalam perluasan konsep dan aplikasi/tehnik, sehingga digunakan dalam beragam praktik pertolongan seperti membangun interakasi komunikasi yang baik, menolong klien dan asesmen (Zastrow, 1995)

METODE

Penulisan artikel ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif, yaitu menjelaskan dan menggambarkan upaya pertolongan dengan menggunakan *neuro-linguistic programming* untuk meningkatkan rasa percaya diri pada remaja penghuni Panti Asuhan Rohadatul Jannah.

Kegiatan pendampingan dilaksanakan pada 14 Maret 2019 dan berakhir pada tanggal 27 Mei 2018. Klien dalam proses pendampingan ini dipilih secara acak tanpa rekomendasi pengurus panti asuhan. Selain wawancara, pengumpulan data juga dilakukan dengan dokumentasi. Pengumpulan data hanya dengan menggunakan satu teknik saja terkadang dapat menghambat proses pengumpulan data. Dengan melakukan asesmen terhadap klien, data yang diperoleh digunakan untuk merencanakan proses treatment. Asesmen dilakukan dengan mewawancara pengurus panti asuhan serta para penghuni panti lainnya. Selain itu, asesmen juga dilakukan dengan mendatangi sekolah tempat klien bersekolah dan mewawancara guru wali kelas klien dangan mengajukan beberapa pertanyaan mengenai perilaku klien selama di dalam kelas. Data yang terkumpul selanjutnya akan dijadikan dasar *plan of treatment* untuk penentuan intevensi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Kehidupan di Panti Asuhan

Share: Social Work Jurnal	VOLUME: 10	NOMOR: 1	HALAMAN: 83 - 90	ISSN: 2339-0042 (p) ISSN: 2528-1577 (*e*) DOI: 10.24198/share.v10i1.26896

Panti asuhan adalah lembaga untuk membentuk dan mengembangkan karakter bagi anak-anak atau remaja yang tinggal tidak dengan orang tua atau keluarganya. Seperti pada panti asuhan Rohadatul Jannah di kawasan Bandung, tempat ini menampung setidaknya sembilan anak dengan rentang usia 9-15 tahun. Yayasan ini adalah yayasan non-profit yang didirikan oleh perorangan (swasta). Penghuni panti ini semuanya laki-laki kecuali tiga pengurus pantinya. Panti asuhan ini menggunakan sistem *cottage*. Anak- anak di panti yang menggunakan sistem *cottage* akan merasakan kehangatan keluarga. Penghuninya yang tidak terlalu banyak serta pengurusnya yang sudah seperti ibu dan kakak mereka sendiri.

Semua anak panti Rohadatu Jannah disekolahkan di sekolah yang sama yaitu Sekolah Dasar Margasari dengan tingkatan kelas yang berbeda-beda. Ada beberapa dari mereka yang berada pada tingkat yang tidak seharusnya sesuai usia mereka. Seperti salah satu dari mereka, berada di kelas tiga sekolah dasar, padahal seharusnya ia sudah berada di kelas lima. Hal tersebut karena keterbatasan biaya, sehingga orang tua mereka belum bisa menyekolahkan anaknya ketika sudah masuk usia sekolah dasar.

Sekitar 90% dari mereka adalah anak-anak yang masih mempunyai orang tua tetapi mereka berasal dari keluarga dengan ekonomi lemah. Oleh sebab itulah orang tua mereka menitipkan anaknya di panti asuhan Rohadatul Jannah.

Anak-anak yang tinggal di panti semua berasal dari kota yang sama, yaitu kota Garut. Panti asuhan ini awalnya berada di Garut, lalu ketua yayasan memutuskan untuk memperluas jangkauan dengan membangun panti asuhan di kota Bandung. Sebagian anak yang sebelumnya menetap di Garut, dipindahkan ke panti yang berlokasi di Bandung. Panti Asuhan ini berbasiskan agama, jadi anak-anaknya pun giat diajarkan seputar nilai-nilai keagamaan. Hal yang selalu mereka lakukan setiap hari adalah tadarus dan menghapal al-Quran. Banyak kegiatan yang sering mereka lakukan bersama-sama. Selain itu mereka diajarkan untuk mandiri. Tinggal jauh dari orang tua mengharuskan mereka dapat melakukan segala keperluannya sendiri. Usia bukanlah halangan untuk menjadi mandiri.

