

**KONSEP TAHAPAN-TAHAPAN SPIRITUAL KI AGENG
SURYOMENTARAM: DARI *MANUNGSO KROMODONGSO* MENUJU
*MANUNGSO TANPO TENGER***



SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Strata Satu (S-1)
Dalam Ilmu Ushuluddin dan Humaniora
Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi

Oleh:

Siti Raodlatul Jannah

1704046001

**FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG**

2021

DEKLARASI KEASLIAN

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Siti Raodlatul Jannah

NIM : 1704046001

Jurusan : Tasawuf dan Psikoterapi

Judul Skripsi : Konsep Tahapan-Tahapan Spiritual Ki Ageng Suryomentaram:
Dari *Manungso Kromodongso* Menuju *Manungso Tanpo Tenger*

Penulis dengan ini menyatakan bahwa penelitian ini tidak memuat karya penelitian yang telah diajukan sebelumnya untuk tujuan memperoleh gelar sarjana di suatu perguruan tinggi atau pendapat orang lain selain yang tercantum dalam daftar pustaka.

Semarang, 14 Desember 2021

Deklarator,




Siti Raodlatul Jannah

NIM: 1704046001

**KONSEP TAHAPAN-TAHAPAN SPIRITUAL KI AGENG
SURYOMENTARAM: DARI MANUNGSO KROMODONGSO MENUJU
MANUNGSO TANPO TENGER**



SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Strata Satu (S-1)
Dalam Ilmu Ushuluddin dan Humaniora
Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi

Oleh:

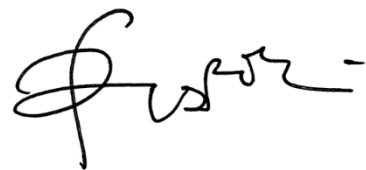
Siti Raodlatul Jannah

1704046001

Semarang, 14 Desember 2021

Disetujui oleh:

Pembimbing



Royanulloh, S. Psi. M. Psi. T.

NIP.198812192018011001

NOTA PEMBIMBING

Lamp : -
Hal : Persetujuan Naskah Skripsi
Kepada :
Yth. Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora
UIN Walisongo
Di Semarang

Assalamualaikum Wr. Wb.

Setelah kami mengadakan koreksi dan perbaikan seperlunya, maka bersama ini kami kirimkan naskah skripsi saudara

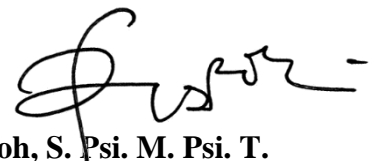
Nama : Siti Raodlatul Jannah
NIM : 1704046001
Program : S1 Ilmu Ushuluddin dan Humaniora
Jurusan : Tasawuf dan Psikoterapi
Judul Skripsi : Konsep Tahapan-Tahapan Spiritual Ki Ageng
Suryomentaram: Dari *Manungso Kromodongso* Menuju
Manungso Tanpo Tenger

Dengan ini mohon agar skripsi tersebut dapat segera dimunaqosahkan. Atas perhatiannya kami sampaikan terimakasih.

Wassalamualaikum Wr. Wb.

Semarang, 14 Desember 2021

Pembimbing



Royanulloh, S. Psi. M. Psi. T.

NIP.198812192018011001



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA**

Kampus II Jl. Prof. Dr. Hamka Km.1, Ngaliyan-Semarang Telp. (024) 7601294
Website: www.fuhum.walisongo.ac.id; e-mail: fuhum@walisongo.ac.id

SURAT KETERANGAN PENGESAHAN SKRIPSI

Nomor: B-0118/Un.10.2/D1/ DA.04.09.e/01/2022

Skripsi di bawah ini atas nama:

Nama : **SITI RAODLATUL JANNAH**
NIM : 1704046001
Jurusan/Prodi : Tasawuf dan Psikoterapi
Judul Skripsi : **KONSEP TAHAPAN-TAHAPAN SPIRITUAL KI AGENG SURYOMENTARAM: DARI MANUNGSO KROMODONGSO MENUJU MANUNGSO TANPO CIRI**

telah dimunaqasahkan oleh Dewan Penguji Skripsi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, pada tanggal **29 Desember 2021** dan telah diterima serta disahkan sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana dalam ilmu ushuluddin dan humaniora.

NAMA	JABATAN
1. Fitriyati, S.Psi., M.Psi.	Ketua Sidang
2. Ulin Ni'am Masruri, M.A.	Sekretaris Sidang
3. Dr. Hj. Arikhah, M.Ag.	Penguji I
4. Hikmatun Balighoh Nur Fitriyati, M.Psi.	Penguji II
5. Royanulloh, M.Psi.T	Pembimbing

Demikian surat keterangan ini dibuat sebagai **pengesahan resmi skripsi** dan dapat dipergunakan sebagaimana mestinya

Semarang, 11 Januari 2022

an. Dekan

Wakil Bidang Akademik dan Kelembagaan



MOTTO

“Larutkan Ego dalam Kehendak Ilahi”

(Aswar, Founder Pure Consciousness Indonesia)

TRANSLITERASI

PEDOMAN Transliterasi adalah pemindahan huruf dari satu abjad ke abjad lainnya. Berdasarkan pedoman skripsi Fakultas Ushuluddin dan Huumaniora UIN Walisongo Semarang tentang transliterasi yaitu:

1. Konsonan

Huruf konsonan dalam bahasa Arab dilambangkan dengan menggunakan huruf, dalam transliterasi ini penulis menyimbolkannya dengan menggunakan huruf, dengan tanda dan huruf serta tandanya secara bersamaan. Berikut ini adalah daftar huruf dalam huruf Arab dan Latin untuk transliterasi:

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Keterangan
ا	Alif	Tidak dilambangkan	tidak dilambangkan
ب	Ba'	B	Be
ت	Ta'	T	Te
ث	Tsa'	S	es (dengan titik diatas)
ج	Jim'	J	Je
ح	Ha'	H	ha (dengan titik dibawah)
خ	Kha'	Kh	ka dan ha
د	Dal	D	De
ذ	Zal	Z	zet (dengan titik diatas)
ر	Ra'	R	Er
ز	Za	Z	Zet
س	Sin	S	Es
سین	Syin	Sy	es dan ye
ص	shad	S	es (dengan titik dibawah)
ض	dhad	D	de (dengan titik dibawah)
ط	ta'	T	te (dengan titik dibawah)
ظ	dza'	Z	zet (dengan titik dibawah)
ع	'ain	'	koma terbalik di atas
غ	Gain	G	Ge

ف	fa'	F	Ef
ق	qaf	Q	Qi
ك	kaf	K	Ka
ل	lam	L	El
م	mim	M	Em
ن	nun	N	En
و	wau	W	W
ه	ha'	H	Ha
ء	Hamzah	`	Aprostof
ي	ya'	Y	Ye

2. Konsonan Rangkap Karena Syaddah

مُتَعَدِّدَةٌ	Ditulis	<i>Muta'addidah</i>
عِدَّةٌ	Ditulis	<i>'iddah</i>

3. Ta' marbutah

Penulisan *ta' marbutah* ditulis dengan menggunakan huruf h, baik di akhir kalimat maupun di tengah kalimat majemuk (kalimat tersebut diikuti dengan kata sandang "al"). Ketentuan seperti itu tidak diperlukan lagi dalam aksara Arab yang sudah diserap ke dalam bahasa Indonesia, seperti zakat, shalat, dan sebagainya. Kecuali apa yang diinginkan kata aslinya.

حِكْمَةٌ	Ditulis	<i>Hikmah</i>
عِلَّةٌ	Ditulis	<i>'illah</i>
كِرَامَةُ الْأَوْلِيَاءِ	Ditulis	<i>Karamah al-auliya'</i>

4. Vokal Pendek Dan Penerapannya

...َ...	Fathah	Ditulis	A
...ِ...	Kasrah	Ditulis	I
...ُ...	Dhammah	Ditulis	U

فَعَلَ	Fathah	Ditulis	<i>Fa'ala</i>
ذَكَرَ	Kasrah	Ditulis	<i>Zukira</i>
يَذْهَبُ	Dhammah	Ditulis	<i>Yazhabu</i>

5. Vokal Panjang

1. fathah + alif	Ditulis	A
جاهلية	Ditulis	<i>Jahiliyyah</i>
2. fathah + ya' mati	Ditulis	A
تنسى	Ditulis	<i>Tansa</i>
3. kasrah + ya' mati	Ditulis	I
كريم	Ditulis	<i>Karim</i>
4. dammah + wawu mati	Ditulis	U
فروض	Ditulis	<i>Furud</i>

6. Vokal Rangkap

1. fathah + ya' mati	Ditulis	<i>Ai</i>
بينكم	Ditulis	<i>Bainakum</i>
2. fathah + wawu mati	Ditulis	<i>Au</i>
قول	Ditulis	<i>Qaul</i>

7. Vocal Pendek Yang Berurutan Dalam Satu Kata Dipisahkan Dengan Apostrof

أنتم	Ditulis	<i>A'antum</i>
أعدت	Ditulis	<i>U'iddat</i>
لنشكركم	Ditulis	<i>La'in syakartum</i>

8. Kata Sandang Alif + Lam

- a. bila diikuti huruf *Qamariyyah* maka ditulis dengan menggunakan huruf awal “al”.

القرآن	Ditulis	<i>Al-Qur'an</i>
القياس	Ditulis	<i>Al-Qiyas</i>

- b. bila diikuti huruf *Syamsiyyah* ditulis sesuai dengan huruf pertama *Syamsiyyah* tersebut.

السَّمَاء	Ditulis	<i>As-sama'</i>
الشَّمْس	Ditulis	<i>Asy-syams</i>

9. Penulisan Kata-Kata Dalam Rangkaian Kalimat

Ditulis menurut penulisannya

ذَوِي الْفُرُوضِ	Ditulis	<i>Zawi al-furud</i>
أَهْلُ السُّنَّةِ	Ditulis	<i>Ahl as-sunnah</i>

10. Tajwid

Seseorang yang ingin mengucapkan kalimat dalam membaca kalimat yang menggunakan bahasa Arab, maka panduan transliterasi ini menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari ilmu tajwid. Oleh karena itu, dalam penegasan pedoman transliterasi Arab-Latin (versi Internasional) perlu ditambahkan pedoman tajwid.

UCAPAN TERIMA KASIH

Bismillahirrohmaanirrohim

Alhamdulillah, Allah Tuhan Semesta Alam, berkat Taufiq dan hidayah-Nya, penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini. Skripsi yang berjudul **“Konsep Tahapan-Tahapan Spiritual Ki Ageng Suryomentaram: Dari Manungso Kromodongso Menuju Manungso Tanpo Tenger”**. Untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana (S-1) dari Fakultas Ushuluddin dan Ilmu Budaya UIN Walisongo Semarang.

Dalam penyusunan skripsi ini, penulis telah banyak mendapatkan bimbingan dan arahan dari beberapa pihak sehingga penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Untuk itu penulis mengucapkan terima kasih:

1. Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian ini.
2. Kedua orang tua penulis, Ibu Siti Nadhiroh dan Bapak Edy Suyanto, yang telah memberikan dukungan finansial dan spiritual sehingga penulis dapat menyelesaikan studi dan penelitian ini dengan baik.
3. Prof. Dr. H. Imam Taufiq, M.Ag, selaku rektor UIN Walisongo Semarang.
4. Dr. H. Hasyim Muhammad, M.Ag, selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang.
5. Ibu Fitriyati, S.Psi, M.si, Psikolog, selaku Ketua Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang. Terimakasih atas bimbingan dan arahnya selama ini.
6. Bapak Royanulloh, S. Psi. M. Psi. T. Selaku dosen pembimbing, terimakasih atas bimbingan dan arahnya selama ini.
7. Bapak Dr. H. Sulaiman, M. Ag. selaku dosen wali, terimakasih atas bimbingan dan arahnya selama ini.
8. Seluruh Dosen Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang, terima kasih atas ilmu dan bimbingannya dari awal hingga akhir perkuliahan.

9. Ucapan terimakasih yang mendalam untuk Bang Aswar yang telah kebersamai dalam perjalanan jiwa saya, sehingga saya dapat menyelesaikan penelitian ini. Terimakasih pula atas semua ketulusan dan kemurahan hatinya hingga saat ini.
10. Kepada semua pihak yang membantu dan mendukung penulis sehingga skripsi ini dapat terselesaikan yang tidak dapat penulis sebut satu-persatu.

Penulisan skripsi ini belum mencapai kata yang sempurna, namun penulis sendiri berharap agar skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi banyak pihak, khususnya masyarakat umum.

Semarang, 14 Desember 2021



Siti Raodlatul Jannah

NIM: 1704046001

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN DEKLARASI KEASLIAN.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
HALAMAN NOTA PEMBIMBING.....	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
HALAMAN MOTTO	vi
HALAMAN TRANSLITERASI	vii
HALAMAN UCAPAN TERIMA KASIH	xi
HALAMAN DAFTAR ISI	xiii
HALAMAN ABSTRAK.....	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penulisan	7
D. Manfaat Penulisan	7
E. Tinjauan Pustaka	8
F. Metode Penulisan.....	9
G. Sistematika Penulisan.....	11
BAB II LANDASAN TEORI	13
A. Pengertian Spiritual	13
B. Aspek-Aspek Spiritual	16
C. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Spiritualitas	21
D. Tahapan-Tahapan Spiritual	23
E. Krisis Eksistensi Manusia	36
BAB III DESKRIPSI DAN ANALISIS	41
A. Profil Ki Ageng Suryomentaram.....	41
1. Masa Kecil Ki Ageng Suryomentaram.....	41
2. Masa Remaja Ki Ageng Suryomentaram.....	42

3.	Masa dewasa Ki Ageng Suryomentaram	44
4.	Akhir Hayat Ki Ageng Suryomentaram	48
5.	Karya-karya Ki Ageng Suryomentaram	49
B.	Dimensi Kesadaran Manusia Menurut Ki Ageng Suryomentaram	50
1.	Ukuran I: Juru Catat (Pencatat)	51
2.	Ukuran II: Kumpulan Catatan	54
3.	Ukuran III: <i>Kromodongso</i>	61
4.	Ukuran IV: <i>Manungso tanpo tenger</i>	64
C.	Tahapan-Tahapan Spiritual Perspektif Ki Ageng Suryomentaram: Dari <i>Manungso kromodongso</i> Menuju <i>Manungso tanpo tenger</i>	68
1.	<i>Manungso kromodongso</i>	69
2.	Jalan Simpang Tiga: Puncak antara <i>Kromodongso</i> dan <i>Manungso tanpo tenger</i>	74
3.	<i>Manungso tanpo tenger</i> : Kualitas Kepribadian Sehat Manusia Seutuhnya.....	78
D.	Transformasi <i>Manungso Kromodongso</i> Menuju <i>Manungso Tanpo Tenger</i>	87
1.	Transformasi Ke-aku-an: Dari “ <i>Aku Kromodongso</i> ” Menuju “ <i>Aku Sejati</i> ”.....	87
2.	Melarutkan Sebelas Catatan <i>Kromodongso</i> sebagai Sumber Rasa Hidup.....	100
BAB IV PENUTUP		103
A.	Kesimpulan.....	103
B.	Saran	104
DAFTAR PUSTAKA		106
DAFTAR RIWAYAT HIDUP		112

ABSTRAK

Siti Raodlatul Jannah (1704046001), **Konsep Tahapan-Tahapan Spiritual Ki Ageng Suryomentaram: Dari *Manungso Kromodongso* Menuju *Manungso Tanpo Tenger*.**

Dalam tradisi lokal nusantara dikenal Ki Ageng Suryomentaram yang membawa ajaran *Kawruh jiwa* dalam rangka untuk mengenal diri (*pengawikan pribadi*). Dengan menggunakan ajaran Kawruh Jiwa Ki Ageng Suryomentaram, maka manusia dapat mengatasi krisis spiritual dengan cara mengevolusikan si *manungso kromodongso* menuju *manungso tanpo tenger*. Ketika *manungso tanpo tenger* ini tumbuh dalam jiwa seseorang, maka ia akan menjadi manusia yang dapat memahami dirinya, ketika ia dapat mengerti siapa dirinya maka ia dapat mengenali pengalaman-pengalamannya, ketika ia dapat mengenali pengalamannya maka ia akan dapat mengenali lingkungannya, jika ia dapat mengenali lingkungannya maka ia akan dengan mudah mengenali Tuhannya.

Masalah dalam penelitian tersebut dapat dirumuskan dalam bentuk pertanyaan: (1) Bagaimana konsep tahapan-tahapan spiritual Ki Ageng Suryomentaram? (2) Bagaimana mentransformasi *manungso kromodongso* menuju *manungso tanpo tenger*? Tujuan dalam penulisan ini untuk mengetahui konsep tahapan-tahapan spiritual Ki Ageng Suryomentaram. Jenis penelitian tersebut menggunakan *library research* (penulisan perpustakaan). Analisis data yang digunakan adalah deskriptif dan analisis konten.

Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa konsep tahapan spiritual Ki Ageng Suryomentaram adalah konsep tahapan spiritual yang mengevolusikan dari *manungso kromodongso* (Dimensi III) menuju manusia *tanpo tenger* (Dimensi IV). Dilakukan dengan cara mentransformasi ke-aku-an: dari aku *kromodongso* menuju aku sejati dan melarutkan 11 catatan *kromodongso* sebagai sumber rasa hidupnya. Dengan mengevolusikan *manungso kromodongso* menuju manusia *tanpo tenger*, manusia dapat mencapai kondisi manusia seutuhnya, yaitu manusia merdeka yang tidak dicirikan oleh catatan-catatannya, manusia yang dapat mengenali diri, pengalaman, lingkungan dan Tuhannya. Serta manusia yang mengalami kebahagiaan sejati, kebahagiaan yang tidak tergantung pada waktu, tempat, dan keadaan.

Kata Kunci: *Konsep, Tahapan-Tahapan Spiritual, Ki Ageng Suryomentaram.*

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia memiliki dua dimensi, yakni dimensi jasmani (kemanusiaan) dan dimensi ruhani (keilahian). Manusia dalam dimensi jasmani memiliki kebutuhan dasar seperti makan dan minum, sedangkan kebutuhan manusia dalam dimensi ruhani adalah kebutuhan akan spiritualitas, yaitu kebutuhan mengenal diri, pengalaman, lingkungan (budaya) dan Tuhannya.

Spiritualitas merupakan ilmu atas dasar ke-Tuhanan yang absolut. Dimana di dalamnya mempelajari bagaimana perjalanan hidup dalam rangka mengenal diri sendiri dan juga Tuhan tanpa adanya perantara.¹ yang berarti manusia dan Tuhan merupakan dua hal yang tidak dapat terpisahkan, keduanya merupakan kepaduan dan kemanunggalan.

Dalam menambah penghayatan spiritual, manusia mengikuti beberapa jejak para tokoh spiritual seperti halnya Mursyid, Guru Spiritual, Sufi, Pendeta, Budha, dan lain sebagainya. Di dalam perjalanan tersebut manusia melakukan upaya untuk menapaki tangga-tangga spiritual berupa pembersihan diri (*tazkiyyatun nafs*) dan meningkatkan nilai-nilai spiritualnya.

Dalam perkembangan dunia sekarang ini, pembahasan tentang spiritualitas sudah mulai memudar. Pesatnya perkembangan dunia modern telah berhasil mengantarkan manusia mencapai kemakmuran secara materi. Namun, paradigma dunia modern dengan budaya materialnya telah banyak menyeret manusia ke dalam krisis spiritual, dan akar dari krisis spiritual adalah krisis eksistensi diri². Manusia telah mengalami kejatuhan eksistensi diri—dari manusia spiritual (manusia dalam dimensi keilahian)

¹ Rahmat Subagya, *Kepercayaan dan Agama* (Yogyakarta: Kanisius, 2011), h. 77.

² Fasal Kamal, "Isu-isu Kontemporer dalam Konstruksi Pembaharuan Pesantren", *Paramurobi: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, vol. 1, no. 1, h. 1-13, 2018.

menjadi manusia material (manusia dalam dimensi kemanusiaan).³ Kejatuhan eksistensi ini menciptakan berbagai permasalahan, seperti halnya stress, depresi, upaya bunuh diri, kecanduan, pengangguran, dan lain sebagainya.⁴

Dalam artikel online tirtoid pada tanggal 11 Juli 2019 dengan judul “Kegersangan Spiritual: Pemicu "Hijrah" & Kesalehan Muslim Urban”. Artikel online tersebut menjelaskan bahwasanya dampak dari adanya globalisasi serta budaya material melahirkan fenomena kegersangan spiritual. Bentuk dari kegersangan spiritual tersebut ditandai dengan adanya gerakan hijrah yang di dalamnya memuat komersialisasi Islam yang dangkal, gerakan hijrah ini mengajak para pengikutnya untuk memperlihatkan corak Islam di luar alih-alih membangun spiritualitas dari dalam. Gerakan ini mengubah sifat dasar dari Islam yang pluralis dan toleran menjadi Islam yang puritan dan radikal.⁵

Bentuk krisis spiritual lain juga dapat dilihat dari maraknya kasus kekerasan, dalam berita online detiknews.com pada tanggal 27 Maret 2019 dengan judul “Krisis Toleransi dan Kekerasan Terhadap yang Lain”. Artikel ini menjelaskan bahwasanya masyarakat saat ini sedang mengalami krisis yang berangkat dari dampak budaya material dunia modern. Manusia telah menjadi manusia yang hilang hati nuraninya, hilang kepekaan rasanya, serta hilang nilai-nilai spiritualnya. Dunia modern mengalami kontradiksi, yaitu kemajuan dan kemunduran. Terdapat kemajuan yang begitu pesat dalam hal ilmu pengetahuan dan teknologi, dan terdapat pula kemunduran dalam hal nilai-nilai dan spiritualitas. Semua hal tersebut menjadikan manusia mengalami frustrasi dan

³ Zubaedi, *Isu-Isu Baru dalam Diskursus Filsafat Pendidikan Islam dan Kapita Selekta Pendidikan Islam*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2012), h. 51-52.

⁴ Huston Smith, *Kebenaran yang Terlupakan Kiritik atas Sains dan Modernitas*, terj. Inyiah Ridwan Muzir, (Yogyakarta : IRCiSoD, 2001.), h. 130.

⁵ Irfan Teguh. 2019. “Kegersangan Spiritual: Pemicu "Hijrah" & Kesalehan Muslim Urban”. Diunduh 11 Oktober 2021. <https://tirtoid/kegersangan-spiritual-pemicu-hijrah-kesalehan-muslim-urban-ed2c>.

keterasingan. Frustrasi dan keterasingan ini menyebabkan manusia terjerumus ke dalam pusaran ekstrimisme dan intoleransi.⁶

Berita online liputan6.com pada tanggal 31 Maret 2011 dengan judul “Aksi Kekerasan Disebabkan Krisis Spiritual” menyebutkan bahwasanya banyaknya aksi kekerasan dan pelanggaran Hak Asasi Manusia (HAM) terjadi karena adanya krisis spiritual yang mendangkalkan visi kemanusiaan, pendangkalan ini mengakibatkan krisis persepsi yang mengubah cara pandang terhadap manusia dengan cara pandang yang parsial (terpisah) dan reduksionis. Manusia modern hanya memandang kehidupan sebagai realitas satu dimensi, yaitu dimensi material yang hanya dapat dilihat secara empiris. Akibatnya, manusia tidak diragukan lagi dipandang sebagai sosok satu dimensi, tanpa disadari manusia hanya dikonseptualisasikan sebagai hewan yang memiliki kapasitas lebih tinggi dari spesies hewan lainnya.⁷

Data-data di atas merupakan dampak dari adanya krisis eksistensi yang dialami oleh manusia dengan budaya materialnya. Manusia menjadi bukan manusia yang sebenarnya, manusia telah melupakan eksistensi sejati dari dirinya, kondisi ini menjadikan manusia menjalani kehidupannya seperti halnya robot. Robot tidak memiliki kehendak, sedangkan manusia memiliki kehendak, robot menjadi obyek dari lingkungan sedangkan manusia menjadi subyek atas lingkungan, robot tidak dapat berfikir atas pengalaman-pengalamannya sedangkan manusia dapat berfikir atas pengalaman-pengalamannya, robot tidak memiliki kemerdekaan jiwa, sedangkan manusia merdeka jiwanya, robot tidak memiliki *self awareness*, ia hanya bekerja berdasarkan algoritma/*artificial intelegence*, sedangkan manusia memiliki *self awareness*, robot tidak memiliki kebebasan memilih, sedangkan manusia memiliki kebebasan

⁶ Yeri lando. 2019. “Krisis Toleransi dan Kekerasan Terhadap yang Lain”. Diunduh 10 November 2021. <https://news.detik.com/kolom/d-4485219/krisis-toleransi-dan-kekerasan-terhadap-yang-lain>.

⁷ Liputan6. 2011. “Aksi Kekerasan Disebabkan Krisis Spiritual”. Diunduh 11 Oktober 2021. <https://www.liputan6.com/news/read/327113/aksi-kekerasan-disebabkan-krisis-spiritual>

memilih. Manusia semacam ini adalah manusia yang sepenuhnya telah dikendalikan oleh budaya material.

Untuk dapat mentransformasi budaya material menuju budaya spiritual, diperlukan manusia yang memiliki kesadaran atas diri, pengalaman, lingkungan dan Tuhannya. Namun kenyataan yang terjadi dalam kehidupan adalah hal yang sebaliknya, banyak manusia yang merobatkan dirinya dengan tidak memiliki kesadaran atas diri serta lingkungannya, bentuknya dengan melakukan normalisasi dan bersikap pasif terhadap budaya yang ada, budaya-budaya modern yang tidak menumbuhkan yang membawa manusia ke dalam paradigma materialisme diterima begitu saja dan dianggap sebagai hal yang normal dan benar adanya. Hanya sedikit wacana mengenai spiritualisme dan upaya untuk melampaui budaya, akhirnya manusia menjadi manusia yang pasif, manusia yang hanya menyerap kemudian beradaptasi begitu saja dalam budaya-budaya yang ada. Ini menjadi dasar dari banyaknya kekacauan, kemiskinan, kriminalitas, masalah emosional, penyakit, dan lain sebagainya.

Budaya adalah hasil dari kesadaran kolektif masyarakat, kesadaran kolektif masyarakat adalah hasil dari kesadaran individu yang berjejaring. Jadi, untuk dapat melampaui budaya, manusia perlu memiliki kesadaran atas dirinya, kesadaran atas diri dapat dilakukan dengan belajar mengenal diri—Transformasi kesadaran diri.

Upaya untuk mengenal diri—Transformasi kesadaran diri dan realitas transenden yang kudus dan sakral telah muncul dalam berbagai tradisi. Seperti dalam tradisi Yunani yang dikenal sebagai *phronesis*, atau bisa disebut sebagai kesadaran subyektif. Dalam tradisi Helenistik menyebut puncak pengenalan diri sebagai konsep *ataraxia* atau *apathei*, keadaan tanpa *pathe*. Aristoteles menyebut pengenalan hakikat diri ini sebagai kondisi *pra-excellence*. Dalam tradisi Islam juga menyebutkan motto yang dikenalkan oleh Sayyidina Ali tentang “ من عرف نفسه، فقد ” “barang siapa mengenal dirinya niscaya akan mengenal ربه”:

Tuhannya.”⁸ Sedangkan Socrates memiliki motto utama yang mirip dengan Sayyidina Ali, yaitu "*Gnott Seauton*" atau "Kenali dirimu sendiri".

Di dalam tradisi Jawa, terdapat pembelajaran pengenalan diri yang disebut sebagai *Kawruh Jiwo*, *Kawruh Jiwo* ini merupakan ajaran yang dipelopori oleh Ki Ageng Suryomentaram, Ki Ageng Suryomentaram merupakan tokoh spiritual Jawa yang memperkenalkan ajaran spiritual Jawanya ke dalam tradisi Prancis. Adapun pemikiran Ki Ageng Suryomentaram, seperti yang dikatakannya, "*yen sampun kulina nyumerepi raos-raosipun piyambak ingkang cethek-cethek, tiyang lajeng bijak wiwit nyumerepi raos-raosipun piyambak ingkang lebet*". Mengenal diri sendiri merupakan dasar pemahaman seseorang tentang hakikat tujuan manusia.

Ajaran pengetahuan tentang mengenal diri sendiri Ki Ageng Suryomentaram dimulai dengan mengenal rasa. Rasa merupakan perangkat dalam diri seorang manusia yang memiliki kegunaan untuk mendorong manusia melakukan apa saja, manusia mencari air minum dikarenakan terdapat dorongan rasa haus, manusia mencari makan karena terdapat dorongan rasa lapar, manusia mencari bantal untuk tidur karena dorongan dari rasa kantuk, manusia mencari handuk karena terdorong oleh rasa ingin mandi, dan lain sebagainya. Dalam hal ini, rasa adalah diri, dan diri juga merupakan rasa. Jika hanya diri (dimensi fisik) saja tanpa adanya rasa, maka tidak dapat disebut sebagai diri, melainkan disebut sebagai bangkai. Kemudian dapat penulis simpulkan bahwasanya mempelajari mengenai rasa sama dengan mempelajari mengenai diri (Jawa: *Pengawikan Pribadi*).

Di dalam *Pengawikan Pribadi*, diri yang dipelajari adalah diri yang memiliki nama khusus, jika namanya "Siti", maka ia akan sebagai "si Siti", Jika namanya "Agus", maka ia akan merasa sebagai "si Agus", Rasa sebagai si Siti maupun sebagai si Agus ini dalam *Kawruh Jiwo* disebut sebagai *Kromodongso*.

⁸ Karen Armstrong, *Glosarium: dalam Sejarah Tuhan*, (Bandung: Mizan, 2007), h. 511.

