

PENGARUH PEMBERIAN PELATIHAN *NEURO LINGUISTIC PROGRAMMING (NLP)* TERHADAP PENINGKATAN PENERIMAAN DIRI PENYANDANG CACAT TUBUH PADA REMAJA PENYANDANG CACAT TUBUH DI PUSAT REHABILITASI PANTI SOSIAL BINA DAKSA “SURYATAMA” BANGIL PASURUAN

AryaniTri Wrastari

Fakultas Psikologi Universitas Airlangga

ABSTRAKSI

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada pengaruh pemberian pelatihan NLP terhadap peningkatan penerimaan diri remaja penyandang cacat tubuh, dimana tingkat penerimaan diri merupakan variabel terikat (Y) dan pemberian pelatihan NLP merupakan variabel bebas (X).

Populasi dari penelitian ini adalah remaja penyandang cacat tubuh dengan karakteristik populasi adalah remaja berusia 16 – 21 tahun, jenis kelamin pria dan wanita, keadaan cacat diperoleh bukan sejak lahir atau bawaan, memiliki tingkat kecacatan yang berat (yaitu tuna daksa), berpendidikan formal minimal SLTP.

Jenis penelitian yang digunakan adalah eksperimen, dengan desain penelitian adalah True Experimental Research. Pola penelitian adalah Randomized Control Group Posttest Only Design. Pengambilan sampling dilakukan dengan Purposive Sampling. Setelah dipilih 12 sampel penelitian yang memiliki skor penerimaan diri rendah dan sangat rendah, maka dilakukan group matching. Subyek dibagi menjadi 2 kelompok yang kemudian dengan random by group ditentukan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Selanjutnya kelompok eksperimen diberi pelatihan NLP dan kelompok kontrol dibiarkan dalam kondisi biasanya.

Pengukuran tingkat penerimaan diri dilakukan dengan Skala Penerimaan Diri. Dari perhitungan reliabilitas alat ukur diperoleh nilai koefisien sebesar 0,9841 yang menunjukkan alat ini reliabel. Dari hasil uji validitas terhadap butir tes, diperoleh korelasi aitem total bergerak dari 0,3050 sampai 0,8741.

Teknik analisa data dilakukan dengan uji U Mann-Whitney. Hasil uji U antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sesudah diberikan perlakuan, diperoleh nilai $U = 0,000$ dengan nilai $p = 0,004$ berarti terdapat perbedaan yang signifikan terhadap tingkat penerimaan diri antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol setelah pemberian pelatihan NLP. Hasil uji U perbedaan mean rank penerimaan diri kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, diperoleh nilai mean rank pada kelompok eksperimen sebesar 9,50 sedangkan mean rank pada kelompok kontrol sebesar 3,50, yang berarti tingkat penerimaan diri pada kelompok eksperimen mengalami peningkatan yang lebih besar dibandingkan dengan tingkat penerimaan diri pada kelompok kontrol. Dari hasil uji

U, maka hipotesis yang menyatakan “ada pengaruh antara pemberian Neuro-Linguistik Programming (NLP) terhadap peningkatan penerimaan diri pada remaja penyandang cacat tubuh” diterima.

Kata Kunci: pelatihan *Neuro-Linguistik Programming* (NLP), penerimaan diri.

Kehidupan manusia begitu unik dan rumit, sehingga seringkali timbul permasalahan-permasalahan dalam kehidupan manusia. Salah satu permasalahan yang timbul dalam kehidupan manusia diantaranya berkaitan dengan bentuk tubuh manusia dan fungsinya dalam kehidupan, hal ini dikarenakan tubuh merupakan faktor yang penting bagi manusia. Permasalahan akan bentuk tubuh ini menjadi sangat rumit bagi individu yang mengalami cacat tubuh.

Menurut Meichati (1988), adanya keterbatasan-keterbatasan maupun hambatan-hambatan sebagai akibat kecacatan yang disandang seseorang seringkali menghambat penyesuaian dirinya. Hal ini dikarenakan penyandang cacat tubuh secara kenyataannya akan mengalami kesulitan yang lebih besar dalam menjalani kehidupan sosial khususnya penyesuaian diri dibandingkan dengan orang yang tidak cacat.

Kondisi kecacatan pada penyandang cacat tubuh seringkali menghadapi mereka pada kenyataan bahwa dirinya berbeda dengan individu yang lain yang tidak menyandang cacat tubuh, sehingga keadaan ini akan mempengaruhi pandangan individu tersebut tentang keberadaan dirinya, dan akan mempengaruhi pula penerimaan diri individu terhadap kekurangan yang dihadapai (Lewis, 1987).

Penelitian lebih lanjut menyebutkan bahwa pada penyandang cacat tubuh yang diperoleh sejak lahir pada umumnya lebih dapat menyesuaikan diri karena proses penyesuaian itu terbentuk dan berkembang bersamaan dengan keadaan tubuhnya yang cacat (Suhartono, 1976). Menurut Cole (1959), penyandang cacat tubuh sejak lahir menunjukkan mekanisme penyesuaian yang lebih baik dibandingkan dengan penyandang cacat tubuh bukan sejak lahir.

Beberapa penelitian selanjutnya memfokuskan kepada para penyandang cacat tubuh diusia remaja dan dewasa. Hill dan Mönks (dalam Mönks dan Knoers, 1999 : 268), menyatakan bahwa penyimpangan-penyimpangan pada masa remaja akan menimbulkan masalah-masalah yang berhubungan dengan penilaian diri dan sikap sosialnya, oleh karena itu cacat badan pada masa remaja akan mempengaruhi penilaian diri remaja sedemikian rupa sehingga menghambat perkembangan kepribadian yang sehat. Conger (dalam Crider dkk., 1983), menyatakan bahwa cacat badan yang berat akan mempengaruhi penilaian diri remaja sebegitu rupa.

Berangkat dari permasalahan diatas, yaitu pada remaja penyandang cacat tubuh yang cenderung memiliki penerimaan diri yang rendah terhadap kondisi fisiknya, maka dibutuhkan suatu penanganan yang serius agar mereka dapat lebih menyesuaikan diri dengan lingkungan disekitarnya. William James (dalam Andreas & Faulkner, 1998) mengatakan bahwa manusia akan dapat merubah aspek luar kehidupan mereka dengan cara mengubah sikap yang ada dalam pikiran mereka. Salah satu metode yang sangat

efektif dan sudah terkenal untuk mengubah pola pikir yang negatif menjadi positif untuk pencapaian fungsi manusia yang optimal adalah *Neuro-Linguistic Programming (NLP)*.

