

**TERAPAN AJARAN DALAM SERAT WEDHATAMA UNTUK MENGATASI PROBLEM PSIKOLOGIS PADA IBU-IBU DI WILAYAH CANGKRINGAN, SLEMAN PASCA ERUPSI MERAPI 2010**

**Siti Urbayatun & A.M. Diponegoro**  
Fakultas Psikologi Universitas Ahmad Dahlan

**Abstrak.**Bangsa Indonesia merupakan wilayah yang rawan bencana gunung berapi. Diperlukan upaya mengantisipasi bencana akibat letusan gunung berapi seperti yang terjadi pada Gunung Merapi di Jawa Tengah pada tahun 2010. Sampai saat ini masih ditemukan masalah-masalah psikososial yang belum terselesaikan pada masyarakat oleh karena itu dibutuhkan rumusan yang tepat untuk melakukan penanganan pada kelompok rentan, dalam hal ini ibu-ibu. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif, dengan subyek adalah pakar yang mengetahui kebudayaan Jawa dan tokoh masyarakat di wilayah Cangkringan, Sleman, Yogyakarta yang menjadi survivor erupsi Merapi pada tahun 2010. Ajaran serat Wedhatama berisi ajaran atau piwulang yang luhur, namun belum banyak dikuak dalam keilmuan, khususnya psikologi. Rumusan ini akan menjadi masukan pada pengampu kebijakan untuk mengembangkan teori yang berbasis budaya lokal.

**Kata kunci:** ajaran serat Wedhatama, problem psikologis, ibu-ibu

**PENDAHULUAN**

Seperti diketahui bahwa Indonesia adalah Negara yang bersifat multi etnik, terdapat berbagai keragaman di dalamnya. Sebaran 17,508 pulau yang membentang dari Sabang sampai Merauke (<http://en.wikipedia.org/wiki/Indonesia>) adalah sumber kekayaan yang luar biasa. Selain keragaman budaya, suku, agama, puluhan ribu pulau, kepadatan penduduknya menjadi peluang sekaligus tantangan dalam pengembangan psikologi yang dapat diterapkan untuk kesejahteraan pembangunan.

Peran psikologi yang berlandaskan nilai-nilai indigenus dan kultural sangat dibutuhkan untuk mengatasi persoalan di masyarakat tidak semata dalam perpektif Barat. Mubarak (2011) mengkritik psikologi yang berasal dari Barat atau yang sering dikenal sebagai psikologi modern, tidak terlepas dari latar belakang masyarakatnya yang bersifat sekuler; hal ini menjadi alasan bahwa generalisasi konsepnya untuk budaya

lain menjadi tidak adekuat. Disadari bahwa teori-teori psikologi tidak bersifat universal karena telah mengeliminasi kualitas-kualitas yang memungkinkan orang untuk memahami, memprediksi dan mengontrol lingkungannya. Padahal semestinya bahwa fenomena psikologis harus dipahami dalam konteks ekologis, historis, filosofis, religius dan kultural. Pengembangan psikologi indigenus menyangkut pengembangan pengetahuan psikologi yang relevan dan didesain untuk orang-orang setempat sehingga mencerminkan realitas sosial masyarakat setempat. Penelitian ini ingin mencoba menggali rumusan teoritik tentang pandangan tokoh Jawa yakni Mangkunegoro IV yang terdapat dalam warisan ajarannya yang tertuang dalam serat Wedhatama. Ajaran serat Wedhatama berisi ajaran atau piwulang yang luhur, meliputi bagaimana manusia berhubungan dengan sesama manusia dan bagaimana manusia berhubungan dengan Tuhan, tak ketinggalan adalah bagaimana manusia berhubungan dengan dirinya sendiri

(Asdi dkk., 1984). Berdasarkan studi pendahuluan penulis, maka serat Wedhatama berisi piwulang yang bersifat personal maupun transpersonal namun yang dijiwai oleh nilai-nilai *adiluhung* (luhur) masyarakat Indonesia khususnya Jawa (Urbayatun, 2008).

Seperti diketahui bahwa perempuan adalah pihak yang rawan ketika terkena bencana, sehingga perlu penanganan yang tepat. Peran psikologi yang berdasarkan kontekstual masyarakatnya sangat dibutuhkan dalam perwujudan upaya kesehatan mental di masyarakat dalam menghadapi bencana maupun stresor sosial lainnya.