Sifat dan karakter setiap orang berbeda-beda, begitu pula dengan kesembilan anak-anak penghuni panti asuhan. Dari setiap mereka memiliki karakternya masing-masing yang membuat suasana panti asuhan menjadi ramai. Beberapa diantaranya sangat aktif dan sebagiannya kurang berinteraksi. Pendekatan yang dilakukan harus lebih ekstra terhadap anak-anak yang agak tertutup. Sebagian dari mereka bisa dibilang sudah remaja, karena sudah memasuki usia remaja awal yaitu 12-18 tahun. Kebanyakan yang belum mudah terbuka adalah penghuni panti yang sudah beranjak remaja. Hal ini tentu saja menghambat pengumpulan data pada tahap asesmen. Namun dapat ditarik asumsi bahwa inilah masalah yang sering muncul pada panti asuhan yang penghuninya sebagian atau seluruhnya remaja, karena pada usia remaja terdapat regresi emosional karena tinggal jauh dari orang tua dan sulit untuk menyesuaikan diri dengan lingkungannya yang baru.

2. Permasalahan yang Dialami Anak Panti Asuhan

Hidup bersama dengan individu yang karakternya berbeda merupakan sebuah tantangan. Terlebih lagi harus tinggal dengan orang-orang dengan latar belakang yang berbeda. Anak-anak mulai tinggal di panti ketika mereka memasukin usia sekolah dasar. Orang tua atau keluarga mereka menitipkan anaknya ke pihak panti karena tuntutan pendidikan, sedangkan di sisi lain tidak memungkinkan bagi orang tua untuk membiayainya. Tinggal dengan orang tua dan sanak saudara mungkin adalah hal yang selalu mereka idamkan. 8 dari 9 anak masih mempunyai orang tua walaupun beberapa diantaranya tidak lengkap. Namun anak-anak jarang sekali menerima kabar dari kampung halaman. Hal ini menimbulkan perasaan rindu, tetapi mereka tidak mampu untuk mengungkapkannya.

Selain itu masalah yang sering dihadapi pengurus panti adalah sikap kurang terbukanya para remaja penghuni panti

asuhan. Semakin mereka bertambah usia, semakin tertutup. Hal itu membuat pengurus panti mencari cara untuk berkomunikasi dengan para remaja. Sifat dan watak berprengaruh pada pembentukan karakter. Hal ini dapat berdampak buruk ketika para remaja enggan untuk berkomunikasi dan berinteraksi. Disamping itu, para pengurus panti juga memberikan pembinaan kedisiplinan untuk menjaga agar anak-anak tidak menyalahi aturan. Karena memang ada beberapa anak yang sulit untuk diatur. Menurut informasi dari pengurus panti, salah satu anak bahkan sangat temperamental dan sangat sulit untuk mengontrol emosinya. Hal itu semakin menunjukkan bahwa para remaja di panti asuhan membutuhkan pendampingan untuk membantu mereka agar dapat mengendalikan emosi dan menjadi lebih percaya diri.

3. Langkah-langkah Yang Dilakukan Sebelum Intervensi

Intervensi sosial adalah cara atau strategi yang diberikan oleh tenaga ahli untuk membantu individu, kelompok maupun masyarakat memenuhi kebutuhannya. Dari asesmen yang dilakukan dengan melalukan wawancara, pendekatan dan dokumentasi, terkumpul data yang akan digunakan untuk penyusunan strategi intervensi. Perencanaan berfungsi untuk mencapai efektivitas dan efisiensi dalam kegiatan intervensi. Tujuan *plan of treatment* ini untuk mengantisipasi dan beradaptasi dengan segala perubahan yang terjadi serta memberikan arahan kepada para praktikan agar bekerja sesuai dengan rencana.