Neuro-Linguistic Programming (NLP) merupakan salah satu cara yang membuat seseorang dapat mampu untuk memetakan semua proses yang terjadi di dalam otaknya (didasarkan pada pengalaman-pengalamannya) adalah dengan memprogram fungsi neuro-nya (otaknya) dengan menggunakan bahasa (linguis) yang disebut dengan *Neuro-Linguistik Programming (NLP)*. Latihan-latihan *NLP* dalam prakteknya, memberikan berbagai perubahan pada aspek-aspek kehidupan luar seseorang, salah satunya adalah meningkatkan penghargaan dan penilaian terhadap diri sendiri (Andreas & Faulkner, 1998 : 14).

Penelitian ingin mencoba untuk menerapkan *NLP* pada masalah penerimaan diri yang dihadapi oleh remaja penyandang cacat tubuh, dan peneliti ingin mengetahui pengaruh pemberian pelatihan *NLP* terhadap peningkatan penerimaan diri pada remaja penyandang cacat tubuh.

Cacat Tubuh

Definisi Cacat Tubuh

Peraturan Pemerintah No. 36 Tahun 1980 tentang Usaha Kesejahteraan Sosial Bagi Penderita Cacat menyebutkan bahwa penderita cacat adalah seseorang yang menurut ilmu kedokteran dinyatakan memiliki kelainan fisik dan atau mental yang oleh karenanya dapat menjadi rintangan atau hambatan bagi dirinya untuk melakukan kegiatan secara selayaknya. Undang-Undang No.4 Tahun 1997 tentang Penyandang Cacat pada bagian penjelasan menyebutkan bahwa yang dimaksud dengan cacat tubuh adalah kecacatan yang mengakibatkan gangguan pada fungsi tubuh, antara lain gerak tubuh, penglihatan, pendengaran, dan kemampuan berbicara (dalam Raharjo, 1997)

Menurut Hammerman dan Mainowski (1981), keadaan cacat tubuh adalah suatu keadaan dengan adanya keterbatasan kapasitas yang dimiliki individu dalam melakukan aktivitas (Meichati, 1963).

Reaksi Terhadap Cacat Tubuh

Berbagai reaksi terhadap cacat yang disandanginya, dipengaruhi oleh berbagai faktor (Hurlock, 1974), yaitu :

- a. Usia ketika terjadinya cacat tubuh
Jika hal ini terjadi pada awal kehidupan, biasanya penyesuaian yang terjadi akan sangat baik.
- b. Jenis cacat
Reaksi masyarakat cenderung lebih menyenangkan pada cacat tubuh daripada cacat mental.
- c. Berat ringannya kecacatan
Cacat kebutaan dan kelumpuhan lebih sering dibandingkan dengan tuli.
- d. Pengakuan adanya perbedaan
- e. Sikap sosial
Sikap dari masyarakat berakibat pada sikap individu.

- f. Sikap individu
Sikap individu terhadap cacatnya ditentukan oleh sikap sosial.

Penerimaan Diri

Pengertian Penerimaan Diri

Menurut Rubin (dalam Damayanti, 1992), penerimaan diri merupakan sikap yang mencerminkan rasa senang sehubungan dengan kenyataan dirinya. Menurut David W. Johnson (1993), penerimaan diri dipandang sebagai suatu keadaan dimana seseorang memiliki penghargaan yang tinggi pada dirinya sendiri. Dalam hubungannya dengan penyandang cacat tubuh, Wright (dalam Morgan dan Leung, 1980) mengemukakan bahwa penerimaan diri merupakan variabel utama dalam proses rehabilitasi, maka penerimaan diri dianggap sebagai hal yang penting bagi penyandang cacat tubuh dalam melakukan penyesuaian diri.

Kondisi yang Dapat Mempengaruhi Pembentukan Penerimaan Diri

Hurlock (1973) mengemukakan beberapa kondisi yang mengarah pada pembentukan penerimaan diri. Kondisi tersebut adalah :

- a. Bebas dari hambatan lingkungan
- b. Adanya kondisi emosi yang menyenangkan
- c. Identifikasi dengan individu yang penyesuaian dirinya baik
- d. Adanya pemahaman diri
- e. Harapan-harapan realistik
- f. Sikap lingkungan sosial yang menyenangkan
- g. Frekuensi keberhasilan
- h. Perspektif diri

Ciri-ciri Orang yang Mau Menerima Diri

Ciri-ciri orang yang menerima dirinya menurut Sheere (dalam Cronbach, 1963) adalah :

- a. Mempunyai keyakinan akan kemampuannya untuk menghadapi kehidupannya.
- b. Menganggap dirinya berharga sebagai seorang manusia yang sederajat dengan orang lain.
- c. Berani memikul tanggung jawab terhadap perilakunya.
- d. Menerima pujian dan celaan secara objektif.
- e. Tidak menyalahkan dirinya akan keterbatasan yang dimilikinya ataupun mengingkari kelebihanannya.

Menurut Allport, (dalam Hjelle dan Ziegler, 1992), seseorang yang menerima dirinya akan memiliki ciri sebagai berikut :

- a. Memiliki gambaran yang positif tentang dirinya.
- b. Dapat mengatur dan dapat bertoleransi dengan rasa frustrasi atau kemarahannya
- c. Dapat berinteraksi dengan orang lain tanpa memusuhi mereka apabila orang lain memberikan kritikan.

- d. Dapat mengatur keadaan emosi mereka (seperti depresi, kemarahan, rasa bersalah, dan lain lain).
- e. Mengekspresikan keyakinan dan perasaan mereka dengan mempertimbangkan perasaan dan keadaan orang lain.

Menurut Johnson, (1993 : 304), ciri-ciri orang yang menerima dirinya adalah :

- a. Menerima diri sendiri apa adanya.
- b. Tidak menolak diri sendiri, apabila memiliki kelemahan dan kekurangan.
- c. Memiliki keyakinan bahwa untuk mencintai diri sendiri, maka seseorang tidak harus dicintai oleh orang lain dan dihargai oleh orang lain
- d. Untuk merasa berharga, maka seseorang tidak perlu merasa benar-benar sempurna.
- e. Memiliki keyakinan bahwa dia mampu untuk menghasilkan kerja yang berguna.