### 1. Psikologi dalam ajaran serat Wedhatama

Serat Wedhatama adalah berupa *tembang* yang ditulis oleh Sri Mangkunegoro IV (1811-1881). Serat Wedhatama, menurut penelitian Asdi dkk. (1984) tidak berbentuk prosa, melainkan dalam bentuk “guritan” atau puisi “tembang”. Di antara beberapa sumber, antara lain yang dikeluarkan M Tanaya Surakarta dan diterbitkan oleh Tan koen Swie kediri tahun 1931 yang menyebutkan bahwa Serat Wedhatamaterdiri atas pupuh-pupuh dan terbagi atas 100 *padha* atau bait. Pembagiannya ialah: Pupuh Pangkur (14 *padha*), Pupuh Sinom (18 *padha*), Pupuh Pocung (15 *padha*), Pupuh Gambuh (35 *padha*), dan Pupuh Kinanthi (18 *padha*). Keseluruhan pupuh merupakan satu kesatuan. Berikut isi atau makna dalam bait-bait *tembang* dalam Serat Wedhatama (Jatmiko, 2007): (1) *mingkar-mingkuring angkara*; (2) *nuladha laku utama*, (3) *nglemu kelakone kanthi laku*; (4) *sembah catur*; (5) *eling lukitaning dumadi*. Nilai-nilai tersebut sangat erat hubungannya dengan nilai-nilai luhur yang membentuk mental dan kepribadian masyarakat Jawa sehingga sangat erat hubungannya dengan ilmu psikologi, khususnya psikologi transpersonal. Psikologi transpersonal oleh ahli Barat sering dikaitkan dengan spiritualitas, sehingga psikologi transpersonal juga sering disebut psikologi spiritual (Rueffler, 1995; Boorstein, 2000).

Spiritualitas muncul ketika seseorang bersentuhan dengan wilayah-wilayah tertentu kesadarannya hingga mencapai suatu kondisi kemenyatuanannya dengan yang lain; dengan alam, kosmos dan Tuhan. Ketika psikologi sebagai ilmu berfokus mempelajari pada aspek manusia-nya maka dalam pengertian psikologi transpersonal, manusia dilihat sebagai setitik debu di alam raya yang luas tak bertepi, bergerak dari masa lalu yang tak terbatas (*beginning less*) menuju masa depan yang tak terbatas (*endless future*).

Assagioli (Rueffler, 1995) mengembangkan konsep psikosintesis yang merupakan salah satu bentuk dari psikologi transpersonal. Ini adalah suatu konsep yang menganggap adanya pusat spiritual dalam diri setiap individu, serta menggunakan metode tertentu yang memungkinkan pusat tersebut bergerak secara kreatif dan harmonis melalui energi kehidupan kita sendiri yang merupakan ekspresi spiritualitas yang sifatnya alami. Konsep psikosintesis Assagioli ini dikembangkan ke berbagai area, salah satunya dalam terapi, yakni terapi yang berfokus baik secara personal maupun transpersonal. Secara umum psikosintesis personal dan transpersonal, keduanya, terjadi secara bersama-sama. Keduanya bersangkutan dengan masalah perubahan dalam kualitas hidup. Yang personal mengarahkan dari yang tadinya hidup sekedar untuk bertahan hidup menjadi hidup yang didasari pengakuan atas ‘jati diri’; sedangkan yang transpersonal memperhalus kualitas hidup seseorang, mengekspresikan cinta dan kreatifitas dari sang ‘jati diri’.

Selain konsep tentang psikologi transpersonal juga dikembangkan psikoterapi transpersonal. Tujuan dari psikoterapi transpersonal menurut Rama & Williams (dalam Strohl, 1998) adalah untuk meningkatkan transendensi kesadaran pikiran, membuatnya mampu mengeksplorasi a-sadar dan mengungkap sebuah level yang lebih dalam (trans-personal) yang disebut sebagai *true self* atau *inner self*. Berdoa dan meditasi merupakan penyembuhan yang

diakui dalam teknik psikoterapi transpersonal (Boorstein, 2000). Menurut Karasu (1999) mencintai sesama, mencintai pekerjaan, mencintai bahwa dirinya memiliki adalah bagian-bagian dari spiritualitas dan jalan menuju ke sana mensyaratkan keyakinan terhadap kesucian, keyakinan akan adanya kesatuan dan transformasi. Spiritualitas sendiri sering dikaitkan dengan agama, meskipun spiritualitas tidak sama dengan agama, namun diakui keduanya memberi pengaruh yang positif terhadap kesehatan fisik dan mental (George dkk., 2000; Gotterer, 2001; Hall dkk., 2004). Hal ini sejalan dengan pendapat bahwa spiritualitas melalui keyakinan religius ditemukan lebih bagus dalam menyumbang kesehatan spiritual dan imunitas dibanding subyek yang hanya menunjukkan spiritualitas saja tanpa kepercayaan terhadap agama (Graham dkk, 2001).

#### METODE

Penelitian ini bersifat penelitian kualitatif yang bersifat deskriptif analitis, dengan data primer dan sekunder. Metode primer dilakukan dengan melakukan diskusi dengan pakar serta wawancara dan metode sekunder dengan studi kepustakaan. Wawancara dilakukan semi terstruktur dengan pakar/ ahli dalam bidang kebudayaan Jawa untuk mengetahui ajaran yang terkandung dalam serat Wedhatama serta FGD dengan tokoh masyarakat survivor erupsi Merapi. Dilakukan pula validasi dengan karya-karya berupa buku yang sebelumnya sudah menafsirkan tentang isi ajaran Sri Mangkunegoro IV.FGD dengan dua pakar, yakni pakar dalam bidang psikologi dan pakar kebudayaan Jawa.