Kromodongso merupakan si aku yang selalu menyatukan dirinya dengan segala rasa yang muncul dalam dirinya. Sebagai contoh ketika si Siti ini merasakan haus, maka si *kromodongso* muncul sebagai yang merasa haus. Dan biasanya rasa haus tersebut di-aku-kan, “aku haus”, Jika ada perasaan lain seperti merasa lapar, mengantuk, maupun sakit, maka si *kromodongso* akan meng-aku-kan, “aku lapar”, “aku mengantuk”, “aku sakit”. *Kromodongso* ini selalu merasa terpisah dengan semua orang, orang lain dianggap sebagai “kamu”, dan dirinya hanyalah “aku”.⁹

Ketika manusia telah menghayati dirinya sebagai *manungso kromodongso*, maka ia akan melupakan hakikat diri sejatinya. Perlu adanya pemisahan antara aku (diri sejati) dan aku (*kromodongso*). Ketika antara diri sejati dan *kromodongso* ini telah dipisahkan, maka seseorang akan merasakan kedamaian batin, kepercayaan diri, dan menggapai kebahagiaan sejati. kondisi semacam ini dalam *Kawruh Jiwo* masuk dalam tingkatan yang disebut sebagai “*manungso tanpo tenger*” (*manungso tanpo tenger*).¹⁰

Kromodongso merupakan manusia dengan ciri-ciri, ciri-ciri ini adalah catatan yang dikumpulkan semenjak ia menjadi juru catat, ciri-ciri ini memunculkan respon berupa tanggapan rasa suka dan rasa benci. Ketika ciri-ciri ini dapat diketahui, maka si *manungso kromodongso* mati dan lahirlah *manungso tanpo tenger*.¹¹

Dengan menggunakan ajaran *Kawruh Jiwo* Ki Ageng Suryomentaram, maka manusia dapat mengatasi krisis eksistensi dengan cara mengevolusikan *manungso kromodongso* menuju *manungso tanpo tenger*. Ketika *manungso tanpo tenger* ini tumbuh dalam jiwa setiap manusia, maka manusia akan dapat dengan mudah mengenali dirinya,

⁹ Ceramah Ki Ageng Suryomentaram, Dialih bahasa oleh Ki Oto Suastika, *Ilmu Jiwa Kromodongso*, (Surabaya: Armadea Publishing, 2021), h. 1-2.

¹⁰ A. S. Narendra, “Jokowi dan Kawruh Jiwa, Ajaran Ki Ageng Suryomentaram” dalam m.kompasiana.com, diakses pada tanggal 22 Agustus 2021, https://www.kompasiana.com/andra_gmu/54f3d190745513942b6c8117/jokowi-dan-kawruh-jiwa-ajaran-ki-ageng-suryomentaram.

¹¹ Ki Ageng Suryomentaram, *Ajaran-ajaran Ki Ageng Suryomentaram II*, Dialih bahasa oleh Ki Oto Suastika, (Jakarta: Inti Idayu Press, 1985), h. 73.

ketika ia dapat mengenali siapa dirinya maka ia dapat mengenali pengalaman-pengalamannya, ketika ia dapat mengenali pengalamannya maka ia akan dapat mengenali lingkungannya, jika ia dapat mengenali lingkungannya maka ia akan dengan mudah mengenali Tuhannya.

Dari pemaparan di atas, maka penulis tertarik untuk membahas mengenai pemikiran Ki Ageng Suryomentaram mengenai tahapan-tahapan spiritual, dari *manungso kromodongso* menuju *manungso tanpo tenger*. Dengan mengangkat judul “**Konsep Tahapan-Tahapan Spiritual Ki Ageng Suryomentaram: Dari Manungso Kromodongso Menuju Manungso Tanpo Tenger**”

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana konsep tahapan-tahapan spiritual Ki Ageng Suryomentaram?
2. Bagaimana mentransformasi *manungso kromodongso* menuju *manungso tanpo tenger*?

C. Tujuan Penulisan

1. Untuk mengetahui konsep tahapan-tahapan spiritual Ki Ageng Suryomentaram
2. Untuk merumuskan proses transformasi dari *manungso kromodongso* menuju *manungso tanpo tenger*

D. Manfaat Penulisan

1. Manfaat Teoritis
 - a. Untuk Mahasiswa, Sebagai tambahan referensi, perbandingan dan masukan mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Humaniora khususnya Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi, serta mahasiswa UIN Walisongo Semarang mengenai konsep tahapan-tahapan spiritual Ki Ageng Suryomentaram: dari *manungso kromodongso* menuju *manungso tanpo tenger*.

- b. Untuk Masyarakat, diharapkan penulisan ini bisa membantu dalam memberikan informasi terkait tahapan-tahapan spiritual dan bagaimana proses tahapan tersebut sebagai sarana menuju diri sejati.
2. Manfaat Praktis
 - a. Dapat memberikan solusi dalam mengatasi persoalan hidup manusia dalam proses pencarian spiritual.

E. Tinjauan Pustaka

Berikut beberapa penulisan terdahulu yang membahas konsep tahapan spiritual Ki Ageng Suryomentaram, antara lain:

1. Skripsi Nikmaturrohmah (2016), Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang yang berjudul “*Konsep Manusia Ki Ageng Suryomentaram Relevansi dengan Pembentukan Karakter Sufistik*”. Skripsi ini membahas tentang bagaimana merumuskan konsep manusia menurut Ki Ageng Suryomentaram, menemukan relevansi konsep manusia Ki Ageng Suryomentaram dengan kondisi kontemporer, dan menemukan relevansinya dengan pembentukan karakter sufistik..
2. Jurnal M Nur Prabowo S, Staf Pengajar STAI Al-Muhsin Yogyakarta yang berjudul “*Dari Diri yang Fana Menuju Diri yang Sama-Abadi (Telaah Pemikiran Mistik Jawa Ki Ageng Suryomentaram)*”. Jurnal ini membahas tentang mengelaborasi secara sistematis inti pemikiran Ki Ageng Suryomentaram tentang konsep pengenalan diri (kaweruh) dan relasinya dengan Tuhan. Penghayatan dan pemahaman subjektif menjadi perangkat metodis yang penting untuk menuju pada pengetahuan jiwa Ki Ageng Suryomentaram ini.
3. Skripsi Vina Aini Rofiah (2016), Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta yang berjudul “*Konsep Spiritualitas Ki Ageng Suryomentaram*”. Skripsi ini membahas tentang bagaimana corak pemikiran spiritualitas Ki Ageng Suryomentaram dan

menjelaskan kenyataan rasa yang dialami oleh manusia dalam konsep spiritualitas Ki Ageng Suryomentaram.

4. Skripsi Ahmad Munif (2017), Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang yang berjudul “*Studi Komparasi Konsep Tentang Diri: Ki Ageng Suryomentaram dan Muhammad Iqbal*”. Skripsi ini membahas bagaimana konsep tentang diri Muhammad Iqbal dan Ki Ageng Suryomentaram dalam upayanya untuk menumbuhkan manusia yang kuat, unggul, dan tidak terpengaruh oleh bolak-baliknya dunia serta tidak menjadi budak atas dorongan keinginannya sendiri.
5. Skripsi Muhammad Nur Khosim (2016), Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta yang berjudul “*Konsep Kebahagiaan Ki Ageng Suryomentaram dan Relevansinya dengan Kehidupan Modern*”. Skripsi ini membahas mengenai bagaimana konsep kebahagiaan suryomentaram menjadi sarana untuk memperbaiki kerusakan yang terjadi di kehidupan modern.

F. Metode Penulisan

1. Jenis Penulisan

Penulisan ini menggunakan jenis penulisan kepustakaan, penulisan kepustakaan merupakan penulisan yang berangkat dari penelusuran melalui buku-buku maupun literature lain yang memiliki hubungan dengan penulisan ini.¹²

Sedangkan pendekatan yang penulis gunakan dalam penulisan ini adalah pendekatan kualitatif. Pendekatan kualitatif merupakan pendekatan yang disajikan melalui kalimat maupun pernyataan-pernyataan.

2. Sumber Data

a. Sumber Primer

¹² Suliyanto, *Metode Penelitian Bisnis untuk Skripsi, Tesis dan Disertasi*, (Yogyakarta: Andi Offset, 2018), h. 15.

Sumber data primer merupakan sumber data yang memberikan data langsung kepada penulis.¹³ Di dalam penulisan ini menggunakan sumber data primer yang merupakan buku-buku pemikiran Ki Ageng Suryomentaram yang membahas mengenai tahapan-tahapan spiritual. Karya-karya Ki Ageng Suryomentaram antara lain: *Falsafah Hidup Bahagia: Jalan Menuju Aktualisasi Diri*. *Kawruh Jiwa: Wejangipun Ki Ageng Suryomentaram*, *Ajaran-ajaran Ki Ageng Suryomentaram jilid I, II, III, IV*, *Ceramah Ki Ageng Suryomentaram* dalam buku *Ilmu Jiwa Kromodongso* dan *Kawruh Begja Sawetah: Pengetahuan Hidup Bahagia*.

b. Sumber Sekunder

Sumber data sekunder merupakan sumber data yang tidak memberikan data langsung kepada penulis.¹⁴ Di dalam penulisan ini, penulis menggunakan sumber data sekunder berupa buku, artikel, jurnal, skripsi, tesis, disertasi maupun website yang memuat pemikiran Ki Ageng Suryomentaram dari berbagai perspektif, antara lain: Buku *Kawruh Jiwa: Wejangan Spiritual Ki Ageng Suryomentaram* karya Muhaji Fikriono, Buku *Ilmu Bahagia menurut Ki Ageng Suryomentaram* disusun oleh Afthonul Afif, Buku *Psikologi Raos: saintifikasi kawruh jiwa Ki Ageng Suryomentaram* karya Ryan Sugiarto, Buku *Matahari dari Mataram: Menyelam Spiritualitas Jawa Rasional Ki Ageng Suryomentaram* karya Athonul Afif, Buku *Ki Ageng Suryomentaram: Sang Plato dari Jawa* karya Ratih Sarwiyono dan Buku *Psikologi Jawa* karya Darmanto Jatman.

3. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data dalam penulisan ini menggunakan metode dokumen. Metode dokumen merupakan metode yang

¹³ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2013), h. 225.

¹⁴ *Ibid*, h. 225.

mengumpulkan beberapa literature yang terkait dengan penulisan. Dokumen dalam penulisan ini berupa buku, artikel maupun skripsi yang membahas mengenai tahapan spiritual Ki Ageng Suryomentaram.

4. Metode Analisa Data

a. Deskriptif

Metode analisa data deksriptif merupakan metode yang bermaksud untuk memaparkan maupun mendeskripsikan secara komprehensif yang diunggah dalam bentuk kalimat maupun pernyataan-pernyataan sehingga dapat diketemukan maknanya.¹⁵

b. *Content Analysis*

Metode analisa data *Content Analysis* merupakan metode yang bermaksud untuk menganalisa dalam sebuah kepenulisan.¹⁶ Di sini penulis menggunakan metode ini untuk melakukan analisis terhadap pemikiran Ki Ageng Suryomentaram dalam berbagai karyanya mengenai tahapan-tahapan spiritual: dari *manungso kromodongso* menuju *manungso tanpo tenger*.

G. Sistematika Penulisan

Sistematika kepenulisan dalam penulisan ini terdiri dari 3 bagian, yaitu bagian muka, bagian teks/isi dan bagian akhir.

1. Bagian Muka

Di dalam bagian muka ini penulis akan memuat halaman judul, halaman deklarasi, halaman nota pembimbing, halaman pengesahan, halaman motto, halaman pedoman transliterasi Arab-Latin, halaman ucapan terimakasih, halaman daftar isi dan halaman abstrak.

2. Bagian Teks/Isi

Di dalam Bagian teks/isi dalam kepenulisan ini, penulis membaginya dalam 4 bab, adapun sistematika kepenulisannya sebagai berikut:

¹⁵ Anton Bakker dan Ahmad Haris Zubair, *Metodologi Penelitian Filsafat*, (Yogyakarta: Kanisius, 1994), h. 51.

¹⁶ Noeng Muhadjir, *Metodologi penelitian Kualitatif*, (Yogyakarta: Rake Sarasin, 1996), h. 49.

Bab I, merupakan bab yang berisikan pendahuluan, di dalamnya terdiri dari beberapa sub bab, yaitu: latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penulisan, manfaat penulisan, tinjauan pustaka, metode penulisan dan sistematika penulisan.

Bab II, merupakan bab yang berisikan landasan teori, di dalamnya terdiri dari beberapa sub bab, yaitu: pengertian spiritual, aspek-aspek spiritual, faktor-faktor yang mempengaruhi spiritualitas, tahapan-tahapan spiritual dari berbagai perspektif dan krisis eksistensi manusia.

Bab III, merupakan bab yang berisikan deskripsi dan analisis, di dalamnya terdiri dari beberapa sub bab, yaitu: biografi dan pemikiran Ki Ageng Suryomentaram tentang konsep tahapan-tahapan spiritual serta proses transformasi dari *manungso kromodongso* menuju *manungso tanpo tenger*.

Bab IV, merupakan bab yang berisikan penutup, di dalamnya terdiri dari beberapa sub bab, yaitu: kesimpulan dari hasil penulisan sebagai jawaban dari rumusan masalah dan saran yang terkait dengan penulisan ini.

3. Bagian Akhir

Bagian Akhir terdiri dari daftar pustaka yang berisikan sumber-sumber referensi yang digunakan serta daftar riwayat hidup.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Pengertian Spiritual

Spiritualitas atau spirit asal katanya dari bahasa latin yaitu spiritus yang memiliki arti nafas. Kata spirit sendiri saat ini mengacu pada sebuah energi batin (jiwa) yang meliputi emosi dan karakter.¹⁷ Spirit atau ruh dalam kamus psikologi memiliki arti suatu zat yang bersifat immaterial dan bersifat ketuhanan serta otentik, namun di dalamnya diberikan ciri-ciri dari banyak kualitas manusia.¹⁸ Spiritualitas merupakan sarana pencerahan bagi manusia dalam mencapai tujuan dan makna hidup.¹⁹

Adler berpendapat, bahwa manusia adalah makhluk yang sadar. Makhluk yang sadar berarti makhluk menyadari diri sepenuhnya dibalik perilaku dan segala tindakannya sehingga ia dapat mengaktualisasikan dirinya. Adler mengarahkan spiritual ke dalam pengalaman yang paling subjektif bagi manusia. Spiritualitas berarti melampaui yang materi dan tidak hanya melihat bahwa hidup itu berharga, tetapi juga mencari dan menemukan alasan mengapa hidup itu berharga. Spiritualitas esensinya adalah tentang keberadaan dari kehidupan, di dalamnya membahas tentang kesadaran diri dan kesadaran seseorang tentang asal-usul, tujuan, dan takdir.²⁰

Manusia spiritual berarti manusia yang lebih melekat pada hal-hal yang bersifat spiritual, daripada sesuatu yang bersifat material. Spiritualitas adalah sebuah upaya pencerahan diri dalam mencapai tujuan dan makna hidup. Spiritualitas merupakan bagian terpenting bagi manusia dalam hal kesehatan dan kesejahteraan. Carl Gustav Jung berkata, “Dari

¹⁷ Al-Ghozali, *Rahasia Dzikir dan Doa*, (Bandung: Karisma, 1998), h. 206.

¹⁸ J. P Chaplin, *Kamus Lengkap Psikologi*, cet. ke-1, (Jakarta: Rajawali Press, 1989), h. 480.

¹⁹ Aliah B dan Purwakania Hasan, *Psikologi Perkembangan Islami: Menyingkap rentang kehidupan manusia dari pra kelahiran hingga pasca kematian*, (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2008), h. 288.

²⁰ Muhammad Mahpur dan Zainal Habib, *Psikologi Emansipatoris: Spirit Al-Qur'an dalam Membentuk Masyarakat yang Sehat*, (Malang: UIN Malang Press, 2006) h. 35.

sekian banyak pasien yang saya hadapi, sebagian besar masalah yang mereka hadapi adalah masalah yang terutama terkait dengan masalah agama. Banyak orang sakit, karena tidak ada rasa agama di dalam diri mereka”.²¹

Menurut Piedmont, manusia sadar akan kematian mereka. Hal itu membuat manusia berusaha membangun tujuan dan makna yang menjadi pedoman hidupnya. Piedmont mempertanyakan tujuan dari eksistensi dan nilai hidup manusia di dunia. Jika seseorang dapat menjawab eksistensi dirinya di dunia maka sejatinya individu tersebut sedang mengembangkan rasa transendensi spiritual. Individu tersebut dapat meningkatkan kapasitas dirinya dalam menghadapi masalah dari waktu ke waktu. Perspektif transenden yang demikian merupakan perspektif yang mana manusia dapat melihat kesatuan mendasar dari segala sesuatu.

Menurut Rosito, spiritualitas adalah sebuah upaya dalam mencari, menemukan, dan memelihara apa yang menjadi nilai dan makna hidup seseorang. Ketika seseorang berupaya untuk mencari, menemukan dan memelihara nilai dan makna dalam hidupnya dapat memberikan efek yang baik yaitu mengalami emosi positif dalam hidupnya. Kemauan yang kuat dalam mencari dapat memunculkan dorongan (*courage*) yang mampu melewati hambatan, baik dari dalam maupun luar dirinya. Dorongan tersebut meliputi; semangat (*zest*), keberanian (*bravery*), ketekunan (*persistence*), dan kekuatan karakter. Jika nilai dan makna hidup telah ditemukan, maka karakter akan dalam diri seseorang akan semakin kuat untuk menjaga maupun mempertahankannya. Semakin banyak makna dalam hidup diketemukan, maka semakin bahagia dan efektif pula ia dalam menjaalnkan kehidupannya.²²

Spiritualitas adalah suatu konsep yang begitu luas dan mencakup berbagai dimensi serta perspektif. Hal ini ditandai dengan munculnya perasaa koneksitas dengan dimensi yang lebih besar dari manusia.

²¹ Alwisol, *Psikologi kepribadian*, (Malang: UMM Press, 2014), h. 39.

²² Rosito, “Spiritualitas Dalam Perspektif Psikologi Positif”, volume 18, no. 1, tahun 2010, h. 37.

Dimensi ini merupakan dimensi tempat untuk melakukan pencarian makna hidup maupun pengalaman universal yang komprehensif. Beberapa manusia memberika gambaran mengenai spiritualitas dalam perjalanan mereka sebagai suatu perasaan terhubung atau dapat juga disebut sebagai pengalaman transendental yang kudus dan sakral serta memberikan ketentraman.²³

Spiritualitas merupakan hal yang multidimensional yang berarti tidak hanya dimensi eksistensial, tetapi juga dimensi religiusitas. Dimensi eksistensial sendiri menitikberatkan pada tujuan dan makna hidup, sedangkan dimensi religiusitas lebih menitikberatkan pada hubungan seseorang dengan Tuhan.²⁴

Ada sebuah alasan ontologis-teologis mengapa sisi spiritual tetap menjadi kebutuhan manusia yang abadi; seprimitif dan semodern apapun kebudayannya. Sisi spiritual dapat dianalogikan dengan menggunakan metafora seperti cerita film. Jika alur cerita sudah diketahui sebelumnya, maka tidak ada lagi misteri dan film tidak semenarik yang dibayangkan. Seseorang tidak lagi membutuhkan jawaban. Hidup tidak lagi menyenangkan, bahagia dan kesedihan tidak lagi berarti. Tidak ada lagi misteri dan pertanyaan yang perlu dijawab, maka tidak ada lagi makna baru yang lebih penting untuk dicari karena semuanya sudah terbuka dan tersingkap. Sebuah film baru akan menarik jika membawa rasa penasaran, karena menyimpan misteri dan pertanyaan sehingga akan membawa pengalaman baru bagi penontonnya.²⁵

Demikian pula dalam kehidupan ini, ketika seseorang berada di atas dunia, semuanya menjadi nyata, semuanya menjadi jelas dan tidak ada lagi misteri, tidak ada lagi ruang suci, semuanya telah terjamah dan terlihat jelas maka hidup berhenti. Ketika tidak ada ruang suci maka kehidupan

²³ Kirkpatrick, "Evaluating Training Programs", (San Fransisco: Berrett-Koehler Publisher, 2008), h. 32.

²⁴ E-book: Achir Yani S Hamid, *Bunga Rampai Asuhan Keperawatan Kesehatan Jiwa*, (Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran EGC, 2008), h. 12.

²⁵ Yasraf Amir Pilliang, *Dunia yang Dilipat: Tamasya Melampaui Batas-batas Kebudayaan*, (Yogyakarta: Jalasutra, 2004), h. 34.

tidak lagi hidup. Namun dengan adanya ruang suci yang tak tersentuh dan masih menjadi misteri maka seseorang bebas orang untuk bermimpi, membayangkan dan menafsirkan. Dunia akan terus hidup selama ada realitas yang tak tersentuh itu menjadi misteri dan realitas itu memberi orang energi untuk mencoba mengungkapkannya melalui penalaran, kontemplasi, pengembaraan jiwa, dan sebagainya.

Dimensi realitas yang tidak tersentuh ini merupakan sesuatu yang di luar kendali manusia, di luar pengalaman manusia, dan juga di luar kemampuan akal manusia. Oleh karenanya manusia menyebutnya dengan berbagai macam sebutan diantaranya: Transendental, *Un-moved Mover*, *God*, dan lain sebagainya.

Dari Penjelasan di atas dapat disimpulkan, bahwa salah satu hal yang dapat mempengaruhi konstruksi kualitas jiwa adalah kualitas dimensi spiritualitas. Sebab di dalam dimenasi spiritualitas terdapat hubungan sinergi antara Tuhan dan Semesta. Sehingga tidak dapat dipungkiri, pada akhirnya mencipta harmoni atau keseimbangan hidup yang lebih baik.

B. Aspek-Aspek Spiritual

Menengok pada fakta sejarah, embrio konsep-konsep spiritual tidak dapat di lepaskan dari pemikiran yang dibangun Piedmont yang menyebut spiritualitas dengan nomenklatur Transendensi Spiritual. Artinya keadaan seorang individu secara spesifik berkaitan dengan pemahaman, yang secara eksentris melintasi ruang dan waktu. Tanpa sadar hal ini berguna untuk menemukan perpektif yang holistik atau meluas, serta objektif dalam memandang kehidupan.

Perspektif transendensi sering dikaitkan dengan cara olah pikir dan sudut pandangan di mana individu memaknai kesatuan fundamental dan rahasia di balik alam semesta. Sacara rinci, perspektif transendensi memiliki tiga aspek. Di antaranya sebagai berikut:²⁶

²⁶ Piedmont, "Does Spirituality Represent the Sixth Factor of Personality? Spiritual Transcendence and the Five-Factor Model", *Journal of Personality*, (67:6), (Oxford: Blackwell Publishers, 1999), h. 989.

- a. *Prayer Fulfillment* (pengalaman ibadah). Aspek ini diartikan sebagai kondisi yang melibatkan perasaan sukacita. Rasa itu didasari oleh keterhubungan diri dengan realitas Transenden.
- b. *Universality* (universalitas). Aspek ini diartikan sebagai keyakinan terhadap kebersatuan diri sebagai individu dengan semesta.
- c. *Connectedness* (keterkaitan). Maksudnya, individu merasa yakin, bahwa dirinya merupakan bagian dari realitas manusia secara makro yang tidak terikat oleh generasi dan kelompok tertentu.²⁷

Tokoh lain juga memberikan formulasi mengenai aspek dari spiritualitas adalah Underwood, yang mericikan aspek spritualitas menjadi dua dimensi. yaitu dimensi Tuhan dan makhluk alam semesta. Dari dua dimensi tersebut melahirkan aspek turunan sebanyak Sembilan.²⁸

- a. Hubungan. Individu dengan kualitas spritualitas yang tinggi adalah mereka yang menjalin harmonisme diri dengan Tuhannya. Individu amat yakin bahwa kehidupannya tidak dapat dilepaskan dengan kehadiran Tuhan. Hal itu yang menjadi tumpuan moral etik sekaligus pedoman dalam menjalani kehidupan, di setiap tempat dan waktu. Sampai pada titik akhir, individu menyadari adanya entitas lain yang terus membersamai dirinya dan ikut serta mengintervensi pola kehiduannya. Entitas tersebut tiada lain adalah: Tuhan.
- b. Aktivitas spiritual. Kesadaran terhadap eksistensi Tuhandiwujudkan lewat aktifitas yang membangun kualitas spiritual. Misalnya ritual keagamaan, seperti berdoa, bermeditasi dan lainnya. Kesenambungan ini memberikan sensasi meliputi pengalaman dan hubungan kedekatan dengan Tuhan.

²⁷ Piedmont, "Spiritual Transendence and the Scientific Study of Spirituality", *Journal of Rehabilitation*, 67 (1):4-14, (Alexandria: National Rehabilitation Counseling Association, 2001), h. 7.

²⁸ Underwood, L. G., & Teresi, J. A, 2002, "The daily spiritual experience scale: development, theoretical description, reliability, exploratory factor analysis, and preliminary construct validity using health- related data. *Annals of behavioral medicine : A publication of the Society of Behavioral Medicine*, 24(1), h. 22–33.

- c. Rasa nyaman dan kekuatan. Rasa nyaman dan kekuatan ini pada nantinya akan menjadi amunisi dalam membentuk mental pribadi yang tangguh, terlebih ketika menghadapi kondisi *darkness*. Dengan begitu, individu lebih bisa menghadapi tantangan hidup dan tidak mudah putus asa.
- d. Kedamaian. Kedamaian hidup adalah produk dari ketenangan jiwa seorang individu yang diperoleh ketika melakukan aktifitas spiritual. Kegelisahan, *stress*, cemas, khawatir, dan kecewa disebabkan oleh tidakterpenuhinya hasrat duniawi. Hal ini juga menjadi factor tidak tercapainya kedamaian hidup. Karena kedamaian sejati hanya dapat diraih ketika seorang menggantungkan hasrat dan harapannya kepada Tuhan. Atau bahkan menjadikan tuhan sebagai entitas objek harapan dan hasrat itu sendiri.
- e. Merasakan pertolongan. Ada saatnya seseorang mengalami masa-masa sulit, tentu dengan level yang berbeda-beda. Di saat itulah satu-satunya yang bisa menjadikan objek dalam meminta pertolongan dan perlindungan adalah Tuhan. Hal itu Sebagai bentuk representasi kuatnya spiritualitas seseorang. Selain itu juga sebagai upaya untuk menjaga kesehatan psikologis. Sebab ia selalu yakin bahwa Tuhan akan senantiasa membimbing dan memberi jalan keluar atas permasalahan hidup yang dialami. *Al hasil*, rasa nyaman akan timbul dengan sendirinya.
- f. Merasakan kasih sayang Tuhan. Individu yang mendekatkan diri kepada Tuhan atau bahkan telah merasa dekat dengan tuhan, sehingga dengan sukacita melakukan segala perintah dan menjauhi larangan yang telah ditentukan oleh Tuhan, menjadikan dirinyadapat merasakan anugerah dan kasih Tuhan. Bentuk kasih Tuhan tidak selalu berupa keindahan atau kebaikan. Namun, sikap *ridlo* atas segala bentuk pengalaman hidup, baik yang bernuansa kesedihan dan sakit dimaknai sebagai bentuk kecintaan Allah kepada hamba-Nya.

- g. Kekaguman. Rasa kagum timbul ketika manusia sadar akan alam semesta ini, sebagai produk ciptaan Tuhan. Kekaguman dirasakan bersamaan dengan gejolak dan dinamika di setiap pesona, peristiwa besar, peristiwa luar biasa yang terjadi di alam semesta ini. Manusia sebagai makhluk Tuhan, tentunya harus bisa menikmati dan mensyukuri segala bentuk ciptaan Tuhan yang teleologisme ini
- h. Kepedulian terhadap sesama. Altruisme dan empati menjadi aspek terpenting dimenasi spiritual. Spiritualitas yang tinggi dapat dilihat dari bagaimana seorang individu mengemban tanggungjawabnya sebagai makhluk sosial. Untuk itu sikap peduli kepada sesama harus ditingkatkan. Selain itu juga perlu membangun hubungan serta ukhuwah yang baik, saling bahu-membahu dan memberikan dukungan material ataupun spiritual, sehingga dengan begitu terwujud konstelasi social yang sehat. Seseorang tidak lagi hanya mengharmonikan hubungan vertikal dengan Tuhan, melainkan juga mampu harmoni dengan ciptaan-Nya.
- i. Dekat dengan Tuhan. Aspek ini mengandung pengertian bahwa kedekatan hamba dengan Tuhannya tidak terbatas pada perasaan belaka. Tetap lebih kepada penyatuan Tuhan dengan hati seorang hamba. Pelaku spiritual akan selalu butuh dengan entitas agung (Tuhan) sebagai manifesto ketaatan dan ketakwaan hamba kepada Tuhannya.

Selanjutnya Schreurs. Ia memformulasikan spiritualitas dari tiga aspek, yaitu aspek eksistensial, kognitif, dan aspek relasional:²⁹

- a. Aspek eksistensial. Dalam hal ini seseorang mulai belajar meleburkan egosentrisme-nya dan defensif yang ada pada diri. Hal ini dilakukan sebagai proses seorang individu bertemu dengan diri sejati.
- b. Aspek kognitif. Artinya, dalam hal ini individu bisa mencoba menjadi lebih reseptif terhadap realitas Transenden. Dengan cara mempelajari sastra atau melakukan refleksi. Kemudian dapat jugamembaca bacaan

²⁹ Eddy Kristiyanto, *Spiritualitas Sosial: Suatu Kajian Kontekstual*, (Yogyakarta: Kanisius, 2010). h. 81.

spiritual tertentu, latihan konsentrasi, serta mendekonstruksi paradigmat kategoris yang sebelumnya telah terbentuk. Hal ini berfungsi mempersepsikan secara lebih jelas eksperien yang dialami kemudian merefleksikan pengalaman tersebut. Hal ini dikategorikan sebagai aspek kognitif karena hal ini berhubungan dengan kegiatan mencari ilmu spiritual.

- c. Aspek relasional, Secara ri kasnya, ini merupakan tahap kesatuan. Jadi individu membangun relasi atau keterhubungan agar suaya menyatu dengan Tuhan sebagai dzat yang dicintanya. Pada aspek ini individu juga mulai memelihara dan memperdalam keterikatan pribadinya dengan Tuhan yang ia yakini.