Faktor-faktor yang Mempengaruhi Penerimaan Diri

Menurut Suhartono (1976), penyandang cacat tubuh sejak lahir pada umumnya lebih mampu menerima dirinya dibandingkan dengan penyandang cacat tubuh pada masa remaja ataupun dewasa.

Menurut Conger (dalam Crider dkk., 1983), menyatakan bahwa cacat tubuh yang berat akan mempengaruhi penilaian diri remaja sebegitu rupa. Menurut Freud (dalam Monks & Knoers, 1999), cacat tubuh yang berat akan mempengaruhi nilai diri remaja dan seringkali akan menimbulkan suatu permasalahan-permasalahan dalam kepribadian.

Menurut Siswojo (dalam Damayanti, 1992), pendidikan yang dialami oleh juga memiliki pengaruh yang positif dalam penerimaan diri sehingga mempermudah penyesuaian diri. Tetapi ada kalanya justru tingginya pendidikan akan menghambat penerimaan diri penyandang cacat tubuh.

Remaja

Definisi Remaja

Menurut Monks dan Knoers (1999), usia remaja ada diantara anak dan orang dewasa. Kemudian Monks dan Knoers membagi masa remaja menjadi 3 tahap, yaitu masa remaja awal (12 – 15 tahun), masa remaja pertengahan (15 – 18 tahun), dan masa remaja akhir (18 – 21 tahun).

Menurut Atkinson, dkk (1987), masa remaja dimaksudkan sebagai periode transisi antara masa anak-anak dan masa dewasa. Batasan usianya tidak ditentukan dengan jelas, tetapi kira-kira berawal dari usia 12 sampai akhir usia 21 tahun, saat pertumbuhan fisik hampir lengkap.

Perubahan Fisik Selama Masa Remaja

Pertumbuhan fisik pada masa remaja ini menjadi permasalahan yang penting bagi remaja. Permasalahan yang dihadapi oleh remaja berhubungan dengan fisiknya yaitu apabila terjadi penyimpangan-penyimpangan pada fisiknya. Menurut Hill dan Monks (1977), remaja sendiri merupakan salah satu penilai yang penting terhadap tubuhnya sendiri. Bila ada penyimpangan-penyimpangan, maka timbul masalah-masalah yang berhubungan dengan penilaian diri dan sikap sosialnya (Monks dan Knoers, 1999).

Cacat tubuh sangat merisaukan terutama pada masa remaja, justru karena penampilan fisik pada masa ini dianggap sangat penting. Cacat tubuh akan mempengaruhi penilaian diri remaja sebegitu rupa, sehingga akan menghambat perkembangan kepribadian yang sehat (Monks dan Knoers, 1999).

1. *Neuro-Linguistic Programming*

4.1 Tokoh-tokoh yang mempengaruhi kerja *NLP*

a. Fritz Perls

Fritz Perls, seorang tokoh terapis *Gestalt* dari Jerman. Sasaran utama dalam terapi *Gestalt* adalah memperkuat kesadaran (*awareness*) yang akan meningkatkan arti kehidupan secara penuh, disini dan sekarang (*here and now*). Tujuan utama dalam terapi *Gestalt* adalah meningkatkan kemampuan pada pasien agar dapat membiasakan diri dalam melakukan kesadaran yang diperlukan (Gunarsa, 1996 : 184).

b. Virginia Satir

Satir mengembangkan pendekatan dalam terapi keluarga yang diberi nama "*conjoint family therapy*" (Harris, 2003 : 38). Prinsip yang digunakan oleh Virginia Satir dalam terapinya, adalah dengan memperhatikan secara seksama bagaimana klien tersebut mulai berpikir untuk berbicara, dan menjadikan hal ini sebagai informasi yang berharga dalam terapi yang dilakukan Satir.

c. Gregory Bateson

Pendapat Bateson yang menjadi akar dalam perkembangan *NLP* adalah bahwa setiap orang berpikir dan berperilaku secara sistematis, dengan mengikut sertakan proses kesadaran dan ketidak sadaran dalam pembuatan keputusan, dan mengembangkan kesatuan dalam bagian-bagian yang berbeda-beda dalam pikiran yang akan membentuk kesatuan perilaku dan konsep berpikir (Harris, 2003 : 36).

d. Milton Erickson

Konsep yang menjadi dasar dalam perkembangan *NLP* adalah *The Milton Model*, yang merupakan teknik yang menggunakan *indirect language pattern* yang kemudian dikenal dengan model hipnosis Erickson (Harris, 2003 : 41).

4.2 Definisi *Neuro Linguistic Programming (NLP)*

Menurut Bandler dan Grinder (dalam Kamp, 1996 : 24), *NLP* mencakup dua pengertian yaitu proses neurologi dan proses bahasa. Neurologi merupakan suatu proses tentang bagaimana manusia, melalui mekanisme kerja otak, dapat menterjemahkan pengalaman-pengalaman yang diterima kedalam fungsi fisiologi-nya. Proses bahasa merupakan suatu pola kata-kata yang spesifik, dimana perumusan pola tersebut akan digunakan untuk mendeskripsikan tentang sesuatu hal. Setelah kedua proses tersebut terjadi, maka selanjutnya seseorang akan berusaha untuk belajar bereaksi tertentu pada suatu situasi tertentu, dan membangun pola-pola otomatis atau program-program, yang terjadi di sistem neurologi maupun di sistem bahasa kita (ini yang disebut dengan istilah *programming*).

4.3 Konsep-Konsep dalam *NLP*

Menurut Bandler (April 2003, <http://www.pureNLP.com>), munculnya konsep-konsep dan teknik yang dikembangkan NLP didasarkan pada dua keyakinan awal, yaitu :

1. Semua perilaku manusia memiliki struktur, dan struktur tersebut dapat dimodel (ditiru) dan dapat diubah (*re-program*).
2. Suatu cara untuk mengetahui apa yang efektif dan berguna bagi manusia adalah melalui keterampilan perseptual.