#### HASIL DAN PEMBAHASAN

##### A. Berdasarkan hasil studi literatur

Serat Wedhatama, menurut penelitian Asdi dkk. (1984) tidak berbentuk prosa, melainkan dalam bentuk “guritan” atau puisi “tembang”. Di antara beberapa sumber, antara lain yang dikeluarkan M Tanaya Surakarta dan diterbitkan oleh Tan koen Swie kediri tahun 1931 yang menyebutkan bahwa

Serat Wedhatama terdiri atas pupuh-pupuh dan terbagi atas 100 *padha* atau bait. Pembagiannya ialah: Pupuh Pangkur (14 *padha*), Pupuh Sinom (18 *padha*), Pupuh Pocung (15 *padha*), Pupuh Gambuh (35 *padha*), dan Pupuh Kinanthi (18 *padha*). Keseluruhan pupuh merupakan satu kesatuan. Berikut isi atau makna dalam bait-bait tembang dalam Serat Wedhatama:

Ajaran serat Wedhatama berisi ajaran atau piwulang yang luhur, meliputi bagaimana manusia berhubungan dengan sesama manusia dan bagaimana manusia berhubungan dengan Tuhan, tak ketinggalan adalah bagaimana manusia berhubungan dengan dirinya sendiri. Serat Wedhatama berisi piwulang yang bersifat personal maupun transpersonal, yakni:

##### a. Kepercayaan pada Tuhan Yang Maha Esa

Syafroni (1986) dalam penelitiannya menemukan piwulang yang terkandung dalam serat Wedhatama adalah kepercayaan pada Tuhan Yang Maha Esa. Meskipun kata-kata yang dipakai tidak selalu menyebut Tuhan Yang Maha Esa, namun maksud yang tersirat di dalamnya adalah menunjuk pada Tuhan. Penyebutan Tuhan yang berganti-ganti disebabkan tuntutan guru lagu dan guru wilangan; dikarenakan serat Wedhatama ditulis dalam bentuk tembang. Hal ini sesuai dengan penelitian Asdi dkk. (1984) bahwa dalam serat Wedhatama, Tuhan adalah sebagai *dxat* yang mutlak dan berbagai istilah yang merujuk pada pengertian Tuhan, misalnya Allah (yang menunjuk pada sifat Maha Esa), Bathara Gung (Maha Agung), Hyang Wisesa (Maha Kuasa), Hyang Suksma (Maha Roh/ Jiwa), Inggang Maha Suci (Maha Suci). Penyebutan lain, misalnya Manon dan Hyang Manon, atau terkadang menyebut Hyang saja.

Hubungan manusia dengan Tuhan disebut sebagai sembah, yang dibedakan atas 4 hal yakni: sembah raga, sembah cipta, sembah rasa dan sembah jiwa. Ungkapan-ungkapan adanya Tuhan, bagaimana cara

penghayatannya dapat dikutipkan dari bait-bait berikut:

1) Bait 13, tembang Pangkur:

*Tan samar pamoring sukma,  
Sinuksmaya Winahya ing ngasepi,  
Sinimpen telenging kalbu,  
Pambukaning warana,  
Tarlen saking liyep layaping aluyup,  
Pindha pesating sumpena,  
Sumusuping rasa jati.*

Terjemahannya dalam bahasa Indonesia: “Tidak ragu-ragu terhadap citra Suksma (Tuhan); Diresapi dan dibuktikan di kala sepi (hening); Diendapkan di lubuk hati; Pembuka tirai itu tiada lain dari keadaan antara sadar dan tiada (khusyuk); Serasa mimpi, hadirnya rasa sejati”.

Maksud dari bait tersebut adalah bahwa tidak diragukan lagi adanya Tuhan, dalam hal ini Tuhan disebut sebagai Suksma; bahwa cara membuktikan “ada” Tuhan adalah dengan suasana hati tenang, di waktu sepi dan dalam suasana khusyuk.

2) Bait 30, tembang Pangkur:

*Kang wus waspada ing patrap,  
Mangayut ayat winasis,  
Wasana wosing jiwangga,  
Melok tanpa aling aling,  
Kang ngalingi kalingking,  
Wenganing rasa tumlawung,  
Keksi saliring jaman,  
Angelangut tanpa tepi,  
Yeku aran tapa tapaking Hyang Sukma.*

Terjemahannya dalam bahasa Indonesia: “Yang sudah mengetahui caranya, menghayati aturan yang bijaksana, akhirnya inti pribadinya, terlihat nyata tanpa penghalang, yang menghalangi tersingkir, terbukalah rasa sayup-sayup sampai, terlihatlah segala keadaan, tampak tak terbatas. Itulah yang disebut mendapat bimbingan Tuhan.

