

BAB 2

Apa itu NLP?

Sejarah NLP dan Penggunaannya dalam Kehidupan Sehari-hari

Neuro-Linguistic Programming (NLP) diciptakan pada 1970-an oleh Richard Bandler dan John Grinder karena rasa penasaran akan bermacam-macam orang di dunia ini: Ada yang super sukses, sukses, sedang-sedang saja, gagal terus. Ada juga yang kaya raya, sangat miskin, percaya diri, minder. Apa dasar dari semua ini?

Apakah kita bisa memasak semahir koki dengan pengalaman lebih dari 25 tahun dalam kurun waktu 1 tahun? Bisa! Syaratnya, apa pun yang dilakukan oleh koki yang mahir, harus diikuti oleh si pemula. Alat masak yang sama (merek dan tipenya), bumbu yang sama dengan jumlah yang sama persis, besaran api yang sama, sampai dengan susunan ditaruhnya bumbu-bumbu tersebut. Langkah pertama sampai dengan akhir harus diikuti dengan sempurna, tanpa salah.

Langkah pertama : menaruh penggorengan di atas kompor

Langkah kedua : menyalakan kompor dengan besaran api 100%

- Langkah ketiga : menaruh minyak sebanyak 3 sendok makan
- Langkah keempat : tunggu 5 menit sampai minyak cukup panas
- Langkah kelima : masukkan bawang putih yang sudah dipotong-potong dengan irisan yang sama
- Langkah keenam : ongseng bawang putih dengan sendok penggorengan ke arah kanan sebanyak 8 kali
- Langkah ketujuh : taruh dua butir telur ke dalam penggorengan yang sudah terisi dengan minyak dan bawang putih tersebut. dan seterusnya.

Pemula harus mengikuti semua gerakan dengan benar, urutan-urutan apa saja yang ditaruh di atas penggorengan. Dengan begitu, kecenderungan hasil yang didapat akan hampir menyerupai, walau tidak sama 100 persen.

Apabila pemula tidak mengikuti urutan langkah-langkah yang dilakukan oleh koki mahir: alat masak berbeda, bumbu berbeda, susunan dan penempatan bumbu berantakan, maka niscaya hasil yang didapat akan berbeda total.

Kemudian dianalisa satu persatu, mulai dari bahan, alat, cara, susunan, bahkan kostum yang dipakai, serta dinilai faktor mana yang paling memengaruhi hasil ma-

sakan tersebut. Dari situ, dipilah mana faktor yang bila dikurangi memengaruhi perbedaan, dan mana yang tidak memberikan pengaruh sama sekali. Dalam sebuah perusahaan, hal itu dituangkan ke dalam Sistem Operating Procedure (SOP). Dalam dunia NLP, itulah yang disebut *modelling*.

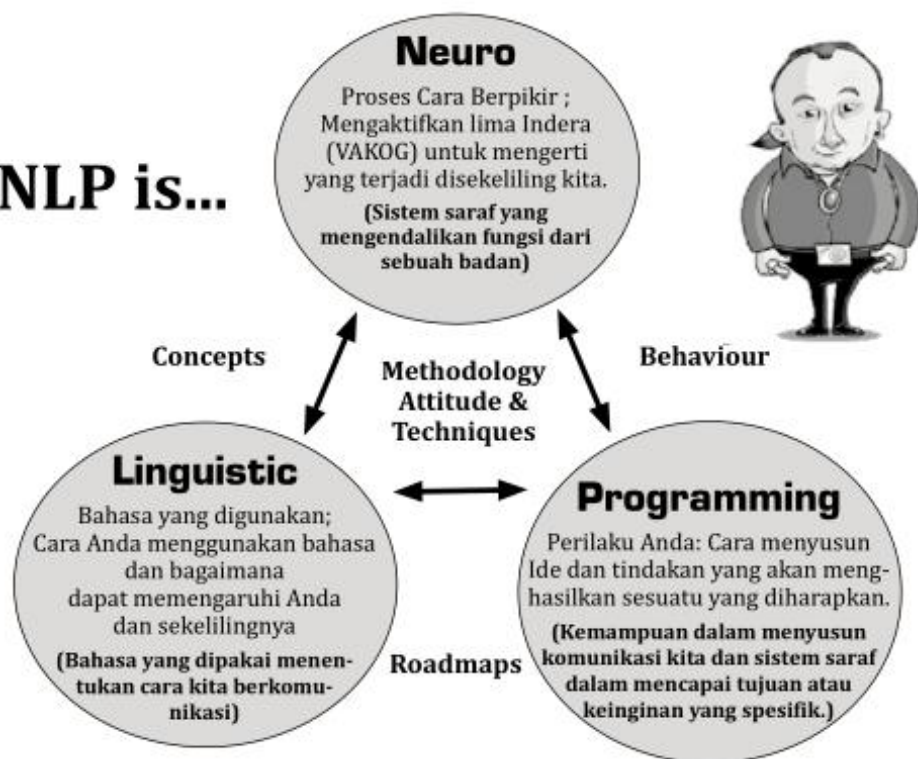
Modelling menjadi dasar pengembangan NLP. Bandler juga belajar memodel beberapa orang seperti Milton Erickson, Virginia Satir, dan Fritz Perls. Dan ilmu ketiga orang itulah yang akhirnya dipakai oleh Bandler dan Grinder dalam merumuskan temuan mereka. Setelah sepakat mereka setuju menamakan temuan mereka ini dengan nama Neuro-Lingustic Programming (NLP). **Neuro** (sistem saraf yang mengendalikan fungsi sebuah badan) dalam konteks ini adalah proses cara berpikir dengan mengaktifkan panca indera (VAKOG) untuk memahami apa yang terjadi di sekeliling kita.

