

Memahami mekanisme berpikir melalui neuro-linguistic programming untuk memperkuat deep learning di sekolah dasar

Arie Rakhmat Riyadi^{*1}, Aya Shofia Maulida², Lea Christina Br Ginting³, Udin Syaefudin Sa'ud⁴, Kania Dwidianti⁵, Muhammad Rizky Al Gifari⁶, Nawaina Pitria Sholihat⁷, Diki Riyadi⁸, Nazfa Laila Ridhlah⁹

^{1,2,3,4,5,6,7,8,9}Universitas Pendidikan Indonesia, Indonesia.

e-mail: arie.riyadi@upi.edu

*Corresponding Author.

Abstract: This article addresses the importance of teachers' understanding of students' thinking mechanisms as the basis for implementing deep learning in elementary schools. In Garut Regency, Indonesia, many teachers still rely on conventional teaching methods, leading to passive learning and low student engagement. To respond to this challenge, a community service program (PkM) was designed to enhance teachers' competence through the application of Neuro-Linguistic Programming (NLP). The program employed a hybrid model, including online conceptual sessions on NLP and deep learning as well as offline workshops, collaborative practices, and classroom simulations. Participants consisted of elementary school teachers from various districts in Garut, selected based on their commitment to implementation. Data were collected through pre-test and post-test instruments and perception surveys. The results indicated a significant improvement in teachers' ability to identify students' learning modalities, apply NLP techniques and design mindful, meaningful, and joyful learning experiences. Teachers also reported positive perceptions of NLP as a tool to foster inclusivity, motivation, and social-emotional development in classrooms. In conclusion, the program effectively strengthened teachers' pedagogical competence and demonstrated the potential of NLP as an innovative approach to improve the quality of elementary education in Indonesia.

Keywords: Thinking Mechanisms, NLP, Deep Learning, Perceptual Position, 4Mat System

Abstrak: Artikel ini menyoroti pentingnya pemahaman guru terhadap mekanisme berpikir siswa sebagai dasar penerapan pembelajaran mendalam di sekolah dasar. Di Kabupaten Garut, banyak guru masih bergantung pada metode konvensional, sehingga proses belajar cenderung pasif dan keterlibatan siswa rendah. Untuk menjawab tantangan tersebut, dilakukan program Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) yang dirancang untuk meningkatkan kompetensi guru melalui penerapan Neuro-Linguistic Programming (NLP). Program ini menggunakan model hybrid, meliputi sesi daring tentang konsep NLP dan deep learning serta lokakarya luring berupa praktik kolaboratif dan simulasi kelas. Peserta adalah guru SD dari berbagai kecamatan di Garut yang dipilih berdasarkan komitmen mereka dalam mengimplementasikan hasil pelatihan. Data dikumpulkan melalui instrumen pre-test, post-test, dan survei persepsi. Hasil menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam kemampuan guru mengidentifikasi modalitas belajar siswa, menerapkan teknik NLP dapat digunakan untuk merancang pembelajaran yang mindful, meaningful, dan joyful. Guru juga memberikan persepsi positif bahwa NLP mendukung terciptanya pembelajaran yang inklusif, memotivasi, dan mengembangkan keterampilan sosial-emosional siswa. Dengan demikian, program ini berhasil memperkuat kompetensi pedagogik guru dan menunjukkan potensi NLP sebagai pendekatan inovatif untuk meningkatkan kualitas pendidikan dasar di Indonesia. (abstrak bahasa Indonesia)

Kata kunci: Mekanisme Berpikir, NLP, Pembelajaran Mendalam, Perceptual Position, Sistem 4Mat

Pendahuluan

Pembelajaran mendalam (deep learning) pada jenjang sekolah dasar menjadi sangat penting karena tahap ini merupakan fondasi perkembangan kognitif dan afektif anak. Guru perlu memiliki pemahaman yang baik tentang mekanisme berpikir anak, mulai dari bagaimana mereka menerima informasi, memproses pengalaman, hingga membangun konsep baru. Tanpa pemahaman tersebut, pembelajaran berisiko hanya menekankan hafalan tanpa makna, sehingga anak kesulitan mengaitkan materi dengan kehidupan nyata dan gagal mengembangkan keterampilan berpikir kritis maupun kreativitas. Dengan memahami mekanisme berpikir siswa, guru dapat merancang strategi pembelajaran yang lebih kontekstual, adaptif, dan sesuai dengan perkembangan mental anak, sehingga tercipta situasi belajar yang mindful, meaningful, dan joyful (Fullan et al., 2018; McComas, 2014).

Kabupaten Garut memiliki 1.535 sekolah dasar (SD) yang tersebar di wilayah perkotaan maupun pedesaan. Namun, pemerataan kualitas pendidikan masih menghadapi tantangan besar, terutama dalam hal kompetensi pedagogik guru. Banyak guru masih mengandalkan metode ceramah dan belum optimal menerapkan strategi pembelajaran yang menekankan pada deep learning (Badan Pusat Statistik Kabupaten Garut, 2018; Dinas Pendidikan Kabupaten Garut, 2020). Kondisi ini membuat siswa cenderung pasif, serta berdampak pada rendahnya tingkat literasi, numerasi, dan keberlanjutan pendidikan. Data menunjukkan bahwa sekitar 40% siswa SD di Garut tidak melanjutkan ke jenjang SMP, menandakan rendahnya motivasi belajar serta adanya hambatan dalam sistem pembelajaran yang berjalan (Dinas Pendidikan Kabupaten Garut, 2020).

Kementerian Pendidikan telah menekankan pentingnya deep learning yang berlandaskan tiga pilar utama, yaitu mindful, meaningful, dan joyful learning (Fullan et al., 2018; Guru Inovatif, 2025; Pusat Kurikulum dan Perbukuan Kemendikbudristek, 2023). Prinsip ini menuntut guru untuk memahami perkembangan kognitif anak serta merancang pembelajaran yang sesuai dengan mekanisme berpikir mereka. Sayangnya, sebagian besar guru di Garut belum memiliki pelatihan khusus untuk memahami cara berpikir siswa, sehingga strategi pengajaran yang digunakan kurang mempertimbangkan kebutuhan kognitif dan psikologis anak (McComas, 2014; Asanalieva & Nasipova, 2022). Padahal, pendekatan konstruktivis dan teori perkembangan menunjukkan pentingnya peran pemahaman guru dalam membangun pengetahuan siswa secara lebih partisipatif dan reflektif (Leat, 1993; Bancotovska, 2015).

Sejumlah penelitian terdahulu menunjukkan bahwa penerapan Neuro-Linguistic Programming (NLP) dapat meningkatkan keterlibatan siswa, hasil belajar, serta motivasi mereka. Teknik NLP, seperti pemetaan pikiran, analisis bahasa tubuh, reframing, dan anchoring, terbukti membantu guru memahami kebutuhan individu siswa sekaligus menciptakan lingkungan belajar yang inklusif, responsif, dan kolaboratif (Tosey & Mathison, 2010; Nugraha et al., 2023). Studi-studi tersebut juga mengungkapkan bahwa NLP mampu memperkuat unsur mindful learning dengan meningkatkan fokus dan kesadaran siswa, mendorong meaningful learning melalui penghubungan konsep dengan pengalaman pribadi, serta menciptakan joyful learning karena siswa merasa lebih terlibat dan termotivasi dalam proses pembelajaran (Xin, 2009; Alroudhan, 2018).