Bait ini menegaskan bagi orang yang sudah mencapai pengetahuan tentang cara meresapi “adanya” Tuhan maka ia akan mengalami suasana yang nyata, jelas seolah tanpa penghalang, tanpa batas dalam menghayati adanya Tuhan. Orang semacam ini adalah orang yang mendapat bimbingan Tuhan.

Kaitan bait di atas dengan psikologi transpersonal adalah bahwa menurut psikologi transpersonal spiritualitas muncul ketika seseorang bersentuhan dengan wilayah-wilayah tertentu dari kesadarannya; yang bersangkutan mendapatkan pengertian tentang bagaimana mengatasi persoalan dirinya yang secara psikologis terpecah-pecah, dan mencapai kondisi kemenyatuan dengan yang lain, dengan alam, dengan kosmos dan Tuhan (Grof dalam Rueffler, 1995). Jadi di sinilah Mangkunegoro IV mencoba mengajak masyarakat untuk menghayati keberadaan Tuhan dan untuk membuktikan “ada”nya Tuhan adalah dengan suasana hati tenang, di waktu sepi dan dalam suasana khusyuk. Suasana inilah yang akan membuka ‘tabir’ antara manusia dengan Tuhan, sehingga keberadaan diresapi seolah tanpa penghalang.

#### **b. Hubungan sesama manusia**

Syafroni (1986) menyebutkan dalam penelitiannya bahwa ajaran dalam serat Wedhatama juga mengatur tentang hubungan sesama manusia, yakni:

1) Tenggang rasa, ditunjukkan dalam bait 3 tembang Pangkur:

Terjemahannya: “hanya mengikuti kehendak diri sendiri, bila berkata tanpa perhitungan, tidak mau dianggap bodoh, hanya mabuk pujian. Namun orang yang tahu gelagat (pandai) justru selalu merendahkan diri menanggapi semuanya dengan baik”.

Maksud bait ini ialah bahwa bagi orang pandai, maka ia selalu merendahkan

menghadapi semua keadaan (misalnya orang yang sombong, mabuk pujian, bodoh mengaku pintar dan sebagainya) dengan sikap yang baik/tenggang rasa”  
Bait 15, tembang Sinom, baris 9-10:  
“Tanapi ing siyang ratri, Amamangun karyenak tyasing sesami”

Terjemahannya: Siang malam selalu menyenangkan orang lain”

2) Ikhlas, sabar, tawakal, pema’af

Ditunjukkan dalam bait 43, tembang Gambuh: “Lila lamun, kelangan nora gegetun, trima yen ketaman, sok serik sameng dumadi, Trilegawa nalongso srah ing bathara”

Terjemahannya: “ Relat, apabila kehilangan tidak masygul (kecewa); menerima (sabar) bila mendapat sesuatu yang menyakitkan hati dari orang lain dan ketiga ikhlas menyerahkan pada Tuhan”.

Bait 74, tembang Gambuh: “ Sabarang tindak-tanduk, tumanduk lan sakadaripun, Den ngaksama kasisipaning sesami, Sumimpange ing laku dur, hardaning budi kang ngrodon”.

Terjemahannya: “ Segala tingkah laku, dikerjakan sekedarnya, memberi maaf terhadap kesalahan sesama, menghindari dari tindakan tercela, watak angkara yang besar”.

3) Menghormati pendirian orang lain

Bait 56, tembang Gambuh: “Mangkono mungguh ingsun, ananging ta sarehne asnafun, beda-beda pandunung dumadi, sayektine nora jumbuh, tekad kang padha linakoni”.

Terjemahannya: “Itu bagi saya, tetapi karena orang itu berbeda-beda, lain-lain nasib orang. Meskipun sebenarnya tidak cocok tekad yang dijalkannya”.

Maksud bait tersebut ialah bahwa pendirian orang itu tidak sama; namun demikian hal itu haruslah tetap dihormati.

Sifat tenggang rasa, ikhlas, sabar, tawakal, menghormati pendirian orang lain yang diajarkan oleh Mangkunegoro IV adalah seperti yang digambarkan oleh Rueffler (1995) seperti si bijak dalam sub-kepribadian manusia. Daftar dalam sub-kepribadian manusia bisa berjumlah tak terhingga, seperti ‘si pengecut’, ‘si pembenci’, ‘si perempuan liar’, ‘si ikhlas’ dan masih banyak lagi daftar yang lain. Ini seperti kutub positif maupun negatif dalam kepribadian manusia. Suatu kondisi yang diharapkan adalah adanya transformasi subkepribadian; Hal ini sesuai pendapat Karasu (1999) tentang pentingnya keyakinan adanya transformasi dalam psikoterapi transpersonal. Dalam kaitan Serat Wedhatama maka cara mendapatkan transformasi adalah dengan membawanya pada tingkat kesadaran dan kemudian dijadikan sebagai fokus perhatian. Ketika piwulang ini dijadikan tembang, maka terjadilah transformasi ke alam kesadaran, dimulai dari tahap kesadaran, penerimaan, koordinasi dan transformasi, integrasi, dan sintesis, sehingga sikap dalam hubungan sesama manusia yakni tenggang rasa, ikhlas, sabar, tawakal, menghormati pendirian orang lain akan menjadi subkepribadian yang penting dalam diri individu.