Berdasarkan perencanaan yang telah dilakukan, maka diperoleh langkah-langkah treatment yang akan diaplikasikan terhadap klien. Treatment yang merupakan hasil dari *plan of treatment* harus sesuai dengan kebutuhan klien, untuk menghindari atau meminimalisir potensi terjadinya intervensi yang tidak sesuai. Dari *plan of treatment* ini, dilakukan upaya menetapkan standar yang digunakan dalam melakukan intervensi agar memudahkan pengontrolan atau pengawasan.

Sasaran yang ingin diubah adalah perilaku inferior para penghuni panti. Sikap yang inferior dapat berdampang kepada perkebangannya dan interaksi remaja terhadap lingkungan. Rasa rendah diri, ketakutan, kecemasan serta rasa malu harus berangsur-angsur dibenahi guna memudahkan remaja dalam berbaur dengan masyarakat. Melakukan pendekatan terhadap klien yang memiliki karakteristik berbeda, tentu saja perlu menggunakan cara yang berbeda pula. Dengan komunikasi yang baik dan dilakukan upaya membangun kepercayaan dengan klien akan memudahkan terjalinnya hubungan dengan klien dalam proses pendampingan.

Neuro-Linguistic Programming merupakan metode dari *cognitive therapy* untuk membantu seseorang dalam mengembangan diri. Metode *Neuro-Linguistic Programming* dilakukan dengan memberikan motivasi terhadap klien, hingga ke tahap action. Hal tersebut tentu saja perlu evaluasi dan monitoring untuk klien agar selalu bisa bersikap percaya diri. Sebelum menerapkan NLP, diperlukan keterbukaan terlebih dahulu untuk memudahkan intervensi, untuk itu dilakukanlah *play therapy*.

Play therapy adalah salah satu cara untuk meningkatkan antusias klien. *Play therapy* adalah proses terapi khusus yang berfokus pada kebutuhan anak untuk mengekspresikan diri. Hal ini diperlukan karena mengingat usia klien yang masih dalam masa peralihan dari anak-anak ke usia remaja awal. Setelah penerapan *play therapy*, barulah beralih ke penerapan *Neuro-Linguistic Programming*.

4. Penerapan Neuro-Linguistic Programming

Neuro-Linguistic Programming adalah sebuah pendekatan yang dapat menunjukkan bagaimana cara menjadi seseorang yang diinginkan. Dalam konteks ini maksudnya adalah bagaimana seseorang dapat mengubah sikap yang tidak diinginkan menjadi sebuah sikap baru yang ideal. *Neuro-Linguistic Programming* adalah serangkaian alat dan teknik untuk membantu menangani pola pikir dan pola tingkah laku yang tidak mengenakkan.

Manusia memiliki lebih dari 60.000 pikiran setiap harinya. Ini akan membentuk

Share: Social Work Jurnal	VOLUME: 10	NOMOR: 1	HALAMAN: 83 - 90	ISSN: 2339-0042 (p) ISSN: 2528-1577 (*e*) DOI: 10.24198/share.v10i1.26896

gambaran, suara dan perasaan dalam diri manusia. Poin penting yang perlu disadari adalah, manusia bisa mengendalikan pikirannya. Penerapan NLP adalah salah satu cara untuk manusia agar dapat mengolah pikirannya menjadi positif. NLP telah digunakan untuk mengobati ketakutan dan fobia, kecemasan, rendah diri, stress, gangguan pasca-trauma, dan penurunan kualitas hidup secara keseluruhan karena berbagai masalah psikologis. Sebagian besar penelitian yang membahas efektifitas NLP dalam menangani masalah ini berskala kecil dan memiliki hasil yang beragam.