Berdasarkan dua keyakinan awal dalam NLP, maka Sulo (Juni 2003, <http://www.NLP.org/reviews/nhr2000a.htm>) mengembangkan pandangan-pandangan dasar (fundamental) dalam NLP :

1. Peta bukanlah suatu wilayah
2. Individu akan berespon dan bertindak berdasarkan “peta-peta” mereka
3. Pemaknaan atau pengartian terhadap suatu konteks bersifat bebas
4. Tubuh dan pikiran saling mempengaruhi satu dengan yang lain
5. Kemampuan pada seseorang difungsikan dengan mengembangkan dan merangkai sistem representasional-nya.
6. Hargai setiap model yang dibuat seseorang tentang dunianya
7. Individu dan perilaku mendeskripsikan suatu fenomena yang berbeda
8. Setiap perilaku memiliki tujuan
9. Setiap manusia tidak bisa untuk tidak berkomunikasi
10. Cara seseorang berkomunikasi akan mempengaruhi persepsi
11. Arti dari komunikasi seseorang terletak pada hasil respon yang dia peroleh
12. *Frame* untuk berkomunikasi penting untuk mengontrol komunikasi tersebut
13. Tidak ada istilah kegagalan, yang ada hanyalah *feedback*
14. Fleksibilitasnya dalam berinteraksi
15. Suatu sikap yang resisten mengindikasikan kekurangan dalam berhubungan dengan orang lain.
16. Setiap orang memiliki sumber-sumber internal-nya untuk mencapai kesuksesan
17. Setiap orang memiliki kemampuan untuk mengalami *one trial learning*
18. Setiap orang akan membuat pilihan yang terbaik dengan menggunakan peta atau model tertentu dari dunianya.
19. Setiap komunikasi haruslah menimbulkan pilihan-pilihan .

Semua teknik dari NLP bersumber dari kombinasi 19 pandangan dasar ini. Teknik-teknik yang diterapkan dalam NLP mencakup 4 teknik, yaitu :

1. *Rapport Building*
Menurut Andreas dan Faulkner (1988 : 397), *rapport* adalah suatu proses alamiah untuk menyesuaikan dan berada dalam kesamaan dengan orang lain.
2. *Anchoring*
Menurut Lankton (dalam Villar, 1997 : 53), *anchor* adalah suatu stimulus yang membangkitkan respon yang konsisten dari individu yang terjadi melalui alat sensori manusia sebagai representasi internal atau eksternal.
3. *Reframing* (pembingkai ulang)

Reframing adalah teknik untuk merubah *frame* atau bingkai dari pemikiran klien pada saat ia menghadapi pengalaman yang tidak menyenangkan, dengan tujuan untuk mengubah pengertian mereka (Bandler dan Grinder, dalam Villar, 1997 : 180).

4. Membentuk perilaku baru

Inti dari teknik ini adalah pada tahap pemisahan diri klien dari perilaku yang tidak diinginkannya (Villar, 1997 : 216).

4.4 Kerangka Kerja *NLP*

Menurut Carol Harris (2003 : 52 – 64), kerangka kerja *NLP* adalah sebagai berikut :

a. *The Experiential Array* (Susunan atau Rangkaian Pengalaman)

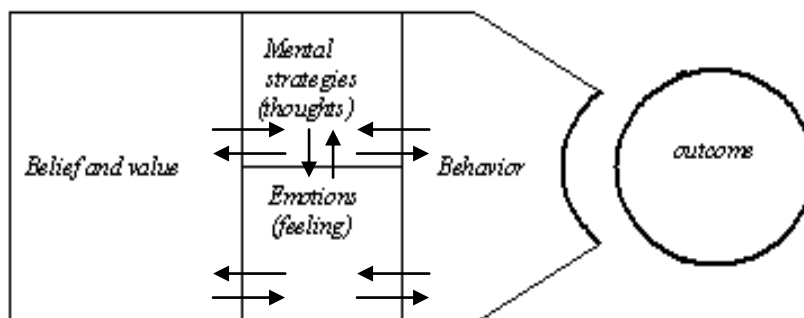
Rangkaian ini memiliki lima elemen yang memiliki kontribusi terhadap *performance*, yaitu :

1. *Outcomes* (Hasil)
2. *Behavior* (Perilaku)
3. *Mental Strategy* (thoughts) – Strategi Mental (Pemikiran)
4. *Emotional State* (feelings) – Keadaan Emosi (Perasaan)
5. *Belief and Value* (Keyakinan dan Nilai)

Kelima elemen ini berhubungan satu dengan yang lain membentuk satu sistem yang menyeluruh, dimana elemen internal (pikiran dan perasaan) akan mempengaruhi perilaku dan perilaku akan mengakibatkan munculnya suatu hasil (*outcomes*).

Gambar 1 dibawah ini menunjukkan hubungan antara elemen-elemen tersebut, dan besarnya ruang dalam diagram tersebut menunjukkan besar pengaruh satu elemen terhadap elemen lain.

Gambar 1. Diagram Hubungan dalam Rangkaian Pengalaman



b. *Neurological Levels* (Level-level Neurologi)

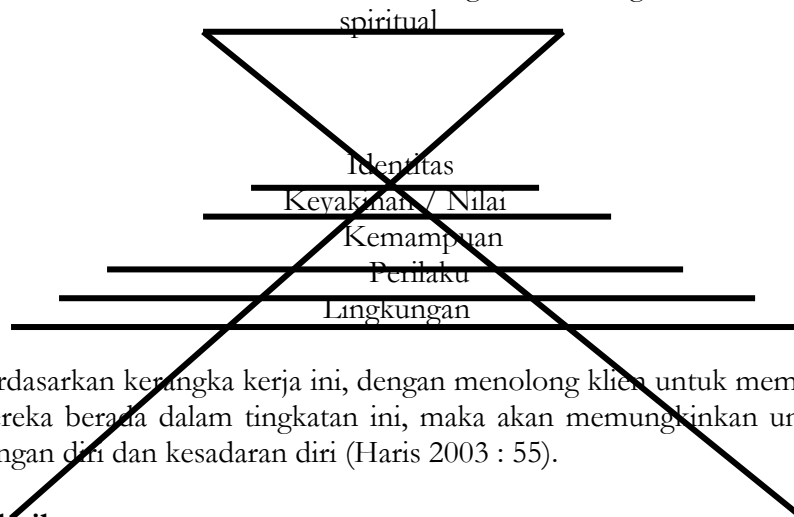
Kerangka kerja ini memiliki 6 level dasar, yaitu :

1. Lingkungan (merupakan tempat dimana segala sesuatu terjadi)
2. Perilaku (apa yang dilakukan oleh seseorang)

3. Kemampuan (Bagaimana seseorang melakukan suatu aksi)
4. Keyakinan (Alasan dari seseorang melakukan sesuatu)
5. Identitas (Apa yang orang pikirkan tentang diri mereka sendiri)
6. Spiritualitas

Tingkatan dalam level ini digambarkan dalam sebuah hirarki, yang diperlihatkan dalam gambar 2 dibawah ini :

Gambar 2. Hirarki Tingkat Neurologi



Berdasarkan kerangka kerja ini, dengan menolong klien untuk memahami dimana respon mereka berada dalam tingkatan ini, maka akan memungkinkan untuk mencapai pengembangan diri dan kesadaran diri (Haris 2003 : 55).