**c. Hubungan manusia dengan dirinya sendiri**

- 1) berjiwa ksatria, rendah hati, menyepi, membersihkan diri (bait 31 tembang Gambuh)
- 2) Relat, *nrimo*, ikhlas (bait 43, tembang Pocung)

**d. Pandangan tentang kesatuan jiwa dan raga (*loroning atunggal*)**

Bait 12, tembang Gambuh, terjemahannya: “Barangsiapa mendapatkan wahyu Illahi, ia akan segera memiliki kemampuan yang cemerlang dalam mempelajari ilmu. Dan ia akan mampu mendapatkan dan menguasai tata tertib bersamadi, yakni menyingkirkan dan menghentikan makartinya jiwa raga.

Manusia yang demikian dapat dikatakan sebagai “sepuh”, sebab arti “sepuh” adalah telah terbebas dari hawa nafsu, waspada terhadap adanya dua macam unsur yang sebenarnya merupakan dwi-tunggal” (Asdi dkk, 1984).

Menurut serat Wedhatama, unsur fundamental daripada kenyataan itu disebut jiwangga. Jiwangga adalah kependekan dari “jiwa’ dan ‘angga”/ badan. Dalam pupuh tembang tersebut juga dijelaskan sekaligus, bahwa kedua unsur fundamental ini meskipun bagi orang kebanyakan kelihatan sebagai dua, namun bagi manusia “sepuh’ sebenarnya dapat diketahui sebagai tunggal. Dalam istilah wedhatama ini disebut Loroning atunggal (monodualisme).

**e. Pandangan tentang alam semesta**

Dalam serat Wedhatama dapat dijumpai istilah ‘triloka”, misalnya bait 2 Pocung dan bait 18 Gambuh. Secara harfiah makna triloka adalah tiga dunia. Tiga dunia yang dimaksud adalah hubungan antara mikrokosmos dan makrokosmos, seperti yang terdapat dalam bait b18 Gambuh sebagai berikut:

“ ruktine ngangkah ngukut  
 Ngiket ngruket triloka kakukut  
 Jagad agung ginulung lan jagad cilik  
 Den kandel-kumandel, kulup  
 Mring kelaping alam kono

Terjemahannya: “Persiapannya atau pelaksanaannya sebagai berikut: pertama “ngangkah”, yakni menyatakan niat, kedua “ngukut”, yakni mengemasi makartinya jiwa dan raga; ketiga “ngiket”, yakni mengikatnya atau menambatkan jiwa pada tujuan yang hendak dicapai; keempat “ngruket”, yakni tidak melepaskan pegangan sehingga tiga dunia tercakup dalam genggam batin. Selanjutnya ”jagad agung” (semesta alam) digulung dengan jagad alit (alam manusia atau mikrokosmos).

**f. Pandangan tentang yang “tetap” dan yang “menjadi”**

Serat wedhatama membedakan antara alam yang selalu tetap tidak berubah dan alam yang menjadi atau selalu berubah. Hal ini termuat dalam bait 14 Pangkur:

“sajatine kang mangkana  
 Wus kakenan nugrahaning Hyang Widhi  
 Bali alaming asuwung  
 Tan karen karameyan  
 Ingkang sipat wisesa winisesa wus  
 Mulih mula-mulanira  
 Mulane wong anom sami”

Terjemahannya: “sesungguhnya bagi orang yang mengalami tersebut di atas, berarti sudah mendapat perkenan untuk mendapat anugrah Tuhan Yang Maha Mengetahui. Kembali ke alam yang sunyi tak berpenghuni; karena sudah tidak tertarik lagi terhadap keramaian duniawi; sifat-sifat yang semula menguasai pribadinya secara mutlak/ hawa nafsu sudah kembali pada fitrahnya semula.

Alam *suwung* ini dalam bait 13 pupuh Gambuh juga disebut alam *kinaot*, yakni alam yang tinggi tingkatannya atau alam yang sangat istimewa indahnnya. Makna *kinaot* artinya berderajad tinggi, jadi alam *suwung* berderajad lebih tinggi daripada alam dunia tempat manusia hidup saat ini. Alam *suwung* bersifat abadi dan tetap dan alam keramaian atau alam dunia merupakan alam yang selalu menjadi dan berubah.