Schereus secara rinci memberikan definisi mengenai yang ketidakterpisahan spiritualitas terhadap hubungan personal individu dengan realitas yang transenden. Dalam hal ini spiritualitas tersebut meliputi:³⁰

- a. *Inner life* individu. Yaitu hakikat hidup yang telah ditemukan oleh diri individu dan secara jelas dapat merasakannya.
- b. Idealisme. Yaitu, paham yang bertendensi pada alam idea atau alam pikiran manusia.
- c. Sikap. Maksudnya adalah segenap rasa, pikiran, serta kecondongan individu hampir permanen mengenai item-item tertentu dari lingkungan tempat individu tinggal.
- d. Pemikiran. Merupakan stimulus tertentu bisa berupa tindakan yang menyebabkan individu memperoleh pengetahuan baru.
- e. Perasaan. Merupakan keadaan atau sensasi spiritual dan psikologis yang dialami individu. Berupa kesenangan atau ketidaksenangan yang hubungannya dengan peristiwa yang menyentuh dan subjektif.
- f. Harapan mutlak. Diartikan sebagai kondisi mengharapakan suatu hal hanya kepada Tuhan semata.

³⁰ *Ibid*, h. 83

Menurut Piedmont, aspek spiritualitas memerlukan pendalaman empat hal, yaitu:

- a. Toleransi secara paradoks. Maksudnya, memandang dua hal yang bersifat oposisi biner, dan pada akhirnya berkesimpulan keduanya tidak direduksi antara nilai baik atau buruknya. Keduanya keduanya ada secara bersamaan. Fokus toleransi secara paradoks adalah memilih memadukan kedua pilihan tersebut daripada condong ke salah satu, sehingga menjadikan chaos sebab kurangnya toleransi.
- b. Tidak menghakimi. Kemampuan menerima berbagai situasi kehidupan hingga mampu memandang fenomena secara utuh. Dan paham, bahwa setiap hal yang ada mempunyai masa dan ukurannya sendiri. Contoh konkretnya adalah seseorang yang men-*nonjudgmentality* akan mengalami kegagalan dalam memahami proses dinamika perkembangan, yang merupakan takdir yang dapat diubah.
- c. Eksistensi. Artinya selalu berkaitan dengan makna keberadaan manusia ketika hidup di semesta ini. Lewat eksperimen dalam menjalani hidup, manusia mencari makna dan alasan esensial mengenai hakikat keberadaannya di bumi. Dan hal itu secara sadar mendorong keinginan untuk tetap berkembang menjadi lebih baik.
- d. Syukur. Ini dipahami secapai upaya individu agar tetap menerima dengan lapang dada atas segala macam hal yang menimpa dirinya.

C. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Spiritualitas

Dyson in Young menjelaskan tiga faktor yang terkait dengan spiritualitas:

- a. Diri sendiri. Diri merupakan alat utama dalam melakukan eksplorasi spiritualitas. Pengalaman yang terjadi di dalam kehidupan individu adalah hal yang fundamental dalam perkembangan spiritualitas seseorang. Hal ini dikarenakan diri dapat memaknai setiap pengalaman, baik yang bersifat positif maupun negatif. Diri dapat memaknai secara spiritual semua pengalaman maupun peristiwa sehari-hari. Saat peristiwa dipandang sebagai ujian maka kebutuhan

akan spiritual meningkat, tetapi ujian yang dimaknai secara spiritual dapat dipandang sebagai hal yang menyenangkan.

- b. Sesama. Manusia hidup dalam sebuah komunitas masyarakat yang berarti adanya sebuah hubungan. Hubungan antar individu menjadi penting sebab manusia sendiri adalah makhluk spiritual yang tak lepas dari sosial. Adanya kebutuhan akan hubungan inilah yang membawa manusia membentuk suatu masyarakat. Hubungan ini seringkali disebut hubungan horizontal yang dapat mempengaruhi spiritualitas seseorang.
- c. Tuhan. Jika hubungan manusia satu dengan manusia lainnya disebut sebagai hubungan horizontal, maka hubungan manusia dengan Tuhan disebut hubungan vertikal. Tidak akan tercapai puncak spiritualitas jika kedua hubungan tersebut tidak terjalin dengan baik. Pengalaman tentang Tuhan membawa seseorang menyempurnakan spiritualitasnya. Saat ini, Tuhan dipahami sebagai kekuatan pemersatu, prinsip kehidupan. Sifat Tuhan dapat mengambil banyak bentuk dan memiliki arti yang berbeda dari satu orang ke orang lain.³¹

Asmanedi menjelaskan beberapa faktor yang mempengaruhi spiritualitas seseorang sebagai berikut:

- a. Tahap perkembangan. Tahap perkembangan spiritual adalah hal utama yang mempengaruhi kapasitas seseorang dalam mencapai spiritualitas yang lebih tinggi dan matang. Perkembangan spiritualitas yang lancar dan tidak mengalami kemandegan dapat berpengaruh dengan tingkat keimanan seseorang kepada Tuhan.
- b. Keluarga. Keluarga adalah komunitas paling dekat dengan diri seseorang. Pengaruhnya terhadap tingkat spiritualitas sangat signifikan mengingat keluarga adalah hubungan paling dekat dengan seseorang. Kualitas lingkungan yang baik dapat mempengaruhi tingkat spiritualitas. Keluarga yang dibangun dengan spiritualitas yang kuat akan menguatkan spiritualitas orang-orang di dalamnya.

³¹ Arina H.R & Yohaniz F.L.K, "Makna Pengalaman Spiritual Pada Rohaniwan Islam", Jurnal Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang. 2014. h. 36-37.

- c. Latar belakang budaya. Tradisi, nilai, sikap, dan keyakinan budaya dapat membentuk kerohanian seseorang. Latar belakang budaya sangat berpengaruh terhadap spiritualitas, mengingat individu hidup dan menjalani kehidupannya dari nilai-nilai yang ada.
- d. Pengalaman hidup. Pengalaman hidup selalu menjadi petunjuk utama dari kehidupan seseorang. Tidak ada pengalaman yang sia-sia dalam kehidupan seseorang. Pengalaman hidup adalah manifestasi yang sangat jelas dari kekuatan spiritual (Tuhan). Dengan pengalaman hidup spiritualitas seseorang terbentuk.

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa ada dua faktor yang mempengaruhi spiritualitas seseorang yakni faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal yang mempengaruhi spiritualitas seseorang adalah pengalaman hidup dan kesadaran diri seseorang. Faktor luar yang mempengaruhi seseorang diantaranya yaitu; keluarga, lingkungan sekitar, dan pengalaman seseorang kepada Tuhan.

D. Tahapan-Tahapan Spiritual

- a. Perspektif Maqomat

Untuk menggapai tingkatan sempurna dalam derajat kemanusiaan, seorang sufi melakukan suatu perjalanan spiritual menuju Tuhan. Perjalanan ini diawali dengan melakukan latihan-latihan spiritual (*riyadhah*) dan melewati tingkatan-tingkatan yang di dalam terminologi tasawuf disebut sebagai *maqomat*.

Maqomat merupakan istilah jamak dari kata *maqam*. yang memiliki arti pangkat atau derajat. Dalam istilah inggris, maqamat disebut sebagai *stasions* atau *stages*. Maqamat secara istilah adalah kedudukan seorang hamba di hadapan Tuhan, dimana kedudukan ini di dapatkan melalui proses ibadah, *mujahadat*, dan berbagai latihan spiritual lain, serta adanya *contact* dan *connect* yang tidak pernah terputus dengan Tuhan. Secara teknis maqamat juga berarti aktivitas dan usaha maksimal seorang sufi untuk meningkatkan kualitas spiritual dan kedudukannya (maqam) di hadapan Allah swt. dengan amalan-

amalan tertentu sampai adanya petunjuk untuk mengubah pada konsentrasi terhadap amalan tertentu lainnya, yang diyaini sebagai amalan yang lebih tinggi nilai spirituanya di hadapan Allah swt.³²

Perjalanan menuju Tuhan adalah perjalanan mengenali (makrifat) secara rasa (rohaniah) yang benar terhadap diri sendiri dan Allah swt. Manusia tidak akan mengetahui penciptanya selama belum melakukan perjalanan menuju Allah swt yang dimulai dengan mengetahui diri sendiri terlebih dahulu. Seseorang yang telah mengenal dirinya akan mudah untuk mengenal Tuhannya. Walaupun ia adalah orang yang beriman secara aqliyah. Sebab, ada perbedaan yang dalam antara iman secara aqliyah atau logis-teoritis (al-iman al-aqli an-nazhari) dan iman secara rasa (al-iman asy-syu'ri adz-dzauqi).

Tingakatan (maqam) adalah tingkatan seorang hamba di hadapan Allah tidak lain merupakan kualitas kejiwaan yang bersifat tetap, inilah yang membedakan dengan keadaan spiritual (hal) yang bersifat sementara.³³ . Berdasarkan pengertian di atas dapat dikatakan bahwa maqam dijalani seorang salik melalui usaha yang sungguh-sungguh, sejumlah kewajiban yang harus ditempuh untuk jangka waktu tertentu.³⁴

Maqamat dibagi kaum sufi ke dalam stasion-stasion, tempat seorang calon sufi menunggu sambil berusaha keras untuk membersihkan diri agar dapat melanjutkan perjalan ke stasion berikutnya. Penyucian diri diusahakan melalui ibadah, terutama puasa, shalat, membaca Alquran, dan dzikir. Tujuan semua ibadah dalam

³² Syamsun, Ni'am, *Tasawuf Studies: Pengantar Belajar Tasawuf*, (Yogyakarta: Ar-Ruz Media, 2014), h. 137.

³³ Ahmad Bangun dan Rayani Hanum, *Akhlaq Tasawuf: Pengenalan, Pemahaman, dan Pengaplikasiannya* (Jakarta: RajaGrafindo Persada, 2015), hlm. 47.

³⁴ Ris'an, Rusli, *Tasawuf dan Tarekat: Studi Pemikiran dan Pengalaman Sufi*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2013), hlm. 54

Islam ialah mendekatkan diri. Oleh karena itu, terjadilah penyucian diri calon sufi secara berangsur-angsur.³⁵

Tentang tempat menunggu atau maqamat yang harus di tempuh para sufi untuk menuju pendekatan pada Allah para ulama berbeda pendapat. Muhammad alKalabazy dalam kitabnya al-Ta'arruf li Mazhab ahl al-Tasawwuf, sebagai dikutip Harun Nasution misalnya mengatakan bahwa maqamat itu jumlahnya ada sepuluh, yaitu al-taubah, al-zuhud, al-shabr, al-faqr, al-tawadlu', al-taqwa, al-tawakkal, al-ridla, al-mahabbah dan al-ma'rifah. Sementara itu Abu Nasr al-Sarraji dalam kitab al-Luma' menyebutkan jumlah maqamat hanya tujuh, yaitu al-taubah, al-wara', al-zuhud, al-faqr, al-tawakkal dan al-ridla. Imam al-Ghazali dalam kitabnya Ihya' Ulum al-Din mengatakan bahwa maqamat itu ada delapan, yaitu al-taubah, al-shabr, al-zuhud, al-tawakkal, al-mahabbah, al-ma'rifah, dan al-ridla.³⁶

Kutipan tersebut memperlihatkan keadaan variasi penyebutan maqamat yang berbeda-beda, namun ada maqamat yang oleh mereka disepakati, yaitu al-taubah, al-zuhud, al-wara, al-faqr, al-shabr, al-tawakkal dan al-ridla. Sedangkan al-tawaddlu, al-mahabbah, dan al-ma'rifah oleh mereka tidak disepakati sebagai maqamat. Terhadap tiga istilah yang disebut terakhir itu (al-tawaddlu, al-mahabbah dan al-ma'rifah) terkadang para ahli tasawuf menyebutnya sebagai maqamat, dan terkadang menyebutnya sebagai hal dan ittihad (tercapainya kesatuan wujud rohaniah dengan Tuhan).

Dari uraian tersebut, dapat dipahami bahwa maqam adalah sebuah posisi tertentu yang memiliki karakteristik yang saling berbeda antara satu tingkatan dan tingkatan lainnya. Karakter maqam taubat merupakan sikap penyesalan terhadap segala dosa. Maqam ini menunjukkan betapa pentingnya taubat, karena dengan taubat tersebut, seseorang akan dapat melangkah kepada maqam-maqam lainnya

³⁵ Miswar, "Tahapan yang Harus Ditempuh Dalam Proses Bertasawwuf", Jurnal ANSIRU PAI Edisi (2017), 10.

³⁶*Ibid*, hal 10-11

dalam level yang lebih tinggi. Sedangkan *ridha* adalah level tertinggi, yang dapat dimaknai tercapainya kondisi ideal bagi seorang Muslim. Hal ini baru dapat tercapai apabila telah melewati *maqam-maqam* lainnya seperti *zuhud*, *shabar*, dan *tawakkal*.³⁷

a. Taubah

Dalam bahasa Indonesia, tobat bermakna “sadar dan menyesal akan dosa (perbuatan yang salah atau jahat) dan beniat akan memperbaiki tingkah laku dan perbuatan”. *Maqam* tobat (*al-taubah*) merupakan *maqam* pertama yang harus dilewati setiap *salik* dan diraih dengan menjalankan ibadah, *mujahadah*, dan *riyadhah*. Hampir semua sufi sepakat bahwa tobat adalah *maqam* pertama yang harus dilalui setiap *salik*. Istilah tobat berasal dari bahasa Arab, *taba*, *yatubu*, *tobatan*, yang berarti kembali, dan disebut Alquran sebanyak 87 kali dalam berbagai bentuk. Muhammad fu'ad 'abd al-Baqi menyebutkan bahwa istilah tobat disebut Alquran berulang kali dengan beragam bentuk kata, seperti *tâbâ*, *tâbu*, *tubtu*, *tubtum*, *atubu*, *tatuba*, *yabtu*, *yatûbu*, *yatûbû*, *yatûbûn*, *tub*, *tûbû*, *al-taubi*, *taubah*, *taubatuhum*, *ta'ibat*, *al-ta'ibûn*, *tawwab*, *tawwaba*, *al-tawwabin*, *matab*, dan *matâbâ*.⁶ Istilah tobat diartikan sebagai berbalik dan kembali kepada Allah dari dosa seseorang untuk mencari pengampunannya.³⁸

Seorang ulama, al-husain al-maghazili, membedakan tobat kepada dua macam, yaitu: *taubat al-Inabat* dan *taubat al-Istijabat*. Taubat yang pertama karena didorong oleh rasa takut kepada Allah swt. Sedang yang kedua karena merasa malu kepada-Nya.

Maqam al-taubat menempati posisi paling depan bagi seseorang *salik* maupun *thalib*, meski secara *syar'i* sesungguhnya merupakan perintah agama Islam secara umum. Namun yang membedakan antara tobat dalam syariat biasa dengan *maqam* tobat

³⁷ Abuddin, Nata, Akhlak Tasawuf dan Karakter Mulia, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2014), h. 168.

³⁸ Ja'far, *Gerbang Tasawuf*, (Medan: Perdana Publishing, 2016), h. 60.

dalam tasawuf diperdalam dan dibedakan antara tobatnya orang awam dengan tobatnya orang khawas. Karena tobat orang khawas termasuk sufi dari kelalaian mengingat Allah, maka kesempurnaan taobat dalam ajaran tasawuf adalah apabila seseorang yang bertobat sudah mencapai *maqam: al-Taubatubmin taubatih*, yakni tobat terhadap kesadaran keadaan dirinya dan kesadaran akan tobatnya itu sendiri.³⁹

Menurut Ibn Qayyim al-Jauziyah ada tiga syarat tobat: penyesalan, meninggalkan dosa yang dilakukan, dan memperlihatkan penyesalan dan ketidakberdayaan. Karena hakikat tobat adalah menyesali semua dosa di masa lampau, membebaskan diri dari semua dosa, dan tidak mengulangi dosa di masa datang; serta kembali kepada Allah dengan mengerjakan segala perintah-Nya dan menjauhi segala larangan-Nya.⁴⁰

b. Zuhud

Secara etimologis, zuhud berarti *ragaba 'ansyai'in wa tarakahu*, artinya tidak tertarik terhadap sesuatu dan meninggalkannya. *Zuhada fi al-dunya*, berarti mengosongkan diri dari kesenangan dunia untuk ibadah.⁴¹

Kata Zuhud berasal dari bahasa Arab, *zahada, yazhudu, zuhdan* yang artinya menjauhkan diri, tidak menjadi berkeinginan, dan tidak tertarik. Dalam bahasa Indonesia, zuhud berarti “perihal meninggalkan keduniawian; pertapaan”. Dalam Alquran, kata zuhud memang tidak digunakan, melainkan kata *al-zâhidîn* sebanyak 1 kali yang disebut dalam Q.S. Yûsuf/12: 20. Meskipun istilah ini kurang banyak digunakan dalam Alquran, akan tetapi banyak ayat Alquran yang mengarah secara tegas kepada makna

³⁹ M. Alfatih, Suryadilaga, *Ilmu Tasawuf*. (Yogyakarta: Kalimedia, 2016), h. 89-99).

⁴⁰ Ja'far, *Gerbang Tasawuf*, *op.cit*, h. 61

⁴¹ Amin Syukur, *Zuhud di Abad Modern*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2004), h. 1.

zuhud, yaitu dapat dilihat dalam penjelasan dalam Alquran mengenai keutamaan akhirat ketimbang dunia.⁴²

Menurut para sufi, dunia dan semua kehidupan materinya adalah sumber kemaksiatan dan penyebab terjadinya perbuatan-perbuatan dosa. Tentang kehidupan dunia ini, Hasan Basri berkata: perlakukan dunia ini sebagai jembatan dilalui jangan membangun apa-apa di atasnya. Dalam kesempatan lainnya beliau juga mengemukakan, “Jauhilah dunia ini karena iabagaikan ular, lembut dalam elusan tangan, racunnya mematikan. Hati-hati terhadap dunia ini, karena ia penuh kebohongan dan kepalsuan”.⁴³

Menurut dari pengertiannya Zuhud dapat dipahami bahwa tingkatan zuhud pada dasarnya ada tiga yaitu: (1) Orang yang zuhud terhadap dunia, padahal ia suka padanya, hatinya condong padanya dan nafsunya selalu menoleh kepadanya; kendati demikian, dilawannya hawa nafsu dan keinginan terhadap kenikmatan duniawi itu. Orang ini disebut *mutazzahid* (yang berusaha untuk hidup zuhud); (2) orang yang zuhud terhadap dunia dengan mudah, karena ia menganggap terhadap perkara keduniaan itu sepele (sedikit sekali manfaat dan gunanya), meskipun demikian ia menginginkannya. Tetapi ia melihat kezuhudannya dan berpaling padanya; (3) orang yang zuhud terhadap dunia, tetapi zuhud terhadap ke-zuhud-annya itu, sehingga tidak terasa bahwa dirinya telah meninggalkan jubah keduniannya. Orang yang demikian setingkat dengan orang yang meninggalkan tembikar dan memungut intan permata.⁴⁴

Menurut Kyai Achmad, zuhud dalam pengertian luas ialah melepaskan ketergantungan hati terhadap segala macam kehidupan dunia dan kehidupan materinya.⁴⁵ Kyai Achmad berpandangan

⁴² Ja'far, *Gerbang Tasawuf, op.cit*, h. 63-64.

⁴³ Miswar, dkk., *Ahlak Tasawuf: membangun Karakter Islam*, h. 176.

⁴⁴ Syamsun, Ni'am, *Tasawuf Studies, op.cit*, h. 147.

⁴⁵ *Ibid.*, hlm. 148.

dalam menyikapi perilaku zuhud tidak berarti, dengan serta merta harus meninggalkan hidup keduniaan dan acuh tak acuh terhadapnya, tetapi dalam pandangannya zuhud bisa dipahami sebagai langkah antisipatif untuk tidak selalu bergantung dengan duniadan pengaruh-pengaruhnya, yang bisa melupakan batas-batas kewajaran sebagai umat manusia yang bisa memosisikan diri sebagai makhluk individu dan sosial secara seimbang. Karena itu, Kyai Achmad tidak begitu setuju, bahkan menentang kepada sebagian orang atau kelompok yang hidup dalam pergaulan secara eksklusif dan *intolerance*. Dengan demikian, Kyai Achmad sebenarnya cukup idealis dalam memahami zuhud, yaitu zuhud yang kontekstual.⁴⁶

c. Sabar

Kata sabar berasal dari bahasa Arab, *shabara*, *yashbiru*, *shabran*, maknanya adalah mengikat, bersabar, menahan dari larangan hukum, dan menahan diri dari kesedihan. Kata ini disebutkan di Alquran sebanyak 103 kali. Dalam bahasa Indonesia, sabar bermakna “tahan menghadapi cobaan (tidak lekas marah, tidak lekas putus asah, tidak lekas patah hati), dan tabah, tenang, tidak tergesah-gesah, dan tidak terburu nafsu”.⁴⁷

Sabar, menurut Al-Ghazali, jika dipandang sebagai pengekan tuntutan nafsu dan amarah, dinamakan sebagai kesabaran jiwa (*ash-shabr an-nafs*), sedangkan menahan terhadap penyakit fisik, disebut sebagai sabar badani (*ash-shabr al-badani*). Kesabaran jiwa sangat dibutuhkan dalam berbagai aspek. Misalnya, untuk menahan nafsu makan dan seks yang berlebihan.⁴⁸

Al-Ghazali menjadikan sabar sebagai satu keistimewaan dan spesifikasi makhluk manusia. Sikap mental itu tidak dimiliki

⁴⁶ *Ibid.*, hlm. 150.

⁴⁷ Ja'far, *Gerbang Tasawuf*, *op.cit*, h. 71.

⁴⁸ Rosibon Anwar dan Mukhtar Solihin, *Ilmu Tasawuf* (Bandung: Pustaka Setia, 2004), hlm. 72.

oleh binatang, juga para malaikat. Al-Ghazali membedakan sabar kepada tiga tingkatan, yaitu: 1) sabar untuk senantiasa teguh (*istiqamah*) dalam melaksanakan perintah Allah swt. 2) sabar dalam menghindarkan dan menjauhkan diri dari perbuatan-perbuatan yang dilarang oleh-Nya, 3) sabar dalam menghadapi atau menanggung cobaan dari-Nya.⁴⁹

Dikalangan para sufi sabar diartikan sabar dalam menjalankan perintah Allah Swt dalam menjauhi segala laranganNya dan dalam menerima segala percobaan-percobaan yang ditimpahkan-Nya pada diri kita.⁵⁰

d. Tawakkal

Berasal dari bahasa Arab, *wakila, yakilu, wakilan* yang berarti “mempercayakan, memberi, mwmbuang urusan, bersandar, dan bergantung”, istilah tawakal disebut di dalam Alquran dalam berbagai bentuk sebanyak 70 kali. Dalam bahasa Indonesia, tawakal adalah “pasrah diri kepada kehendak Allah; percaya dengan sepenuh hati kepada Allah (dalam penderitaan dan sebagainya), atau sesudah berikhtiar baru berserah kepada Allah”.

Secara harfiah tawakal berarti menyerahkan diri. Menurut Al-Qusyairi lebih lanjut mengatakan bahwa tawakal tempatnya dalam hati, dan timbulnya gerak dalam perbuatan tidak mengubah tawakal yang terdapat dalam hati itu. Hal ini terjadi setelah hamba meyakini bahwa segala ketentuan hanya didasarkan pada ketentuan Allah. Mereka menganggap jika menghadapi kesulitan maka yang demikian itu sebenarnya adalah takdir Allah.

Pengertian tawakal yang demikian itu sejalan pula dengan yang dikemukakan Harun Nasution. Ia mengatakan tawakal adalah menyerahkan diri kepada *qadha* dan keputusan Allah. Selamanya dalam keadaan tenteram, jika mendapat pemberian berterima kasih,

⁴⁹ M. Alfatih, Suryadilaga, *Ilmu Tasawuf*, (Yogyakarta: Kalimedia, 2016), h. 102.

⁵⁰ Abuddin, Nata, *Akhlak Tasawuf dan Karakter Mulia, op.cit*, h. 173.

jika tidak mendapat apa-apa bersikap sabar dan menyerah kepada *qadha* dan *qadar* Tuhan. Tidak memikirkan hari esok, cukup dengan apa yang ada untuk hari ini. Tidak mau makan, jika ada orang lain lain yang lebih berhajat pada makanan tersebut dari dirinya. Percaya kepada janji Allah. menyerah kepada Allah dengan Allah dan karena Allah.⁵¹

e. Ridha

Kata rida berasal dari kata *radhiya*, *yardha*, *ridhwanan* yang artinya “senang, puas, memilih persetujuan, menyenangkan, menerima”. Dalam kamus bahasa Indonesia, rida adalah “rela, suka, senang hati, perkenan, dan rahmat”.⁵²

Harun Nasution mengatakan *ridha* berarti tidak berusaha, tidak menentang kada dan kadar Tuhan. Menerima kada dan kadar dengan hati senang. Mengeluarkan perasaan benci dari hati sehingga yang tinggal di dalamnya hanya perasaan senang dan gembira. Merasa senang menerima malapetaka sebagaimana merasa senang menerima nikmat. Tidak meminta surga dari Allah dan tidak meminta dijauhkan dari neraka. Tidak berusaha sebelum turunnya kada dan kadar, tidak merasa pahit dan sakit sesudah turunnya kada dan kadar, malahan perasaan cinta bergelora di waktu turunnya bala (cobaan yang berat).⁵³

Setelah mencapai *maqam* tawakal, dimana nasib hidup *salik* bulat-bulat diserahkan pada pemeliharaan Allah, meninggalkan serta membelakangi segala keinginan terhadap apapun selain Tuhan, maka harus segera diikuti menata hatinya untuk mencapai *maqam ridla*.⁵⁴

Setelah melalui stasiun-stasiun tersebut, para pejalan spiritual akan memasuki keadaan fana dan baqa. Fana dan baqa merupakan

⁵¹ Ja'far, *Gerbang Tasawuf*, *op.cit*, h. 74-75.

⁵² *Ibid*, h. 80.

⁵³ Abuddin Nata, *Akhlak Tasawuf dan Karakter Mulia*, *op.cit*, h. 176

⁵⁴ M. Alfatih, Suryadilaga, *Ilmu Tasawuf*. *op.cit*, h. 106.

keadaan dimana seseorang mengalami pengembalian ke wujud asalnya, yaitu wujud yang absolut. Pengertian fana dan baqa adalah lenyapnya kesadaran manusia mengenai segala fenomena alam, sehingga apa yang benar-benar baqa dalam kesadarannya adalah wujud mutlak Tuhan. Untuk dapat mencapai kondisi seperti ini, para sufi perlu untuk melewati 6 tahapan fana, yaitu:⁵⁵

- 1) *Fana' 'an al-Mukhalafat* (sirna dari segala dosa). Tahap *Fana' 'an al-Mukhalafat* merupakan tahapan di mana para sufi memiliki pandangan bahwasanya setiap tindakan yang melanggar moralitas juga berangkat dari Kehendak-Nya, dengan memiliki pandangan semacam ini, maka seorang sufi akan memandang setiap hal dengan pandangan kebergunaan. Akhirnya setiap hal akan ditunjukkan pada satu pribadi yang merupakan sumber dari segala sumber sesuatu. Ini yang disebut sebagai *hadrah an-nur al-mahd* (kehadiran cahaya murni). Sedangkan *hadrah az-zulmah al-mahd* (kehadiran kegelapan yang murni) adalah ketika seorang sufi masih memandang bahwa setiap perbuatannya merupakan miliknya.
- 2) *Fana' 'an af'al al-'ibad* (sirna dari tindakan-tindakan hamba). Tahap *Fana' 'an af'al al-'ibad* ini merupakan tahapan dimana seorang sufi memiliki kesadaran bahwasanya setiap tindakan manusia merupakan tindakan yang tidak dikendalikan oleh dirinya sendiri, melainkan oleh Tuhan dari balik tabir alam semesta. Dengan memiliki pemahaman demikian maka para sufi akan memiliki kesadaran bahwasanya terdapat satu agen mutlak yang berada di dunia ini, yaitu Tuhan.
- 3) *Fana' 'an sifat al-makhlugin* (sirna dari sifat-sifat makhluk). Tahap *Fana' 'an sifat al-makhlugin* merupakan tahapan di mana para sufi akan memiliki kesadaran bahwasanya segala sifat-sifat yang dimiliki adalah milik Allah. Dengan pemaaman seperti ini seorang

⁵⁵ Akhmad Muzaki, *Insan Kamil: Bentuk Teofani Paling Sempurna*, Ulul Albab, Vol. 4, No. 2, 2002, h. 50.

sufi akan melihat setiap hal menggunakan kesadaran keilahian. Ia akan melihat dengan penglihatan Tuhan, mendengar dengan menggunakan pendengaran Tuhan, berbicara dengan firman Tuhan, dan lain sebagainya.

- 4) *Fana' 'an kull az-zat* (sirna dari personalitas diri). Pada tahap *Fana' 'an kull az-zat* ini, seorang sufi akan menyadari ketiadaan eksistensinya sebagai manusia, sehingga ia akan melihat satu-satunya eksistensi mutlak hanyalah eksistensi Tuhan, yang merupakan substansi yang abadi.
- 5) *Fana' 'an kull al-'alam* (sirna dari segenap alam). Pada tahapan *Fana' 'an kull al-'alam* ini, seorang sufi akan memiliki kesadaran bahwasanya setiap aspek di alam dunia ini pada hakikatnya hanyalah ilusi, yang benar-benar ada hanyalah realitas yang mendasari ilusi tersebut, yaitu Tuhan.
- 6) *Fana' 'an kull ma siwa 'l-lah* (sirna dari segala sesuatu yang selain Allah). Pada tahap *Fana' 'an kull ma siwa 'l-lah* ini, seorang sufi akan memiliki kesadaran bahwa tidak ada substansi yang benar-benar ada, substansi yang benar-benar ada hanyalah substansi Tuhan. Tingkatan ini memberikan pemahaman bahwasanya apa yang benar-benar ada adalah manifestasi yang mujarrad dari semua kualitas nama dan atributnya seperti awal keberadaan-Nya. Inilah akhir dari perjalanan panjang para sufi untuk menuju ke asalnya. Kesadaran puncak mistik semacam ini dicapai insan kamil.

b. Perspektif Nafs

Dalam perjalanan spiritual, manusia memiliki dua hal dalam dirinya, yaitu nafs dan ruh. Nafs merupakan bawaan dari kodrat manusia, sedangkan ruh merupakan sesuatu yang berasal dari Tuhan yang dipinjamkan kepada manusia agar manusia dapat mengevolusikan nafsnya. Jadi, perjalanan spiritual merupakan perjalanan untuk mengevolusikan nafsnya menuju Tuhan.