Selain mendukung keterampilan akademik, penerapan NLP juga memfasilitasi pengembangan keterampilan sosial dan emosional siswa. Guru yang memahami mekanisme berpikir anak dapat merancang strategi pengajaran yang adaptif dan sesuai gaya belajar masing-masing siswa, sehingga menghasilkan pengalaman belajar yang berkesadaran, bermakna, dan menyenangkan (Andreas & Faulkner, 1996; Dilts, 1990). Dengan demikian, NLP bukan hanya memperkuat kualitas pembelajaran, tetapi juga berkontribusi pada pengembangan keterampilan interpersonal dan intrapersonal yang penting bagi keberhasilan siswa di masa depan (Grosu et al., 2014; Konefal & Duncan, 1998).

Berdasarkan kondisi tersebut, diperlukan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) berupa “Pelatihan Guru dalam Memahami Mekanisme Berpikir Anak melalui Neuro-Linguistic Programming (NLP) untuk Meningkatkan Kualitas Penyelenggaraan Pembelajaran Mendalam (Deep Learning) di Sekolah Dasar.” Pelatihan ini bertujuan untuk meningkatkan kompetensi guru dalam memahami cara berpikir anak dan mengintegrasikannya ke dalam strategi pengajaran. Dengan membekali guru dengan teknik NLP, mereka dapat lebih memahami pola pikir dan emosi siswa, sehingga pembelajaran dapat berlangsung dengan lebih mindful, meaningful, dan joyful, sesuai dengan tujuan kurikulum nasional (Direktorat Jenderal Guru dan Tenaga Kependidikan, 2023; Pemerintah Kabupaten Garut, 2023).

Metode

Berdasarkan data survei, peserta kegiatan didominasi oleh guru perempuan dengan jumlah 31 orang, sedangkan guru laki-laki tercatat sebanyak 7 orang. Komposisi ini memperlihatkan bahwa lebih dari tiga perempat peserta adalah perempuan, sebuah kondisi yang sejalan dengan fakta umum bahwa profesi guru sekolah dasar di Indonesia banyak diisi oleh perempuan. Distribusi usia peserta pelatihan relatif seimbang pada tiga rentang usia yang ada. Peserta terbanyak berasal dari kelompok usia 35–44 tahun sebanyak 14 orang (36,8%), diikuti oleh kelompok usia 25–34 tahun sebanyak 12 orang (31,6%), dan kelompok usia 45–54 tahun sebanyak 12 orang (31,6%). Komposisi ini menunjukkan bahwa pelatihan diikuti oleh guru dari berbagai generasi, dengan dominasi usia produktif yang biasanya sedang berada pada puncak karier mengajar. Keberagaman usia ini memberi nilai tambah, karena memungkinkan terjadinya pertukaran pengalaman antara guru muda dan guru yang lebih senior, sehingga pembelajaran dalam pelatihan berlangsung lebih kaya dan kolaboratif.

Data juga memperlihatkan bahwa guru perempuan mendominasi hampir di semua kelas, terutama pada kelas I, IV, dan V yang seluruhnya diampu oleh perempuan. Guru laki-laki tercatat lebih banyak mengajar di kelas VI (5 orang), sementara di kelas II dan III hanya ada masing-masing satu orang guru laki-laki. Komposisi ini menegaskan bahwa pelatihan diikuti oleh perwakilan dari semua jenjang kelas, dengan dominasi perempuan secara keseluruhan (31 dari 38 orang, atau 81,6%), namun ada kecenderungan bahwa guru laki-laki lebih banyak mengambil peran di kelas atas. Distribusi pengalaman mengajar menunjukkan bahwa peserta pelatihan berasal dari berbagai jenjang karier. Kelompok terbanyak adalah guru dengan pengalaman 15–20 tahun (12 orang, 31,6%), diikuti oleh kelompok dengan pengalaman 5–10 tahun (8 orang, 21,1%) dan di atas 20 tahun (8 orang, 21,1%). Sementara itu, peserta dengan pengalaman kurang dari 5 tahun dan 10–15 tahun masing-masing berjumlah 5 orang (13,2%). Pola ini menegaskan bahwa pelatihan diikuti oleh guru dengan pengalaman beragam, mulai dari guru baru hingga yang sudah senior. Keberagaman ini menjadi modal penting karena memungkinkan terjadinya berbagi perspektif: guru muda cenderung membawa semangat dan inovasi, sementara guru senior membawa kedalaman pengalaman.

Tahapan pelaksanaan kegiatan dibagi menjadi tiga bagian utama. Pertama, persiapan, yang meliputi koordinasi tim pengabdian, penyusunan materi pelatihan (NLP, hypnosis, deep learning, perceptual position, 4Mat System, dan behavior flexibility), serta penentuan instrumen evaluasi (pre-test dan post-test). Dalam pelaksanaan kegiatan, tim pengabdian berasal dari Program Studi Pendidikan Guru (PGSD) Fakultas Ilmu Pendidikan (FIP) Universitas Pendidikan (UPI)—yang terdiri dari Dr. Arie Rakhmat Riyadi, M.Pd., Dr. Aya Shofia Maulida, M.Pd., dan Lea Christina Br Ginting, M.Pd.—berperan sebagai narasumber utama, fasilitator diskusi, serta pendamping refleksi hasil kegiatan. Sementara itu, mahasiswa dilibatkan secara aktif sebagai co-fasilitator, membantu mengelola teknis pelatihan (seperti membimbing kelompok kecil, mendokumentasikan kegiatan, serta membantu administrasi pre-test dan post-test). Keterlibatan mahasiswa tidak hanya memperlancar jalannya kegiatan, tetapi juga memberi mereka pengalaman nyata dalam praktik pengabdian kepada masyarakat.

Kedua, pelaksanaan inti, berupa sesi pemaparan konsep, diskusi interaktif, praktik simulasi, dan refleksi kelompok.

Materi disampaikan secara bertahap mulai dari pemahaman teoretis, penerapan praktis, hingga strategi aplikatif di kelas. Ketiga, evaluasi, yang dilakukan melalui kuesioner online untuk mengukur perubahan pemahaman dan persepsi guru sebelum dan sesudah pelatihan, serta menampung kesan dan saran peserta. Proses pelaksanaan dilakukan dengan kombinasi penjelasan konseptual, praktik langsung, dan refleksi partisipatif. Pada sesi awal, peserta diberi pemahaman dasar mengenai NLP dan hypnosis sebagai kerangka berpikir dan strategi pembelajaran. Selanjutnya, peserta diajak mencoba teknik seperti perceptual position dan behavior flexibility melalui simulasi. Proses ini dikombinasikan dengan diskusi kelompok agar peserta saling berbagi pengalaman sesuai konteks kelas masing-masing.