Hubungan manusia dengan sesuatu di dalam dan di luar diri manusia, baik itu diri sendiri, sesama manusia, alam, maupun Tuhan nampak jelas menjadi pokok-pokok dalam piwulang Sri Mangkunegoro IV, satu hal yang mana mempunyai titik temu dengan konsep psikologi transpersonal yang memandang keutuhan manusia ketika mampu bersentuhan dengan wilayah-wilayah tertentu kesadarannya hingga mencapai suatu kondisi kemenyatuanannya dengan yang lain; dengan alam, kosmos dan Tuhan.

**B. Hasil diskusi dengan pakar psikologi Jawa**

Peneliti mengundang pakar psikologi yang mendalami budaya Jawa yakni Dr. Nanik Prihartanti, M. Si. Dosen Fakultas Psikologi UMS, Surakarta. Diskusi diadakan pada hari sabtu 14 juni 2014, dihadiri oleh dosen fakultas Psikologi dan mahasiswa magister psikologi profesi. **Isi Serat Wedhatama berupa sikap manusia dalam menjalani hidup di dunia yang serba berubah, bahwa dunia tidak langgeng, yang langgeng adalah perubahan itu sendiri.**Seseorang ada pada tingkatan mana, tergantung bagaimana sikapnya dalam hidup. Bagi yang siap perubahan adalah tantangan (laboratorium kehidupan) sehingga hidupnya bertumbuh; bagi yang tidak siap maka perubahan dianggap stressor. Pengertian “rasa”, bahwa “menungso nggone rasa” Secara praktis, rasa dapat dilukiskan sebagai perasaan dalam (intuisi) yang merupakan milik setiap orang. Rasa berarti menembus ke yang hakiki, dalam rasa terjadi suatu pertumbuhan atau pendalaman kepribadian Dalam rasa didapatkan sungguh-sungguh pencerahan rohani dan pengalaman-pengalaman inti yang dasariah

Beberapa pokok ajaran Sri Mangkunegoro IV:

1. “Yen tan mikani rasa, asepi lir sepah samun (pangkur/2): walaupun sudah berusia lanjut apabila tidak merasakan rasa sejati/kejiwaan, ia akan tetap kurang memiliki pengertian dan perasaan halus (jiwanya hampa, hanya berisi angan-angan dan hawa nafsu belaka. Sikap lakunya semuanya tampak dibuat-buat.
2. ..sumusuping rasa sejati (pangkur/13): dari kepandaian mengatur dan menempatkan panca indranya pada tempatnya masing-masing
3. Sembah rasa, karasa rosing dumadi (gambuh/23): Rasa tersebut adalah “rasa” manusia yang terhalus, yang

tidak dapat diperlihatkan wujudnya. Kecuali dengan daya kekuatan batin, akan “apa perlunya hidup” di dunia fana ini sehingga memahami sungguh-sungguh akan kenyataan yang diciptakan-Nya

4. Senang-susah adalah pasangan, bukan berarti lawan; sehingga jika senang tidak akan berlebihan karena akan ada saat susah; jika susah tidak akan “nggrantes” (sedih), karena akan datang saat senang, maka orang yang demikian hidupnya akan optimis
5. Beberapa konsepsi ajarannya adalah: sembah raga, sembah cipta, sembah jiwa dan sembah rasa. Seberapa luas dalam tingkat kesadaran manusia, apakah dalam tataran raga, cipta, jiwa atau rasa?
  - a. Tingkat kesadaran sembah cipta: kesadaran referensial yakni bagaimana berpikir *out of the box*
  - b. Tingkat kesadaran sembah jiwa: kesadaran eksistensi yang menekankan totalitas ekspresi manusia dalam menghadapi setiap persoalan secara spontan, dalam hal ini sudah masuk peran intuisi, sejalan dengan Jung dalam konsep individuasi maka sudah melibatkan unsur intuisi
  - c. Tingkat kesadaran sembah rasa: kesadaran kosmologis, seluruh pikiran dan perbuatan manusia senantiasa diwarnai oleh pertimbangan-pertimbangan mandiri dengan wawasan kesemestaan mencakup kedalaman tata pikir, kelapangan dada serta keandalan kinerja yang matang dan efisien. Ada kesadaran makrokosmos, bersahabat dengan alam, bencana tidak dianggap musuh, sehingga ditanggapi dengan arif, manusia akan lebih menjaga alam dan lingkungan.

Ajaran dalam serat Wedhatama sangat relevan untuk diaplikasikan, karena manusia sudah semakin menjauh terhadap pekerti luhur. Dibutuhkan upaya untuk mampu mendidik seseorang menjadi manusia yang seutuhnya sebagai makhluk biopsikososiospiritual, secara menyeluruh. Jika ingin menjadi manusia seutuhnya harus dididik secara utuh, tidak hanya raga, cipta, jiwa, rasa secara terpisah tapi secara keseluruhan sehingga pendidikan dirancang untuk mengakomodir tumbuh berkembangnya ke-empatnya tersebut secara bersama-sama dan saling melengkapi, seperti *puzzle* yang dipasang tidak sendiri-sendiri tapi saling melengkapi dan utuh, sehingga menjadi manusia dengan perilaku utama.