Dalam proses penerapannya, terlebih dahulu dilakukan proses *play therapy,* yaitu untuk melakukan pendekatan kepada klien remaja penghuni panti asuhan. *Play therapy* ini bertujuan untuk melihat keaktifan serta partisipasi klien dalam kelompok dan membuat suasana menjadi lebih rileks. Proses bermain ini mendorong ekspresi emosional mereka. *Play therapy* di sini bukan intervensi utama untuk menumbuhkan rasa percaya diri pada klien. *Play therapy* dilakukan sebagai jembatan untuk selanjutnya melakukan penerapan NLP.

Pada dasarnya segala perlakuan di dasari oleh pikiran positif, lalu NLP ini menjelaskan bagaimana perlakuan tidak diganggu oleh pikiran- pikiran negatif. Teknik NLP *New Behavior Generator* adalah sebuah teknik untuk seseorang yang ingin memiliki kompetensi dalam menguasai keterampilan tertentu.

Untuk bisa membawakan pikiran-pikiran positif, klien pun harus dalam kondisi rileks. Dalam kondisi tersebut, hal-hal postif yang diinginkan oleh klien dapat dengan mudah masuk karena pikiran bawah sadarnya. Pikiran bawah sadar adalah pengambilan tujuan dan pikiran sadar adalah penentu tujuan. Dari berpikir, klien menjadikan suatu pikiran konsentrasinya, lalu timbul perasaan dari pikiran tersebut yang selanjutnya memunculkan sikap dan hasil.

Hasilnya berada di dua persimpangan, antara hasil yang positif atau hasil yang negatif. Klien dan praktikan melakukan komunikasi interpersonal dan disini terjadilah pertukaran informasi antar individu. Proses saat melakukan komunikasi akan menjadi sangat menarik apabila antara klien dan praktikan mengacu pada cara pandang yang sama. Mem-*frameing* pola pikiran dan tingkah klien yang menjadi tujuannya. Pikiran harus mengacu pada hal yang dapat mengubahnya menjadi pribadi yang lebih baik.

Tujuan yang ditujukan kepada lawan bicara harus melalui pengandaian. Contohnya ketika klien melakukan suatu hal dengan baik dan percaya diri, maka akan jauh dari kata kegagalan. Penyampaian suatu pesan atau informasi kepada klien untuk menghilangkan ketakutannya, kecemasannya serta kegelisahannya. Penuhi pikiran klien dengan nilai-nilai yang membangun rasa kepercayaan diri klien. Karena sesungguhnya pikiran mempengaruhi sikap. Kekuatan pikiran mempunyai pengaruh besar dalam menyerang keinginan-keinginan yang tidak perlu. Rasa percaya diri dan kemampuan untuk mengontrol diri adalah suatu output yang diingikan klien. Percaya diri adalah berbuat dengan penuh keyakinan. Dengan rasa percaya diri yang ditimbulkan, maka seseorang tersebut akan dengan bersungguh-sungguh mencapai cita-citanya.

Dari intervensi yang dilakukan dengan beberapa kali pertemuan, membuat klien dapat menghilangkan rasa cemas, ketakutan dan kegelisahan dengan memberanikan menunjukkan kebolehannya membaca Al-Quran dengan suara lantang. Upaya mengontrol emosi pada klien dapat berjalan dengan baik. Timbulnya rasa percaya diri membuat klien sadar akan perubahan dalam dirinya. Klien tidak menunjukkan kegugupan. "Pikiran mempengaruhi Perilaku", merupakan statement yang dapat di *highlight* karena sesungguhnya semua perlakuan didasarkan pada pikiran. Lalu selanjutnya bagaimana kita mengolah pikiran tersebut menjadi pikiran-pikiran yang positif.

