

POPPY AMALYA

From Aceh with Hope

Memberi motivasi pada orang yang mengalami berbagai deraan, bukanlah hal mudah dan perempuan ini melakukannya dengan ikhlas. Kepada **Tri Sintarini**, dia berbagi kisahnya menebar manfaat.

FOTOGRAFER : ARIEF PRABOWO

Mengawali karier sebagai pramugari yang selalu bertemu dengan berbagai karakter manusia membuat Poppy Amalya tertarik mempelajari ilmu psikologi. Ketertarikan itu mendorong Poppy belajar ilmu psikologi dan komunikasi di sela-sela kesibukannya. Minatnya yang besar membuat Poppy memutuskan memilih jalan hidupnya sebagai psikolog, motivator, *personal trainer* dan mengikuti berbagai kegiatan sosial.



Tidak hanya itu, Poppy juga beralih profesi ke bidang *Human Resources Development* di perusahaan yang sama. Sayangnya, apa yang dia dapatkan kurang sesuai dengan harapannya. Poppy kemudian memutuskan *resign* dan memilih menekuni profesinya secara profesional dengan membangun biro psikologi yang ia beri nama Psikodinamika.

PANGGILAN DARI ACEH

Tak lama setelah memutuskan keluar dari perusahaan tempatnya bekerja, terjadilah bencana alam tsunami yang meluluhlantakkan Negeri Serambi Mekkah. Hatinya terketuk untuk berpartisipasi dan membantu semampunya. Rakyat Aceh yang selama ini sudah menderita karena konflik bersenjata kini harus mengalami bencana alam yang merenggut banyak jiwa.

Hal itu yang selalu mengganggu pikiran Poppy terutama bagaimana membangun mental masyarakat Aceh dan generasi mudanya. Bersama sang suami Poppy kemudian mendirikan yayasan di Aceh yang ia beri nama Amanah Kamome atau “Titipan yang kami bawa”. Di bawah yayasan yang bergerak di bidang pendidikan dan anak, Poppy dan suami membangun sekolah berkebutuhan khusus, My Hope yang dananya ia subsidi dari biro psikolog miliknya.

Poppy juga menggunakan bermacam cara, salah satunya mengutarakan kepentingannya di acara inspiratif Kick Andy untuk membantu dirinya dalam proses pendanaan. Pada kesempatan yang sama, Poppy juga mendapatkan kepercayaan memangku jabatan sebagai *Technical Assistant* (2010 – 2011) dari Gubernur Aceh kala itu, Irwandi Yusuf.

Selama dua tahun, Poppy terjun langsung dan mengaplikasikan ilmunya. Poppy membantu proses pemulihan secara psikologis bagi para warganya dari dampak konflik ataupun bencana. Poppy juga terlibat dalam proses penyeleksian



pejabat publik di Aceh. Pengalaman tersebut membuat Poppy menemukan banyak fakta yang cukup mencengangkan.

“Dampak daerah konflik sangat berpengaruh kepada kondisi psikologis seseorang. Saya melihat kinerja mereka rata-rata, asumsi yang sama juga di daerah yang rawan konflik akan menyebabkan

kecerdasannya berkurang, sementara anak-anak juga mempunyai dendam yang tidak selesai dengan masa lalu,” ucap perempuan kelahiran Aceh, 13 Juli 1973 ini.

MENGAJARKAN IKHLAS

Penanganan secara psikologis menjadi pilihan Poppy untuk merangkul sahabat-sahabat di Aceh, baik anak-anak dan dewasa. Poppy mengajak mereka berpikir lebih terbuka dengan mengasah kemampuan untuk *forgiveness* atau memaafkan masa lalu.

“Nilai-nilai itu ditanamkan dengan belajar ikhlas yang kemudian dengan pendekatan emosi, tingkah laku dan spiritual. Mereka akan sanggup bangkit. Hal itu yang sudah saya dapatkan dan sudah berhasil saya aplikasikan di sana.”

Lulusan Magister Profesi Psikologi, Universitas Persada Indonesia ini juga menerapkan pemikiran lainnya yakni CSI yaitu *Corporate, Spiritual and Inteligent* yang mengajak setiap manusia dapat melakukan itu untuk mendapatkan kedamaian termasuk mengontrol *mindset* dan selalu berpikir positif.

“DI SAAT KITA MERASAKAN DALAM TITIK NOL MAKA AKAN MERASAKAN KEBERADAAN TUHAN. JIKA KITA SUDAH TIDAK MEMPERHITUNGAN NAFAS LAGI, DI SINILAH IKHLAS...”



“Di saat kita merasakan dalam titik nol maka akan merasakan keberadaan Tuhan. Jika kita sudah tidak memperhitungkan nafas lagi, di sinilah ikhlas. Jika kita mengalami sakit dan kita sudah tidak memperhitungkan rasa sakit tersebut itulah ikhlas. Saat kita sudah memantaskan diri dan sanggup melepaskan masa lalu, maka setelahnya akan terbuka pintu-pintu rezeki,” tuturnya berbagi pengalaman.

“Keadaan ini membuat saya khawatir warga Aceh tidak mempunyai pekerjaan. Salah satu caranya dengan mendekati mereka yang memiliki posisi penting dalam masyarakat. Saya ingin memberi tahu bahwa Aceh ini merupakan wila-



“SAYA MENJADI MOTIVATOR AGAR BISA BERBAGI PENGALAMAN DAN MEMBANTU MEMBERIKAN PERUBAHAN. SAYA INGIN MASYARAKAT INDONESIA BISA PEDULI DENGAN GENERASI PENERUSNYA. MELALUI AKTIVITAS INI SAYA INGIN SYIAR DAN MENGATAKAN KEPADA BANYAK ORANG BAHWA ISLAM ITU CANTIK DAN CERDAS.”

Apa yang Poppy lakukan di Aceh ini juga memiliki misi untuk menyuarakan bahwa sebagai seorang perempuan tak menghentikannya melangkah untuk menjaga Aceh meskipun ia dibesarkan di Jakarta. Poppy ingin mengajak para pemuda Aceh untuk terus meningkatkan rasa nasionalismenya dan bangkit membangun Aceh.

TEBARKAN MANFAAT

Usaha pemulihan dilakukan dengan membangkitkan gairah masyarakat Aceh. Poppy ingin mengantarkan mereka bahwa permasalahan itu bisa diatasi tanpa harus baku hantam dengan senjata. Kondisi tersebut membuat Poppy ingin membuat sesuatu yang bisa bermanfaat bagi mereka untuk memperoleh pekerjaan dan mengembangkan jiwa *entrepreneurship* mereka.

yah konflik tetapi bisa bangkit,” tutur perempuan yang aktif mengikuti berbagai pendidikan non-formal untuk mengasah kemampuannya.

Dua tahun masa-masa aktif di Aceh menjadi pembelajaran baginya dan berakhirnya masa jabatan Gubernur Aceh tersebut membuat Poppy memilih sudah saatnya kembali menjalankan apa yang sudah ia bangun di Jakarta. Berkolaborasi dengan masyarakat Aceh, Poppy tetap menjadikan yayasan Amanah Kamome berpusat di Aceh yang kini sudah memiliki cabang di Jakarta dan Medan.

“Saya menjadi motivator agar bisa berbagi pengalaman dan membantu memberikan perubahan. Saya ingin masyarakat Indonesia bisa peduli dengan generasi penerusnya. Melalui aktivitas ini saya ingin syiar dan mengatakan kepada banyak orang bahwa Islam itu cantik dan cerdas,” tutupnya. ♡