### C. Hasil FGD dengan Tokoh masyarakat Survivor Erupsi Merapi 2010

Peneliti melakukan wawancara dengan lima (5) tokoh masyarakat dan penyintas (survivor) erupsi Merapi tahun 2010 yang kini tinggal di huntap (hunian tetap) dusun kaliadem, cangkringan, Sleman. Hasil wawancara FGD dengan Kepala dusun, ketua Rw dan ketua RT didapatkan informasi bahwa masyarakat mulai tinggal di rumah permanen yang dibangun secara berkelompok dan kehidupan masyarakat ditata kembali dengan prinsip musyawarah. Penataan kembali mulai penataan fisik dan struktural, penataan lingkungan, penataan ekonomi, penataan sosial dan spiritual. Beberapa permasalahan muncul akibat struktur masyarakat yang berubah dari lingkungan tempat tinggal yang berjauhan menjadi berdempet satu sama lain. Salah satu strategi yang dilakukan adalah dengan pengendalian diri untuk mencapai suatu masyarakat yang “rukun”. Dikaitkan dengan nilai dalam serat Wedhatama adalah masyarakat mencoba hidup dengan mengedepankan tingkat kesadaran sembah rasa. Muncul kesadaran lingkungan menjupikiran membentuk masyarakat baru yang menyatu dengan

kelapangan dada, ada konsep “mengerem” dan “malu” jika berbicara yang keras karena akan mengganggu tetangganya yang berdekatan. Selain itu ditemukan bahwa masyarakat tetap “*nguri-uri kabudayan*” dengan kenduri untuk jalinan persaudaraan, dengan niat sedekah, memberi rizki, ini adalah muatan lokal untuk menjalin kesatuan. Ditemukan pula bahwa bencana telah memunculkan kewaspadaan, memunculkan sikap spiritual antara lain sabar dan tawakkal pada masyarakat.

### KESIMPULAN DAN SARAN

Ajaran yang dikandung dalam serat wedhatama merupakan buah renungan pujangga besar Sri Mangkunegoro IV, berisi petunjuk perilaku bagi putera-puterinya, juga bagi masyarakat Jawa pada khususnya, dan isinya masih relevan untuk diterapkan dan menjadi bahan kajian untuk diteliti lebih lanjut pada masa yang akan datang. Khusus bagi masyarakat Indonesia nilai-nilai yang dikandungnya sejalan dengan nilai Pancasila atau *ekaprasetya panca karsa* (Syafroni, 1986) yang menjadi falsafah hidup bangsa Indonesia. Namun bagaimana lebih dapat disesuaikan disesuaikan dengan kebutuhan bangsa yang terus berubah dengan banyaknya bencana, perlu dilakukan penelitian lanjutan.

### DAFTAR PUSTAKA

- Ardhani. (1995). *Pemikiran KGPA Mangkunegoro IV*. Semarang : Dahara Prize.
- Asdi, E.D., Hardjosatoto, S. & Parmono, R. (1984). *Gambaran Manusia Seutuhnya Menurut Serat Wedhatama: Laporan Penelitian*. Fakultas Fislafat UGM.
- Boorstein, S. (2000). *Transpersonal Psychotherapy: American Journal of Psychotherapy*, 54 (3), 408-423.
- George, L.K., Larson, D.B., Koenig, H.G. & McCullough, M.E. (2000).

## PROCEEDING SEMINAR NASIONAL

“Selamatkan Generasi Bangsa dengan Membentuk Karakter Berbasis Kearifan Lokal”