Terdapat tujuh tingkatan spiritual yang membawa manusia menuju Tuhan, dari yang manusia berlandaskan nafs yang egoistik menuju manusia yang berlandaskan nafs yang suci. Tingkatan tersebut antara lain:⁵⁶

- 1) *Nafs Amarah (The Commanding Self)*. Nafs ini merupakan tingkatan nafs yang paling rendah suatu jiwa manusia. Pada tingkatan nafs ini, ego mendominasi jiwa manusia. Hal tersebut menjadikan manusia mengalami kesulitan untuk mengontrol kepentingan diri sendiri dan minimnya akhlak. Kepribadian mereka dihiasi dengan dendam, kemarahan, keserakahan, kecemburuan, keegoisan, dll. Hidup mereka hancur karena terus-menerus melakukan hal yang negatif, kesadaran dan akalnya dikuasai oleh nafsu dan keinginan binatang, mereka tidak dapat berubah karena mereka merasa tidak perlu berubah.
- 2) *Nafs lawwamah (The regretful self)*, nafs ini merupakan tingkatan nafs dimana pelakunya menyadari setiap perbuatannya, mulai dapat membuat perbedaan antara yang baik dan yang buruk, mengalami penyesalan terhadap kesalahan-kesalahannya, namun kemampuan untuk dapat merubah gaya hidupnya belum mampu dilakukan secara signifikan. Seperti halnya orang yang mengalami kecanduan, ia mengerti bahwasanya perilaku kecanduannya merupakan hal yang tidak baik, akan tetapi ia masih belum dapat berhenti dari hal yang ia candui tersebut. seseorang dengan nafs ini terdapat tiga bahaya besar yang akan mengikutinya, yaitu kemunafikan, kesombongan dan juga kemarahan.
- 3) *Nafs mulhimma (The inspired self)*, nafs ini merupakan tingkatan nafs dimana pelakunya akan merasakan keikhlasan dalam setiap ibadahnya. Setiap perbuatannya tidak dilandasi dengan ketakutan akan neraka maupun keinginan akan surga, melainkan dilandasi oleh cinta, pengabdian, nilai-nilai, dan juga moral. Tahap nafs ini

⁵⁶ Aliah B. Purwakanita Hasan, *Psikologi Perkembangan Islam, op.cit*, h. 306-311.

telah dapat meredam keinginan ego. Sangat penting bagi pelaku nafs ini untuk hidup dalam nilai-nilai yang luhur agar kebajikan yang ia pelopori tidaklah luntur dan hilang. Kelembutan, kasih sayang, kreativitas, serta akhlak yang baik merupakan bagian dari laku nafs ini, biasanya orang dengan nafs ini akan dihormati oleh orang lain karena memiliki kematangan emosi. Pada tahap ini seringkali mengalami kekaburan antara ego dan keilahian, terkadang dibalik perbuatan baiknya terdapat ego yang menyamar. Sesuatu perbuatan tampak sebagai perbuatan yang baik, padahal tidak. Oleh karena itu, pelaku nafs ini perlu untuk meneliti setiap perbuatannya dengan baik.

- 4) *Nafs muthmainnah (The Contented Self)*, nafs ini merupakan nafs yang berjiwa spiritual, pelaku nafs ini merupakan manusia yang mampu merasakan kedamaian dalam batinnya, seluruh keinginan-keinginannya perlahan sirna, dan semakin merasakan kedekatan dengan Tuhan. Pada tingkatan ini, manusia memandang sesuatu dengan pikiran terbuka, penuh kesyukuran dan cinta. Tingkatan ini merupakan tingkatan pelepasan semua belenggu dunia menuju kehidupan yang bersifat universal dalam diri.
- 5) *Nafs radhiyah (The pleased self)*, tahapan nafs ini merupakan tahapan dimana seseorang telah sampai pada jiwa ruhani yang memiliki ketenangan serta kebahagiaan, baik keadaan senang maupun duka, baik di keadaan sulit maupun mudah. Ia memiliki kesadaran bahwasanya setiap ujian maupun cobaan merupakan hal yang berasal dari ketentuan-Nya agar manusia dapat mengambil hikmah untuk menuju-Nya. Kebahagiaan yang dialami pun adalah kebahagiaan sejati, bukan kebahagiaan berlandaskan hedonistik dan materialistik. Manusia dengan nafs ini merupakan manusia-manusia yang kembali kepada-Nya.
- 6) *Nafs mardhiah (The self Pleasing to God)*, nafs ini merupakan tahap dimana seseorang memiliki kesadaran bahwasanya setiap

kekuatan berangkat dari kekuatan Tuhan, manusia dalam tingkatan ini adalah manusia yang telah mencapai kesatuan internal. Manusia yang memiliki kesatuan antara khaliq dan ciptaan, nama dan sifat Tuhan termanifestasi dalam dirinya. Setiap yang dilihat hanyalah keindahan, membawa manusia lain ke dalam cahaya Tuhan dan melindunginya dari nafsu dan kegelapan dunia. Semua demi Allah dan dengan nama Allah.

- 7) *Nafs safiyah (The pure self)*, tingkat nafs ini merupakan tingkatan di mana seorang manusia mengalami transendensi-diri. Keseluruhan nafsnya telah melebur dengan-Nya, mereka memiliki kesadaran mengenai kebenaran sejati dari pernyataan “Tidak Ada Tuhan Selain Allah”. Ini merupakan tingkatan nafs tertinggi yang disebut sebagai tingkatan orang-orang suci. Keinginan dan keluhan sirna seluruhnya, setiap gerakannya adalah gerakan cinta, setiap kata-kata adalah kata-kata kebijaksanaan, setiap kesenangan adalah ibadah, setiap sel dalam tubuhnya selalu memuji Tuhan. Meski tidak pernah lagi berbuat dosa, air matanya selalu menteskan air mata pertaubatan, kebahagiaannya adalah ketika melihat manusia lain mencapai Tuhannya.

E. Krisis Eksistensi Manusia

Gambaran kehidupan manusia di tengah era modern saat ini sedang mengalami kemunduran, kemunduran ini disebabkan karena adanya pergseran orientasi, orientasi manusia saat ini adalah orientasi-orientasi yang sifatnya material, sehingga melupakan kebutuhan pokoknya yaitu kebutuhan spiritual.

Selain kurangnya perhatian akan spiritualitas, manusia juga mengalami kemunduran dalam kehidupan sosialnya, kemajuan zaman menjadikan segala hal serba instan, menjadikan kehidupan manusia menjadi kehidupan yang hanya terfokus pada gadget dan dunia maya, kehidupan nyatanya hanya dilakukan jika hal tersebut mendatangkan keuntungan secara materi. Di sinilah terlihat jelas bahwasanya manusia

telah mengalami kejatuhan eksistensi, dari makhluk spiritual berubah menjadi makhluk material. Di sinilah manusia mengalami frustrasi eksistensial.

Frustrasi eksistensial yang dialami oleh manusia ini ditandai dengan adanya kuatnya dominasi ego berupa keinginan yang kuat untuk menguasai, bersenang-senang, menumpuk harta benda dan sangat anti untuk bersosialisasi. Hal ini menjadikan kehidupan manusia menjadi kehidupan yang kering, hampa dan tanpa makna, sehingga kemudian lahir berbagai perilaku-perilaku negatif seperti halnya kekerasan, kenakalan, pembunuhan, seks di luar nikah, pelecehan, kecanduan, perceraian, bahkan upaya untuk membunuh diri sendiri.⁵⁷

Menurut plato, manusia merupakan konfigurasi dari dua realitas, yang mana kedua realitas ini sama-sama tidak dapat dipisahkan, yaitu realitas material dan realitas spiritual, realitas material berupa fisik, sedangkan realitas spiritual berupa ruh/jiwa. Mengabaikan satu dari kedua realitas tersebut sama saja mengabaikan keduanya, karena hal tersebut sama saja dengan menjadikan manusia bukan sebagai manusia sebenarnya.⁵⁸

Paradigma materialisme menjadikan manusia menjadi generasi yang hanya memfokuskan kehidupan pada hal-hal yang bersifat material.⁵⁹ Selain itu, paradigma materialisme ini juga membawa manusia menjadi budak dari ego, di dalam ego mengandung banyak keinginan, dan sifat dari keinginan ini ingin terus-menerus difasilitasi, sehingga manusia akan berjuang mati-matian demi tercapainya seluruh keinginan ego. Padahal, sifat dari keinginan sendiri tidak akan pernah ada habisnya. Manusia hanya menjadi manusia robot yang tidak lagi memiliki kehendak. Generasi

⁵⁷ Huston Smith, *Kebenaran yang Terlupakan Kiritik atas Sains dan Modernitas*, terj. Inyik Ridwan Muzir, (Yogyakarta : IRCiSoD, 2001), h. 130.

⁵⁸ Komaruddin Hidayat & Wahyuni Nafis, *Agama Masa Depan: Perspektif Filsafat Perennial*, (Jakarta : Paramadina, 1995), h. 62

⁵⁹ Said Tuhulleley, *Permasalahan Abad XXI: Sebuah Agenda*, (Yogyakarta: SIPRESS 1993), h. 5.

dengan paradigma materialisme ini larut dalam kehendak ego, padahal seharusnya manusia melarutkan kehendaknya dalam kehendak Keilahian.

Menurut Erich Fromm dalam bukunya "*The Revolution of Hop*" bahwa manusia era modern adalah manusia yang di tengah-tengahnya terdapat "hantu", term hantu di sini dimaksudkan untuk menunjukkan gambaran masyarakat yang tidak berfungsi lagi sebagaimana fungsi dari manusia, masyarakat tak ayal seperti halnya mesin yang hanya mengikuti rutinitas kehidupan yang entah akan membawanya ke mana. Manusia disebut sebagai erich fromm sebagai mesin mekanik.⁶⁰

Paradigma material ini berpotensi untuk terus menekan sisi-sisi eksistensial kemanusiaan, karena kemajuan kuantitatif material yang dicapai oleh modernitas tidak disertai dengan kemajuan kualitatif. Paradigma material ini mengaburkan sisi sejati manusia, yang kemudian menghasilkan kesalahan orientasi dalam memberikan pemaknaan pada hakikat kehidupan yang dijalani.

Manusia menjadi generasi yang tidak berdaya di tengah-tengah era modern dengan paradigma materialnya. Rollo May menyebutkan bahwasanya manusia modern telah kehilangan makna hidup yang sejati, manusia modern jatuh menjadi manusia yang kosong dan dipenuhi dengan berbagai kegelisahan, manusia yang telah kehilangan *freedom to choose* nya sebagai manusia, manusia yang telah kehilangan kemerdekaannya. Hubungan antar manusia yang awalnya adalah hubungan yang hangat berubah menjadi hubungan yang kering dan dingin, institusi-institusi tradisional telah berubah menjadi institusi rasional, masyarakat yang homogen kini telah berubah menjadi masyarakat heterogen, stabilitas sosial berubah menjadi mobilitas sosial.

Zaman ini disebut oleh beberapa ahli sebagai zaman kejatuhan manusia, dimana manusia-manusianya tidak lagi bersemi sebagai makhluk Tuhan, melainkan makhluk ego, karena realitas kehidupannya hanya

⁶⁰ Erich Fromm, *The Revolution of Hope*, terj. Kamdani, (Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 1996), h. 43.

memandang materi dan melupakan spiritualitas, meskipun tidak adanya penolakan langsung melalui verbal, akan tetapi terlihat penolakan dalam bentuk perilaku. Selain itu, terdapat pandangan dikotomis yang menimbulkan ketidakseimbangan antara material dan spiritual, antara jiwa dan tubuh, antara dunia dan akhirat.

Sistem kehidupan material ini menjadikan manusia mengalami keterpisahan dengan naluri Ke-Tuhanan. Nasr dalam *Islam and the Suffering of Modern Man*, menyatakan bahwa pemujaan terhadap ilmu pengetahuan dan teknologi telah membuat manusia berada di pinggirannya, manusia seperti ini adalah manusia yang telah kehilangan keilahianya.⁶¹ Akhirnya manusia mengalami kekosongan spiritual, manusia tidak dapat memenuhi kebutuhan dasar spiritualnya, yaitu nilai-nilai Transenden.

Abu al-Wafa al-Taftazani dalam *The Role of Sufism* menjelaskan penyebab dari kegelisahan-kegelisahan manusia modern yaitu, takut kehilangan apa yang telah dimiliki, penuh kekhawatiran terhadap masa depan, kecewa pada harapan yang tidak sesuai dengan ekspektasi, banyak melakukan pelanggaran dan juga dosa. Semua hal tersebut muncul karena manusia telah kehilangan iman dan banyak melakukan penyembahan pada yang selain Tuhan.⁶²

Penghambaan pada yang selain tuhan banyak ditemui pada manusia saat ini. Banyak manusia yang tidak menyadari bahwa mereka telah menuhankan tuhan-tuhan palsu seperti halnya status, harta benda, kekuasaan, intelektual, dan lain sebagainya, sehingga ia telah melupakan Tuhan yang sesungguhnya. Kelupaan ini terjadi karena manusia mengalami krisis eksistensi tentang siapa dirinya, ketika ia belum mengerti dirinya, akan sulit untuk mengenal Tuhannya. Oleh karenanya spiritualitas manusia perlu untuk ditumbuhkan dalam upaya untuk mengenal dirinya,

⁶¹ Amin Syukur, *Menggugat Tasawuf: Sufisme dan Tanggung Jawab Sosial Abad 21*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1999), h. 112-113.

⁶² Sularso Sopater, *Keadilan Dalam Kemajemukan*, (Jakarta : Pustaka Sinar Harapan, 1998), h. 269.

ketika ia dapat mengenal dirinya ia akan dengan mudah mengenal pengalaman, lingkungan dan juga Tuhannya.

BAB III

DESKRIPSI DAN ANALISIS

A. Profil Ki Ageng Suryomentaram

1. Masa Kecil Ki Ageng Suryomentaram

Pada tanggal 20 Mei 1892 lahir seorang putra dari Sultan Hamengku Buwono ke VII dan Raden Ayu Retnomandaya, ia adalah Ki Ageng Suryomentaram. Pada saat masih bayi, Ki Ageng dinamai dengan nama Bendoro Raden Mas (BRM) Kudiarmaji. Raden mas Kudiarmaji ini merupakan anak ke-55 dari Sultan, namun beberapa sumber lain mengatakan bahwa ia adalah anak ke-56 dari 79.⁶³

Pada saat kecil, RM Kudiarmaji belajar bersama saudara-saudaranya di suatu sekolah yang bernama Srimanganti di lingkungan keraton. Di sekolah ini, para putra dan putri sultan belajar membaca, menulis bahasa Jawa, kanuragan dan sebagainya. Setelah Srimanganti, Raden Mas Kudiarmaji melanjutkan belajar bahasa Belanda, Inggris dan Arab. Setelah menguasai ketiga bahasa asing tersebut, Kudiarmaji magang di ke gubernuran selama lebih dari 2 tahun.

Raden Mas Kudiarmaji memiliki hobby dalam hal membaca dan belajar, beliau telah membaca dan belajar banyak hal, utamanya mengenai sejarah, filsafat, ilmu jawa dan juga agama. Sedangkan pendidikan keislaman ia pelajari melalui KH Achmad Dahlan, pendiri Muhammadiyah. RM Kudiarmaji ini *sregep* shalat, puasa, dan juga lancar membaca Al-Qur'an. Di kalangan murid KH. Achmad Dahlan, Kudiarmaji paling menonjol, sehingga ia menjadi murid kesayangan dari Kyai Achmad Dahlan.⁶⁴

⁶³ Ryan Sugiarto, *Psikologi Raos: Sainifikasi Kawruh Jiwa Ki Ageng Suryomentaram*, (Sleman: Putaka Ifada, 2015), h. ix.

⁶⁴ Ratih Sarwiyono, *Ki Ageng Suryomentaram: Sang Plato dari Jawa*, (Yogyakarta: Cemerlang Publishing, 2017), h. 2.

2. Masa Remaja Ki Ageng Suryomentaram

Ketika Raden Mas Kudiarmaji berusia 18 tahun, namanya diubah menjadi Pangeran Harya Suryomentaram. Ia juga menikmati fasilitas pangeran, seperti perumahan, gaji bulanan, kendaraan, pengawalan, tanah, dan sebagainya.

Tahun demi tahun berlalu, kisah hidupnya semakin menarik, sedikit demi sedikit Pangeran Suryomentaram mulai merasakan ada yang hilang di hatinya. Kecerdasannya yang melebihi remaja seusianya membuatnya berpikir keras untuk menemukan jati dirinya.⁶⁵ Dia tidak puas dengan kondisinya saat ini, dia selalu dipuja, dipuji dan dihormati oleh para abdi dalem dan penjaga istana. Setiap bertemu hanya bertemu dengan yang disembah, yang disuruh, yang dimarahi, yang ditanya. Dia belum pernah bertemu seseorang yang membuatnya merasa seperti manusia normal, dia merasa bahwa setiap orang yang dia temui hanyalah seorang *lamis*, bukan yang sebenarnya dia cari. Dia merasa kesal dan kecewa, meskipun dia adalah seorang pangeran yang kaya dan berkuasa.

Dalam kegelisahannya, Pangeran Suryomentaram melakukan pencarian atas pertanyaan-pertanyaannya selama ini, kemudian ia menemukan jawabannya, bahwa apa yang membuatnya tidak dapat bertemu dengan dirinya sendiri karena hidupnya terbatas pada lingkungan keraton, sehingga ia tidak pernah tahu bagaimana lingkungan luarnya. Hidupnya menjadi sangat tertekan, ia merasa tidak nyaman tinggal di lingkungan istana. Kemegahan tembok istana baginya seperti musuh yang siap menyerang kapan saja. Bunga-bunga di taman itu seperti raksasa yang siap menerkamnya, ukiran indah di permata istana seperti naga yang siap meremas tubuhnya.⁶⁶

Menurut para sesepuh keraton, jiwa dan kepribadian Pangeran memang *guru slaning mrojol*, artinya berbeda dengan bangsawan

⁶⁵ *Ibid*, h. 2-3.

⁶⁶ *Ibid*, h. 4.

kebanyakan. Dia benar-benar memiliki cara berpikir dan tujuan hidup yang berbeda. Ketika dia seharusnya menikmati kekayaan dan idola para *kawula*, dia justru merasa sengsara.

Tidak tahan lagi, dia diam-diam meninggalkan istana dan keluar dari daerah itu. Ia tiba di Cilacap. Ia dan teman-temannya membawa sejumlah kain batik untuk dijual ke pedagang di sana. Suryomentaram cukup senang mengalihkan perhatian dunia keraton ke dunia perdagangan yang kurang mampu. Ia cukup senang mengumpulkan rupiah demi rupiah sebagai pedagang batik. Ia juga menjual *setagen* (ikat pinggang), blanko, dan pakaian adat lainnya. Di sana ia mengubah namanya menjadi Natadangsa.⁶⁷

Seiring berjalannya waktu, kepergian Suryomentaram ke Cilacap didengar oleh Sultan Hamengku Buwana VII. Maka sultan memerintahkan KRT WiryoDirja, Bupati Kota Banyumas dan Raden Mangkudigdaya, untuk mencari Pangeran Suryomentaram dan memanggilnya kembali ke Yogyakarta. Cukup sulit menemukan Pangeran Suryomentaram di pasar-pasar. Namun setelah lama mencari, akhirnya ia ditemukan di Kroya Banyumas. Pangeran Suryomentaram ditemukan sedang menggali sumur warga, membuat semua orang bertanya-tanya.

Pangeran Suryomentaram dipanggil kembali ke Yogyakarta. Perintah ini merupakan perintah yang sulit dijalankan oleh Suryomentaram, karena bertentangan dengan panggilan batinnya. Bahkan, dia sendiri berniat menjadi orang miskin dengan membeli tanah di kawasan Kroya untuk dia bangun rumah sebagai tempat tinggal. Dia membeli tanah itu sebagai hasil dari bekerja untuk keringatnya sendiri, bukan jatah pangeran istana. Suryomentaram merasa lebih nyaman dan senang mendapatkan upah dari berkeringat daripada menjual kebangsawanan. Namun, bukan itu yang dia cari, jadi dia menjalankan perintah untuk kembali ke istana.

⁶⁷ *Ibid*, h. 4-5.

Setelah kembali ke istana, suryomentaram terus-menerus melakukan pencarian mengenai penyebab dari kekecewaan batinnya. Kemudian dari hasil berpikirnya tersebut ia menemukan bahwasanya penyebab kekecewaan batinnya selain karena posisinya sebagai pangeran, juga karena adanya harta benda.⁶⁸

Terdapat dua kata yang hampir mirip dalam terminologi Jawa, yaitu *milik* dan *melik*. *Milik* memiliki arti “memiliki” dan “harta”. Sedangkan *melik* memiliki arti “keinginan untuk mendapatkan sesuatu”. Sebagai seorang pangeran, ia memang memiliki sejumlah harta yang melimpah. Maka hari itu ia memutuskan untuk menjual seluruh rumah, barang antik dijual dengan harga murah. Kemudian mobil juga dijual dan hasil dari penjualan tersebut diberikan kepada sopir. Kuda kesayangannya juga diberikan kepada *gamelnya* (penjaga kuda). Tidak ketinggalan pakaiannya juga ia bagikan kepada para asistennya. Seluruh rumah hilang, dia tidak punya apa-apa lagi. Namun, Suryomentaram masih belum puas. Usahnya tidak membuahkan jawaban atas kecemasannya. Salah satu yang sangat ia rindukan, ia ingin bisa menemukan jati dirinya sendiri. Dia menginginkan pencerahan. Dia menginginkan seseorang yang bisa menjadi pelabuhan pertanyaan untuk semua kecemasannya. Orang yang tidak mengharapkan apa pun seperti Tuhan tidak mengharapkan apa pun dari hamba-hamba-Nya.

3. Masa dewasa Ki Ageng Suryomentaram

Pada tahun 1921, Pangeran Suryomentaram telah menginjak usia 29 tahun. Pada saat itu ayah pangeran Suryomentaram Sultan Hamengkubuwono mangkat. Setelah Sultan Hamengkubuwono mangkat, kakak laki-laki suryomentaram dinobatkan menjadi raja dengan gelar Sultan Hamengkubuwono VIII. Setelah penobatan tersebut, Pangeran Suryomentaram kembali mengajukan pengunduran

⁶⁸ *Ibid*, h. 6.

dirinya dari jabatannya sebagai pangeran, dan kali ini permohonannya dikabulkan. Dia menolak segala jenis gaji dan pesangon. Namun meskipun begitu, Pemerintah Hindia-Belanda memberikan tawaran uang pensiun sebesar 333,50 Gulden per bulan, namun Pangeran Suryomentaram menolak tawaran tersebut dengan beralasan ia tidak merasa mempunyai jasa pada Pemerintah Hindia-Belanda. Setelah Suryomentaram menolak, Sultan Hamengku Buwono VIII memberikan tawaran 75 Gulden per bulan hanya sebagai tanda bahwa ia masih menjadi keluarga kerajaan. Tawaran ini ia terima dengan senang hati.⁶⁹

Setelah kepergiannya dari Kerajaan, Suryomentaram yang bukan lagi seorang pangeran membeli sebuah tanah di Desa Bringin, desa ini terletak di utara Salatiga, tepatnya di lereng Gunung Merbabu. Di desa itu Suryomentaram hidup sebagai seorang petani. Sejak saat Suryomentaram lebih dikenal dengan nama Ki Gede Suryomentaram, atau Ki Gede Beringin. Sebutan itu diberikan karena Suryomentaram terkenal sebagai seorang dukun sehingga banyak orang yang mendatangnya. Suryomentaram memiliki kemampuan yang berbeda dari orang-orang biasanya, seperti halnya kemampuan berbicara, berpikir sistematis, kecerdasan dalam berlogika, serta kemampuan spiritual yang ajaib.⁷⁰

Suryomentaram memiliki lebih banyak kebebasan berpikir dan berefleksi sejak tinggal di desa ini. Ketika dia mengayunkan cangkul di ladang, dia membunyikan anugerah Tuhan yang menganugerahkan kesuburan pada manusia. Maka yang harus dilakukan manusia tentunya adalah mengolah tanah dengan ilmu dan ketekunan agar tanah tersebut dapat menghasilkan makanan yang enak. Saat mandi di sungai, terpancar betapa indahnya alam semesta. Maka yang harus

⁶⁹*Ibid*, h. 9.

⁷⁰*Ibid*, h. 10.

dilakukan manusia adalah melestarikan pohon, daun, akar tanaman, agar tidak rusak, agar air terus mengalir sesuai siklus perjalanannya.

Pada tahun 1925, Suryomentaram telah menjadi duda selama kurang lebih 10 tahun. Pada tahun ini Suryomentaram menikah lagi. Pada suatu malam pada tahun 1927, Ki Ageng Suryomentaram membangunkan istrinya yang sedang tertidur, kemudian berkata, *“Bu, saya telah menemukan apa yang saya cari. Aku tidak bisa meninggal dunia!”* sebelum istrinya sempat menjawab pernyataan Ki Ageng, Ki Ageng kembali melanjutkan pernyataannya, *“Ternyata selama ini yang merasa belum pernah bertemu dengan orang, yang terus-menerus merasakan kekecewaan dan merasa tidak pernah puas adalah Si Suryomentaram, Suryomentaram adalah orang yang penuh kekecewaan, kalau disuruh kecewa, kalau dimarahi kecewa, kalau disembah kecewa, kalau dimintai restu juga kecewa, dianggap masyarakat dukun juga kecewa, dianggap sebagai orang gila juga kecewa, dianggap sebagai seorang pangeran juga kecewa, menjadi seorang pedagang kecewa, menjadi seorang petani juga kecewa. Inilah si Suryomentaram, si tukang kecewa, si tukang merasa tidak puas, si tukang bingung. Sekarang, saya sudah bisa dan selalu bertemu dengan orang, namanya si Suryomentaram ini, jadi mau apa lagi? Sekarang tinggal diawasi dan diteliti.”*

Semenjak saat itu Ki Ageng memiliki kesenangan baru, yakni mengembara, namun pengembaraannya tersebut tidak dilakukan untuk bertirakat seperti halnya yang ia lakukan dulu, melainkan untuk melakukan penggalian terhadap rasanya sendiri. Ki Ageng membagikan pengalamannya tersebut kepada teman-temannya, akhirnya teman-teman ki Ageng pun merasakan hal yang sama seperti halnya yang dirasakan Ki Ageng, yaitu merasa telah bertemu dengan orang. *“Setiap kali saya bertemu diri saya sendiri, saya merasa bahagia. Perasaan senang ini disebut ‘kebahagiaan’, kebahagiaan*

yang tidak digantungkan pada apapun, baik pada tempat, pada waktu, maupun keadaan.”

Seluruh hasil pengawasan dan eksplorasi diri Ki Ageng dikumpulkan menjadi satu pada tahun 1928, dan kumpulan tersebut diterbitkan menjadi sebuah buku yang berjudul *Uran-uran Begja*.

Pada suatu waktu, Ki Ageng melakukan perjalanan ke Parangtritis, suatu pantai yang berlokasi di pesisir selatan Kota Yogyakarta. Namun ditengah-tengah perjalanannya, Ki Ageng terhalang banjir besar di Kali Opak. Ki Ageng yang merasa memiliki keahlian berenang kemudian nekat untuk menceburkan dirinya ke dalam sungai, ia hampir tenggelam dan nafasnya terengah-engah, kemudian dia diselamatkan oleh tukang perahu yang sebelumnya telah memperingatkan Ki Ageng.⁷¹

Setelah diselamatkan oleh tukang perahu, Ki Ageng kembali ke tempat tinggalnya dan kemudian menceritakan pengalamannya tersebut kepada Ki Prawirawira, sebagai berikut: *“Saya punya cerita tentang pengalaman saya pada saat saya hendak melompat ke sungai, pada saat itu saya tidak memiliki rasa takut sama sekali, bahkan ketika dalam kegelapanpun sata tidak merasa takut. Bahkan saya sendiri bisa melohat Si Suryomentaram ini terengah-engah karena hampir tenggelam”*. Ki Prawirawiwara menjawab, *“Tidak takut apa-apa, itu benar, karena Ki Ageng adalah orang yang putus asa. Orang yang putus asa biasanya ingin mati saja.”* Ki Ageng menjawab, *“Kamu benar, sepertinya Si Suryomentaram ini telah mengalami keputusan karena kakek dan istri yang ia cintai meninggal dunia, akhirnya ia bertekad untuk melakukan bunuh diri. Namun dalam pengalaman tenggelam ini saya menemukan sesuatu yang bagus, pada saat terengah-engah karena hendak tenggelam, terdapat perasaan*

⁷¹ *Ibid*, h. 16.

*tidak terengah-engah, akan tetapi malah bisa melihat si Suryomentaram yang sedang terengah-engah.”*⁷²

4. Akhir Hayat Ki Ageng Suryomentaram

Waktu demi waktu, berlalu Ki Ageng sering mengadakan pembelajaran *Kawruh Begja* atau *Kawruh Jiwa* di mana-mana, pembelajaran tersebut berisi mengenai ceramah-ceramah tentang pembangunan jiwa.⁷³

Dalam kurun waktu selama 40 tahun, Ki Ageng melakukan penyeledikan terhadap alam jiwa dengan menggunakan dirinya sendiri sebagai kelinci percobaan. Namun suatu hari Ki Ageng Jatuh sakit, tepatnya ketika beliau sedang memberikan ceramah di desa Sajen, desa ini berlokasi di Salatiga. Kemudian dengan segera Ki Ageng cepat-cepat dibawa ke Rumah Sakit daerah Yogya. selama ini ki Ageng terus melakukan penelitian terhadap diri, hingga pada saat Ki Ageng di rumah sakit, Ki Ageng masih melakukan pencarian tentang Kawruh Jiwa, dan menemukan bahwasanya puncak dari belajar kawruh jiwa adalah dapat mengetahui gagasannya sendiri.