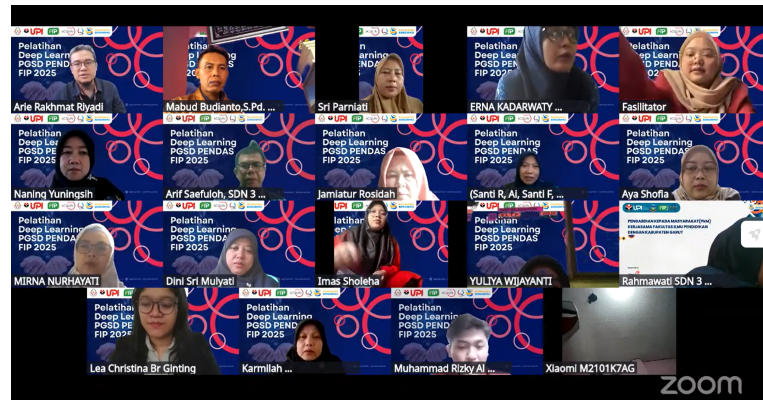
Analisis dilakukan dengan pendekatan kuantitatif dan kualitatif. Data kuantitatif diperoleh melalui perbandingan hasil pre-test dan post-test pada berbagai aspek (cara pandang terhadap siswa, komunikasi, pengendalian perasaan, pemahaman NLP, hypnosis, deep learning, perceptual position, 4Mat System, dan behavior flexibility). Hasil analisis menunjukkan peningkatan signifikan, misalnya pada aspek cara pandang positif guru terhadap siswa, komunikasi, serta pemahaman terhadap konsep NLP dan deep learning. Data kualitatif diperoleh dari kesan dan saran peserta, yang dianalisis secara tematik. Indikator keberhasilan program ditandai dengan: (1) peningkatan pemahaman guru ke kategori tinggi/sangat tinggi pada mayoritas aspek, (2) hilangnya kategori rendah (sangat kurang/kurang) pada sebagian besar aspek setelah pelatihan, (3) kesan positif dari peserta mengenai manfaat pelatihan, dan (4) saran konstruktif untuk memperpanjang waktu dan memperbanyak praktik dalam pelatihan serupa.

Hasil dan Pembahasan

Berikut beberapa gambaran aktivitas kegiatan yang diselenggarakan, mulai dari pembukaan, kegiatan daring, dan kegiatan luring.



Gambar 1. Kegiatan Pembukaan Luring

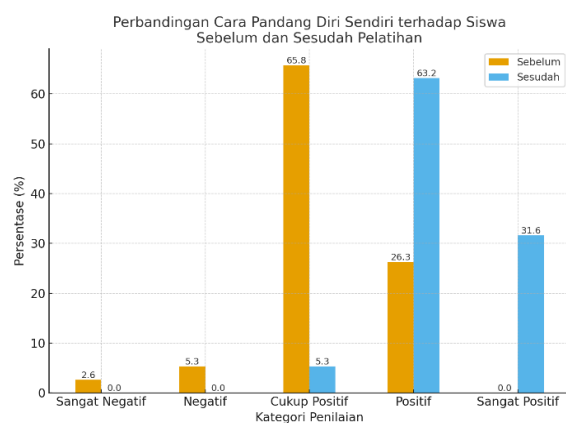


Gambar 2. Kegiatan Daring (<https://www.youtube.com/live/ebvkHV-jXUs>)



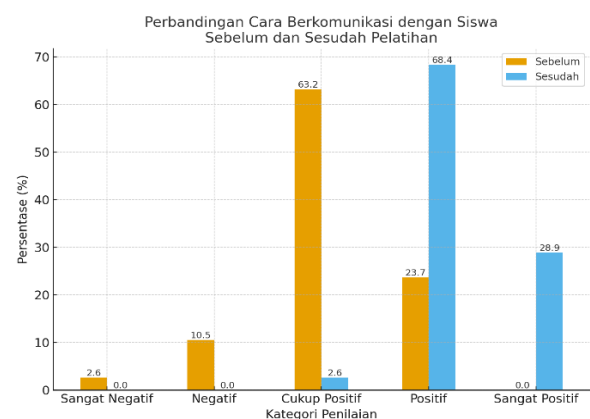
Gambar 3. Kegiatan Luring Pelaksanaan Pelatihan

(<https://www.youtube.com/watch?si=PLCxKAFSyYhU5GBO&v=SqRu5XpYxRU&feature=youtu.be>)



Gambar 4.

Perbandingan Cara Pandang Diri Guru terhadap Siswa (Sebelum dan Sesudah Pelatihan)



Gambar 5.

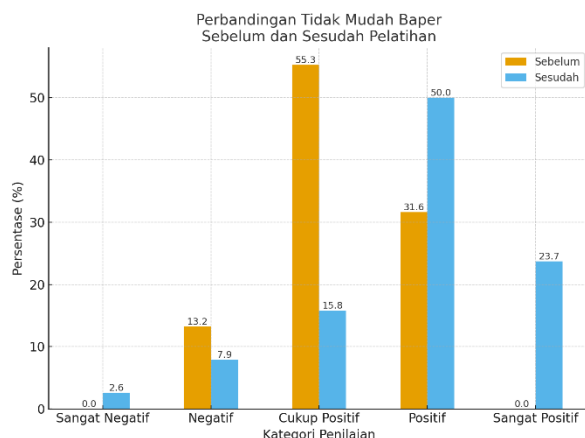
Perbandingan Cara Berkomunikasi dengan Siswa (Sebelum dan Sesudah Pelatihan)

Hasil evaluasi yang ditunjukkan pada gambar 4, menegaskan pergeseran signifikan dalam cara pandang guru terhadap siswa setelah pelatihan. Sebelum pelatihan, mayoritas berada pada kategori Cukup Positif (65,8%), dengan sebagian kecil pada Positif (26,3%), tidak ada yang Sangat Positif, dan

masih terdapat penilaian Negatif (5,3%) serta Sangat Negatif (2,6%). Setelah pelatihan, kategori Cukup Positif menurun drastis menjadi 5,3%, sementara Positif melonjak menjadi 63,2% dan muncul kategori baru Sangat Positif (31,6%), tanpa ada lagi yang menilai dirinya negatif. Pergeseran ini menegaskan keberhasilan pelatihan dalam mendorong guru menginternalisasi cara pandang yang lebih optimis dan konstruktif, sekaligus menunjukkan peningkatan kesadaran reflektif dan sikap profesional yang lebih berpihak pada perkembangan siswa (Pishghadam et al., 2011; Xin, 2009).