2. Pelatihan

5.1 Definisi Pelatihan

Menurut Rolf P. Lynton dan Udae Pareek dalam bukunya “Seri Manajemen No. 101 : Pelatihan dan Pengembangan Tenaga Kerja”, maka konsep dari pelatihan adalah (dalam modul CELL, 2001) :

1. Pelatihan membantu peserta pelatihan untuk mengambil jalur tindakan tertentu sesuai dengan teknologi yang dikembangkan dalam pelatihan tersebut.
2. Pelatihan membantu peserta dalam memperbaiki prestasi dalam kegiatannya.
3. Pelatihan terutama mengenai pengertian dan ketrampilan.

A. Hipotesis

Berdasarkan, maka dapat diajukan hipotesis kerja sebagai berikut :

“Ada pengaruh antara pemberian *Neuro-Linguistik Programming (NLP)* terhadap peningkatan penerimaan diri pada remaja penyandang cacat tubuh”

B. Metode Penelitian

1. Tipe Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian eksperimen. Penelitian ini tergolong *True Experimental research*. Pola penelitian yang digunakan adalah *Randomized Control Group Posttest Only Design*. Penelitian ini bertolak pada *Group Matching*.

2. Identifikasi Variabel

a. Variabel bebas atau Variabel X

Variabel bebas dari penelitian ini adalah pelatihan *Neuro Linguistic Programming (NLP)*.

b. Variabel terikat atau Variabel Y

Variabel terikat dalam penelitian ini adalah tingkat penerimaan diri.

c. Variabel kontrol

Variabel kontrol dalam penelitian ini meliputi :

- a. Penyandang cacat tubuh berusia 16-21 tahun
- b. Lingkungan homegen (dalam pusat rehabilitasi)
- c. Lama cacat yang disandang bukan sejak lahir
- d. Jenis cacat adalah tuna daksa
- e. Berpendidikan formal minimal SLTP baik sudah tamat maupun belum tamat

3. Definisi Operasional

a. Variabel Tergantung

Variabel tergantung dalam penelitian ini adalah tingkat penerimaan diri, yaitu suatu sikap yang ditunjukkan dengan :

1. Yakin dalam menghadapi kehidupannya.
2. Menganggap dirinya.
3. Bertanggung jawab terhadap perilakunya.
4. Tidak menyalahkan dirinya akan keterbatasan yang dimilikinya.
5. Memiliki gambaran yang positif tentang dirinya.
6. Dapat mengatur dan dapat bertoleransi dengan rasa frustrasi
7. Dapat berinteraksi dengan orang lain.
8. Mempertimbangkan perasaan dan keadaan orang lain.
9. Memiliki keyakinan bahwa seseorang tidak harus dicintai oleh orang lain dan dihargai oleh orang lain.
10. Seseorang tidak perlu merasa benar-benar sempurna.
11. Memiliki keyakinan bahwa dia mampu untuk menghasilkan kerja yang berguna.
12. Memiliki keinginan untuk memperbaiki kekurangannya.

Untuk mengukur tingkat penerimaan diri, digunakan Skala Penerimaan Diri yang disusun oleh peneliti.

b. Variabel Bebas

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah pelatihan *NLP*. Metode yang diterapkan ini mengadaptasi dari metode *NLP* yang dipakai Villar dalam bukunya *Hope Trough the NLP Magic*. Teknik-teknik yang akan digunakan dalam pelatihan *NLP* ini, adalah *Rapport*, *Anchoring*, *Reframing*, dan Membentuk Perilaku Baru.

4. Desain Penelitian

Desain penelitian yang digunakan adalah *Randomized Control Group Posttest Only Design*.

Prosedur dari penelitian adalah sebagai berikut :

1. Mendaftar orang-orang yang memenuhi kriteria untuk menjadi populasi.
2. Memberikan Skala Penerimaan Diri (*pre-experimental measurement*).
3. Menentukan sampel penelitian, dengan mengambil subyek yang memiliki skor diri kurang, dan kurang sekali.
4. Melaksanakan *group matching*.
5. Melakukan *random by group*.
6. Memberikan *breafing*.
7. Memberikan *form* kesediaan kepada subjek penelitian.
8. Memberikan lembar *self-monitoring* 1.
9. Memberikan perlakuan pada kelompok eksperimen berupa pelatihan NLP, sedangkan pada kelompok kontrol dibiarkan dalam kondisi biasa.
10. Memberikan lembar *self-monitoring* 2 dan 3.
11. Mengumpulkan lembar *self-monitoring* 1, 2 dan 3.
12. Memberikan *posttest* dengan menggunakan Skala Penerimaan Diri.
13. Melakukan *interview* terhadap kelompok eksperimen.
14. Menganalisa data.
15. Membuat kesimpulan dari data yang diolah.

5. Populasi

Populasi pada penelitian ini adalah remaja penyandang cacat tubuh PSBD “Suryatama” Bangil, Pasuruan, dengan karakteristik sebagai berikut :

1. Berusia 16 sampai dengan 21 tahun, pria dan wanita
2. Keadaan cacat diperoleh bukan sejak lahir atau bawaan.
3. Jenis cacat adalah tuna daksa.
4. Berpendidikan formal minimal SLTP

6. Sampel

Teknik sampling yang digunakan adalah *Purposive Sampling*. Sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah remaja penyandang cacat tubuh yang memiliki skor penerimaan diri rendah, dan rendah sekali.

7. Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan dengan Skala Penerimaan Diri. Bentuk aitem ada dua macam, yaitu *favorabel* dan *unfavorabel*. Setiap aitem disediakan 5 pilihan jawaban, yaitu sangat setuju, setuju, netral, tidak setuju, sangat tidak setuju. Pilihan jawaban ini menggunakan skala Likert. Skala penerimaan diri dibuat menjadi 5 kategori penilaian dengan menggunakan *standard five (stanfive)*.