SIMPULAN

Panti asuhan adalah tempat atau lembaga untuk pembentukan dan pengembangan karakter anak-anak atau remaja yang tidak tinggal dengan orang tuanya ataupun keluarganya. Sikap dan perilaku anak-

anak dan remaja dipanti asuhan memiliki pola yang hampir sama. Ketika mereka beranjak dewasa atau pada saat mengijakan usia pada awal remaja, rata-rata mereka mengalami regresi emosional di mana mereka merasa rendah harga dirinya, inferior dan kecemasan dikarenakan mereka harus tinggal tidak bersama dengan orang tua ataupun keluarganya. Hal tersebut mempengaruhi kondisi psikologisnya. Dampak yang ditimbulkan adalah mereka tidak memiliki keberanian untuk menyampaikan pendapatnya.

Cognitive therapy adalah salah satu metode untuk membantu para remaja penghuni panti asuhan untuk dapat mengubah sikap inferior mereka. *Neuro-Linguistic Programming* adalah salah satu teknik dari metode *cognitive therapy* yang dipandang cocok untuk mengatasi permasalahan tersebut. NLP adalah serangkaian teknik yang dapat membantu seseorang untuk menangani pola pikir dan perilaku mereka yang kurang mengenakkan.

NPL memfokuskan metodenya pada pola pikir individu, karena pada dasarnya perlakuan dilandasi oleh pikiran-pikiran tunggal bagaimana seseorang tersebut mengolah pikiran menjadi pikiran negatif atau positif. Dengan menggunakan teknik NLP, remaja di panti asuhan dibantu untuk mengolah pola pikir agar pikiran negatif mereka hilang. Pikiran-pikiran seperti ketakutan, malu, merasa inferior, cemas akan berangsur tergantikan oleh rasa percaya diri. Percaya diri ini merupakan dasar seseorang untuk dengan sungguh-sungguh menggapai cita-citanya. Pikiran yang ditimbulkan juga dapat membuat remaja dapat mengontrol dirinya untuk tetap bersikap tidak meledak-ledak dan sebaliknya, membuat para remaja dapat berpikir dengan jernih dan tahu keputusan terbaik apa yang harus mereka ambil.

DAFTAR PUSTAKA

Abdurahman, Syarif M. dkk. 2018, Dasar-Dasar Praktik Pekerjaan Sosial. Malang, Citra Intrans Selaras.

Agness, L. 2010. The True Magic of NLP. Jogjakarta, Geraiilmu.

Arifin, M. 2017. "Intervensi Mikro Pekerja Sosial Terhadap Anak Korban Kekerasan Psikis di Yayasan Sayangi Tunas Cilik Yogyakarta". Fakultas Dakwah dan Komunikasi. Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga. Yogyakarta.

Ashman, Karen K. 1992. Uderstanding Generalist Practice. Chicago, Nelson-Hall Publishas.

Bavister, Steve & Vickers, Amanda. 2004. NLP for Personal Success. (Diterjemahkan dari: NLP). Yogyakarta. Edisi Indonesia diterbitkan oleh Pustaka Besar

Campton, Beulah R. 1979. Social Work Processes. ILLion, The Dosey Press.

Elfiky, L. 2009, Terapi Berpikir Positif. Jakarta, Zaman.

Feldman, Olds Papalia. 2009. Human Development (Perkembangan Manusia). Jakarta. Penerbit Salemba Humanika

file:///C:/Users/WIN%2010/Downloads/7613-14506-1-SM.pdf

Husna, N. & Saleh, j. 2017. Aplikasi Tahapan Pertolongan dalam Pekerjaan Sosial di Rumah Perlindungan Sosial Anak. Jurnal Al-Ijtimaiyyah. Vol. 4, No. 2: 1-10

Gross, Richard. 2013. Psychology: The Science of Mind and Behaviour. Edisi Keenam. Buku Kedua. Yogyakarta. Penerbit Pustaka Pelajar.