Linguistic adalah bahasa yang digunakan baik secara verbal maupun non verbal untuk memengaruhi Anda dan sekelilingnya. (Bahasa yang digunakan akan menentukan hasil yang akan didapat).

Programming dalam hal ini adalah perilaku Anda. Cara menyusun ide dan tindakan yang akan menghasilkan sesuatu yang diharapkan. (Kemampuan dalam menyusun komunikasi kita dan sistem saraf dalam mencapai tujuan atau keinginan yang spesifik).

Jadi NLP adalah kemampuan kita dalam menyusun bahasa verbal maupun non verbal untuk memengaruhi Anda dan sekitar dengan mengaktifkan panca indera yang mengendalikan fungsi sebuah badan.

NLP is...



Bila seorang manusia saya ibaratkan sebagai sebuah komputer, apa persamaannya? Dan apa yang tetap membuatnya berbeda?

Badan		Pikiran (Software)	
Komputer	Manusia	Komputer	Manusia
Monitor	Mata	Operating System	VAKOG
PC	Tubuh	Office	Komunikasi
Keyboard	Tangan	Internet Explorer	Leadership
Mouse	Kaki	Accurate	Finance
Motherboard	Sisitem Saraf	Winamp	Menyanyi
Soundcard	Pita Suara	Outlook	Prioritas
Memory	Otak Kecil		
Harddisk	Otak Besar		

Sekilas, perbandingan ini hampir serupa. Yang membuat manusia berbeda dengan komputer adalah manusia punya 4 faktor: badan, pikiran, hati dan jiwa. Sedangkan komputer hanya punya badan dan “pikiran” saja. Mungkin suatu hari akan diciptakan komputer yang mempunyai hati dan jiwa?

Dari perbandingan ini, pertanyaan saya adalah sudah optimalkah Anda mengenal bagian-bagian yang ada di tubuh Anda? Apakah bagian-bagian itu merupakan faktor penting untuk satu hal dan berbagai hal lainnya? Bagaimana mengoptimalkan badan kita? Apa saja keahlian, nilai-nilai, keyakinan yang harus ditanamkan dalam rangka mengoptimalkannya? Apakah *software* yang sudah tertanam di dalam otak kita bermanfaat? Atau malah sebaliknya? Lalu bagaimana mensinkronisasi antara badan, pikiran, hati, dan jiwa?

Beberapa pertanyaan dasar sebagai *NLP Practitioner*:

1. Apa yang sebenarnya kita cari di dalam hidup ini ?
2. Mengapa kita mengerjakan apa yang sedang kita kerjakan?
3. Siapa sebenarnya diri kita?

Beberapa orang sangat dikenal dalam menerapkan dan mengajarkan NLP seperti Anthony Robins, Tad James, Robert Dilts, Terrence McClendon. Sedangkan di Indonesia, RH. Wiwoho sudah mendedikasikan dirinya lebih dari 20 tahun untuk mengajarkan NLP. Saya rasa dia mempunyai pengaruh yang cukup besar terhadap perkembangan NLP di Indonesia.