Alat pengumpul data lain berupa lembar *Self-Monitoring* yang terdiri dari tiga lembar. Kemudian setelah pelaksanaan pelatihan selesai, maka dilakukan *interview* terhadap kelompok eksperimen

8. Uji validitas dan uji reliabilitas alat ukur

a. Validitas alat ukur

Diperoleh korelasi aitem total bergerak dari 0,3050 sampai 0,8741.

b. Reliabilitas alat ukur

Diperoleh nilai koefisien sebesar 0,9841.

9. Teknik Analisis Data

Data yang diperoleh dalam penelitian ini diolah dengan metode analisa secara kuantitatif dan analisa secara kualitatif sebagai pendukung. Analisa kelompok secara kuantitatif menggunakan teknik uji U Mann-Whitney. Analisa secara kualitatif dilakukan dengan cara menganalisa pola sebaran (penjodohan) hasil *interview* (*pattern matching*).

C. Hasil Penelitian

1. Persiapan Penelitian

a. Pelaksanaan Survey Awal

Pelaksanaan survey awal dilakukan dua kali. Observasi awal dilakukan pada bulan Mei 2003 dan dilanjutkan pada bulan Juli 2003.

b. Studi Pustaka

Untuk menjawab pertanyaan pada penelitian ini, maka disusun landasan teori berdasarkan studi pustaka.

c. Menentukan Alat Ukur

1. Skala Sikap Penerimaan Diri

Penyusunan Skala Penerimaan Diri ini disusun berdasarkan ciri-ciri orang yang menerima diri dari penggabungan teori yang dikemukakan oleh Sheere (dalam Cronbach, 1963 : 84), Prawisatari (1986 : 11), Rubin (1974 : 24), Sartain, dkk, (1973 :), Allport, (dalam Hjelle dan Ziegler, 1992 : 255), dan David W. Johnson, (Johnson, 1999 : 304).

2. Lembar *Self-Monitoring*

Lembar *self-monitoring* terdiri dari tiga lembar. Format lembar *self-monitoring* ini nantinya akan digunakan untuk *interview* terhadap kelompok eksperimen

d. Penyusunan Modul *NLP*

Terdapat 4 tehnik yang akan diterapkan dalam penelitian ini, yaitu : *Rapport*, *Anchoring*, *Reframing*, dan Membentuk Perilaku Baru.

e. Pelaksanaan Penelitian

1. Penentuan Sampel

1.1 Pemberian Skala Sikap Penerimaan Diri

Pemberian skala sikap penerimaan diri ini merupakan *preexperimental measurement*.

1.2 Menentukan Subyek Penelitian

Subyek yang akan diikutsertakan dalam penelitian adalah subyek yang memiliki skor penerimaan diri yang rendah dan sangat rendah. Kategori penerimaan diri ditentukan berdasarkan *standard five* (*stanfive*).

Setelah ditentukan 12 orang sebagai subyek penelitian, maka dilakukan *matching* antara dua kelompok, A dan B, selanjutnya dilakukan *random by group* dengan mengundi kedua kelompok, untuk menentukan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

1.3 Pelaksanaan Eksperimen

Eksperimen dilakukan dari tanggal 14 Juli dan 15 Juli 2003 pada kelompok eksperimen, sedangkan kelompok kontrol tetap pada kondisi biasa.

f. Validitas Eksperimen

1. Validitas Internal

a) History

Dalam penelitian ini subyek penelitian memperoleh bimbingan psikologis untuk pengembangan diri yang diadakan rutin yang dikhawatirkan dapat mempengaruhi hasil eksperimen.

b) Maturity

Dalam penelitian ini efek *maturity* dihindari.

c) Testing

Dalam eksperimen ini, jarak pengisian antara *preexperimental measurement* dengan *posttest* cukup lama sehingga menghindari proses pembelajaran subyek.

d) Instrumentasi

Penggunaan modul ini yang tidak diujicobakan terlebih dahulu kepada subyek yang memiliki karakteristik yang homogen dengan subyek penelitian akan mempengaruhi hasil penelitian.

e) Statistical Regression

Ancaman ini bisa dihindari dengan *Group Matching*.

g) Experimental Mortality

Ancaman ini bisa dihindari karena subjek penelitian yang sedikit.

h) Selection – Maturation Interaction (Interaksi Seleksi dan Kematangan)

Untuk menghindari ancaman dari faktor ini, dilakukan kontrol.

2. Validitas Eksternal

a) Interaksi antara X dengan pengukuran

Dalam eksperimen ini, diberikan *breafing* pada subyek penelitian.

b) Interaksi antara X dengan seleksi

Dalam eksperimen ini, karakteristik populasi yang dipilih menyebabkan perlakuan efektif hanya pada responden yang terpilih.

c) Pengaruh reaktif prosedur eksperimen

Dalam eksperimen ini, kemungkinan diperolehnya hasil yang tidak signifikan mungkin saja tercapai pada *setting* non eksperimen.

d) Interferensi Multiple-Treatment

Pada eksperimen ini, efek interferensi *multiple-treatment* tidak terjadi.

g. Analisis Data

1. Hasil Analisa Kuantitatif

Analisa secara kuantitatif didasarkan pada data skor Skala Penerimaan Diri yang diolah dengan menggunakan uji U Mann-Whitney. Uji U menunjukkan hasil $U=0,0000$ dan $p=0,004$. Dari sini dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pemberian *NLP* pada tingkat penerimaan diri kelompok eksperimen. Hasil *mean rank* menunjukkan nilai *mean rank* pada kelompok eksperimen adalah 9,50 dan kelompok kontrol adalah 3,50. Dapat disimpulkan bahwa tingkat penerimaan diri pada kelompok eksperimen mengalami peningkatan yang lebih besar dibandingkan dengan tingkat penerimaan diri pada kelompok kontrol.

Analisis data yang dilakukan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa hipotesis diterima.