Komang, Diah & Widiasavitri, Putu. 2014. Hubungan Konsep Diri Akademik dengan Motivasi Berprestasi pada Remaja Awal yang Tinggal di Panti Asuhan di Denpasar, Jurnal Psikologi Udayana, Vol. 1, No. 2:261-270.

Lauster. 1992. Tes kepribadian (Terjemahan D.H. Gulo). Jakarta: PT. Gramedia Bumi Aksara

Makarao, Nurul R. 2010. NLP (Neuro-Linguistic Programming), Komunikasi Konseling (Aplikasi dalam Pelayanan Kesehatan). Bandung, Alfabeta.

Mar'at, Samsunuwiyati & Kartono, Lieke Indieningsih. 2006. Perilaku Manusia: Pengantar Singkat tentang Psikologi.

Cetakan Pertama. Bandung. Penerbit Refika Aditama.

Mazaya, K. & Supradewi, R. 2011. Konsep Diri Dan Kebermaknaan Hidup Pada Remaja Di Panti Asuhan. Proyeksi, Vol.6, No. 2: 103-112.

Nugrahaningtyas, R. 2014. Perkembangan Sosial-Emosional Anak Usia 4-6 Tahun Di Panti Asuhan Benih Kasih Kabupaten Sragen. Belia 3, No. 2: 18-23.

Nurmalita, Hidayati. 2014. Hubungan antara Regulasi Emosi dengan Kompetensi Interpersonal pada Remaja Panti Asuhan. Jurnal Karya Ilmiah S1-Unpad. Vol 3 Nomor 4. Diunduh dari https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/view/7613

O'Loughhlin, Maureen & O'Loughlin, Steve. 2009. Social Work with Childern and Families. Second Edition. 33 Southernhay East. Learning Matters Ltd.

Pane, Riem M. 2017. Terminasi Hubungan Konseling. Jurnal Hikmah, Vol.XI, No. 02:103-118.

Rahman, Agus Abdul. 2013. Psikologi Sosial. Jakarta. PT Raja Grafindo: Penerbit Rajawali Press.

Rahmawati, F. 2014. Penerapan Terapi NLP (Neuro Linguistic Programming) Untuk Menurunkan Kecemasan Berbicara di Depan Umum Pada Kelas XI SMA Negeri Pare. Jurnal BK, Vol. 04, No. 03:675-682.

Salami. 2015. Implementing Neuro Linguistic Programming (NLP) In Changing Student's Behavior: Research Done At Islamic Universities In Aceh. Jurnal Ilmiah Peuraden, Vol. 3, No. 2: 235-256.

Saputra, Wahyu D. 2016. "Peranan Panti Asuhan Terhadap Pembentukan Sikap Sosial Anak di Panti Asuhan Mahmudah di Desa Sumberejo Sejahtera Kecamatan Kemiling Bandar Lampung". Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan. Universitas Lampung. Lampung.

Sari, Diah Puspa. 2018. Gurindam Dua Belas: Optimalisasi Fungsi Keluarga Melayu pada Tahap Perkembangan Anak Usia 3-6 tahun (Sub Bab). Psikologi Perkawinan dan Keluarga.Yogyakarta. Penerbit PT. Kanisius.

Sarmini & Sulthoni, Y. 2013. Strategi Pembentukan Karakter Anak di Panti Asuhan Muhammadiyah Wiyung Surabaya. Kajian Moral dan Kewarganegaraan. Vol. 1, No.1:272-287.

Undang-Undang Nomor 4 Tahun 1979 Tentang Kesejahteraan Anak

Wade, Carole & Tavris, Carole. 2003. Psychology. Sevent Edition. New Jersey. Pearson Education, Inc.

Waidi. 2012. Neouropreneurship: Menata Ulang Mindset Bisnis melalui NLP (Neuro Linguistic Programming). Sleman-Yogyakarta. Genius Publisher.

Zastrow, C. 1995. The Practice Of Social Work. Fifth Edition. California, Brooks/Cole Publishing Company.