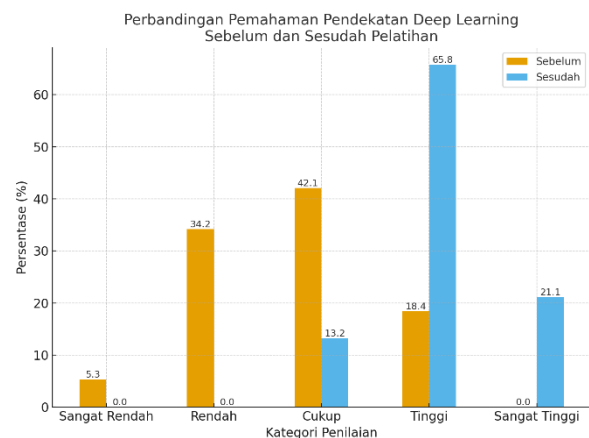
Kemudian gambar 5 menunjukkan transformasi signifikan setelah pelatihan. Sebelum pelatihan, mayoritas guru berada pada kategori Cukup Positif (63,2%), hanya 23,7% yang menilai dirinya Positif, dan masih ada yang merasa Negatif (10,5%) maupun Sangat Negatif (2,6%). Setelah pelatihan, kategori Cukup Positif turun menjadi 2,6%, sementara Positif meningkat hingga 68,4% dan muncul kategori Sangat Positif (28,9%), dengan hilangnya penilaian negatif sama sekali. Pergeseran ini menegaskan bahwa pelatihan tidak hanya menambah wawasan strategi komunikasi, tetapi juga memperkuat keyakinan guru untuk mengimplementasikan komunikasi yang lebih terarah, positif, dan efektif dalam pembelajaran. Transformasi ini menunjukkan bahwa pelatihan yang efektif dapat meningkatkan keterampilan komunikasi guru, yang berdampak langsung pada interaksi positif dengan siswa dalam proses pembelajaran (Shen, 2023; Tarhini et al., 2023).

Pada bagian lain, hasil evaluasi aspek pengendalian perasaan yang diperlihatkan melalui Gambar 6 menampilkan bahwa saat berinteraksi dengan siswa menunjukkan perkembangan berarti setelah pelatihan. Sebelum pelatihan, mayoritas guru menilai dirinya berada pada kategori Cukup Positif (55,3%) dan Positif (31,6%), namun masih ada yang merasa Negatif (13,2%). Setelah pelatihan, proporsi guru yang menilai dirinya Positif meningkat menjadi 50% dan muncul kategori baru Sangat Positif (23,7%), meski sebagian kecil masih berada pada kategori Negatif (7,9%) dan Sangat Negatif (2,6%). Pergeseran ini menegaskan bahwa pelatihan berperan penting dalam membangun ketahanan emosional dan sikap reflektif guru, sehingga mereka lebih mampu bersikap objektif, adil, dan fokus pada pengembangan potensi siswa tanpa mudah terjebak pada reaksi emosional sesaat (Dragovic, 2010; Nurtazina, 2024).



Gambar 6.

Perbandingan Kontrol Emosi
(Sebelum dan Sesudah Pelatihan)



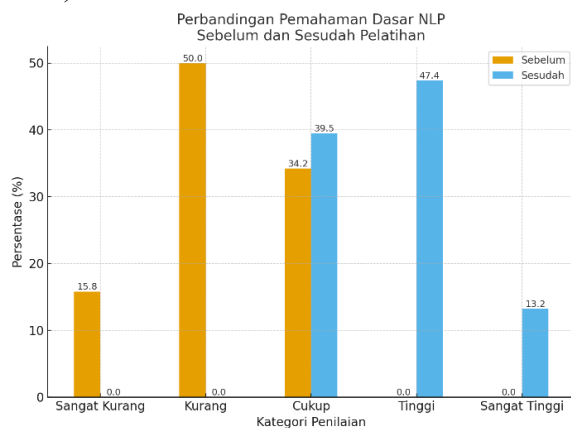
Gambar 7.

Perbandingan Pemahaman Pendekatan *Deep Learning*
(Sebelum dan Sesudah Pelatihan)

Kemudian gambar 7 memperlihatkan bahwa pemahaman guru terhadap pendekatan *Deep Learning* menunjukkan peningkatan yang sangat mencolok. Sebelum pelatihan, mayoritas guru berada

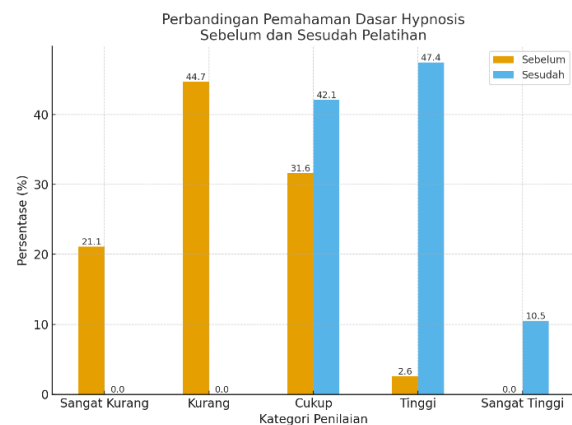
pada kategori Rendah (34,2%) dan Cukup (42,1%), hanya 18,4% yang menilai dirinya Tinggi, dan masih ada 5,3% yang merasa Sangat Rendah. Setelah pelatihan, mayoritas beralih ke kategori Tinggi (65,8%) dan Sangat Tinggi (21,1%), tanpa ada lagi yang menilai dirinya rendah. Pergeseran ini menegaskan bahwa pelatihan berhasil menutup kesenjangan pemahaman sekaligus menginternalisasi konsep pembelajaran yang berkesadaran (*mindful*), bermakna (*meaningful*), dan menggembirakan (*joyful*). Dengan peningkatan ini, guru lebih siap mengimplementasikan pembelajaran yang efektif, relevan, dan mendorong keterlibatan siswa secara menyeluruh (Bibi et al., 2024).

Hasil evaluasi pemahaman dasar guru terhadap konsep *Neuro-Linguistic Programming* (NLP) yang ada pada gambar 8 menunjukkan peningkatan yang signifikan. Sebelum pelatihan, mayoritas responden berada pada kategori Kurang (50%) dan Cukup (34,2%), sementara 15,8% masih menilai dirinya Sangat Kurang, dan tidak ada yang berada pada kategori tinggi. Setelah pelatihan, mayoritas bergeser ke kategori Tinggi (47,4%) dan Sangat Tinggi (13,2%), dengan 39,5% masih berada pada kategori Cukup, serta hilangnya penilaian Kurang maupun Sangat Kurang. Pergeseran ini menegaskan efektivitas pelatihan dalam memperkenalkan sekaligus memperkuat pemahaman dasar NLP, yang krusial bagi guru dalam memahami mekanisme berpikir siswa, membangun komunikasi yang lebih efektif, dan merancang pembelajaran yang responsif terhadap keragaman peserta didik (Hedayat et al., 2020).



Gambar 8.