Sakit Ki Ageng tidak kunjung membaik meskipun telah dirawat di rumah sakit, akhirnya Ki Ageng memutuskan untuk pulang ke rumahnya di Jl. Rotowijayan No.22 Yogyakarta. Namun pada saat di rumah, sakit yang Ki Ageng rasakan semakin menjadi-jadi, hingga akhirnya Ki Ageng meninggal dunia. Ki Ageng meninggal pada hari Minggu, 18 Maret 1962, pukul 16.45, di usianya yang 70 tahun.

Kepulangan Ki Ageng meninggalkan banyak sekali warisan yang sangat berharga tentang diri, yaitu Kawruh Pengawikan Pribadi, atau yang saat ini oleh masyarakat lebih dikenal sebagai *Kawruh Jiwa*. Warisan ini menjadi warisan yang sangat berharga bagi masyarakat yang rela melepaskan berbagai atribut duniawi dan menjadi manusia

⁷² *Ibid*, h. 17.

⁷³ *Ibid*, h. 21.

yang sederhana dan rendah hati. Ki Ageng benar-benar meninggalkan mutiara yang tidak akan pernah ternilai harganya.

5. Karya-karya Ki Ageng Suryomentaram

Pemikiran Ki Ageng biasanya berawal dari materi ceramah atau ceramah di berbagai tempat yang dikunjunginya. Banyak aktivis gerakan sosial dan politik yang mengundang Ki Ageng Suryomentaram untuk memberikan ide dan menginspirasi semangat para anggotanya untuk lebih revolusioner dalam memperjuangkan kemerdekaan.

Tulisan-tulisan yang di dalamnya memuat ajaran Kawruh Jiwa Ki Ageng Suryomentaram hampir seluruhnya menggunakan bahasa Jawa, namun meskipun banyak yang menggunakan bahasa Jawa, tulisan-tulisan Ki Ageng telah banyak yang diterjemahkan kemudian diterbitkan ke dalam bahasa Indonesia. Para penggemar pemikiran Ki Ageng Suryomentaram secara silih berganti melakukan pertemuan besar diberbagai kota. Pertemuan ini dinamakan sebagai pertemuan *Junggring Saloka Agung*.

Karya dan pemikiran Ki Ageng Suryomentaram juga pernah dijadikan bahan karya ilmiah, antara lain oleh:

- a. *Darminta, disertasi di Universitas Gregoriana, Roma, 1980*
- b. *Darmanto Jatman, tesis Fakultas Pasca Sarjana UGM, Yogyakarta, 1985*
- c. *Josephus Sudi antara, skripsi Fakultas Filsafat UGM, Yogyakarta, 1983*
- d. *Nur Satwika, skripsi Fakultas Sastra UNS, Surakarta, 1989*
- e. *Widyahadi Seputra, skripsi Sekolah Tinggi Filsafat Driyarkara, Jakarta, 1986*

Seorang sejarawan dari Universitas Paris bernama Marcell Bonneff bahkan telah mempelajari pemikiran Ki Ageng Suryomentaram secara keseluruhan dan kemudian menulis buku

tentang hal ini dalam bahasa Prancis berjudul "*Ki Ageng Suryomentaram, Pangeran Et Philosophe Javanais*". Berkat buku ini, nama Ki Ageng semakin dikenal di kalangan pemikir internasional.

Ajaran Ki Ageng Suryomentaram yang ditulisnya adalah::

- a. Falsafah *Mulur Mungkret*
- b. Konsep *Aja Dumeh*
- c. Konsep *Kramadhangsa*
- d. *Aku iki wong apa?*
- e. *Piageming gesang*
- f. *Pengawikan pribadi*
- g. Jiwa Persatuan dan Sifat Budak
- h. Pembangunan Jiwa Warganegara
- i. Kawruh Beja dan Kesempurnaan
- j. Filsafat Rasa Hidup
- k. Ukuran Keempat
- l. Wejangan Pokok Ilmu Bahagia
- m. Rasa Bebas
- n. Mawas Diri
- o. Jimat Perang serta Rasa Manusia
- p. Ilmu Perkawinan
- q. Ijasah Hidup dan Rasa Unggul
- r. Ilmu Pendidikan dan Seni Suara

B. Dimensi Kesadaran Manusia Menurut Ki Ageng Suryomentaram

Tujuan ideal dari perkembangan jiwa manusia adalah untuk mencapai manusia seutuhnya, yaitu *sampurnaning manungso* yang mengalami pencerahan sehingga mampu menebar atau menularkan kebahagiaan kepada orang lain.⁷⁴

⁷⁴ Ryan Sugiarto, 2015, *Psikologi Raos, Op cit.*, h. 78.

Dimensi kesadaran *Kawruh Jiwa* Ki Ageng Suryomentaram juga memiliki tahapan perkembangan seperti halnya dalam psikologi transpersonal Ken Wilber:

“Ukuran-ukuran punika wonten sekawan pekawis, inggih punika ukuran kapisan, kaping kalih, kaping tiga lan kaping sekawan. Ukuran kaping sekawan punika bareng gesang ingkang ngemot raos, dados ukuran-ukuran wau wonten wujudipun lan wonten raosipun”

Ada empat jenis ukuran, empat jenis tersebut terdiri dari ukuran pertama, ukuran kedua, ukuran ketiga dan ukuran keempat. ukuran pertama adalah ukuran yang berupa garis, ukuran kedua adalah ukuran yang berupa dataran dimana dataran tersebut memuat panjang dan lebar, ukuran ketiga adalah ukuran yang berupa benda, dimana benda tersebut memuat panjang, lebar dan tebal, sedangkan ukuran keempat ini adalah ukuran yang berupa benda hidup yang memuat rasa. Keempat ukuran dimensi tersebut kesemuanya berada dalam rasa manusia, bukan di luar rasa manusia, asumsi bahwa keberadaan ukuran-ukuran tersebut berada di luar rasa manusia adalah asumsi yang salah.⁷⁵

Keempat ukuran tersebut memiliki tugasnya masing-masing. Tugas adari ukuran I sebagai juru catat (dimensi fisik). Tugas ukuran II sebagai kumpulan catatan (dimensi emosional dan persepsi), sebagai tahap prapersonal. Tugas ukuran III sebagai “*kromodongso*” (dimensi kognitif) sebagai “tahapan pribadi”. Dan tugas ukuran IV sebagai “tahapan transpersonal”. Penjelasananya adalah sebagai berikut:

1. Ukuran I: Juru Catat (Pencatat)

Dimensi pertama adalah garis, yang ada pada perasaan orang. Jika sebuah garis dianggap di luar akal sehat seseorang, garis itu digambarkan sebagai sejumlah titik yang berurutan. Gambar tersebut menimbulkan pertanyaan: “Apakah ada jarak antar titik atau tidak?”. Jika tidak ada jarak antara titik-titik maka ini berarti bahwa garis

⁷⁵ Ki Ageng Suryomentaram, *Ajaran-Ajaran Ki Ageng Suryomentaram I*, (Jakarta: Inti Idayu Press, 1985), h. 27.

tersebut adalah sebuah titik. Tapi intinya bukan garis. Jadi anggapan bahwa titik-titik membentuk garis adalah salah. Sekarang muncul pertanyaan: "Apakah ada jarak antara titik-titik yang membentuk garis?" Jika Anda membayangkan ada jarak antar titik, maka Anda dapat bertanya: "Bagaimana bentuk jaraknya?" Tentu saja jawabannya adalah jarak adalah sebuah titik. Jawabannya tentu saja menimbulkan pertanyaan lain, "Apa perbedaan antara satu titik dengan titik lainnya?" Jawabannya tentu saja: "Ya, titik lain." Jadi, jarak dari satu titik ke titik lain tidak memiliki batas, jadi jika panah bergerak dari satu titik ke titik lain, setelah jutaan tahun anak panah itu tidak akan mencapai titik yang dituju karena jaraknya tidak terbatas. Padahal kenyataannya tidak demikian. Jadi pendapat bahwa suatu garis terdiri dari sejumlah titik adalah salah. Yang benar adalah bahwa garis adalah perasaan seseorang dalam menanggapi bentuk ukuran pertama. Setiap orang merasakan bentuk ukuran pertama sebagai garis. Jadi garis itu diciptakan oleh indera manusia itu sendiri.⁷⁶

Kehidupan manusia pada dimensi ke-satu adalah kehidupan yang meliputi perasaan yang belum terwujud dalam keinginan. seperti halnya seorang bayi yang baru saja lahir, bayi yang baru lahir dapat merasakan sesuatu, akan tetapi tubuh maupun bagian tubuhnya belum dapat melakukan respon terhadap keinginan dan perasaannya. Sebagai contoh ketika ia digigit oleh nyamuk, tentu rasa sakit ketika digigit nyamuk ini dapat ia rasakan, akan tetapi tangannya belum dapat merespon untuk mengusir nyamuk tersebut. hidup dalam ukuran 1 ini seperti halnya hidup sebuah pohon.⁷⁷

Ukuran I juga dikenal sebagai "juru catat". Manusia adalah perekam naluri atas pengalaman mereka sendiri. setiap harinya manusia bertambah usianya, seiring dengan bertambahnya usia ini bertambah pula pengalaman-pengalamannya, setiap kali

⁷⁶ *Ibid*, h. 28.

⁷⁷ *Ibid*, h. 29.

pengalamannya bertambah, catatan-catatan mengenai pengalaman tersebut juga akan mengalami pertambahan, hingga seseorang meninggal dunia. Seluruh waktunya ia habiskan untuk memikirkan dan mengelola catatan-catatan atas rekam jejak hidupnya.

Manusia selalu mencatat segala hal yang berasal dari panca indra, keinginan (*Karep*), dan juga berasal dari “aku”. Semua catatan-catatan tersebut hanyalah gambar, oleh kaena itu, antara yang dicatat dan yang mencatat adalah dua hal yang terpisah.⁷⁸

Catatan-catatan tersebut bersifat subyektif. Yang berarti ketika orang meninggal dunia, catatan-catatannya akan ikut pula bersamanya, sedangkan yang dicatat tetap berada di dunia. Sebagai contoh ketika orang memiliki catatan mengenai laut, catatan laut yang ada dalam diri orang tersebut akan ikut bersamanya ketika ia meninggal. Sedangkan laut yang asli tidak hilang, ia tetap berada di dunia, karena laut tersebut tidak melekat pada seseorang, melainkan sebagai sesuatu yang telah direkam orang tersebut yang terdapat di luar diri orang tersebut sebagai objek.

Catatan dapat dilihat, didengar, dicium (dibaui), diraba, dicicipi dan diindera dengan batin. Catatan rasa dapat dirasakan dengan rasa batin (rasa yang merasakan). Catatan *awangan* dapat dilihat secara visual (dengan cara berimajinasi). Catatan-catatan ini berada di ruang batin atau tidak terlihat, yang tidak kalah luasnya dengan ruang luar.⁷⁹

Masing-masing catatan hidup. Catatan bisa berkembang karena selalu mendapat perhatian, tetapi ada juga yang layu dan kering karena jarang mendapat perhatian. Oleh karena itu, subur atau tidaknya suatu catatan tergantung pada seberapa banyak perhatian diberikan padanya. Catatan yang tidak mendapat perhatian bisa layu dan kemudian mati. Tapi catatan yang mati itu masih ada, hanya tidak meminta perhatian. Misalnya, Ki Ageng menjelaskan, misalnya catatan main kelereng

⁷⁸ Ryan Sugiarto, *Psikologi Raos, Op .cit.*, h. 79.

⁷⁹ *Ibid*, h. 80.

waktu kecil, cara main kelereng masih menempel di catatan seseorang, tapi diperhatikan atau tidak sudah tidak mengganggu lagi. Itu menjadi sebuah pengalaman.

2. Ukuran II: Kumpulan Catatan

Bentuk ukuran kedua ialah dataran. Tolok ukur untuk mempelajari dataran ini serupa dengan tolok ukur sebuah garis, yaitu digambar sebagai sejumlah garis sejajar. Jadi dataran juga merupakan ciptaan perasaan orang dalam menanggapi bentuk ukuran kedua.⁸⁰

Hidup di dalam dimensi kedua adalah hidup sebagai seorang anak kecil yang tubuh beserta bagiannya telah dapat mengikuti apa yang menjadi keinginan atas perasaannya, namun ia belum mengerti mengenai sifat dan hukum atas sesuatu. Oleh karena itu, dalam kaitannya dengan hal-hal, dia sering keliru. Sebagai contoh ketika seorang anak melihat api, ia akan melakukan eksplorasi terhadap api tersebut, terkadang ia mengayunkan tangannya ke api yang kemudian menyebabkan tangannya terbakar, ia merasakan kesenangan karena bagian tubuhnya tersebut dapat ia gunakan untuk mewujudkan keinginannya akan tetapi dia belum mengerti hukum api yang dapat membakar tangannya. Hidup dalam ukuran kedua ini sama dengan kehidupan binatang.⁸¹

Ukuran kedua disebut juga kelompok catatan, pengalaman, dan rekaman peristiwa kehidupan manusia yang relevan. Catatan-catatan ini menjadi modal atau bahan penting bagi manusia untuk menemukan "aku" mereka. Kumpulan catatan adalah ciri atau identitas yang diperoleh atau melekat pada diri seseorang yang menjadi pembeda antara satu orang dengan orang lainnya. Identitas atau catatan seseorang setidaknya dibentuk oleh sebelas hal yang dikemukakan oleh Ki Ageng.⁸²

⁸⁰ Ki Ageng Suryomentaram, *Ajaran-Ajaran Ki Ageng Suryomentaram I, Op .cit.*, h. 28.

⁸¹ *Ibid*, h. 29.

⁸² Ryan Sugiarto, *Psikologi Raos, Op .cit.*, h. 80.

a. Sifat Catatan

Sifat dari catatan sendiri dapat runtut dan *reasonable*, dan dapat pula bersifat sebaliknya yaitu tidak runtut dan tidak *reasonable*, hal ini menimbulkan makna dari suatu tindakan. Jadi, memperbaiki catatan sama dengan memperbaiki makna tindakan.

Catatan-catatan tersebut saling mengelompokkan diri, saling tarik-menarik dan juga saling tolak-menolak. Isi dan kekuatan catatan terletak pada keputusan. Yaitu keputusan si pemilik catatan untuk memilih “aku *kromodongso*” atau “aku bukan *kromodongso*”.

Catatan bisa hidup bisa pula mati, catatan bisa hidup jika catatan tersebut diberikan perhatian. Perhatian merupakan jiwa atau esensi dari sebuah catatan. jadi, jika keputusan si pemilik catatan tersebut benar dan baik maka catatannya juga benar dan baik. Catatan yang diperhatikan akan terus tumbuh dan berkembang hingga memenuhi jiwanya. Catatan yang tidak pernah diperhatikan akan layu dan mati.⁸³

b. Jenis dan Tipe Catatan

Catatan manusia berkumpul dan menjadi kelompok, saling tarik menarik, sehingga beberapa catatan ditolak dari satu catatan ke catatan lainnya. Berikut beberapa klasifikasi catatan, dari semua *sesorah* yang dibawakan oleh Ki Ageng Suryomentaram.⁸⁴

1) Pertama, Catatan Berdasarkan Jenisnya

Dalam kehidupan yang berkelanjutan, catatan manusia dikelompokkan menjadi 11 hal, yaitu: harta benda, kehormatan, kekuasaan, keluarga, golongan, kebangsaan, jenis, kepandaian, kebatinan, ilmu pengetahuan dan rasa hidup.

Sebagai makhluk hidup, catatan ingin berkembang. Karena itu, jika diganggu dia marah, jika ditolong dia senang.

⁸³ *Ibid*, h. 81

⁸⁴ *Ibid*, h. 81-85.

Untuk hewan, jika diganggu akan menggigit, dan jika dicintai, ekornya akan bergoyang. Kelompok rekaman adalah:

Kelompok *catatan pertama* yaitu harta benda, catatan harta benda ini merupakan catatan yang di dalamnya terdapat perumahan, perhiasan, intan, emas, berlian, dan lain sebagainya. Sifat dari catatan harta benda ini adalah ketika diambil akan marah, namun ketika diberi maka akan merasa senang.

Kelompok *catatan kedua*, yaitu kehormatan, catatan kehormatan ini merupakan catatan yang di dalamnya berisi mengenai menyembah, mengganggu, membungkuk, dan lain sebagainya, sifat dari catatan kehormatan ini sama dengan catatan harta benda, yaitu ketika di sembah senang, namun jika tidak disembah akan marah.

Kelompok *catatan ketiga*, yaitu kekuasaan, catatan kekuasaan ini merupakan catatan yang di dalamnya terdapat kepemilikan terhadap suatu hak atas benda yang ia kuasai, sebagai contoh rumah yang berpagar, hal ini menunjukkan bahwa apa-apa yang berada di dalam pagar tersebut adalah wilayah kekuasaannya, hanya dia yang berhak untuk berkuasa atas hal tersebut. jadi, sifat dari catatan inipun sama, ketika ada orang lain yang masuk ke dalam rumahnya tanpa izin maka ia akan marah, namun jika apa yang berada di dalam pagar tersebut dibantu maka ia akan senang.

Kelompok *catatan keempat* yaitu keluarga, catatan tentang keluarga ini merupakan catatan yang di dalamnya terdapat anak-anakku, istriku, suamiku, bibiku, pamanku, mbahku, cucuku, dan lain sebagainya. Sifat dari catatan inipun sama, ketika keluarganya diganggu maka ia akan marah, sedangkan jika keluarganya di bantu maka ia akan senang.

Kelompok catatan *kelima* yaitu golongan. Catatan golongan ini merupakan catatan yang di dalamnya terdapat kelompokku. Sifat dari catatan golongan ini sama dengan sebelumnya, yaitu ketika golongannya diganggu maka ia akan marah namun jika golongannya dibantu maka ia akan senang. Sebagai contoh, golonganku adalah golongan *kawruh Jiwa*, ada orang yang mengkritik dengan ucapan seperti in: “*golongan kawruh jiwa adalah pembelajar mengenai rasa, mereka hanya berbicara mengenai rasa, jadi kalau lapar yang dimakan adalah rasa, kalau haus yang diminum adalah rasa.*” Ditertawakan dengan ucapan semacam itu pasti akan marah. Berbeda ketika ada orang yang memuji, “*wah, pembelajar kawruh jiwa ini sudah mendalami ke-aku-annya, jadi tidak mudah marah, sudah mencapai kedamian dan mampu meneliti perasaannya*” dipuji seperti ini tentulah senang.

Kelompok catatan *keenam* yaitu bangsa, catatan mengenai bangsa ini adalah catatan yang di dalamnya terdapat kebangsaannya, namun orang memasuki catatan bangsa ini kebanyakan secara tidak sengaja, tiba-tiba terlahir menjadi bagian dari bangsa Indonesia, namun meskipun tidak sengaja, catatan bangsa ini tetap memiliki sifat yang sama, yaitu ketika dikritik marah namun ketika dipuji senang. Sebagai contoh ketika ada warga negara lain yang mengkritik bangsa indonesia dengan ucapan “*wah, orang indonesia ini nitizennya paling gak berakhlak se asia, suka komentar pedas.*” Langsung marah, namun ketika dipuji, “*wah, bagus ya Indonesia, negerinya subur banyak pohon, orangnya juga ramah-ramah*” langsung senang.

Kelompok catatan *ketujuh* yaitu jenis, catatan jenis ini adalah catatan yang mana berisikan tentang orang yang memiliki jenis yang sama, meskipun orang tersebut memiliki

perbedaan suku, ras, agama, bangsa, maupun golongan, namun mereka akan merasakan bahwa mereka adalah satu jenis, yaitu jenis manusia. Sifat dari catatan jenis ini sama, yaitu ketika diganggu marah, namun ketika dibantu senang. Sebagai contoh ketika kita melihat di televisi bahwa ada seorang anak-anak yang hendak diserang oleh binatang buas, maka kita secara naluriah ingin membunuh binatang buas tersebut, karena anak kecil tersebut merupakan jenis yang sama, yaitu jenis manusia.

Kelompok *catatan kedelapan* yaitu kepandaian. Catatan kepandaian ini berisikan mengenai kepandaian berbicara, kepandaian beracting, kepandaian bernyanyi, kepandaian menari, kepandaian menulis, dan lain sebagainya. Sifat dari kepandaian inipun sama, ketika dikritik akan marah dan ketika dipuji akan senang. Sebagai contoh ketika seseorang menulis sebuah buku, kemudian buku tersebut dikritik karena buku tersebut tulisannya jelek, maka seseorang tersebut akan marah, namun jika buku tersebut dipuji karena tulisannya sangat bagus dan memiliki makna yang mendalam maka akan senang.

Kelompok *catatan kesembilan* yaitu catatan mengenai kebatinan, catatan kebatinan ini memiliki variasi yang berbeda-beda dari setiap orangnya, bahkan ajaran "*Kawruh Jiwa*" ada yang menyebutnya sebagai kebatinan.

Kelompok *catatan kesepuluh* yaitu cattan ilmu. Catatan ilmu ini adalah catatan yang berisikan mengenai pengetahuan akan sesuatu, ilmu tentang membuat obat, ilmu membuat jus, ilmu membuat donat, ilmu membuat bom, ilmu membuat handphone, dan lain sebagainya. Sifat dari catatan ini sama, yaitu ketika dikritik ia marah namun ketika di puji ia senang, seperti contoh ketika ada orang yang mengkritik cara ia membuat donat dan mengatakan donatnya penyok maka ia

marah, namun ketika donatnya dipuji sebagai donat yang bagus dan mempunyai bentuk yang sempurna maka ia akan senang.

Kelompok *catatan kesebelas* yaitu rasa hidup. Catatan mengenai rasa hidup ini ditimbulkan oleh kenangan serta pengalaman. Jadi, Pendorong gerak manusia selain catatan-catatan di atas adalah rasa hidupnya. Pendorong gerak setiap makhluk hidup baik itu tumbuhan, hewan dan juga manusia adalah rasa hidup. Dan mereka ini bergerak sendiri, tidak digerakkan oleh hal lain, sesuatu hal yang digerakkan oleh hal lain berarti hal tersebut tidaklah hidup, melainkan mati. Sapu digerakkan oleh manusia sebagai tanda sapu tersebut adalah barang yang mati, bukan barang hidup. Geraknya barang hidup ini memiliki maksud untuk menyukupi dua macam kebutuhan hidup, yaitu melangsungkan hidup raga dan juga jenisnya. Ini merupakan hukum alam yang tidak dapat disangkal. Sebagai contoh, pohon kelapa bergerak untuk melanjutkan hidupnya, yang mana setelah ia matang ia berbunga kemudian berbuah, buahnya setelah matang jatuh ke tanah kemudian tumbuh kembali menjadi pohon baru. Jadi, ketika pohon pertama tadi mati, dunia tidak kehabisan jenis pohon kelapa, karena ia terus menerus bergerak untuk melanjutkan hidupnya. Sama halnya dengan manusia, manusia bergerak karena didorong oleh rasa hidup untuk meneruskan hidup raga dan jenisnya, syarat untuk melangsungkan hidup manusia adalah dengan menyukupi makan, pakaian dan juga tempat tinggalnya, selain ketiga hal tersebut tidak dapat dikatakan sebagai syarat hidup raga.

2) Kedua, Catatan Berdasarkan Cara Perolehannya

Catatan atau kelompok catatan berdasarkan cara perolehannya dapat dibagi menjadi tiga kelompok. *Pertama*, barang-barang dan gerakan yang berangkat dari panca indera. Artinya, ketika catatan-catatan tersebut dapat dilihat, dicium,

diraba, dicicipi dapat ditingkatkan menjadi indera batin, maka ia akan menetap dan tinggal menjadi perasaan yang dirasakan sebagai kenangan.

Kedua, harapan, rencana, imajinasi, dan pikiran yang didorong oleh keinginan. Oleh Ki Ageng Suryomentaram bagian kedua ini disebut catatan *awangan*, catata *awangan* ini merupakan catatan yang didapatkan tanpa melalui proses empiris, melainkan didapatkan dalam proses imajinasi, dan juga intuisi.

Ketiga, pengetahuan yang lahir dari perasaan aku subjektif (*karep*). Manusia hidup akan selalu mengalami berbagai macam peristiwa dan melihat berbagai peristiwa tadi menggunakan perspektif keinginan dan aku. Kemudian hal itu diubah menjadi sebuah ide yang berangkat dari pengetahuan aku.

3) Ketiga, Catatan Berdasarkan Strukturnya

Catatan juga dapat dibedakan atau dikelompokkan menurut strukturnya. Dalam hal ini, kelompok dapat dibagi menjadi dua. *Pertama*, Catatan Raja (*Central Note*). Yaitu catatan yang menjadi catatan pusat, artinya catatan yang menjadi fokus yang harus dipenuhi terlebih dahulu yang menjadi tujuan utama dalam setiap catatan.

Kedua, *Servant's Note* atau Catatan Tentara. Adalah catatan yang berfungsi hanya untuk melayani catatan-catatan raja maupun catatan pusat. Catatan ini hidup hanya jika diperlukan untuk mencapai atau sampai catatan raja terpenuhi.

Misalnya, jika catatan *semat* berubah menjadi catatan raja, catatan yang lain hanya digunakan sebagai asisten atau pasukan pendukung untuk mencapai keberhasilan dalam mendapatkan catatan *semat* (kekayaan).

4) Keempat, Catatan Berdasarkan Jumlah Perhatiannya

Berdasarkan intensitas perhatiannya, catatan dapat dibagi menjadi dua kelompok. *Pertama*, Catatan Tebal. Itu adalah rekor yang paling banyak mendapat perhatian. Catatan yang terlalu tebal menarik perhatian orang yang akhirnya akan merasa resah sehingga perhatiannya tidak leluasa untuk memperhatikan hal lain. Catatan tebal ini bisa membuat ketagihan, menyenangkan, sangat jatuh cinta. Jika kecemasan tumbuh dengan cepat dapat menyebabkan nyeri memori. Catatan tebal tidak terjadi dengan sengaja.

Kedua, Catatan Sekarat. Yaitu catatan yang tidak mendapat perhatian sehingga jika terus tidak mendapat perhatian akan mati. Catatan sekarang berguna untuk menghentikan kebiasaan buruk. Misalnya judi, pengalaman kehilangan *semat*, *drajat* dan *kramat* juga merupakan contoh catatan kematian.

3. Ukuran III: *Kromodongso*

Dimensi ketiga merupakan dimensi benda, benda dalam dimensi ini memiliki aspek panjang, lebar, dan juga tebal. Bentuknya bisa apa saja, bisa berbentuk cangkir, kipas angin, rumah, sapu, botol, sungai, tumbuhan, binatang, matahari, bulan, bumi, bintang, dan lain sebagainya. Wujud dari benda ini berada dalam rasa seorang manusia, jika benda tersebut dianggap berada di luar rasa manusia, maka itu merupakan anggapan yang keliru. Benda tidak hanya digambarkan sebagai sejumlah bidang sejajar, akan tetapi digambarkan pula sebagai sesuatu yang berada di dalam sebuah ruang. Semua benda yang dibayangkan akan menempati dan juga meliputi ruang. Sedang ruang sendiri adalah perasaan manusia dalam menanggapi keberadaan benda-benda tersebut

Jika ruang dianggap di luar akal manusia, maka sifatnya hanya ada dua macam, terbatas atau tidak terbatas. Jika ruang terbatas, tentu timbul pertanyaan: "Apakah tidak ada lagi ruang di luar batas?" Jika orang ingin menjawab pertanyaan di atas, tentu jawabannya di luar batas ini ada juga ruang. Jadi pendapat bahwa ruang terbatas itu salah.⁸⁵

Sekarang tinggal memeriksa pertanyaan: "Apakah ruang tidak terbatas?" ketidakterbatasan ini bukanlah jumlah bagian-bagian ruang, bukan jumlah satu meter kubik dengan dua meter kubik, atau satu dunia dengan dua dunia, karena jumlah itu adalah batas. Jadi tanpa batasan ini berarti tidak bisa ditanya berapa banyak, karena jumlahnya terbatas. Kemudian terpikir bahwa ruang memang tidak terbatas. Tetapi jika sifat ruang tidak terbatas, maka ini berarti bahwa setiap ruang tidak terbatas. Sehingga jarak antara ujung benda yang satu dengan ujung yang lain tidak dibatasi. Jadi ketika orang berjalan dari satu tempat ke tempat lain, ribuan tahun tidak akan mencapai tujuannya. Jadi, anggapan bahwa ruang ada di luar perasaan manusia adalah salah. Yang benar adalah bahwa ruang adalah rasa manusia dalam menanggapi keberadaan objek. Jadi, objek tersebut berada di rasa manusia.

Kehidupan pada dimensi ketiga adalah kehidupan manusia yang merasakan sesuatu dan tubuhnya dapat digunakan sesuai dengan perasaannya dan telah memahami hakikat hukum alam. Oleh karena itu, dalam kaitannya dengan benda yang digunakan untuk memenuhi kebutuhan, ia tidak sering keliru. Misalnya, jika seseorang merasa haus, ia mengambil air dari gelas dan meminumnya. Orang tersebut merasakan sesuatu yaitu haus, dan mengerti hukum alam kemudian mengerti cara minum dengan mengambil air dari tempayan. Maka tindakan orang itu benar.⁸⁶

⁸⁵ Ki Ageng Suryomentaram, *Ajaran-Ajaran Ki Ageng Suryomentaram I, Op .cit.*, h. 28.

⁸⁶ *Ibid*, h. 29.