2. Hasil Analisa Kualitatif

Hasil analisa secara kualitatif diperoleh dari interview terhadap subyek penelitian (kelompok eksperimen). Dari keenam hasil interview tersebut, jawaban dipolakan dengan tujuan untuk dapat diambil kesimpulan secara menyeluruh mengenai pertanyaan-pertanyaan yang diberikan (menggunakan *pattern matching*).

h. Diskusi dan Pembahasan

1. Hasil Penelitian

Berdasarkan perhitungan statistik yang telah dilakukan, diperoleh nilai U dan nilai p sebagai berikut :

1. Nilai $U = 0,000$ dengan nilai $p = 0,004$ menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan. Hal ini membuktikan adanya pengaruh pemberian pelatihan *NLP* terhadap tingkat penerimaan diri pada remaja penyandang cacat tubuh.
2. Pada hasil uji U yang memperlihatkan perbedaan *mean rank* penerimaan diri kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, diperoleh nilai *mean rank* kelompok eksperimen lebih tinggi daripada kelompok kontrol.

2. Alat Eksperimen

Alat eksperimen yang digunakan disini berupa modul pelatihan *NLP* yang pembuatannya didasarkan pada modul yang dibuat oleh Villar. Kelemahan dari penggunaan modul ini adalah dengan tidak diujicobakan terlebih dahulu kepada subyek yang memiliki karakteristik yang homogen dengan subyek penelitian.

3. Alat Ukur

Skala Sikap Penerimaan Diri yang terdiri dari 130 butir soal. Setelah dilakukan uji validitas item-nya, maka diperoleh 23 item yang gugur. Sementara nilai reliabilitas Skala Penerimaan Diri adalah 0,9841 dengan tehnik *Alpha*.

H. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang pengaruh pemberian pelatihan *NLP* terhadap peningkatan penerimaan diri pada remaja penyandang cacat tubuh, dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Adanya pengaruh pemberian pelatihan *NLP* terhadap tingkat penerimaan diri pada remaja penyandang cacat tubuh.

2. Adanya pengaruh pemberian pelatihan *NLP* terhadap peningkatan penerimaan diri pada remaja penyandang cacat tubuh.
3. Berdasarkan analisa data secara kualitatif disimpulkan bahwa masing-masing individu merasakan manfaat dari pelatihan *NLP* terhadap diri mereka.
4. Kelemahan-kelemahan yang dirasakan oleh peneliti adalah keterbatasan waktu untuk penelitian. Selain itu, peneliti tidak melakukan evaluasi keadaan subyek penelitian pasca penelitian. Kelemahan lain adalah *trainer* dan asisten *trainer* yang tidak terstandarisasi dalam pelatihan *NLP*.

I. Saran

1. Untuk pelaksanaannya, sebaiknya materi pelatihan perlu untuk diuji cobakan kepada subyek yang setara.
2. Untuk pelaksanannya, sebaiknya menggunakan orang-orang yang memiliki standarisasi pelatihan *NLP*.
3. Kuantitas dan kualitas pemberian *treatment* dapat ditingkatkan.
4. *Treatment* sebaiknya tidak hanya diberikan kepada kelompok eksperimen, tetapi juga diberikan kepada kelompok kontrol setelah penelitian selesai.
5. Perlu dilakukan kontrol yang lebih ketat
6. Perlu dilakukan evaluasi dan *follow-up pasca* penelitian.
7. Subyek penelitian yang telah mengikuti pelatihan *NLP* ini diharapkan untuk selalu menerapkan perilaku baru yang telah dimilikinya tersebut.
8. Bagi orang tua dan pendidik, sebaiknya memberikan dukungan dan kesempatan bagi remaja penyandang cacat tubuh.
9. Bagi tenaga pendidik, sebaiknya menerapkan tehnik-tehnik yang berbeda-beda dalam mengembangkan potensi dan pribadi yang matang dari remaja penyandang cacat tubuh.
10. Untuk masyarakat hendaknya memberikan kesempatan yang sama dan adil bagi para penyandang cacat tubuh, Dengan demikian, para penyandang cacat tubuh tersebut memiliki rasa percaya diri dalam menjalani kehidupannya dan juga dalam berinteraksi dengan orang lain.

DAFTAR PUSTAKA

Andreas, S, & Faulkner, C, (1998), *NLP : Tehknologi Baru Meraih Sukses*, Jakarta, Pustaka Delapratasa

- Atkinson, Rita L., Richard C Atkinson, Edward E Smith, and Daryl J Bern, (1987), *Pengantar Psikologi* (terjemahan), Edisi kesebelas. Jilid 1, Batam, Interaksara
- Azwar, S, (2000), *Reliabilitas dan Validitas*, Edisi ketiga, Yogyakarta, Pustaka Pelajar Offset
- , (2000), *Tes Prestasi : Fungsi dan Pengembangan Pengukuran Prestasi Belajar*, Edisi kedua, Yogyakarta, Pustaka Pelajar Offset
- Bandler, R, & Grinder, R., (1979), *Frog Into Princess*, Utah, Real People Press
- Bandler, Richard. *Neuro-Linguistic Programming*, (Online), (<http://www.purenlp.com>, diakses 12 April 2003)
- Budiarti, W, (2002), *Beban Pengasuh (Caregiver Burden) dari Penderita Kanker Stadium Terminal di Poliklinik Paliatif RSUD Dr. Soetomo* (Studi Kasus), Skripsi Sarjana, Surabaya, Fakultas Psikologi Universitas Airlangga
- Calhoun, J.F, dan Acocella, J.R, (1990), *Psikologi tentang Penyesuaian dan Hubungan Kemanusiaan* (terjemahan), Semarang, IKIP Semarang Press
- Center for Education and Leadership Laboratory (CELL – Indonesia), (2001), *Training for Trainers* (modul)
- Chaplin, J.P, (1999), *Kamus Lengkap Psikologi*, Jakarta, PT Raja Grafindo Persada
- Christensen, Lary B., (1988), *Experimental Methodology*, Fourth Edition, USA, Allyn and Bacon
- Cole, L, (1959), *Psychology of Adolescence*, New York, Dell Publishing Co., Inc.
- Corey, Gerald, (1999), *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi* (terjemahan), Bandung, PT Refika Aditama
- Crider, Andrew B., RG, George., Kavanaugh, Robert D., and Solomon, Paul R, (1983), *Psychology*, USA, Scott, Foresman and Company
- Cronbach, L.J, (1963), *Educational Psychology*, New York, Haecourt, Brace and World, Inc.
- Cruikshank, William M, (1971), *Psychology of Exceptional Children and Youth*, Third Edition, USA, Prentice – Hall, Inc.