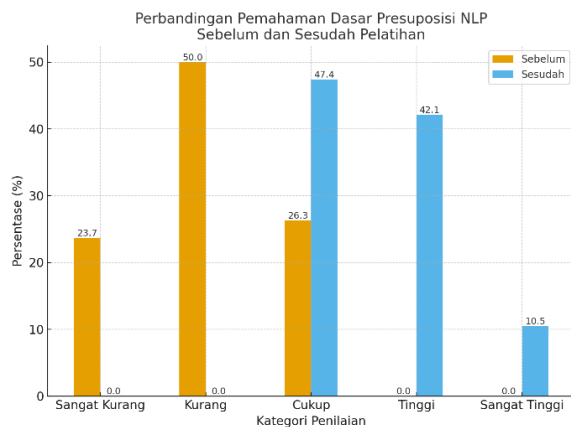
Perbandingan Pemahaman Dasar NLP
(Sebelum dan Sesudah Pelatihan)



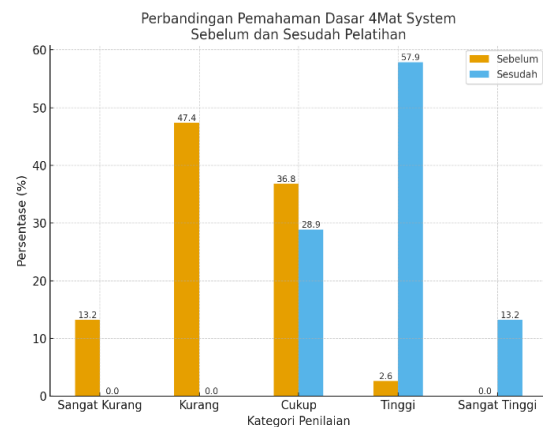
Gambar 9.

Perbandingan Pemahaman Dasar
tentang *Hypnosis*
(Sebelum dan Sesudah Pelatihan)

Sedangkan gambar 9 menunjukkan pemahaman guru terhadap dasar-dasar *Hypnosis* meningkat secara signifikan setelah pelatihan. Sebelum pelatihan, sebagian besar responden berada pada kategori Sangat Kurang (31,6%) dan Kurang (44,7%), sementara 34,2% menilai dirinya Cukup, dan tidak ada yang berada pada kategori tinggi. Setelah pelatihan, mayoritas bergeser ke kategori Tinggi (57,9%) dan Sangat Tinggi (23,7%), dengan 18,4% masih berada pada kategori Cukup, serta hilangnya penilaian pada kategori rendah. Pergeseran ini menegaskan efektivitas pelatihan dalam meningkatkan pemahaman guru, sekaligus menunjukkan bahwa konsep *Hypnosis* dapat diterima dengan baik dan dipandang relevan untuk mendukung kondisi belajar yang lebih fokus, tenang, dan produktif bagi siswa (Ghasemi, 2019).

**Gambar 10.**

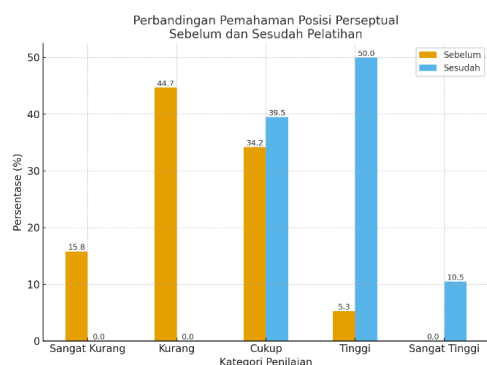
Perbandingan Pemahaman Dasar Presuposisi NLP
(Sebelum dan Sesudah Pelatihan)

**Gambar 11.**

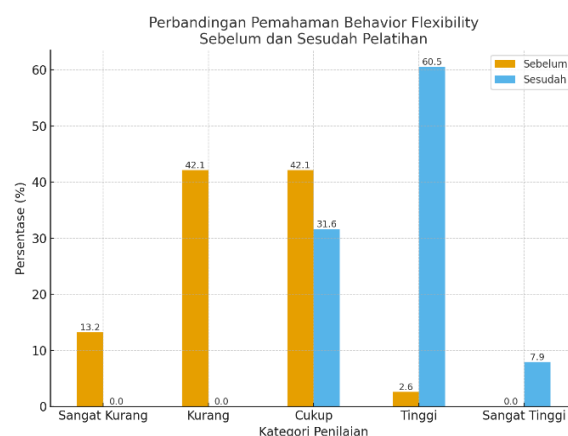
Perbandingan Pemahaman Dasar
4Mat System
(Sebelum dan Sesudah Pelatihan)

Hasil evaluasi di gambar 10 memperlihatkan peningkatan signifikan dalam pemahaman guru mengenai presuposisi NLP. Sebelum pelatihan, mayoritas responden masih berada pada kategori Sangat Kurang (28,9%), Kurang (31,6%), dan Cukup (34,2%), sementara hanya 5,3% yang menilai dirinya Tinggi dan tidak ada yang mencapai kategori Sangat Tinggi. Setelah pelatihan, mayoritas bergeser ke kategori Tinggi (52,6%) dan Sangat Tinggi (26,3%), dengan 21,1% masih menempatkan diri pada kategori Cukup, serta hilangnya penilaian rendah sama sekali. Pergeseran ini menegaskan efektivitas pelatihan dalam memperkuat pemahaman guru terhadap prinsip-prinsip presuposisi NLP, sehingga mereka lebih mampu menginternalisasi cara berpikir yang empatik, konstruktif, dan memberdayakan dalam interaksi dengan siswa (*Pedagogical Approaches Using Neuro-Linguistic Programming (NLP) Strategies from Perspective of NLP-Trained Teachers*, 2023).

Pada bagian gambar 11 diketahui peningkatan yang jelas dalam pemahaman guru terhadap 4Mat System. Sebelum pelatihan, sebagian besar responden masih berada pada kategori rendah, yaitu Sangat Kurang (21,1%) dan Kurang (36,8%), dengan 34,2% menilai dirinya Cukup, hanya 7,9% yang berada pada kategori Tinggi, dan tidak ada yang menilai Sangat Tinggi. Setelah pelatihan, mayoritas bergeser signifikan ke kategori Tinggi (60,5%) dan Sangat Tinggi (23,7%), sementara hanya 15,8% yang menilai dirinya Cukup, serta tidak ada lagi responden pada kategori rendah. Pergeseran ini menegaskan bahwa pelatihan efektif memperkuat pemahaman guru mengenai 4Mat System, sekaligus meningkatkan kemampuan mereka dalam mengaplikasikan empat tahap pembelajaran (*Why, What, How, dan What if*) untuk menyeimbangkan gaya belajar siswa dan menciptakan pengalaman belajar yang lebih bermakna (Nicoll-Senft & Seider, 2009). Hasil yang mirip ditampilkan pada gambar 12 yang memperlihatkan peningkatan signifikan dalam pemahaman guru mengenai konsep posisi perseptual. Sebelum pelatihan, sebagian besar responden berada pada kategori menengah ke bawah, yaitu Sangat Kurang (21,1%), Kurang (28,9%), dan Cukup (42,1%), sementara hanya 7,9% yang menilai dirinya Tinggi, dan tidak ada yang mencapai Sangat Tinggi. Setelah pelatihan, mayoritas bergeser ke kategori Tinggi (60,5%) dan Sangat Tinggi (23,7%), dengan hanya 15,8% yang masih berada pada kategori Cukup, serta hilangnya penilaian rendah sama sekali. Pergeseran ini menegaskan efektivitas pelatihan dalam meningkatkan kesadaran guru tentang pentingnya berpindah perspektif dalam interaksi pembelajaran, sehingga mereka lebih empatik, objektif, dan mampu membangun komunikasi yang sehat serta adil dengan siswa (Hoplock & Lobchuk, 2020).