---

- Spirituality and Health: What We Know, What We Need To Know: *Journal of Social and Clinical Psychology*, 19, (1), 102-116.
- Gotterer, R. (2001). The Spiritual Dimension in Clinical Social Work Practice: A Client Perspective: *Families In Society-Academic Research Library*, 82 (2), 187-192.
- Graham, S., Furr, S., Flowers, C. & Burke, M. T. (2001). Religion and spirituality in coping with stres. *Counseling and Values*, 46 (1), 90-99.
- Guerra, N.G., Williams, K.R. & Sadek, S. (2011). **Understanding Bullying and Victimization During Childhood and Adolescence: A Mixed Methods Study.** *Child Development*, 82 (1), 295-310. DOI: 10.1111/j.1467-8624.2010.01556.x
- Gumelar, L.S.A. (2012). Sambutan Menteri Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak RI Pada Peringatan Hari Ibu ke-84, Jakarta, 18 desember 2012. Diakses dari [www.bazarnas.go.id](http://www.bazarnas.go.id).
- Hall, C.R., Dixon, W.A. & Mauzey, E.D. (2004). Spirituality and Religion: Implications for Counselors: *Journal of Counseling and Development*, 82, (4), 504-508.
- (<http://en.wikipedia.org/wiki/Indonesia>)
- ([www.republika.co.id](http://www.republika.co.id), 21 April 2013)
- Jatmiko, A. (2007). *Tafsir Ajaran Serat Wedhatama*. Yogyakarta: Pura Pustaka.
- Karasu, T.B. (1999). Spiritual Psychotherapy: *American Journal of Psychotherapy*, 53 (2), 143-162.
- Kim, U & Berry, J.W. (1993). *Indigenous Psychology, Research and Experience In Cultural Context*. USA: Sage Publications, Inc.
- Mubarak, A. (2011). *To Sell Islamic Psychology to Public Community, An Experience*. Paper presented at API 3-rd Congress. UIN Maliki Malang.
- Rueffler, M. (1995). *Para Pemain dalam Diri Kita; Sebuah Pendekatan Transpersonal dalam Terapi*. Batavia Press.
- Strohl, J.E. (1998). Transpersonalism: Ego meets soul. *Journal of Counseling and Development*. Fall, 76 (4), 397-403
- Syafroni. (1986). *Ajaran Etik Serat Wedhatama Manfaatnya Dalam Pelaksanaan Ekaprasetya Pancakarsa: Laporan Penelitian*. Fakultas Fislafat UGM.
- Urbayatun, S. (2008). *Ajaran Sri Mangkunegoro IV dalam Serat Wedhatama dan Hubungannya dengan Psikologi Transpersonal. Makalah*: disampaikan dalam kuliah Topik Khusus dalam Psikologi Pada program Doktor Psikologi UGM.
- Urbayatun, S. (2006). Psikoterapi Do'a Untuk Mengatasi Gangguan Jiwa Ringan, *Jurnal Psikologi Islami*, Vol. II, No.3, 31-38.
- Urbayatun, S. (2006). Peran Nilai-nilai Sufistik Jawa untuk Mengatasi Gangguan Stres Pasca Trauma Akibat Gempa, *Proceeding UNDIP*, 2006. ISBN
- Urbayatun, S. (2007a). Hikmah Wudhu Sebagai Pengendali Emosi Marah.

## PROCEEDING SEMINAR NASIONAL

“Selamatkan Generasi Bangsa dengan Membentuk Karakter Berbasis Kearifan Lokal”

---

- Proceedings Kongres Nasional II API, Unissula, Semarang, Agustus 2007. ISBN
- Urbayatun, S. (2007b). Critical Evaluation Between Concept of Post Traumatic Stress Disorder Vs Post Traumatic Growth- The Perspective of Javanese Culture. *Proceedings International Seminar on Research In Sciences (Natural and Social Sciences)*. Ahmad Dahlan University Yogyakarta, Indonesia. ISBN:978-979-96187-2-6., 105-112.
- Urbayatun, S. (2008). Peran Terapi Bermain Untuk Mengatasi PTSD Pada Siswa Muhammadiyah Bleber, Prambanan, Yogyakarta, *HUMANITAS*, VOL. 5 No.1 JANUARI 2008
- Urbayatun, S. (2010a). Koping positif berbasis spiritual religius terbukti berperan penting terhadap kualitas hidup penyintas gempa bumi yang mengalami cacat fisik. *Proceeding Konferensi Nasional II Ikatan Psikologi Klinis- Himpsi*, Yogyakarta, 5-6 Febtuari 2010. Hal 196-199, ISBN 978-979-21-2845-1
- Urbayatun, S. (2010b). Memahami koping religious-sufistik dan peranannya bagi kualitas hidup masyarakat. *Proceeding seminar nasional “Pendidikan Karakter bangsa” Universitas Ahmad Dahlan*, 30 januari 2010, ISBN 978-602-96622-0-7
- Urbayatun, S. (2010c). Hubungan keteraturan menjalankan sholat dengan pengendalian emosi pada siswa-siswi kelas XI MAN Babakan, Lebaksiu, tegal, *Proceeding seminar nasional “Pendidikan Karakter bangsa” Universitas Ahmad Dahlan*, 30 januari 2010, ISBN 978-602-96622-0-7
- Urbayatun, S. (2010d). Dukungan Sosial dan Kecenderungan Depresi Post Partum Pada Ibu Primipara di Daerah Gempa Bantul, *HUMANITAS*, VOL. VII No.2 Agustus 2010, ISSN:1693-7236
- Urbayatun, S. (2011a). Indigeneous psychology, indiginisasi dan islamisasi serta kaitannya dengan pengembangan ilmu psikologi di indonesia, *Proceeding seminar nasional “Psikologi dan Tantangan Millenium Ketiga” Universitas Ahmad Dahlan*, 16 April 2011, ISBN 978-602-99090-0-5
- Urbayatun, S. (2011b). Hubungan Antara Koping Religius Sufistik dengan Posttraumatic Growth Pada Ibu-ibu Jejeran Pasca Gempa, *Proceeding International Conference and the 3rd of Congress of Association of Islamic Psychology: “The Role of Islamic Psychology in the Effort of Increasing Life Quality”*, UIN Malang, Juli 2011, ISBN 978-602-958-389-2