- Damayanti, Ester Tanti, (1992), *Efektivitas Pelatihan Asertif Terhadap Peningkatan Penerimaan Diri pada Penyandang Cacat Tubuh*, Skripsi Sarjana, Yogyakarta, Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada
- Davis, Gerald L., Jr. 1984. *Neuro-Linguistic Programming as an Interviewing Technique With Prelingually Deaf Adults*, (Online), (<http://www.nlpco.com/research/research.html>, diakses 12 April 2003)
- Dilts, Robert. *What is NLP*, (Online), (<http://www.nlp.org/reviews/nhr2000a.htm>, diakses 12 April 2003)
- Gunarsa, Singgih D., (1996), *Konseling dan Psikoterapi*, Jakarta, PT BPK Gunung Agung Mulia
- Hadi, Sutrisno, (1996), *Statistik*, Jilid 2, Cetakan XVI, Yogyakarta, Andi Offset
- , (2000), *Metodologi Research*, Jilid 4, Yogyakarta, Penerbit Andi
- Harris, Carol, (2003), *NLP Made Easy*, London, Element
- Hammerman, S., & Maikowski, S., (1981), *The Economics of Disability: International Perspective*, New York, Rehabilitation International
- Hjelle, L.A., dan Ziegler, D.J, (1992), *Personality Theories Basic Assumptions, Research, and Applications*, Singapore, Mc Graw Hill International Book Company
- Hurlock, Elizabeth B., (1973), *Adolescent Development*, New Delhi, Mc Graw Hill Inc.
- , (edisi 5), *Psikologi Perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*, Jakarta, Penerbit Erlangga (terjemahan)
- Isaac, S. & Michael, W.B, (1985), *Handbook in Research and Evaluation*, California, Edits
- Jacobson, Sid. *History of NLP*, (Online), (<http://www.grohol.com/storm1.htm>, diakses Juni 2003)
- Johnson, David W., (1993), *Reaching Out : Interpersonal Effectiveness and Self – Actualization*, fifth edition, USA, Allyn and Bacon
- Kamp, Di, (1996), *The Excellent Trainer: Putting NLP to Work*, USA, Gower

- Kerlinger, F.N., (1990), *Asas-Asas Penelitian Behavioral*, dalam Landung R Simatupang (penerjemah), HJ Koesoemanto (editor), Yogyakarta, Gajah Mada University Press
- Lewis, V, (1987), *Development and Handicap*, USA, Basil Blackwell Ltd.
- Latipun, (2002), Psikologi Eksperimen, Malang, UMM Press
- Maramis, W.F, (1994), *Catatan Ilmu Kedokteran Jiwa*, Surabaya, Airlangga University Press
- MacGregor, Sandy, (2001), *Piece of Mind: Mengaktifkan kekuatan Pikiran Bawah Sadar untuk Mencapai Tujuan*, Yudi I Sujana (alih bahasa), Monika Sujono (ilustrator), Jakarta, PT Gramedia Pustaka Utama
- Mc. Bridge, E.D., (1953), *Disability Evaluation Principles of Compensable Injuries*, Philadelphia, J.B. Lippincott Company
- Meichati, S., (1963), *Kesehatan Mental*, Yogyakarta, Yayasan Penerbitan Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada
- , (1988), *Kesehatan Mental : Dasar-Dasar Praktis bagi Pengetahuan dan Kehidupan Bersama*, Yogyakarta, Yayasan Penerbitan Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada
- Mönks, F.J., dan Knoers, A.M.P, (1999), *Psikologi Perkembangan : Pengantar dalam Berbagai Bagian*nya (terjemahan oleh Siti Rahayu Haditono), Yogyakarta, Gadjah Mada University Press
- Morgan, B., dan Leung, P, (1980), *Brief Report : Effect of Assertion Training on Acceptance of Disability by Physically Disabled University Students*, Journal of Counseling and Clinical Psychology
- Nazir, Moh, (1999), *Metode Penelitian*, Cetakan keempat, Jakarta, Ghalia Indonesia
- Prawitasari, J.E, (1986), *Kesehatan Mental dan Penerapannya dalam Kehidupan Sehari-hari*, Simposium Psikologi Keluarga dan Permasalahannya, Yogyakarta, Biro Pelayanan Jasa Psikologi Validita
- Raharjo, S.P, (1998), *Hubungan Antara Konsep Diri dengan Kebutuhan Berprestasi (Need for Achievement) pada Para Penyandang Cacat Fisik di Pusat Rehabilitasi Panti Sosial Bina Daksa "Suryatama" Bangil, Pasuruan*, Skripsi Sarjana, Surabaya, Fakultas Psikologi Universitas Airlangga

- Robins, Stever. *A Definition of NLP*, (Online).
(<http://members.aol.com/trajom/private/trajcom.htm>, diakses 12 April 2003)
- Robins, Stever. *NLP Perspectives*, (Online),
(<http://www.carleton.ca/rthilbode/culture.html>, 5 Mei 2003).
- Rubin, T.I, (1974), *Please Make Me Happy: The Commonsense Book of Mental Health*, new York, Priam Book Arbor House
- Sartain, North, Strang dan Chapman, (1973), *Psychology : Understanding Human Behavior*, Singapore, Mc. Graw Hill, Inc
- Sarwono, Sarlito Wirawan, (2002), *Psikologi remaja*, edisi revisi, Jakarta, PT Grafindo Persada
- Singarimbun, M. & Effendi, S., (1989), *Metode Penelitian Survey*, Jakarta, LP3ES
- Suhartono, (1976), *Studi Mengenai Perbedaan Kestabilan Emosi pada Masing-Masing Tingkat Beratnya Cacat Jasmani di RC Surakarta*, Intisari Skripsi, Yogyakarta, Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada
- Sulo. *Doktor Sulo's Crash Course in NLP*, (Online),
(<http://www.NLP.org/reviews/nhr2000a.htm>, diakses Juni 2003).
- Villar, Imelda V.G., (1997), *Hope Through the NLP Magic*, Philippines, Peimon Press
- Yin, R.K., (2002), *Studi Kasus : Desain dan Metode* (terjemahan), edisi revisi, Jakarta, PT Raja Grafindo Persada
- Zainuddin, Muhamad, (2000), *Metodologi Penelitian*, Surabaya (untuk kalangan sendiri)