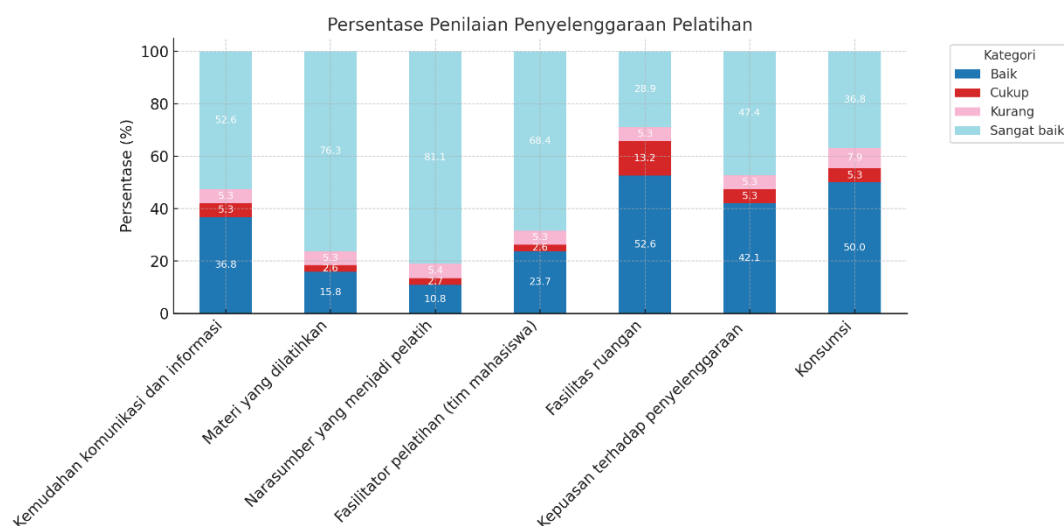
**Gambar 12.**

Perbandingan Pemahaman tentang
Posisi Perseptual
(Sebelum dan Sesudah Pelatihan)

**Gambar 13.**

Perbandingan Pemahaman
Behaviour Flexibility
(Sebelum dan Sesudah Pelatihan)

Hampir mirip dengan sebelumnya, gambar 13 menunjukkan adanya peningkatan yang nyata dalam pemahaman guru mengenai *behavior flexibility*. Sebelum pelatihan, mayoritas responden masih berada pada kategori rendah, yakni Sangat Kurang (23,7%), Kurang (31,6%), dan Cukup (36,8%), dengan hanya 7,9% yang menilai dirinya Tinggi dan tidak ada yang berada pada kategori Sangat Tinggi. Setelah pelatihan, sebagian besar guru bergeser ke kategori Tinggi (55,3%) dan Sangat Tinggi (21,1%), sementara 23,7% masih berada pada kategori Cukup, dan tidak ada lagi yang menilai dirinya rendah. Pergeseran ini menegaskan efektivitas pelatihan dalam meningkatkan kesadaran guru tentang pentingnya keluwesan perilaku, sehingga mereka lebih mampu mengelola kelas secara adaptif, merespons kebutuhan siswa dengan bijak, dan menyesuaikan strategi pembelajaran untuk mencapai hasil belajar yang optimal. (Allen & Bowles, 2014).

**Gambar 14.** Persentase Penilaian terhadap Aspek-Aspek Penyelenggaraan Kegiatan Pelatihan

Berdasarkan data hasil survei, mayoritas peserta memberikan penilaian sangat positif terhadap berbagai aspek penyelenggaraan pelatihan. Aspek yang memperoleh apresiasi tertinggi adalah materi yang dilatihkan (76,3% sangat baik) dan narasumber yang menjadi pelatih (81,1% sangat baik). Hal ini

menunjukkan bahwa substansi pelatihan dan kualitas penyampaian materi dianggap sangat relevan, mendalam, dan mudah dipahami oleh peserta. Selain itu, aspek fasilitator pelatihan (tim mahasiswa) juga mendapat respon yang tinggi, dengan 68,4% responden menilai sangat baik. Hal ini menandakan bahwa dukungan tim fasilitator cukup efektif dalam membantu kelancaran pelaksanaan kegiatan. Kemudahan komunikasi dan informasi juga dinilai positif, dengan lebih dari separuh responden (52,6%) menyatakan sangat baik. Namun demikian, masih ada beberapa aspek yang relatif mendapat penilaian lebih bervariasi. Fasilitas ruangan memperoleh 28,9% penilaian sangat baik, tetapi juga cukup tinggi pada kategori “cukup” (13,2%) dan “kurang” (5,3%). Hal ini menunjukkan bahwa meskipun fasilitas sudah memadai, masih ada kebutuhan untuk peningkatan kenyamanan dan sarana pendukung pelatihan. Aspek ini menjadi perhatian agar kualitas penyelenggaraan ke depan lebih optimal.

Hasil Analisis Narasi kualitatif

Refleksi guru mengenai mekanisme filterisasi pikiran menunjukkan kesadaran baru bahwa setiap informasi yang diterima manusia tidak diproses secara utuh, melainkan melalui *delesi*, *distorsi*, dan *generalisasi*. Hal ini tercermin dari pernyataan salah satu responden yang menegaskan, “*Setiap kejadian atau informasi yang diterima oleh panca indera manusia mengalami filterisasi (penyaringan) mulai dari Delesi, Distorsi, dan Generalisasi sehingga menjadi pikiran, perasaan, dan perilaku kita.*” Pernyataan ini memperlihatkan bahwa guru mulai memahami landasan kognitif dari NLP yang memengaruhi cara seseorang berpikir dan bertindak (Seitova et al., 2016) (Ginting & Hartati, 2023).

Selain itu, pemahaman filterisasi pikiran berdampak langsung pada pengelolaan emosi. Seorang guru menuliskan, “*Memahami mekanisme filterisasi pikiran membuat saya tidak mudah terbawa perasaan (baper).*” Bukti ini memperlihatkan bagaimana pemahaman teoritis bertransformasi menjadi praktik nyata dalam pengendalian diri, terutama ketika menghadapi situasi menantang di kelas. Dengan kesadaran ini, guru dapat lebih tenang dan objektif dalam menilai perilaku siswa. Refleksi lainnya juga menyoroti keterkaitan pikiran, bahasa, dan tubuh sebagai satu kesatuan sistem. Salah seorang responden menyebutkan, “*Bahwa pikiran, bahasa, dan tubuh merupakan satu sistem.*” (Zhou, 2023). Hal ini menegaskan bahwa guru mulai menyadari implikasi praktis dari filterisasi pikiran, yaitu pentingnya menjaga keselarasan antara cara berpikir, berbahasa, dan bertindak dalam proses pembelajaran.