Ukuran III disebut juga *Kromodongso*. *Kromodongso* adalah seperangkat ilmu yang mampu menunjukkan dimana posisi dan kondisi manusia dalam diri seseorang. *Kromodongso* adalah saya yang berpikir. Disinilah rasionalitas manusia mulai berjalan.⁸⁷

Kromodongso terbentuk sejak diri menyatu dengan *Kromodongso* pada anak-anak yang muncul pada usia dua atau tiga tahun. Sebelum bergabung dengan *Kromodongso*, anak-anak memanggil diri mereka bukan dengan saya, tetapi dengan namanya. Sebelum *Kromodongso* terbentuk, anak-anak sudah memiliki catatan, tetapi cara menanggapi catatan masih sering salah.⁸⁸

Kromodongso-lah yang memikirkan catatan-catatan di dimensi II manusia, untuk pindah ke dimensi III, *Kromodongso* itu sendiri. Jika dimensi III ini terpenuhi, maka manusia akan terus berada di dimensi ini, karena *Kromodongso* juga “selalu ingin”. Bertentangan dengan apa yang dikatakan Sartre dan Huserl dalam terminologi Barat bahwa "berpikir" disebut sebagai dasar kesadaran, bagi Ki Ageng, berpikir justru menghambat kebebasan manusia.

Tumbuhnya rasa diri (subyektif) membuat diri menjadi pekerja berbagai catatan dan rekaman favorit. catatan atau rekaman favorit akan memperbudak saya (subyektif). Dalam *Kromodongso*, penggerak utamanya adalah *karep* (keinginan). *Kromodongso* memandang interaksi sosial atau masyarakat atau orang lain sebagai cermin.

Sifat *Kromodongso* adalah mendorong manusia untuk mencari kenyamanan bagi dirinya sendiri tanpa memperhatikan atau merawat orang sehingga membuat manusia bertindak sewenang-wenang.

"*Mila Kromodongso punika mesthi pados sekecaning pribadi lan mboten parduli tangga, inggih punika ingkang murugaken sewenang-wenang*"

⁸⁷ Ryan Sugiarto, *Psikologi Raos, Op .cit.*, h. 85.

⁸⁸ Suryomentaram, *Rasa Takut, Ilmu Jiwa dan Pembangunan Jiwa Warga Negara*, (Jakarta: Inti Idayu Press, 1983), h. 31.

Kromodongso menjadikan orang percaya pada kenyataan yang hanya diinginkan oleh manusia dan menolak untuk melihat kenyataan sebagaimana adanya. *Kromodongso* ini bersemayam dalam kesadaran setiap manusia dan mecegah seseorang untuk menemukan diri sejatinya. Di dalam *kromodongso* ini, *karep* adalah hal yang paling dominan.

“Kata-kata hanya dapat digunakan untuk membahasakan benda, rasa, dan ide. Jadi kata-kata bukanlah apa yang dikatakan.”⁸⁹

Untuk dapat memisahkan si *kromodongso* ini, seseorang perlu membuat pernyataan bahwasanya ia bukanlah *kromodongso*. “*Kromodongso* ini hanyalah “*kamu kecil*” yang tidak memiliki pengaruh apapun terhadap diriku, kamu merupakan sebuah obyek yang dapat aku kenali dan teliti, dan aku adalah subyek yang mengenali dan menelitimu. Aku yang mengetahui kamu adalah aku yang lebih besar dari apa yang kamu ketahui”.

Perasaan “aku bukan *kromodongso*” harus dirasakan dengan penuh kesadaran, karena ketika hal tersebut dilakukan maka akan muncul “aku sejati”, aku sejati ini adalah aku yang abadi dan bahagia.

Jadi dapat disimpulkan bahwasanya aku sejati ini merupakan aku yang bukan aku-*kromodongso*, sedangkan aku yang tidak sejati adalah aku yang *kromodongso*. Secara psikologis, orang seperti itu adalah orang yang menganggap kaya atau miskin tidak masalah baginya karena dia masih bahagia. Sehingga jiwa menjadi tentram.⁹⁰

4. Ukuran IV: *Manungso tanpo tenger*

Kehidupan dalam ukuran keempat adalah kehidupan manusia dalam hubungannya dengan makhluk hidup. Makhluk hidup ini memiliki rasa. Jadi kehidupan dalam ukuran keempat adalah kehidupan manusia dalam hubungannya dengan perasaan.

⁸⁹ *Ibid*, h. 30.

⁹⁰ Ryan Sugiarto, *Psikologi Raos, Op .cit.*, h. 86.

Sehubungan dengan perasaan tersebut berbagai kesulitan dapat muncul. Kesulitan dalam berhubungan dengan perasaan disebabkan karena dia tidak memahami perasaan. Sama halnya dengan sulitnya menghadapi suatu objek, karena ia tidak memahami sifat dari objek tersebut. Jadi kesulitan dalam kedua kasus ini adalah karena ketidaktahuan. Maka seseorang perlu memahami dengan baik ilmu “perasaan” atau *feeling* agar dapat memahami keinginan dan perasaan orang lain.⁹¹

Masalah hidup bahagia berdampingan dengan orang lain telah menjadi masalah klasik sejak dahulu kala. Bahkan filsuf Perancis Auguste Comte memperjelas bahwa masalah utama dalam kehidupan manusia adalah berusaha hidup untuk kepentingan orang lain—yang disebutnya sikap "altruistik"—setelah mampu mengatasi sikap "egoistik".

Ki Ageng mengatakan bahwa Ukuran Keempat adalah salah satu alat seseorang yang dapat digunakan untuk memahami perasaan orang lain. Seperti yang pernah dia katakan, Ukuran Keempat adalah “*salah satunggaling pirantos wonten ing raosing tiyang ingkang kangge ngraosaken raosing sanes.*”⁹² Kurang lebih, Ukuran Keempat adalah salah satu alat yang berguna untuk merasakan perasaan orang lain. Keberadaan keempat dimensi itu ada di dalam indera manusia, bukan di luar indera manusia.

Menurut Ki Ageng, dalam diri manusia terdapat alat-alat yang jika tidak diganggu secara serius, secara alami umumnya akan tumbuh dengan baik tanpa harus dikelola secara khusus. Perangkat tersebut antara lain mata, tangan, kaki, telinga, dan sebagainya. Namun selain alat-alat tersebut, dalam diri seseorang ada alat-alat tertentu yang jika tidak dikelola atau dilatih dengan baik, tidak dapat berkembang dengan baik. Perangkat tersebut adalah pikiran, perasaan, dan ukuran keempat.

⁹¹ Ki Ageng Suryomentaram, *Ajaran-Ajaran Ki Ageng Suryomentaram I, Op .cit.*, h. 30.

⁹² Ryan Sugiarto, *Psikologi Raos, Op .cit.*, h. 90.

Kebutuhan akan kemampuan menghargai perasaan orang lain seperti yang diungkapkan oleh Ki Ageng tampaknya memiliki kesamaan dengan konsep yang dikemukakan oleh Carl Rogers, seorang psikolog Humanistik mengenai empati, empati merupakan kemampuan seseorang dalam mengenali apa yang sedang dirasakan oleh orang lain.

Konsepsi Ki Ageng tentang hidup bahagia adalah hidup bahagia bersama, yang ia sebut sebagai era windu emas, suatu kondisi di mana orang-orang bahagia bersama. (*tiyang beja sesarengan*). Lebih lanjut Ki Ageng mengatakan: “*Beja sesarengan punika wohipun mangertos dhateng raos sami, inggih punika tiyang kathah sami kraos mangertos yen sedaya tiyang punika raosipun sami*”— Keadaan bahagia bersama terjadi sebagai akibat dari munculnya pemahaman bersama bahwa setiap orang memiliki “perasaan” yang sama, oleh karena itu tidak boleh didiskriminasi.

Ajaran Kawruh Jiwa begitu mengedepankan pemahaman mengenai hidup bahagia bersama. Terdapat motto yang terkenal di antara pelajar kawruh jiwam yaitu: “*sapa wonge golek kepenak liyane ngepenake tanggane, iku padha karo gawe dhadhung sing kanggo njiret gulune dhewe*”— Barangsiapa orang yang mencari kenyamanannya sendiri kemudian mengabaikan kenyamanan orang lain maka ia seperti halnya orang yang sedang menyiapkan tali untuk mengikat lehernya sendiri.

Jika ukuran keempat ini tumbuh dalam diri seseorang, maka akan lahir pula pola hubungan yang sehat, sebuah hubungan yang berlandaskan cinta dan penghormatan. Seseorang yang ukuran keempatnya tumbuh, maka ia akan menjadi pribadi yang mudah dalam merasakan *raosing tiyang sanes* (merasakan apa yang orang lain rasakan), serta mampu menganggap orang lain sebagai *dudu kowe* (bukan kamu), yang artinya pemahaman tentang *raos sami* juga telah muncul (perasaan yang sama), yang mengakibatkan tumbuhnya rasa

damai. Keadaan ini pada akhirnya akan memudahkan seseorang untuk mendapatkan kebahagiaan.⁹³

Ukuran IV juga dikenal sebagai tahapan *manungso tanpo tenger*, *manungso tanpo tenger* adalah manusia yang memiliki kesadaran sebagai penyaksi, penyaksi yang menyaksikan si aku-*kromodongso* dan mengawasi setiap gerak-geriknya. Setelah tumbuh kesadaran bahwasanya diri bukanlah sebuah kumpulan catatan dan pikiran, maka ia akan menjadi manusia yang telah mencapai tingkatan manusia seutuhnya, sebuah tingkat manusia yang terus-menerus merasakan ketentraman ketika berhubungan dengan manusia lain maupun makhluk lainnya.⁹⁴

**Bagan Empat Dimensi Kesadaran Manusia
Manurut Ki Ageng Suryomentaram**

Kesadaran Manusia	Wujud Kesadaran dalam Diri Manusia	Rasa Kesadaran dalam Diri Manusia
Dimensi Kesatu	Garis (Hanya garis lurus/alam tumbuhan)	Dirasakan saat masih bayi (Berfitrah suci, serupa garis lurus yang dapat mengarah dan diarahkan ke mana saja)
Dimensi Kedua	Bidang (Memiliki panjang dan lebar/alam binatang)	Dirasakan saat berumur 2-3 tahun (Organ tubuh telah berfungsi secara naluriah, tetapi akal dan sensitivitas hatinya belum aktif)

⁹³ Afthonul Afif, *Matahari dari Mataram: Menyelami Spiritualitas Jawa Rasional*, (Depok: Kepik, 2012) h. xvi.

⁹⁴ Ratih Sarwiyono, 2017, *Sang Plato...*, Op cit., h. 118.

Dimensi Ketiga	<i>Barang Dumadi</i> (Memiliki panjang, lebar, tebal/mikrokosmos)	Mulai beranjak remaja, dst (Akal berfungsi secara mandiri, mengendalikan atau mengikuti dorongan naluri, tetapi sensitivitas hati belum berfungsi maksimal)
Dimensi Keempat	Makhluk Berperasaan (Khalifah Allah)	Manusia dewasa dalam artian sesungguhnya. (Akal dan hati telah bersinergi untuk berpikir serta merasa; mengendalikan naluri, memiliki sensitivitas untuk bertenggang rasa dengan sesama manusia dan makhluk lainnya)

**C. Tahapan-Tahapan Spiritual Perspektif Ki Ageng Suryomentaram:
Dari *Manungso kromodongso* Menuju *Manungso tanpo tenger***

Sebuah penelusuran untuk mendapatkan model manusia yang sejati dilakukan oleh Ki Ageng, Ki Ageng menemukan bahwasanya untuk dapat mencapai tingkatan ini, manusia perlu melakukan transformasi kesadaran diri, dari *manungso kromodongso* menuju *manungso tanpo tenger*.

Transformasi kesadaran diri ini tidak dapat dilakukan begitu saja, perlu adanya teknik *nyawang karep* sebagai dimensi *mawas diri*. *Nyawang karep* ini sebagai alat reflektif dan meditatif dalam menggambarkan dinamika realitas fenomena yang melibatkan ukuran ketiga (*kromodongso*) dan ukuran keempat (*manungso tonpo tenger*).

1. *Manungso kromodongso*

Individu yang disebut sebagai *kromodongso* menurut istilah *Kawruh Jiwa*, terdiri dari aku dan keinginan (*karep*). *Kromodongso* terletak di ukuran ketiga, yaitu ukuran yang selalu menggoda untuk memuaskan semua *karep*. Manusia bisa hidup karena ada kemauan. Jadi, manusia tanpa keinginan adalah sesuatu yang tidak bisa dibayangkan. Namun, manusia bukan hanya sekedar keinginan. Keinginan hanyalah komponen individu. Di dalam individu ada komponen lain yaitu “aku”. Lalu apa aku? Menurut *Kawruh jiwa*, aku adalah diri yang melihat keinginan yang berhubungan dengan aku.⁹⁵

Keinginan itu selalu berkembang (dalam istilah *Kawruh Jiwa* disebut *mulur*). Jika keinginan tersebut tidak terpenuhi maka keinginan tersebut akan menyusut (dalam istilah *Kawruh Jiwa* disebut *mungskret*). Jika keinginan tersebut terpuaskan maka manusia merasa senang dan jika tidak terpuaskan akan merasa kesulitan. Keadaan ini dikatakan dalam bahasa Jawa sebagai keadaan *langgeng bungah-susah*, sesuatu yang sering diungkapkan oleh masyarakat *Kawruh Jiwa*. Aku selalu mengamati tindakan kehendaknya sendiri (aku seorang punika, aku seorang tukang kayu). Ia selalu netral, tidak memerintah, tidak memarahi, tidak memberi nasehat dan tidak terlibat dalam masalah rasa suka dan benci. Dia selalu melakukan apa yang dia inginkan.⁹⁶

Kromodongso adalah ilmu jiwa orang, dan jiwa adalah rasa. Rasa merupakan aspek dalam diri orang yang mendorong orang untuk melakukan berbagai hal, orang mencari minum karena terdorong oleh rasa haus, orang mencari makan karena terdorong oleh rasa lapar, orang mencari handuk karena terdorong oleh rasa ingin mandi, orang mengambil bantal karena terdorong oleh rasa kantuk.

⁹⁵ Yosimichi. S, 2000, “Kawruh Jiwa: Suatu Cara untuk Menyelamatkan Manusia yang Sedang Menghadapi Kesusahan”, makalah disampaikan di Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga dalam rangka Pembukaan Fakultas Ilmu Sosial UKSW, 8 September 2000.

⁹⁶ *Ibid*, h. 5.

Dalam hal ini, rasa adalah diri, dan diri juga merupakan rasa. Jika hanya diri (dimensi fisik) saja tanpa adanya rasa, maka tidak dapat disebut sebagai diri, melainkan disebut sebagai bangkai. Kemudian dapat penulis simpulkan bahwasanya mempelajari mengenai rasa sama dengan mempelajari mengenai diri. (Jawa: *Pengawikan Pribadi*).

Di dalam pembelajaran *Karuh Jiwa*, dalam upayanya untuk *Pengawikan Pribadi*, diri yang dipelajari di sini adalah diri yang memiliki nama khusus, jika namanya “Siti”, maka ia akan sebagai “si Siti”, Jika namanya “Agus”, maka ia akan merasa sebagai “si Agus”, Rasa sebagai si Siti maupun sebagai si Agus ini dalam *Kawruh Jiwa* disebut sebagai *Kromodongso*.

Kromodongso merupakan si aku yang selalu menyatukan dirinya dengan segala rasa yang muncul dalam dirinya. Sebagai contoh ketika si Siti ini merasakan haus, maka si *Kromodongso* muncul sebagai yang merasa haus. Dan biasanya rasa haus tersebut di-aku-kan, “aku haus”, Jika ada perasaan lain seperti merasa lapar, ngantuk, maupun sakit, maka si *kromodongso* akan meng-aku-kan, “aku lapar”, “aku ngantuk”, “aku sakit”. *Kromodongso* ini selalu merasa terpisah dengan semua orang, orang lain dianggap sebagai “kamu”, dan dirinya hanyalah “aku”.

Manusia telah mencatat segala sesuatu semenjak ia bayi, ketika bayi baru lahir, ia telah mencatat segala hal yang memiliki hubungan dengan dirinya. Tubuhnya mencatat melalui panca indera sedangkan jiwanya mencatat dengan rasa. Sebagai contoh, ketika seorang bayi yang baru lahir ini diterangi dengan cahaya, kemudian tiba-tiba lampu dipadamkan, maka ia akan menangis. Di sini bayi telah memberikan perbedaan antara gelap dan terang yang telah ia catat dalam catatannya. Ia juga mencatat benda-benda apa saja yang berada di sekelilingnya, kemudian mencatat rasa lapar dan rasa senang ketika diberikan air susu oleh ibunya.

Saat bayi ini bertambah besar dan catatannya lebih lengkap, ia akan dapat membedakan antara anak laki-laki dan perempuan, mengenali siapa yang menjadi ibunya dan siapa yang bukan, dan catatan-catatan tersebut menjadi pendorong atas segala tindakannya.

Contoh lainnya, ketika bayi ini diperdengarkan sebuah lagu, ia belum dapat memberikan pendapat apakah lagu ini termasuk ke dalam lagu yang sedih atau senang, termasuk ke dalam lagu pop atau lagu rock, namun seiring berjalannya waktu ketika bayi ini telah tumbuh dan catatan mengenai lagu juga mulai lengkap ia sudah dapat membedakan, mana lagu sedih, mana lagu senang, mana lagu pop dan mana lagu rock.

Bahkan orang dewasa pun juga melakukan suatu tindakan karena didorong oleh catatan. sebagai contoh, ketika di jalan seseorang melihat seorang wanita yang mirip istrinya di rumah, tetapi dia tidak berani langsung menegurnya, sebelum mencocokkannya dengan catatan istrinya. Misalnya bagian tubuhnya sama, tapi uban nya tidak sebanyak uban istrinya, dia belum berani memanggilnya. Tetapi jika seluruh wujudnya sama dengan catatannya, maka ia bertindak menegur: "Istriku, mau kemana?"

Jadi dalam kasus bayi, jika catatannya tidak mencukupi dan tidak lengkap, ia tidak dapat membedakan antara objek dan menghubungkan sebab-akibat dari suatu peristiwa, karena rasa *Kromodongso* belum lahir. Itu sebabnya dia tidak bisa berpikir. Berpikir adalah upaya untuk dapat membedakan antara pohon kembang sepatu dengan pohon pisang, menghubungkan penyebab jatuhnya kaca, yang menyebabkannya pecah. Setelah bayi sedikit lebih besar, sebagai anak kecil, ia belum mengerti betul mengenai apa yang disebut sebagai ruang-waktu, sebagai contoh ketika ia diperlihatkan sebuah bulan, kemudian ia mencoba untuk menggapainya, ketika dibelikan sebuah tas baru untuk bersekolah maka ia akan merengek untuk menggunakannya sekarang juga untuk dibawa kemana-mana.

Sebelumnya telah dijelaskan bahwasanya *kromodongso*, arti dari namanya sendiri, adalah pembawa catatan. Jadi bisa dikatakan, *Kromodongso* adalah budak dari "sebelas tuan". Setiap gerak-hati (*krenteg ing ati*) yang muncul dalam rasa berangkat dari rasa-hidup catatan-catatan. setiap yang datang dari rasa hidup akan lebih mudah dipahami dibandingkan yang berangkat dari catatan-catatan. setiap rasa yang muncul, baik ia berupa gera hati atau ilham, tentu saja berasal dari catatan. Mereka yang mendapatkan ilham umumnya adalah mereka yang prihatin. Orang yang prihatin biasanya berdoa, bertirakat (mengurangi makan, mengurangi tidur), lalu mendapat ilham, dan ilham itu berangkat dari catatan.

Jika seseorang mengalami kegagalan dalam usahanya, biasanya orang tersebut berprihatin dan bertaubat, dengan berprihatin dan bertaubat biasanya ia mendapatkan ilham (bisikan hati). Ilham berangkat dari catatan harta-benda, biasanya ilham memberikan bisikan berupa "kamu harus bekerja di sektor ini", "kamu harus memulai bisnis ini", "kamu perlu untuk menemui guru ini", dan lain sebagainya. Bisikan hati ini berasal dari catatan harta-benda. Di saat ada rasa muncul dalam diri-sendiri yang berasal dari catatan-catatan, maka ini berarti bahwa individu berada di jalan simpang tiga. Jalan simpang tiga ini, yang satu menuju ke ukuran ketiga, yakni hidup sebagai *manungso kromodongso*, dan yang satu lagi menuju ke ukuran keempat, yakni hidup sebagai *manungso tanpo tenger*.

Jika seseorang merasakan amarah, itu berarti ia sedang berada di jalan simpang tiga, jalan simpang tiga ini merupakan jalan tengah-tengah, sebuah persimpangan antara ukuran ketiga dan ukuran keempat. dalam keadaan marah tersebut ia akan memilih antara dua pilihan, melampiaskan amarahnya ataupun meneliti kemarahannya, jika ia memilih untuk melampiaskan amarahnya maka ia menjadi *manungso kromodongso*, namun ketika ia memilih untuk meneliti kemarahannya tadi maka ia menjadi *manungso tanpo tenger*. Akhirnya

seseorang tersebut ketika berhubungan dengan orang lain akan merasakan kedamaian dan tanpa ada perselisihan.

Kromodongso adalah manusia pengikat sekaligus pemilik catatan, dan penilaian *kromodongso* terhadap masing-masing catatan tidaklah sama, biasanya, catatan dengan penilaian paling tinggi adalah catatan kekayaan, kehormatan dan kekuasaan (*semat*, *drajat* dan *kramat*). Dan penilaian terhadap ketiga catatan tersebut juga akan berbeda dari *kromodongso* satu dengan *kromodongso* yang lain. Ada yang menilai bahwasanya kekuasaan adalah yang paling utama, ada pula yang menganggap yang paling utama adalah kehormatan, dan yang lainnya menganggap bahwa kekayaanlah yang paling utama.

Mana catatan yang dianggap paling utama, ialah catatan yang berada dalam genggam *kromodongso*, sekiranya *kromodongso* menggenggam erat catatan tersebut, maka seluruh tindakannya akan mengabaikan catatan lain dan juga dirinya sendiri. sebagai contoh ketika catatan yang digenggam *kromodongso* ini adalah catatan kekayaan, maka seluruh tindakan *kromodongso* inipun berlandaskan tujuan untuk mendapatkan kekayaan tersebut. sebuah pepetah pernah mengtakan bahwa “tindak selangkah”, yaitu sesuatu hal akan dilakukannya ketika hal tersebut menjadi hal yang menambah kekayaannya, namun ketika hal tersebut tidak menambah kekayaannya, maka hal tersebut tidak perlu untuk dilakukan. Seperti halnya orang kaya yang ditemui ki Ageng, ia merupakan orang kaya yang digenggam oleh catatan harta benda, ketika ia hendak makan maka ia hanya makan dengan campuran sayur mentar dengan sambal kelapa, ketika ia hendak memasak, maka ia akan mencari sampah dari tetangganya sebagai alat untuk memasak, dan ketika ia hendak mencarikan calon suami untuk anaknya juga dilakukan untuk dapat menambah kekayaannya, sehingga ia akan menerima lamaran dari seorang kakek berusia 60 tahun untuk anaknya yang masih berusia belasan tahun. Genggaman dari catatan harta benda ini sangat

mengerikan, hingga ia begitu menyatu dengan harta bendanya, harta bendanya tersebut dianggap sebagai aku, jadi pada saat ada perampok yang datang, maka ia akan lebih memilih untuk menyelamatkan harta bendanya dibandingkan keselamatan diri sendiri.

Banyak insiden seperti itu terjadi selama keributan perang masa lalu. Jika ia tidak mati, tetapi lalai mengurus hartanya hingga menjadi bangkrut, maka ia yang terkena genggamannya harta benda akan merasakan kepitusaan selama sisa hidupnya, keputusan tersebut terjadi karena ia selalu memikirkan harta bendanya yang hilang. Ia merasa lebih baik mati dibandingkan harus kehilangan harta bendanya tadi. Ia akan merasa bahwa meskipun dia bekerja keras lagi, ia tidak akan pernah bisa mendapatkan kekayaannya lagi seperti semua, meski hal tersebut ia lakukan selama ratusan tahun. Ia takut menjalani hidup, takut pula jika harus mati. Ia menjadi orang yang malas makan, malas tidur, hingga malas bernafas, seperti orang hidup namun mati. Akhirnya ia terkena penyakit TBC atau sakit jiwa. Penyakitnya tersebut seolah-olah membunuh dirinya secara perlahan. Jika ia menggantung dirinya maka ia membunuh dirinya secara cepat.

Setiap catatan masing-masing menuntut untuk selalu diberikan perhatian, sehingga seringkali terjadi pertengkaran antara catatan satu dengan catatan yang lainnya. Hal ini menyebabkan *kromodongso* mengalami kebingungan. Sebagai contoh, ketika memiliki anak yang begitu boros, si *kromodongso* bingung dikarenakan yang menghamburkan uang tersebut adalah anaknya sendiri yang perlu aku besarkan dan aku cukupi kebutuhannya, namun di sisi lain yang ia buang adalah hartaku yang seharusnya aku jaga dengan baik-baik.

2. Jalan Simpang Tiga: Puncak antara *Kromodongso* dan *Manungso tanpo tenger*

Di antara ukuran ketiga dan keempat, ada Jalan Simpang Tiga (*Margi Pratigan*). Ini adalah jalur antara ukuran 3 dan ukuran 4 yang menentukan ke arah mana karpet akan bergerak. Di persimpangan tiga

arah ini ada penghalang yang mencegah diri mereka mencapai ukuran keempat. *Aling-aling* adalah penghalang bagi seseorang untuk mencapai ukuran keempat: "*manungso tanpo tenger*". *Aling-aling* dimaksudkan untuk membela diri dengan perasaan yang benar (*pamanggih leres*).

Di persimpangan ini terjadi proses kesadaran diri, yang dapat membawa orang ke ukuran IV jika berhasil atau kembali ke ukuran III jika gagal. Kesadaran diri, yaitu manusia berusaha memahami keadaan jujurnya. Ketika perasaan dari sebuah catatan muncul, maka itu berarti seseorang sedang berada dalam jalan simpang tiga. Jalan simpang tiga ini yang satu mengarahkan seseorang pada *manungso tanpo tenger*, dan yang satunya mengarahkan pada *manungso kromodongso*.

Nyawang karep merupakan salah satu poin penting dalam Kawruh Jiwa. Karena *nyawang karep* merupakan bagian dari dimensi mawas diri yang menjadi titik tengah dalam pengambilan keputusan seseorang, apakah ia akan memilih menjadi *manungso kromodongso* yang terus menerus dikendalikan oleh keinginannya ataupun menjadi *manungso tanpo tenger* yang merdeka dari keinginan.

Hal yang paling membentuk jiwa seseorang adalah *karep* (keinginan) untuk memenuhi semangat, martabat dan moralitas. Oleh karena itu, aku *Kromodongso* sering juga disebut si *karep*. Jadi kegiatan utama Kawruh Jiwa *pangawikan* secara pribadi tidak lain adalah meneliti *karep* yang melekat pada diri saya *Kromodongso* (*nyawang karep*) tanpa menghakimi, hanya *ngonangi*.⁹⁷

Yang menjadi pengawas atas *karepnya* sendiri adalah rasa aku, rasa ada. Seseorang pasti merasa aku, tidak bisa jika tidak merasa aku, setiap merasa aku akan merasa ada. Tidak mungkin hanya merasa aku namun tidak merasa ada.

⁹⁷ Gregorius, "Dudu Aku, Bahan presentasi, Sekolah Kawruh Jiwa Suryomentaram", 5-8 Desember 2013, Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM tidak diterbitkan, h. 3.

Sudah dijelaskan sebelumnya bahwa tukang kayu itu adalah aku. Namun, akan lebih baik jika disebutkan lagi di bagian ini untuk lebih jelasnya bagaimana mekanisme kerja aku alias *nyawang karep*. Ini penting, mengingat esensi dasar dari Kawruh Jiwa adalah *ngonangi karep, nyawang karep*, sehingga tahu mana pilihan yang tepat dan pilihan yang tepat untuk mengambil keputusan dalam tindakan.

Si pengawas *karep* ini sifatnya abadi karena ia merupakan barang asal. Barang asal merupakan barang yang tidak memiliki asal dalam membuatnya, melainkan ia sebagai asal dari setiap barang dan juga hal-hal. Pengawas ini bersifat abadi dalam mengawasi *karepnya* sendiri, dimana *karep* tersebut sebentar *mulur* dan sebentar lagi *mungkret*, sebentar senang, sebentar susah. Rasa abadi yang mengawasi keinginannya sendiri itu ialah abadi senang dan abadi bahagia.

Sebelum si pengawas muncul, seseorang akan selalu merasa “aku *karep*”, “aku bungah” dan “aku susah”, Ia masih berupa benih pengetahuan yang mengetahui sebuah laku (*tindak-tanduk*) seorang manusia, serta belum menimbulkan rasa senang dan bahagia. Penampakan pengawas saat itu belum muncul, tapi masih berupa benih, seperti pada contoh berikut. Misalnya, seseorang ingin buang air kecil, dalam dirinya orang tersebut tahu dan mengerti "Aku buru-buru ke toilet, aku pasti ingin buang air kecil." Yang mengerti ingin buang air besar, tidak ikut ingin buang air kecil, tetapi hanya mengerti wasiatnya yang menjadi pengawas ketika belum tumbuh tetapi masih menjadi benih ilmu.