Tema pertama yang dominan adalah manfaat kegiatan bagi pengembangan wawasan guru. Banyak peserta menekankan bahwa kegiatan ini memperluas pemahaman dan menambah pengetahuan baru yang relevan dengan praktik mengajar. Seorang guru menuliskan, “*Kegiatan ini sangat bermanfaat, menambah wawasan baru.*” Kutipan ini mencerminkan bagaimana pelatihan dipersepsikan tidak hanya sebagai penyampaian materi, tetapi juga sebagai ruang untuk membuka cakrawala berpikir guru. Tema kedua adalah suasana pelatihan yang menyenangkan dan aplikatif. Beberapa peserta menyoroti bahwa penyampaian materi mudah dipahami, interaktif, dan dapat langsung dihubungkan dengan pengalaman mereka di kelas. Hal ini tampak dalam pernyataan, “*Pelatihan menyenangkan, mudah dipahami, dan aplikatif.*” Bukti ini menunjukkan bahwa desain kegiatan berhasil menghadirkan suasana belajar yang konstruktif sekaligus membekali guru dengan keterampilan praktis.

Tema ketiga adalah motivasi dan semangat baru dalam mengajar. Sebagian responden menilai kegiatan ini memberi dorongan psikologis positif, misalnya dengan menyebutkan, “*Kegiatan bagus, menambah semangat dalam mengajar.*” Hal ini memperlihatkan bahwa dampak kegiatan bukan hanya pada level kognitif (pengetahuan), tetapi juga pada aspek afektif, yaitu menumbuhkan kembali motivasi guru untuk lebih berdaya dalam pembelajaran. Kemudian tema terakhir memuat catatan kritis terkait keterbatasan waktu. Meski mayoritas memberi apresiasi positif, ada juga peserta yang menyampaikan refleksi, “*Materi sangat menarik, hanya waktu terasa kurang.*” Hal ini menunjukkan adanya kebutuhan untuk mengalokasikan durasi yang lebih panjang agar eksplorasi materi lebih mendalam dan memberi ruang diskusi lebih luas.

Sebagian peserta memberikan kesan yang menyoroti keterkaitan langsung antara materi pelatihan dengan pemahaman mekanisme berpikir anak dan implikasinya pada penyelenggaraan pembelajaran mendalam. Salah seorang guru menyatakan, *“Sangat berkesan karena baru pertama mendapatkan materi tentang hynoterapy dalam pembelajaran mendalam.”* Kutipan ini mencerminkan bagaimana pelatihan memperkenalkan pendekatan baru yang membuka wawasan guru, khususnya dalam memahami kondisi pikiran bawah sadar anak sebagai ruang belajar yang potensial. Pemahaman ini menjadi pijakan untuk merancang pembelajaran yang lebih menyentuh aspek kognitif sekaligus emosional siswa.

Selain itu, terdapat kesan yang menegaskan pentingnya *deep learning* dalam konteks pendidikan generasi masa depan. Seorang peserta menuliskan, *“Pelatihan yang sangat membantu dalam menciptakan pembelajaran lebih mendalam dengan 3 pilar tersebut. Deep learning solusi pembelajaran generasi emas.”* Pernyataan ini menunjukkan bahwa guru tidak hanya memahami konsep secara teoritis, tetapi juga mulai memaknai relevansi pembelajaran mendalam sebagai strategi untuk mempersiapkan siswa menghadapi tantangan global. Kesan-kesan ini mengindikasikan bahwa pelatihan berhasil mendorong guru melihat hubungan yang erat antara pemahaman mekanisme berpikir anak, strategi pembelajaran mendalam, dan tujuan pendidikan jangka panjang. Dengan bekal pemahaman baru, guru diharapkan mampu menerapkan pendekatan yang *mindful*, *meaningful*, dan *joyful*, sehingga proses belajar tidak lagi hanya berfokus pada aspek kognitif, tetapi juga menumbuhkan kesadaran, makna, dan kegembiraan pada diri siswa.

Tema pertama yang paling menonjol adalah kebutuhan penambahan waktu kegiatan. Beberapa peserta menilai bahwa materi yang disampaikan sangat menarik dan bermanfaat, namun waktu yang tersedia terasa kurang. Hal ini terlihat dari pernyataan, *“Waktunya ditambah agar materi lebih mendalam.”* Saran ini menunjukkan bahwa guru ingin menggali lebih jauh konsep yang diberikan, sehingga kegiatan serupa ke depan sebaiknya didesain dengan durasi lebih panjang atau dalam bentuk beberapa sesi berkelanjutan. Tema kedua adalah frekuensi pelatihan yang lebih sering. Sebagian guru merasa kegiatan seperti ini sangat relevan dengan kebutuhan mereka sehingga tidak cukup jika hanya sekali dilaksanakan. Hal ini terungkap dalam pernyataan, *“Kegiatan ini sebaiknya lebih sering diadakan.”* Saran ini menegaskan tingginya antusiasme guru untuk mendapatkan penguatan kompetensi berkelanjutan dalam bentuk pelatihan yang periodik.

Tema terakhir adalah perluasan sasaran peserta. Sebagian guru berharap agar kegiatan semacam ini tidak hanya diikuti oleh kelompok terbatas, tetapi juga diperluas cakupannya sehingga melibatkan lebih banyak guru dari berbagai sekolah. Saran ini tampak pada pernyataan, *“Sebaiknya diikuti oleh lebih banyak guru agar manfaatnya luas.”* Saran ini memperlihatkan bahwa para peserta melihat dampak positif kegiatan yang layak untuk diperluas agar memberi manfaat lebih besar bagi dunia pendidikan.

Penutup

Kegiatan pengabdian masyarakat melalui pelatihan berbasis NLP, *hypnosis*, *deep learning*, *perceptual position*, *4Mat System*, dan *behavior flexibility* berhasil meningkatkan kapasitas guru sekolah dasar. Peserta yang berjumlah 38 orang dengan karakteristik beragam dari segi jenis kelamin, usia, peran kelas, dan pengalaman mengajar menciptakan dinamika pembelajaran yang kaya. Analisis kuantitatif menunjukkan pergeseran signifikan dari kategori rendah ke tinggi pada hampir semua aspek, seperti cara pandang terhadap siswa, keterampilan komunikasi, kontrol emosi, serta pemahaman konsep-konsep pedagogis inovatif. Temuan kualitatif memperkuat hasil tersebut dengan menunjukkan bahwa guru merasakan manfaat nyata berupa bertambahnya wawasan, meningkatnya motivasi, dan kesadaran baru untuk membangun pembelajaran yang lebih *mindful*, *meaningful*, dan *joyful*. Pelatihan ini tidak hanya memperkaya pengetahuan konseptual, tetapi juga mendorong perubahan sikap profesional guru dalam

berinteraksi dengan siswa. Saran peserta mengenai penambahan waktu, peningkatan frekuensi, dan perluasan cakupan menjadi masukan berharga agar program serupa dapat dikembangkan lebih optimal dan memberi dampak yang lebih luas.

Ucapan Terimakasih

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PkM) ini terselenggara atas dukungan pendanaan Hibah Pengabdian dana Fakultas Ilmu Pendidikan (FIP) Universitas Pendidikan Indonesia (UPI) dengan nomor kontrak: 4576/UN40.A1/PT.01.01/2025, serta kerja sama yang baik antara Prodi PGSD-Pendidikan Dasar FIP UPI dengan Dinas Pendidikan Kabupaten Garut beserta seluruh jajaran guru-guru SD yang terlibat sebagai peserta.

Daftar Pustaka

- Allen, K., & Bowles, T. (2014). Examining the effects of brief training on the attitudes and future use of behavioral methods by teachers. *Behavioral Interventions*. <https://doi.org/10.1002/BIN.1376>.
- Alroudhan, H. E. (2018). The effect of neuro-linguistic programming coaching on learning English. *International Journal of Applied Linguistics and English Literature*, 7(6), 152–159.
- Andreas, S., & Faulkner, C. (1996). *NLP: The new technology of achievement*. New York: William Morrow.
- Asanalieva, C. N., & Nasipova, A. A. (2022). Professional competence of a teacher is a set of knowledge, skills and personal qualities. *International Journal of Cognitive Research in Science, Engineering and Education*, 10(2), 67–73.
- Badan Pusat Statistik Kabupaten Garut. (2018). *Statistik pendidikan Kabupaten Garut 2018*. Garut: BPS.
- Bancotovska, S. N. (2015). The attitudes and opinions of teachers to their competences. *International Journal of Cognitive Research in Science, Engineering and Education*, 3(2), 1–6.
- Bibi, S., Hassan, K. H. U., Shah, S., Akmal, F., & Saqib, M. (2024). Exploring the Perceptions of Teachers on the Impact of Professional Development Programs in Enhancing Teaching Quality. *Deleted Journal*. <https://doi.org/10.62345/jads.2024.13.2.27>.
- Dilts, R. (1990). *Changing belief systems with NLP*. Cupertino, CA: Meta Publications.
- Dinas Pendidikan Kabupaten Garut. (2020). *Laporan evaluasi kinerja Dinas Pendidikan Kabupaten Garut 2020*. Garut: Disdik Garut.
- Direktorat Jenderal Guru dan Tenaga Kependidikan. (2023). *Panduan sertifikasi guru*. Jakarta: Kemendikbudristek.
- Dragovic, T. (2010). *Teachers' professional identity: a study into how teachers in one Slovenian primary school talk about their professional identity and work following participation in NLP-based CPD in comparison with other teachers*.
- Fullan, M., Quinn, J., & McEachen, J. (2018). *Deep learning: Engage the world, change the world*. Thousand Oaks, CA: Corwin Press.
- Ghasemi, F. (2019). *Incorporating Hypnotic Suggestion into Teacher Education Programs*. <https://doi.org/10.29140/AJAL.V2N3.174>.
- Ginting, S. A., & Hartati, R. (2023). Neuro-linguistic Programming in the English Classroom: Perceptions and Applications Among Teachers. *VELES (Voices of English Language Education Society)*. <https://doi.org/10.29408/veles.v7i2.22549>.
- Grosu, E. F., Grosu, V. T., Preja, C. A., & Iuliana, B. B. (2014). Neuro-linguistic programming based on the concept of modelling. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 141, 12–16.
- Guru Inovatif. (2025). Mengenal 3 pilar konsep deep learning dalam pendidikan. Diakses dari <https://guruinovatif.id/artikel/mengenal-3-pilar-konsep-deep-learning-dalam-pendidikan>
- Hedayat, N., Raissi, R., & Asl, S. A. (2020). Neuro-linguistic programming and its implications for English language learners and teachers. *Theory and Practice in Language Studies*, 10(9), 1141.
- Hoplock, L. B., & Lobchuk, M. M. (2020). Are perspective-taking outcomes always positive? Challenges and mitigation strategies. *Nursing Forum*. <https://doi.org/10.1111/NUF.12413>.

- Konefal, J., & Duncan, R. C. (1998). Social anxiety and training in neurolinguistic programming. *Psychological Reports*, 82(2), 455–466.
- Leat, D. (1993). Competence, teaching, thinking and feeling. *Oxford Review of Education*, 19(4), 499–511.
- McComas, W. F. (2014). Constructivist teaching practices. In *The language of science education: An expanded glossary of key terms and concepts* (pp. 24–25). Rotterdam: Sense Publishers.
- Nicoll-Senft, J. M., & Seider, S. N. (2009). Assessing the impact of the 4MAT teaching model across multiple disciplines in higher education. *College Teaching*, 58(1), 19–27. .
- Nugraha, R. S., Hernawan, A. H., & Mulyadi, D. (2023). Pelatihan neuro-linguistic programming (NLP) untuk peningkatan kompetensi pedagogik guru sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan IPA Indonesia*, 12(3), 501–510.
- Nurtazina, M. (2024). *The effectiveness of advanced training courses for teachers in field of emotional intelligence*. <https://doi.org/10.69927/ruiv1291>
- Pedagogical approaches using Neuro-Linguistic Programming (NLP) Strategies from Perspective of NLP-Trained teachers*. (2023). <https://doi.org/10.37134/bitara.vol16.2.10.2023>.
- Pemerintah Kabupaten Garut. (2023). *Rencana strategis Dinas Pendidikan Kabupaten Garut 2023–2027*. Garut: Pemkab Garut.
- Pishghadam, R., Shapoori, M., & Shayesteh, S. (2011). NLP and its Relationship with Teacher Success, Gender, Teaching Experience, and Degree: A Comparative Study. *World Journal of English Language*. <https://doi.org/10.5430/WJEL.V1N2P2>.
- Pusat Kurikulum dan Perbukuan Kemendikbudristek. (2023). *Buku panduan implementasi pembelajaran mendalam (deep learning) di sekolah dasar*. Jakarta: Kemendikbudristek.
- Seitova, S. M., Kozhasheva, G. O., Gavrilova, Y. N., Tasbolatova, R., Okpebaeva, G. S., Kydyrbaeva, G. T., & Abdykarimova, A. Zh. (2016). Peculiarities of Using Neuro-Linguistic Programming Techniques in Teaching. *Journal on Mathematics Education*.
- Shen, B. C. (2023). *Pentingnya komunikasi efektif dalam pengelolaan kelas yang sukses*. <https://doi.org/10.31219/osf.io/xg6sn>.
- Tarhini, S., Mañana, M., Ghanem, D., Abbas, N., Ismail, L., Awada, S., & Hatem, G. (2023). *Unlocking Success: Transforming Primary School Experience with Neuro-Linguistic Programming-Based Interventions in Lebanon*. <https://doi.org/10.14293/p2199-8442.1.sop-.priyeg.v1>.
- Tosey, P., & Mathison, J. (2010). Neuro-linguistic programming as an innovation in education and teaching. *Innovations in Education and Teaching International*, 47(3), 317–326.
- Xin, R. (2009). The Use of Neuro-linguistic Programming (NLP) Technique in the Classroom. *Journal of Liupanshui Teachers College*.
- Xin, R. (2009). The use of neuro-linguistic programming (NLP) technique in the classroom. *Journal of Liupanshui Teachers College*, 21(4), 87–90.
- Zhou, X. (2023). Language and the mind: how language shapes our thinking. *Journal of World Languages*.