Sebuah contoh yang lain adalah ketika seseorang memakan cabai, kemudian ia merasa kepedasan. Di dalam orang tersebut tersebut ada realitas yang mengetahui bahwa “aku sedang terengah-engah untuk minum, karena kepedasan”. Yang memahami bahwa dirinya sedang kepedasan tidak ikut merasakan pedas, melainkan menjadi penyaksi dirinya yang sedang kepedasan. Ia masih berupa

benih ilmu ketika si pengawas belum muncul. Contoh lainnya yaitu ketika seseorang merasakan malu, di dalam orang tersebut terdapat penyaksi yang menyaksikan orang ini malu, namun ia tidak turut malu, ia hanya sebagai penyaksi. Ia masih berupa benih ilmu ketika si pengawas belum muncul. Orang akan merasa “inilah aku yang memiliki keinginan, yang merasa marah, yang merasa sedih, yang merasa malu, yang kepedasan, yang terluka, semuanya adalah aku”, namun ketika si pengawas muncul, maka ia akan merasakan “yang berkeinginan bukan aku, yang merasa sedih bukan aku, yang merasa malu bukanlah aku, yang kepedasan juga bukan aku, yang terluka bukan aku”.⁹⁸

Dengan berlatih (*mawas diri*), seseorang akan dapat selalu dengan tenang *nyawang karep* (mengamati keinginan) dan membimbing keinginannya untuk selalu mengikuti jalan alam dan berperilaku baik. Untuk mencapai jiwa yang sehat, dilaksanakan pendidikan ukuran keempat yang tertuang dalam semboyan: “Barangsiapa orang yang mencari kenyamanannya sendiri kemudian mengabaikan kenyamanan orang lain maka ia seperti halnya orang yang sedang menyiapkan tali untuk mengikat lehernya sendiri.”. Sehingga perasaan baik, nyaman, positif hanya didapat dengan membuat orang lain merasa nyaman dengan perilaku kita.⁹⁹

Ukuran keemoat ditandai dengan manusia telah menyadari bahwa dirinya yang sejati bukanlah si *kromodongso*, melainkan si pengawas, si pengawas ini merupakan penyaksi dari setiap peristiwa yang ia alami. Setelah kesadaran seperti ini muncul, manusia akan memahami bahwasanya dirinya bukanlah sekumpulan catatan-catatan dari pikiran, melainkan penyaksi dari setiap lelakunya, serta dapat mengawasi, mengendalikan dan menelitinya, sehingga akan tercipta perasaan damai setiap kali bertemu dengan orang lain.

⁹⁸ Ryan Sugiarto, *Psikologi Raos, Op .cit.*,h. 105.

⁹⁹ Ratih Sarwiyono, *Sang Plato dari Jawa, Op .cit.*, h. 113.

Kesehatan mental dapat diperoleh dengan berlatih introspeksi. Orang tersebut hanya merasa hadir ketika berinteraksi dengan objek, orang lain, atau dengan perasaannya sendiri. Dalam hubungan inilah orang baru dapat mengenal dirinya sendiri. Sehingga interaksi tersebut dapat diibaratkan seperti cermin. Orang dapat terus memeriksa diri sendiri dengan bertanya, bagaimana perasaan saya ketika saya dihina? Tentu saja saya akan mengatakan: "Ketika saya dihina, hati saya sakit." Jadi menghina itu menyakitkan. Menyakiti orang lain disebut bertindak sewenang-wenang. Maka diri itu sewenang-wenang.¹⁰⁰

Jika ini dapat dicapai, orang tersebut akan menjadi diri yang sehat secara spiritual. Casmini menyebutnya sebagai konsep kepribadian yang sehat. Konsep kepribadian yang sehat dalam konteks budaya Jawa berarti kedewasaan pribadi, kedewasaan pribadi dan atau kesempurnaan pribadi yang mencerminkan kesehatan jiwa sebagai cerminan kesehatan jasmani. Sehat bagi orang Jawa dibangun dengan sehat dalam pergaulan, sehat secara sosial mencerminkan bahwa sehat jasmani dan rohani serta sehat secara etika.¹⁰¹

3. *Manungso tanpo tenger*: Kualitas Kepribadian Sehat Manusia Seutuhnya

Pengetahuan mengenai model manusia seutuhnya banyak dikembangkan oleh beberapa pihak, seperti halnya Freud yang menyebut "*manusia yang tidak diperbudak oleh nalurinya*", kemudian Carl Jung yang menyebut "*manusia individualis*", Abraham Maslow dengan "*manusia yang mengaktualisasikan diri*", Martin Selligman dengan "*manusia yang mengembangkan potensi positifnya*", dan berbagai model lainnya. sedangkan Ki Ageng Suryomentara

¹⁰⁰ Kuswadini, "Membandingkan Konsep Psikoterapi Barat dan Indonesia". Jurnal Psikohumanika, vol III, no. 1, tahun 2009, h. 43-44.

¹⁰¹ Casmini, "Kecerdasan Emosi dan Kepribadian Sehat dalam Konteks Budaya Jawa di Yogyakarta". Disertasi pada Program Doktor Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta, tahun 2011, h. 164.

memberikan gambaran mengenai konsep manusia seutuhnya ini dengan “*Manungso tanpo tenger*”.

Manungso tanpo tenger merupakan manusia yang berkebalikan dengan *manungso kromodongso*. *Manungso kromodongso* merupakan manusia yang penuh dengan ciri-ciri (ditandai dengan berjuta-juta catatan), sedangkan manusia yang tidak menggunakan sifat-sifat tersebut disebut manusia yang tidak berciri. Setiap sifat berpusat pada *Kromodongso*, dan setiap penolakan sifat berpusat pada manusia yang tidak berciri.¹⁰²

Ilmu Spiritual *Kromodongso* Ki Ageng Suryomentaram adalah ilmu yang digunakan untuk melakukan eksplorasi rasa sama antar manusia satu dengan manusia yang lainnya. menurut Ki Ageng, asa sama ini muncul karena akibat dari *pengawikan pribadi* yang bersifat sementara. Ia muncul sesaat kemudian mati lagi, oleh karenanya proses *pengawikan pribadi* ini perlu untuk dilakukan secara terus-menerus, karena *manungso tanpo tenger* ini bukan sesuatu yang terjadi kemudian terus melekat pada yang mengalaminya, melainkan sebuah kondisi yang perlu diupayakan secara terus-menerus, dan proses yang tiada akhir.

Alih-alih menjadi doktrin yang dipaksakan untuk membuat orang berpikir seragam, *pangawikan pribadi* adalah proses perasaan berkelanjutan yang terjadi pada manusia untuk mencapai keharmonisan dengan lingkungannya.¹⁰³

Manusia dengan kualitas kepribadian *Kromodongso* ketika berhadapan dengan orang lain akan dilakukan dengan terlebih dahulu melihat ciri-ciri atau identitas dirinya dan orang lain, seberapa kaya, cerdas, baik. Karakteristik tersebut menjadi pertimbangan bagi setiap manusia untuk mengambil keputusan dan menentukan tindakan ketika berinteraksi. Jika hal ini selalu terjadi, akan sering terjadi perselisihan,

¹⁰² Prihartanti, “Kualitas Kepribadian Ditinjau dari Konsep Rasa Suryomentaram Dalam Perspektif Psikologi”, disertasi Program Doktor Psikologi UGM, tahun 2003, h. 100.

¹⁰³ Ryan Sugiarto, *Psikologi Raos, Op .cit.*, h. 108.

karena manusia menganggap dirinyalah yang paling *taqwa*. Hasilnya adalah respons yang egoistik. Orang *Kromodongso* selalu menjadikan dirinya sebagai patokan dalam mengambil keputusan tentang hubungan dengan orang lain, oleh karena itu kepribadian *Kromodongso* disebut sebagai kepribadian yang egoistik. Berbeda dengan kualitas *manungso tanpo tenger*. Dalam berinteraksi, *manungso tanpo tenger* akan memandang dan memosisikan orang lain sama, semua manusia adalah sama. Hal ini akan melahirkan rasa pengertian, yaitu bahwa cara menyenangkan diri sendiri atau membahagiakan diri sendiri adalah dengan membuat orang lain bahagia. Jadi kepribadian *manungso tanpo tenger* adalah kepribadian altruistik.

Jika seseorang memiliki masalah dan kemudian menjadi emosional dan memancarkan energi negatif, orang itu berada di jalan simpang tiga. Kemudian orang tersebut berhenti pada tahap ketiga dan belum dapat melanjutkan ke tahap keempat (jiwa *Kromodongso*). Adapun tahap keempat itu sendiri, *manungso tanpo tenger* yang berarti manusia yang dapat menyikapi masalah dengan hati yang tenang. Sebenarnya yang dimaksud dengan *Kromodongso* adalah manusia yang berciri sehingga ketika menghadapi masalah keluar dengan ciri-ciri yang sebenarnya. Ketika si miskin berhadapan dengan si kaya, si miskin akan menunjukkan identitas si miskin sekaligus si kaya, sehingga dalam pertemuan yang terjadi prasangka bertemu prasangka. Ketika seorang pria melihat seorang wanita cantik dia memamerkan kekayaan dan sebagainya. Sikap ini diibaratkan seperti *buntut* oleh Suryomentaram. Berbeda dengan *manungso tanpo tenger*, ia adalah orang yang mampu mengubah ciri-cirinya sendiri menjadi sesuatu yang baik, menunduk, sederhana, terpadu, dan mampu dekat dengan semua golongan. Tidak menunjukkan siapa dia, tetapi mampu mengatur di mana dia berada dan sikap terbaik dalam kondisi tertentu.

Jadi *manungso tanpo tenger* ini adalah sosok manusia yang 100% sehat.

Manungso tanpo tenger ini merupakan manusia yang tidak lagi membutuhkan ciri-ciri (atribut duniawi). Sosok manusia yang penglihatannya tidak lagi dipenaruhi maupun dihalangi oleh catatan-catatan yang mengisi ruang perasaan. Semua catatan tersebut tidak lagi membutuhkan perhatian darinya. Ini merupakan akibat dari *pengawikan pribadi*, *pengawikan pribadi* ini menjadikan jiwa manusia menjadi jiwa yang sehat. Ki Ageng sengaja memberikan kalimat yang memprovokatif bahwa *manungso tanpo tenger* ini akan menjadikan manusia memiliki jiwa yang sehat 100%. Ki Ageng sendiri tipikal orang yang mengutamakan “pengalaman” daripada “keyakinan”, setelah ia mengalami maka ia akan percaya dan percaya.¹⁰⁴

Perasaan orang dibagi menjadi dua bagian: yaitu bagian perasaan yang dihayati dan bagian perasaan yang menghayati. Perasaan yang menghayati merupakan bagian perasaan yang berisikan “aku”. Jadi, perasaan yang dihayati bukanlah perasaan yang menghayati. Ketika dalam memikirkan kedua jenis rasa itu bercampur, maka orang seringkali keliru dalam membuat persepsi terhadap sesuatu. Sebagai contoh ketika ia merasakan sakit, maka ia akan merasa “saya sakit”. Ungkapan tersebut adalah ungkapan yang salah. Karena sakit merupakan rasa yang mengahayati, bukan perasaan yang dihayati, oleh karenanya ia tidak dapat merasakan sakit. Karena yang sakit bukanlah aku, setelah adanya pemisahan terhadap rasa yang dihayati dan rasa yang menghayati, maka orang tersebut benar, “yang sakit bukanlah aku”.

Ketika seseorang menggunakan kesadaran yang benar, maka seseorang akan dapat melakukan penelitian dan mempelajari setiap rasanya sendiri. ini merupakan cara untuk membuat pemisahan rasa yang dihayati dengan rasa yang menghayati. Jadi, penanaman pikiran

¹⁰⁴ *Ibid*, h. 109.

dapat dilakukan dengan memisahkan pemikiran tentang hal-hal dalam arti umum dan pemikiran tentang hal-hal secara rinci, memisahkan pemikiran tentang hal-hal dari perasaan, dan memisahkan pemikiran tentang perasaan yang dihayati dengan perasaan yang menghayati. Ukuran keempat merupakan alat yang digunakan untuk merasakan rasa orang lain. Jika ia tidak terus-menerus berlatih, maka ia tidak akan mengalami pertumbuhan. Sehingga sering salah dalam memahami rasa orang lain.¹⁰⁵

Manungso tanpo tenger, menempatkan dirinya pada posisi yang mampu dan mau merasakan perasaan orang lain. Sehingga seseorang memiliki bekal untuk berinteraksi lebih baik di depan orang lain. Jika demikian, maka tidak ada lagi rasa membedakan diri dengan orang lain dalam hal kepemilikan, diri, dan apapun yang melekat pada diri sendiri dan orang lain. Moralnya sederhana, tetapi mendalam: karena orang selalu memikirkan kepentingannya sendiri, orang sering gagal merasakan perasaan orang lain. Dalam salah satu pidatonya, Ki Ageng Suryomentaram menulis:

“menghayati rasa secara sengaja menjadikan hal tersebut sebagai kawruh. Akan tetapi ketika dalam prosesnya tidak sengaja maka ia tidak dapat menjadi kawruh. Ilmu pengetahuan yang berangkat dari pengalaman ini merupakan sesuatu yang dapat dengan mudah dipahami, baik bagi yang mengalami maupun orang lain. Perasaan orang lain yang sedang dipelajari muncul dalam rasa si pembelajar, pada awalnya seolah-olah perasaan itu adalah perasaan si pembelajar. Jika perasaan itu dipelajari, pembelajar merasa bahwa perasaan ini bukan saya, dia akan dapat membedakan dan menyamakan perasaan itu dengan perasaannya. selera sendiri, yang juga "bukan aku". Ini adalah cara merasakan rasa orang lain sehingga ia dapat menjadi sebuah pengetahuan. Ketika ukuran keemoat ini berkembang, maka seseorang akan dapat dengan mudah

¹⁰⁵ *Ibid*, h. 110.

mempelajari rasa, baik rasa anak-anak, remaja, dewasa, dan lain sebagainya.”

Ketika kesadaran diri ini terbentuk dalam diri seseorang, maka ia akan dapat semakin terampil dalam membaca perasaan diri sendiri dan juga orang lain, inilah yang disebut sebagai konsep *governance*. Seseorang dapat dikatakan dapat membaca rasa orang lain ketika ia dapat membaca rasa orang lain meskipun dengan bahasa non-verbal, baik melalui nada suara, gerak-gerik, bahasa tubuh, ekspresi, dan lain lain. Kebenaran secara rasa sebenarnya tidak terletrak pada apa yang dia ucapkan, melainkan melalui bahasa yang tidak ia ucapkan. Kata-kata bisa membohongi, namun bahasa dari tubuh akan sulit untuk berbohong. Hal ini sesuai dengan budaya Jawa yang menghindari perilaku maupun ucapan secara langsung, melainkan lebih pada rasa yang tertunjukkan secara tersembunyi.¹⁰⁶

Dalam perspektif psikologi umum yang lebih umum, konsep yang disamakan dengan *manungso tanpo tenger* adalah konsep diri yang menempatkan diri sejajar dengan orang lain. Hal ini berbeda dengan konsep diri ideal atau *ideal self*. Diri ideal adalah gambaran individu tentang perilaku, aspirasi, tujuan, atau penilaian pribadinya tentang apa yang seharusnya dia miliki. Diri yang ideal akan mewujudkan tujuan dan harapan pribadi berdasarkan norma sosial (keluarga dan budaya). Dalam budaya Jawa, diri ideal digambarkan sebagai *dadi wong*. Yaitu orang yang mengetahui tentang karma dalam tingkah laku dan dalam masyarakat. Di era modern Jawa, tentunya konsep turunan bisa berubah. Tetapi inti dari *dadi wong* adalah kesuksesan non-individu.

Konsep *manungso tanpo tenger* merupakan konsep manusia seutuhnya. Inilah tujuan dalam *pangawikan pribadi*, yaitu agar manusia mampu mencapai taraf manusia yang berkarakter, manusia seutuhnya. Bagi orang Jawa, orang dengan kepribadian semacam ini

¹⁰⁶ Casmini, 2011, “Kecerdasan Emosi...”. Op cit., h. 164.

memiliki kepribadian yang baik atau halus, anggun, bertutur kata lembut, sopan, dan mudah beradaptasi. Bagi mereka, emosi seperti bahagia, sedih, kecewa, marah, pasrah, berharap, dan kasihan tidak boleh diperlihatkan di depan umum. Ketegangan pribadi dan sosial, konflik dan konfrontasi akan dihindari dengan sangat hati-hati oleh orang Jawa yang menganggap harmoni atau harmoni sebagai sifat yang sangat penting. Hidup rukun berarti hidup dalam kesepakatan, kedamaian dan ketenangan tanpa konflik dan pertentangan. Dia tinggal di satu sehingga orang dapat saling membantu.¹⁰⁷

Menurut Ki Ageng Suryomentaram, orang *tanpo tenger* adalah manusia yang mandiri, berkepribadian sehat, bahagia, sejahtera, dan berguna bagi orang lain. Mengapa manusia pada tingkat ukuran keempat atau dimensi keempat ini dikatakan bebas? Karena *Kromodongso* atau ego tidak lagi menjadi budak atau pesuruh untuk semua catatannya meskipun dia masih menggunakan catatan itu untuk pertimbangan.

Kromodongso yang tidak lagi terikat oleh catatan-catatan yang ada menghilang dengan sendirinya dan menjadi *manungso tanpo tenger*, yang ciri-cirinya tidak memiliki minat atau terbebas dari rasa suka dan benci serta rasa memiliki, menjadi rasa menemukan keamanan dan keabadian di dalam satu kebutuhan. Hilangnya *Kromodongso* merupakan indikator munculnya kesadaran bahwa ia harus menghilangkan rasa kesewenang-wenangannya.

Kesadaran diri membawa manusia ke ukuran keempat, manusia tanpa karakter. Prihartani dalam penelitian empirisnya pada subjek dengan kondisi yang memenuhi standar kecenderungan kepribadian dimensi keempat “*manungso tanpo tenger*” berdasarkan konsep Suryomentaram, menghasilkan kecenderungan kepribadian yang dapat membentuk kualitas *manungso tanpo tenger*, yaitu:¹⁰⁸

¹⁰⁷ Casmini, 2011, “Kecerdasan Emosi...”. Op cit., h. 112.

¹⁰⁸ Prihartanti, 2003, “Kualitas Kepribadian...”, Op cit., h. 51.

Pertama, tangguh. Faktor ini menunjukkan sikap bebas dari penyesalan dan kekhawatiran yang berkepanjangan, serta memiliki ketekunan yang tinggi dalam menyelesaikan masalah atau tugas. Ketangguhan menunjukkan bahwa diri bebas dari belenggu penyesalan dan kekhawatiran, serta mampu memecahkan masalah dalam hidup.

Orang yang tangguh adalah orang yang mampu menjalani hidup dengan suka cita di tengah cobaan dan kesengsaraan hidup yang dialami. Orang yang berkepribadian kuat akan mampu meronce, merangkai peristiwa dalam kehidupan *dadi tumetese kanugrahan* (menjadi anugerah dari Tuhan). Titik sentral kesejahteraan psikologis pada orang tangguh terletak pada makna atau sikap *tatag*, yaitu memiliki sikap berani, tidak memiliki rasa takut dan khawatir yang berlebihan, serta bersedia menerima kenyataan apa adanya.¹⁰⁹

Kedua, optimis. Hal ini terlihat dari seseorang yang cenderung berpikir positif dalam menghadapi masalah, dan melihat bahwa segala sesuatunya akan berjalan baik jika dibarengi dengan usaha.

Ketiga, kemampuan. Seseorang yang memiliki keinginan kuat untuk memperbaiki diri dan meningkatkan prestasi, sukses.

Keempat, empati, kemampuan merasakan apa yang dirasakan dan dialami oleh orang lain seperti yang dialami oleh orang lain tersebut.¹¹⁰

Dalam posisinya untuk mencapai kondisi *manungso tanpo tenger*, diri memosisikan pengetahuan tentang keinginan yang tidak ada habisnya sebagai bentuk penyesuaian dan cara menghadapi ketegangan atau frustrasi yang bersumber dari kegagalan mencapai keinginan. Dinamika psikologis yang berlarut-larut ini cocok untuk mencapai penyesuaian. Artinya, jika keinginan tercapai dia akan terpuaskan, dan keinginan yang dicapai akan meregang. Sebaliknya, jika ternyata keinginan itu tidak tercapai dengan kemampuannya,

¹⁰⁹ Casmini, 2011, "Kecerdasan Emosi...". *Op cit.*, h. 65.

¹¹⁰ Prihartanti, 2003, "Kualitas Kepribadian...", *Op cit.*, h. 56.

inilah saatnya keinginan itu harus ditekan atas dasar *ri-la*, *na-ri-mo*, dan sabar.

Sikap *ri-la*, *na-ri-mo*, sabar dalam pandangan orang Jawa merupakan tanda kedewasaan moral. Dengan cara ini manusia dapat mencapai keseimbangan dan tetap terjaga.

Ri-la adalah sikap rela melepaskan, atau sebagai kerelaan untuk menyerahkan hak milik, kemampuan dan pekerjaan, jika menjadi tuntutan tanggung jawab. *Ri-la* adalah kebajikan positif, bukan bentuk penyerahan diri dalam arti negatif. Jadi *ri-la* juga dipahami sebagai kemampuan untuk melepaskan pengertian daripada melepaskan secara pasif.

Narima artinya menerima segala sesuatu yang datang, tanpa protes dan pemberontakan. Sikap ini seringkali dipandang sebagai bentuk sikap putus asa, padahal sebenarnya tidak. Makna sebenarnya adalah ketika orang dalam keadaan sulit, seseorang tidak nglokro dan tidak bertindak menentang secara sporadis. *Narima* adalah bentuk daya tahan dalam menahan hal-hal yang tidak baik untuknya. Hanya saja, pada tahap ketika setelah introspeksi (*mawas diri*) dengan menggunakan rasa dan mendapatkan catatan yang benar, dalam kondisi dan hasil apa pun orang akan menerimanya. Inilah puncak dari prosesnya, yaitu *nrima ing pandum*. Rasa penerimaan di sini dan saat ini adalah perasaan yang abadi (*raos abadi*). *Nrima ing pandum* mendapat respon positif. Hal praktis yang kemudian muncul dari *nrimo ing pandum* adalah ungkapan *urip sak derma nglakoni* (hidup hanyalah kehidupan) yang merupakan bentuk penyerahan hidup, tetapi jika diperlukan jangan ragu-ragu dalam mengambil keputusan tentang hidup.¹¹¹

Ki Ageng Suryomentaram menjelaskan *Kawruh Jiwa* sebagai dinamika kesenangan dan penderitaan. Kesenangan dan rasa sakit berasal dari perbedaan antara kenyataan dan harapan. Jika kenyataan

¹¹¹ Sugiarto, 2013, "Konsep Diri...", Op cit., h. 197.

lebih besar dari harapan, maka kesenangan akan muncul dan sebaliknya. Intinya untuk bisa selalu merasakan kebahagiaan, kita harus menjaga ekspektasi kita serendah mungkin agar kenyataan apapun yang kita dapatkan akan membuat kita merasa bahagia. Konsep dalam filsafat Jawa hampir mirip dengan konsep *nrimo ing pandum* atau dalam ajaran agama sering kita kenal dengan istilah syukur.

Kesabaran adalah dada terbuka yang dapat merangkul segala pertentangan, juga merupakan sikap pengendalian diri yang tertinggi. Kesabaran bukanlah kemalasan mental yang bertumpu pada dagu secara pasif.

D. Transformasi *Manungso Kromodongso* Menuju *Manungso Tanpo Tenger*

1. Transformasi Ke-aku-an: Dari “*Aku Kromodongso*” Menuju “*Aku Sejati*”

Untuk menumbuhkan budaya dunia diperlukan manusia dengan gelar manusia paripurna, yaitu manusia yang telah mentransformasikan ke-aku-annya, dari “*aku kromodongso*” menuju “*aku sejati*” (*manungso tanpo tenger*).

Seperti yang telah diketahui, budaya modern saat ini banyak membawa manusia kedalam paradigma material, yang mana paradigma material ini semakin menjadikan manusia menghayati dirinya sebagai “*aku kromodongso*”, yaitu aku yang selalu memerlukan identitas di luar sana sebagai bukti eksistensi dirinya, seperti halnya harta, status, kehormatan, dan berbagai hal lainnya (catatan-catatan). Padahal, pemenuhan akan catatan-catatan tersebut tidak akan pernah terpuaskan, ketika keinginan satu telah terpenuhi maka muncul lagi keinginan lain, begitu seterusnya.

Oleh karenanya eksistensi diri tidak dapat ditemukan dari “apa yang di luar sana”. Eksistensi diri hanya dapat ditemukan dari penemuan diri sejati, dan penemuan diri sejati ini memerlukan tahapan transformasi ke-akuan.

Transformasi ke-aku-an ini merupakan problem terpenting dalam pembelajaran *Kawruh Jiwa*, karena dengan memahami ke-aku-an, manusia dapat mengetahui asas dasar dari segala tindakannya, apakah ia didasari oleh si *kromodongso* ataupun yang sejati.

Asas merupakan hal terpenting yang perlu dimiliki oleh manusia, ketika manusia hidup tanpa asas, maka ia seperti halnya hidup tanpa *tandesan*. Banyak manusia yang hidup tanpa berlandaskan asas, hidupnya hanya digerakkan oleh rutinitas sosial dan budaya tanpa adanya asas yang menyertainya.

Ketidaktahuan akan asas menjadikan manusia menjadi manusia yang mengalami kepatuhan pasif, menjadi obyek dari lingkungan dan budaya yang ada. Ini bertolak belakang dengan pembelajaran *kawruh jiwa* yang ingin membawa manusia mengalami jiwa yang merdeka, jiwa yang merdeka adalah jiwa yang menjadi subyek, jiwa yang menjadi partisipan aktif dalam budaya.

Paulo Freire mengatakan “Seseorang tidaklah sempurna bila ia kehilangan kemampuan memilih, bila pilihannya adalah pilihan-pilihan orang lain, dan bila keputusan-keputusannya berasal dari luar dan bukan merupakan keputusannya sendiri. Bila begitu, Ia hanya beradaptasi, Ia hanya menyesuaikan diri.”

Adaptasi merupakan bentuk pertahanan diri yang paling rapuh. Seseorang menyesuaikan diri karena ia tidak mampu mengubah realitas. Ini merupakan gejala *dehumanisasi*. Manusia sempurna adalah manusia sebagai subyek, sedangkan manusia yang hanya beradaptasi adalah manusia sebagai obyek. Manusia sebagai subyek adalah manusia yang memegang asas (prinsip) dalam hidupnya.

Asas merupakan pegangan dalam kehidupan, karena seseorang akan merespon dunia dari asas apa yang ia pegang. Ketika asas yang ia pegang berlandaskan aku-*kromodongso*, maka yang teraktualpun juga tindakan *kromodongso*, jika asas yang ia pegang merupakan asas aku-sejati, maka yang teraktualpun juga tindakan aku sejati. Jadi, dengan

Manusia mengerti asas dasar yang mendasari perilakunya, maka ia akan dapat lebih mudah *mawas diri*.

Sulit untuk membahasakan istilah *Mawas diri* ke dalam istilah bahasa Indonesia, karena istilah *mawas diri* sendiri adalah istilah Jawa yang memiliki arti yang unik dan makna tersendiri, istilah yang paling mirip yang dapat digunakan adalah introspeksi diri, namun ada baiknya dalam penulisan ini penulis menggunakan istilah asli dari *kawruh jiwa* yakni *mawas diri*.

Mawas diri merupakan konsekuensi dari aktifnya aku sejati. Aku sejati merupakan si pengawas yang selalu memperhatikan gerak-gerik si aku *kromodongso*, ketika si aku *kromodongso* lapar, aku sejati tidak merasakan kelaparan, ketika si aku *kromodongso* menderita si aku sejati tidak merasakan penderitaan, ketika si aku *kromodongso* sakit, si aku sejati tidak merasakan kesakitan. Tegasnya, aku sejati (si pengawas) ini tidak terkondisikan oleh kondisi apapun yang sedang menimpa si *kromodongso*.

Mawas diri juga dapat membebaskan Manusia dari “*jiwa jemajah*”, yaitu jiwa yang (mudah) terjajah, dan menggantikannya dengan “*jiwa mardika*”, yaitu jiwa yang merdeka.¹¹² Jiwa yang merdeka adalah jiwa yang tidak larut dalam keadaan, melainkan jiwa yang selalu meneliti setiap keadaan yang dialaminya—mengerti penyebab dari teraktualnya pengalaman-pengalamannya serta bagaimana ia dapat melampauinya.

Ketika si manusia ini sedang mengalami kesedihan, maka aku sejati tidak mengalami sedih, melainkan ia menjadi pengawas dan si tukang *mangku* si *kromodongso* yang mengalami kesedihan.

Ketika aku-*kromodongso* manusia mengalami kesedihan, ia selalu membutuhkan hal-hal di luar sana sebagai obat untuk kesedihannya, bentuknya bisa apa saja, dimulai dari obat *anti-depressan*, manusia, game, makanan, jalan-jalan, bahkan sampai hal-

¹¹² Ryan Sugiarto, *Psikologi Raos, Op .cit.*, h. xix.

hal yang bersifat destruktif seperti halnya menyakiti diri hingga upaya untuk bunuh diri.

Hal-hal tersebut terjadi karena manusia hanya terkurung dalam dunia *aku-kromodongso* yang memiliki pengertian bahwa diri hanya sebatas tubuh dan hal-hal yang sifatnya material. Ketika mengalami kehilangan karena kematian si *aku-kromodongso* ini mengalami kesedihan yang teramat dalam karena dianggapnya manusia hanya tubuh, ketika ia pergi maka ia dianggap hilang, padahal ia tidaklah hilang, ia hanya pergi menuju dimensi yang lebih baru untuk kembali melanjutkan perjalanan jiwanya menuju Tuhan.

Selain persoalan tersebut, penulis menemukan bahwasanya potensi *aku-kromodongso* juga banyak mengaktualkan medan penarik lemah dalam diri manusia (*human nature*). *Human nature* ini dalam istilah tasawuf disebut sebagai *nafs*, setiap manusia terdiri dari 2 potensi, yaitu *nafs* dan *ruh*. *Nafs* ini merupakan potensi lemah yang berasal dari *nature* manusia, sedangkan *ruh* adalah potensi kuat dari Tuhan yang dipinjamkan kepada manusia agar manusia dapat mentransformasikan *nafs*-nya menuju-Nya. *Nafs* dalam istilah *kawruh jiwa* disebut sebagai *aku kromodongso*, sedangkan *ruh* adalah *aku sejati (manungso tanpo tenger)*.

Aku-Kromodongso atau *Human nature (nafs)* ini awalnya hanya sebatas *nature* yang dimiliki oleh setiap manusia (potensi lemah manusia), akan tetapi dalam perkembangan zaman, *human nature* ini dianggap sebagai hal yang normal dan biasa saja untuk diaktualkan, sehingga *human nature* ini berubah menjadi budaya. Manusia awalnya hanya mengalami energi kemarahan, namun energi kemarahan ini berubah menjadi budaya kemarahan. Kebencian awalnya hanya sebatas energi kebencian, namun energi kebencian ini berubah menjadi budaya kebencian. Potensi-potensi lemah manusia dinormalisasi begitu saja sehingga terbentuklah budaya yang membunuh jiwa-jiwa manusianya.

Banyak budaya lemah yang menguasai jiwa manusia saat ini, seperti ayah yang memarahi anak-anaknya agar anak-anaknya berubah menjadi lebih baik, tentangga membenci tentangga lain karena tetangganya berbuat kesalahan, dan berbagai persoalan lainnya. Kemarahan dan kebencian dianggap sebagai hal yang perlu dilakukan dalam upayanya untuk membentuk seseorang. Kemarahan dan kebencian dianggap sebagai satu-satunya jalan untuk memperagakan kebenaran. Padahal, berubah atau tidak berubahnya seseorang bukan karena tindakan orang lain terhadapnya, melainkan karena hadirnya cahaya Keilahian. Upaya untuk membentuk orang lain menggunakan kemarahan dan kebencian justru semakin memperlambat proses spiritualnya, harusnya tumbuhkan ia dengan cinta.

Budaya-budaya lemah tersebut semakin memperparah proses spiritual manusia. Proses spiritual sendiri telah menjadi proses yang menyakitkan, namun budaya yang tidak *genuine* semakin memperparah sakitnya proses spiritual, sehingga banyak manusia yang mengalami keputusasaan di jalan spriritual mereka. Berikut penulis uraikan beberapa potensi lemah manusia (*human nature*) yang telah menjadi budaya lemah yang telah penulis temukan:

Pertama, Wirang. Ki Ageng Suryomentaram menjelaskan *wirang* ini sebagai perasaan yang memalukan, perasaan ini menciptakan rasa diri yang tidak berharga. Perasaan diri yang tidak berharga banyak membawa manusia pada upaya bunuh diri, meskipun secara *paradoks* manusia takut mengalami kematian, namun bagi aku-*kromodongso* yang mangalami perasaan ini akan merasa kematian adalah solusi terbaik dari berbagai persoalannya. Tuhan dianggap tidak hanya tidak hadir, melainkan tidak ada.

Rasa *wirang* ini muncul dari budaya yang tidak mau menerima sisi gelap manusia, budaya hanya menginginkan hal-hal yang baik saja untuk keluar dalam diri manusia dan menolak mati-matian hal-hal yang gelap. Sehingga ketika manusia melewati sisi gelap, seakan-akan

budaya telah menunggu akhir dari kematiannya. Hal ini menjadikan banyak manusia yang mengalami depresi bahkan upaya untuk bunuh diri karena merasa tidak diterima lagi dalam lingkungannya.

Ketidakmauan untuk menerima sisi gelap sangat bertentangan dengan makna dari perjalanan spiritual. Perjalanan spiritual adalah perjalanan yang berangkat dari kegelapan menuju cahaya. Tuhan sendiri yang berfirman dalam surah Al-Baqoroh ayat 257, “minadzzulumati ilan nuur”, Dia yang mengeluarkan manusia dari kegelapan menuju cahaya.¹¹³

Melalui kegelapan adalah takdir-Nya, namun jangan sampai proses kegelapan yang menyakitkan ini semakin diradiasi oleh radiasi budaya yang semakin menambah gelap kegelapan yang dialami manusia. Harusnya, kegelapan ini disembuhkan dan ditumbuhkan dengan cahaya Tuhan, cinta. Sehingga manusia semakin cepat menuju diri-sejatinya.

Diri sejati menerima segala bentuk sisi gelap manusia, setiap sisi gelap dilihat oleh kaca mata cinta, cinta *me-redefinsikan* definisi-definisi yang dibuat oleh budaya, cinta menerima ketidaksempurnaan setiap manusia.

Kedua, Rasa Benci. Budaya kebencian ini banyak sekali ditemukan dalam kehidupan sosial manusia, banyak sekali kebencian yang ditimbulkan dari aktualnya *aku-kromodongso*, kebencian terlahir dari adanya ilusi keterpisahan dengan yang lain. Orang lain dianggap sebagai “kamu”, dan diriku hanyalah “aku”.

Dalam dunia modern saat ini kebencian banyak kita temukan dalam dunia kerja. Banyak sekali kebencian yang ditimbulkan dari perasaan bersaing antar rekan kerja, dalam istilah *kawuh jiwa* disebut sebagai *iri dan dengki*. Seseorang yang mengalami kebencian diibaratkan oleh nelson mandela layaknya orang yang meminum racun kemudian menginginkan orang lain untuk mati. Kebencian dianggap

¹¹³ Al-Qur'anul Karim, Al-Baqoroh, Ayat 257.

sebagai hal yang dapat membunuh orang lain, padahal ia hanya akan membunuh diri sendiri.¹¹⁴

Tuhan dianggap sebagai Tuhan yang maha pembenci dan maha penghukum. Hal ini seringkali ditemukan dalam budaya manusia yang ketika mengalami musibah, musibah tersebut diartikan sebagai bentuk hukuman dari Tuhan karena sebelumnya telah melakukan kesalahan. Pandangan semacam ini melahirkan definisi yang salah mengenai Tuhan. Padahal, Tuhan tidak pernah menghukum manusia, apa yang dimaksud sebagai “hukuman” sebenarnya adalah bentuk cinta dari Tuhan. Ia sebagai tanda dari ada dan kehadiran Tuhan dalam diri manusia, di situlah Tuhan mengasuh hamba-hambanya untuk kembali kepada-Nya, kembali pada diri-sejatinya.

Perlu adanya pemaafan dan pengampunan mendalam pada diri sendiri dan orang lain. Namun seringkali manusia mengalami keengganan untuk memaafkan, dianggapnya orang lain tidak pantas untuk mendapatkan pemaafan dan pengampunan. Padahal, pemaafan dilakukan bukan untuk orang lain, melainkan untuk kedamaian batin diri sendiri.

Ketiga, Rasa Ngelokro. *Ngelokro* ini disebut juga sebagai putus asa. Budaya keputusan ini tumbuh subur dalam budaya manusia, banyak manusia yang mengalami keputusan. Keputusan ini berangkat dari *aku-kromodongso* yang hidup dalam model dunia yang *fix*, tidak akan pernah lagi mengalami perubahan. Jiwanya penuh ketidakberdayaan, bahkan melihat kemungkinan baru tidak lagi mampu. Kehancuran, kegagalan, kemiskinan, kebangkrutan, penyakit dianggap sebagai hal yang telah final tanpa adanya kemungkinan-kemungkinan baru. Keputusan memandang Tuhan ada, namun Ia

¹¹⁴ Fran Grace, 2017, “Unconditional Love in the Face of Hatred: Applications of a Timeless Teaching”, *International Journal of Philosophy and Theology*, December 2017, Vol. 5, No. 2, h. 1-12, ISSN: 2333-5750 (Print), 2333-5769 (Online), American Research Institute for Policy Development, h. 6.

tidak hadir, Tuhan dikonsepsikan sebagai Tuhan yang acuh dan tidak peduli.

Budaya keputusasaan dalam manusia juga disebabkan adanya perkembangan teknologi yang serba canggih dan instan, hal ini menjadikan manusia menjadi manusia yang kurang sabar dalam proses, dan hanya menginginkan untuk cepat-cepat sampai pada hasil. Ketidaksanggupan untuk melewati proses ini banyak sekali membawa manusia ini pada keputusasaan. Dalam setiap proses tentu saja banyak ditemukan kegagalan, namun kegagalan ini dianggap sebagai akhir dari proses. Padahal, kegagalan adalah bagian dari proses, masih banyak kemungkinan-kemungkinan lain yang dapat menjadi buah dari adanya kegagalan.

Keempat, Nelongso. Istilah *nelongso* dalam bahasa Indonesia disebut juga sebagai kesedihan. Budaya kesedihan ini terjadi karena si *aku-kromodongso* ini menyandarkan kebahagiaannya dengan berbagai bentuk hal di luar sana, salah satu contohnya adalah menyandarkan kebahagiaannya pada seseorang. Terdapat ilusi bahwa seseorang itu adalah “milikku”, sehingga ketika ia pergi lahirah kesedihan. Tuhan dianggap sebagai Tuhan yang membiarkan ia sendiri mengalami penderitaan.

Menyandarkan kebahagiaan dengan berbagai bentuk hal di luar diri dianggap sebagai hal yang normal bagi masyarakat saat ini utamanya manusia. Bahagia ketika memiliki anak, bahagia ketika memiliki suami, bahagia ketika mendapatkan harta benda, bahagia ketika keinginannya tercapai, bahagia ketika mendapatkan status, bahagia ketika mendapatkan pangkat, dan berbagai bentuk kebahagiaan-kebahagiaan yang lain. Namun ketika semua itu hilang maka si *aku-kromodongso* mengalami kesedihan. Sebenarnya juga tidak ada yang hilang, yang hilang hanyalah hipotesis si *aku-kramdangsa* bahwa yang berada di ruang-waktu akan abadi.

Dalam pembelajaran *kawruh jiwa* sendiri dijelaskan bahwasanya kebahagiaan sumbernya ada di dalam diri, yakni ketika diri sejati ini teraktual. Apa yang dirasakan aku-*kromodongso* sebagai bentuk kebahagiaan hanyalah kebahagiaan yang palsu. Kebahagiaan maupun ketidakbahagiaan tidak dapat disandarkan oleh berbagai bentuk catatan diluar sana, karena kebahagiaan sejati lahir dari teraktualnya aku-sejati.

Kelima, Wedi. Wedi disebut juga sebagai takut. Budaya takut ini adalah budaya yang berangkat dari aku-*kromodongso* yang melihat dunia dengan kaca mata yang penuh dengan ancaman. Manusia yang mengalami budaya takut ini akan terus-menerus dipaksa untuk melakukan langkah antisipatif saat menghadapi keterancaman. Mengantisipasi adalah akar dari penderitaan. Diri sejati tidak pernah mengantisipasi apapun, yang selalu berusaha untuk mengontrol dan mengantisipasi adalah aku-*kromodongso*. Alam raya ini adalah hadiah dari Tuhan, kehidupan berada dalam diri, jadi tidak perlu mengontrol dan mengantisipasi apapun, sehingga kehidupan dirasakan dengan penuh kesukacitaan. Perayaan terus-menerus.

Contoh ketakutan yang banyak ditemui dalam manusia adalah ketakutan untuk berbeda dengan yang lainnya, jika yang lain seperti ini maka sayapun juga harus seperti ini, jika yang lain begitu maka saya pun juga harus begitu, akhirnya tumbuhlah upaya untuk mengontrol dan mengantisipasi. Padahal, setiap manusia diciptakan dengan keautentikannya masing-masing, dibandingkan mengejar kesamaan dengan yang lain dimana ia semakin menyuburkan aku-*kromodongso*, lebih baik menumbuhkan diri-sejati.

Selain contoh tersebut, terdapat budaya dalam manusia yang memperkenalkan Tuhan sebagai Tuhan maha penghukum, dalam pengasuhan, seringkali menggunakan ketakutan sebagai cara yang dianggap “ideal” untuk membuat anak-anak mentaati apa yang menjadi keinginan si pemberi perintah. Bagaimana bisa seorang anak

mengalami kedekatan dengan Tuhannya ketika sedari kecil Tuhan diperkenalkan sebagai Tuhan yang maha penghukum, bagaimana bisa anak-anak tumbuh cintanya, ketika ia tidak mengalami apa yang disebut sebagai “cinta” oleh Sang Maha Cinta.

Ketakutan dan berbagai potensi lemah yang lain adalah sesuatu yang kita pelajari dalam budaya, bukan *built-in*, *built-in* manusia adalah cinta.¹¹⁵

Keenam, Karep. Karep dalam bahasa indoensia disebut sebagai Keinginan. Keinginan ini sifatnya tidak pernah ada habisnya. Budaya *karep* ini adalah budaya yang paling banyak meradiasi manusia, *karep* ini terlahir dari *aku-kromodongso* yang terus-menerus merasa kekurangan, munculnya rasa kekurangan ini disebabkan karena kosongnya batin yang dimiliki oleh *aku-kromodongso*, perasaan kurang dan kosong ini ia tutupi dengan dengan berbagai macam bentuk di luar sana. ketika keinginan yang satu terpenuhi muncullah keinginan yang lainnya untuk dipenuhi, kemudian muncul lagi, begitu seterusnya. Karena persoalannya bukan pada seberapa banyak ia mendapatkan keinginannya, melainkan perasaan kurang dan kosong dalam batinnya yang tidak aka pernah merasa penuh.

Menjadi *aku kromodongso* sangatlah terbatas, gerak jiwanya digerakkan oleh keinginan¹¹⁶, kalau keinginannya tidak terpenuhi maka keinginan tersebut akan *mengkerut* (dalam terminologi *Kawruh Jiwa* disebut dengan istilah *mungkret*). Kalau keinginannya terpuaskan maka ia merasa senang dan jika tidak terpuaskan akan merasa susah. Sedangkan *aku sejati* tidak terpengaruh oleh terpuaskan atau tidak terpuaskannya suatu keinginan, ia tidak bungah tidak pula susah. Jiwanya merdeka dari keinginan. Dengan merdeka dari keinginan, maka jiwanya tidak lagi dikuasai sehingga semakin mudah untuk menuju kebahagiaan sejati.

¹¹⁵ *Ibid.*

¹¹⁶ Ryan Sugiarto, *Psikologi Raos, Op .cit.*, h. 21.

Permasalahan *karep* ini sangat kompleks dalam jiwa manusia, karena budaya kita menganggap bahwasanya dengan menginginkan maka seseorang akan mendapatkan. Padahal, mendapatkan tidak berangkat dari menginginkan, akan tetapi teraktualnya potensi yang ada di dalam diri, menginginkan hanya menjadikan diri sebagai budak dari keinginan. Kebahagiaan sejati tidak didapatkan dari suatu keinginan yang tercapai, karena sifat dari keinginan sendiri tidak pernah ada habisnya.

Afthonul menegaskan, “Kebahagiaan atau ketidakbahagiaan tidak dapat kita sebut lagi sebagai kondisi yang identik dengan terpenuhi atau tidak terpenuhinya keinginan-keinginan, namun seberapa mampu kita meneliti keinginan-keinginan ini secara benar sehingga dapat berkembang secara wajar dan tidak memperbudak kita”

Persoalan *karep* dalam manusia sering ditandai dengan fenomena kecanduan. Seseorang yang mengalami kecanduan karena merasakan batinnya terisi dengan hal yang dicandui tersebut, ia merasakan eksistensi dirinya ada ketika bersama dengan obyek yang dicandui. “Ia ada, maka aku ada”. Seperti kecanduan game, kecanduan narkoba, kecanduan rokok, dan lain sebagainya. Semua hal tersebut lain tidak lain dijadikan sebagai pengisi kekosongannya dan bukti eksistensi dirinya. Perasaan “merasa ada” inilah yang menjadikannya kecanduan.

Seharusnya, perasaan kekurangan dan kosong tersebut diisi dengan cahaya Keilahian, tidak dengan barang-barang maupun hal-hal lain, ketika ia menggunakan barang-barang untuk memenuhi kekosongannya ini sama saja dengan menuhankan hal-hal tersebut.

Ketujuh, Ngamuk. Ngamuk dalam istilah bahasa Indonesia disebut sebagai kemarahan. Kemarahan berangkat dari *akromodongso* yang selalu ingin menyalahkan yang di luar sebagai penyebab dari kesakitan dan penderitaan yang dialaminya, biasanya berbentuk perasan tidak diperlakukan secara adil dan perasaan tidak

dihargai. Tuhan dipahami sebagai Tuhan yang maha pendendam kepada makhluk-makhluknya.

Jauh berbeda dengan pandangan aku-sejati, aku sejati memandang setiap permasalahan sebagai momentum untuk menyembuhkan dan menumbuhkan diri, karena setiap masalah yang ada merupakan aktualisasi dari potensi yang ada dalam diri. Poin ini sangat penting mengingat banyak sekali permasalahan yang terjadi di sosial karena manusia tidak mengerti apa yang menjadi penyebab dari adanya sebuah masalah yang menimpanya, hanya menyalahkan yang di luar tanpa melihat ke dalam, hanya melihat urutan kejadiannya tanpa bisa meneliti kenapa urutan itu bisa terjadi. Jika seperti ini, maka upaya transformasi kesadaran diri akan sulit untuk dilakukan. Padahal, transformasi kesadaran diri ini diperlukan dalam upaya mengenal dirinya sendiri, lingkungan dan Tuhannya.

Kemandirian secara spiritual dapat ditandai dengan adanya kemauan untuk mengambil bertanggung jawab, tidak lagi menyalahkan yang di luar sebagai penyebab dari setiap permasalahannya, karena pada hakikatnya apa yang muncul di luar hanyalah konsekuensi yang dari aktualnya potensi yang di dalam diri. Dunia luar hanya menunjukkan saja di mana sisi kerentanan diri.

Budaya kemarahan ini tumbuh subur dalam lingkungan manusia utamanya dalam persoalan pengasuhan, banyak pengasuhan-pengasuhan yang menjadikan kemarahan sebagai ekspresi kasih sayang dan cinta. Ketika anak melakukan kesalahan maka orang tua marah, dan hal ini seringkali tidak disadari dan keberadaannya dianggap normal adanya. Sebenarnya, munculnya energi kemarahan yang diekspresikan oleh orangtua kepada anak juga berangkat dari aku-*kromodongso* orangtua yang belum sembuh dan tumbuh, sehingga cinta yang dikespresikan baru bisa sampai pada tahap kemarahan. Oleh karena itu proses spiritual selalu diiringi dengan banyaknya beban spiritual. Beban spiritual orang tua yang belum mampu untuk

dilampaui akan ia wariskan kepada anak-anaknya sampai ada yang mampu memutus mata rantai penderitaan tersebut.

Kedelapan, Rasa Unggul. *Rasa unggul* ini dalam bahasa Indonesia disebut sebagai kebanggaan. Kebanggaan merupakan keadaan jiwa *aku-kromodongso* yang di dalamnya terdapat hasrat kuasa untuk menguasai dan mendominasi, bahkan setidaknya punya kuasa, *aku-kromodongso* tetap memiliki kuasa untuk mengakhiri hidupnya sendiri. di dalam terminologi *Kawruh Jiwa*, kebanggaan disebut sebagai *rasa unggul*.

Sebenarnya, seseorang yang mengalami *rasa unggul* bukan karena ia adalah sosok yang kuat. Pada hakikatnya, kemarahan dan kebanggaan menjadi semacam mekanisme pertahanan diri seseorang yang mengalami kerapuhan dalam dirinya, terdapat perasaan tidak berharga dan tidak layak yang ditutupi dengan kebanggaan serta kemarahan. Perlu adanya “*rasa sama*” untuk dapat melampaui *rasa unggul* tersebut.

Kedelapan hal tersebut merupakan beberapa contoh potensi-potensi alam jiwa *aku-kromodongso*. Hidup sebagai *aku-kromodongso* adalah hidup sebagai catatan-catatan yang telah dipelajari semenjak menjadi juru catat. Di mana ia akan selalu menginginkan berbagai macam bentuk catatan-catatan di luar sana—baik itu harta benda, kehormatan, kekuasaan, keluarga, golongan, kebangsaan, jenis, kepandaian, kebatinan, ilmu pengetahuan dan rasa hidup sebagai sumber *source of self*nya. *Source of self* merupakan sumber ke-*aku*-annya. Sumber ke-*aku*-an *kromodongso* hanya sebatas *having* (materi) dan *doing* (status). Hal ini terangkum dalam istilah *semat*, *drajat* dan *kramat*. *Semat* adalah kekayaan, *drajat* adalah kehormatan dan *kramat* adalah kekuasaan. Dan dijabarkan dalam sebelas catatan *kromodongso*. Sedangkan sumber ke-*aku*-an *manungso tanpo tenger* adalah *being*. Ketika sumber ke-*aku*-annya adalah *being*, maka ia akan menjadi manusia yang *bisa rumongso*, sedangkan jika sumber ke-*aku*-annya

adalah *having* dan *doing* maka ia akan menjadi manusia yang *rumongso biso*.

Aku-kramadanga ini perlu segera ditransformasikan, mau tidak mau, kehidupan akan memaksa manusia untuk mentransformasikan aku-*kromodongso* ini menuju aku-sejati, bentuknya bisa apa saja, baik penyakit, kebangkrutan, kehilangan, dan krisis-krisis lainnya.

Semua hal tersebut jika dipahami menggunakan kaca mata aku-*kromodongso* adalah bentuk hukuman Tuhan, padahal setiap krisis adalah bentuk cinta Tuhan, ia sebagai tanda bahwa manusia hidup dalam pengasuhan Tuhan, Tuhan ada dan Ia hadir membersamai dalam perjalanan spiritual agar kembali lagi pada eksistensi diri yang sejati. Dari aku-*kromodongso* menuju aku-sejati.

Dengan melarutkan aku *kromodongso* dalam aku sejati, maka manusia tidak lagi melekat dengan catatan-catatan sebagai sumber ke-*aku-annya*, karena aku sejati tidak berpusat pada pemuasan kebutuhan-kebutuhan material, melainkan bersumber dari jiwa yang tenang, damai dan bahagia karena dapat dengan mudah memahami diri sendiri dan orang lain.¹¹⁷

2. Melarutkan Sebelas Catatan *Kromodongso* sebagai Sumber Rasa Hidup.

Perjalanan spiritual bukanlah perjalanan untuk menambah sesuatu, akan tetapi perjalanan untuk melakukan pelarutan demi pelarutan catatan yang pernah dipelajari sebelumnya, sehingga lahirlah diri sejati (*manungso tanpo tenger*) yang tidak lagi mengalami kemelekatan pada kesadaran *kromodongso* dan mampu mengawasi (mawas diri) terhadap gerak-gerik si *kromodongso* terhadap *karep* maupun keinginan yang berwujud pada catatan-catatan (*nyawang karep*).

Kromodongso berarti manusia dengan ciri, dan untuk menjadi *manungso tanpo tenger* maka manusia perlu melepaskan ciri-ciri

¹¹⁷ *Ibid*, h. 22.

(catatan-catatan). sebelum seseorang meninggal dunia, maka kesadaran ukuran kesatu akan terus menerus melakukan pencatatan demi pencatatan. Dan kesadaran ukuran ketiga akan melakukan pelayanan kepada catatan-catatan tersebut.

Hidup dalam catatan-catatan adalah hidup yang terbatas, jika catatan-catatan tersebut tidak segera dilarutkan maka manusia akan terus-menerus hidup sebagai seorang *kromodongso*. Dan akan terus menerus merasakan susah, benci, marah, dan bangga. Maka perlu adanya pelarutan demi pelarutan sehingga manusia tidak lagi mengalami kemelekatan dengan catatan-catatan tersebut. Pelarutan-pelarutan tersebut harus terus dilakukan seumur hidup dalam rangka menuju *manungso tanpo tenger*, manusia yang tidak dicirikan oleh ciri-ciri apapun, manusia yang mengalami kebahagiaan sejati, kebahagiaan yang tidak tergantung pada waktu, tempat, dan keadaan.¹¹⁸

Sebelas jenis catatan yang mendorong manusia bergerak, antara lain: Harta Benda, Kehormatan, Kekuasaan, Keluarga, Golongan, Kebangsaan, Jenis, Kepandaian, Kebatinan, Ilmu Pengetahuan, dan Rasa Hidup. Setiap saat manusia selalu digerakkan menjadi pelaksana atas catatan-catatan tersebut. Si *Kromodongso* adalah pelayan bagi tuan-tuan seluruh catatan itu. jika catatan tersebut diganggu maka ia akan marah, namun jika catatan tersebut dibantu maka ia senang. Hanya begitu saja hidup sebagai *kromodongso*. Ia hanya terus melayani catatan tersebut hingga tiada henti.

Kemelekatan pada *kromodongso* ini menghalangi manusia menjadi manusia yang mencapai manusia seutuhnya. Maka perlu adanya pelarutan demi pelarutan. Pelarutan ini dilakukan dengan mengganti *source of self*-nya.

Dengan menggapai *manungso tanpo tenger*, manusia akan menjadi manusia dengan predikat manusia seutuhnya yang selalu

¹¹⁸ *Ibid*, h. xxi.

mengalami kebahagiaan yang tidak tergantung oleh ruang, waktu maupun keadaan.

Pencapaian *manungso tanpo tenger* ini tidaklah cepat, “*Kromodongso* dan *manungso tanpo tenger* lahir silih berganti mengikuti siklus yang abadi,” Sebab, kesadaran butuh direngkuh. Setelah diwacanakan ke dalam diri, juga butuh diterapkan dalam pelatihan rutin sehari-hari.

BAB IV

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan data dan penjelasan yang telah penulis uraikan sebelumnya, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Bagaimana konsep tahapan-tahapan spiritual Ki Ageng Suryomentaram?

Konsep tahapan spiritual ki Ageng Suryomentaram adalah dengan mengevolusikan kesadaran dimensi ketiga yaitu si kramadangsa menuju kesadaran dimensi keempat, yaitu manusia tanpa ciri. Dan teknik yang digunakan adalah *nyawang karep* sebagai dimensi *mawas diri*.

2. Bagaimana mentransformasi *manungso kromodongso* menuju *manungso tanpo tenger*?

Transformasi *manungso kromodongso* menuju *manungso tanpo tenger* yang pertama adalah dengan mentransformasi sumber ke-aku-annya. Sumber ke-aku-an kramadangsa adalah catatan-catatannya, yang berisikan *having* (materi) dan *doing* (status): *semat, drajat, kramat*. Sedangkan sumber ke-aku-an manusia tanpa ciri adalah *being*. Sumber ke-aku-an kramadangsa menjadikan ia manusia yang *rumongso biso*, sedangkan sumber ke-aku-an manusia tanpa ciri menjadikan ia manusia yang *biso rumongso*. Implementasi yang kedua adalah dengan melarutkan sebelas catatan kramadangsa sebagai sumber rasa dirinya. Kramadangsa berarti manusia dengan ciri, dan untuk menjadi manusia tanpa ciri maka manusia perlu melepaskan ciri-ciri (catatan-catatan). Pelarutan-pelarutan tersebut harus terus dilakukan seumur hidup dalam rangka menuju manusia tanpa ciri, manusia yang tidak dicirikan oleh catatan-catatannya, manusia yang mengalami kebahagiaan sejati, kebahagiaan yang tidak tergantung pada waktu, tempat, dan keadaan. Proses ini perlu dilakukan oleh manusia secara terus-menerus, karena

manusia tanpa ciri bukan kondisi yang permanen, melainkan kondisi dimana diri sejatinya muncul.

B. Saran

Berdasarkan pada analisa data penelitiannya, dapat disampaikan beberapa saran serta rekomendasi pada penelitian ini:

1. Bagi Masyarakat Umum

Pencari jalan spiritual selalu memerlukan tahapan-tahapan untuk mempermudah dalam memahami sudah sampai di mana posisi dirinya dalam rangka menuju pencerahan. Dengan menggunakan peta tahapan spiritual dari Ki Ageng Suryomentaram ini masyarakat dapat menemukan solusi dalam proses pencarian jalan spiritual sebagai sarana menuju diri sejati. Selain itu, erlu adanya pembelajaran *kawruh jiwa* disetiap kotanya, sehingga masyarakat bisa belajar mengenal dirinya lebih dalam.

2. Bagi Pembaca dan Akademisi Prodi Tasawuf dan Psikoterapi

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai rujukan, referensi tambahan, perbandingan dan masukan untuk penulis berikutnya bagi mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Humaniora, khususnya Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi, dan mahasiswa UIN Walisongo Semarang, dalam rangka pengembangan teori dan penelitian tentang konsep tahapan-tahapan spiritual Manusia menurut Ki Ageng Suryomentaram.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini masih banyak kekurangan dalam mengkaji konsep tahapan spiritual Ki Ageng Suryomentaram sebagai jalan spiritual manusia dan terbatasnya sumber referensi, oleh karenanya diharapkan bagi penulis selanjutnya dapat memperdalam konsep tahapan spiritual pemikiran Ki Ageng Suryomentaram dan mengangalisnya lebih mendalam. Penulis menyarankan agar konsep tahapan spiritual ini tidak hanya menjadi rujukan teori saja, namun

dapat diaplikasikan dalam mengarahkan perjalanan spiritual dalam rangka menuju diri sejati.

DAFTAR PUSTAKA

- Abuddin, Nata. 2014. *Akhlaq Tasawuf dan Karakter Mulia*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Achir. 2008. *Bunga Rampai Asuhan Keperawatan Kesehatan Jiwa*. Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Afif, Afthonul. 2012. *Matahari dari Mataram: Menyelami Spiritualitas Jawa Rasional Ki Ageng Suryomentaram*. Depok: Kepik.
- Alfatih, Suryadilaga. 2016. *Ilmu Tasawuf* . Yogyakarta: Kalimedia.
- Al-Ghozali. 1998. *Rahasia Dzikir dan Doa*. Bandung : Karisma.
- Al-Qur'anul Karim. Al-Baqoroh. Ayat 257.
- Alwisol. 2014. *Psikologi kepribadian*. Malang: UMM Press.
- Amin Syukur. 1999. *Menggugat Tasawuf: Sufisme dan Tanggung Jawab Sosial Abad 21*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Amstrong, Karen, 2007. "*Glosarium*" dalam *Sejarah Tuhan*. Bandung: Mizan.
- Anwar, Rosibon dan Solihin, Mukhtar. 2004. *Ilmu Tasawuf*. Bandung: Pustaka Setia.
- Arina dan Yohaniz. 2014. "Makna Pengalaman Spiritual Pada Rohaniwan Islam". *Jurnal Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang*.
- Bakker dan Zubair. 1994. *Metodologi Penelitian Filsafat*. Yogyakarta: Kanisius.
- Bangun, Ahmad dan Hanum, Rayani. *Akhlaq Tasawuf: Pengenalan, Pemahaman, dan Pengaplikasiannya*. Jakarta: RajaGrafindo Persada.

- Casmini. 2011. “Kecerdasan Emosi dan Kepribadian Sehat dalam Konteks Budaya Jawa di Yogyakarta”. Disertasi pada Program Doktor Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada. Yogyakarta.
- Chaplin, J. P. 1989. *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta : Rajawali Pers.
- Fran Grace. 2017. “Unconditional Love in the Face of Hatred: Applications of a Timeless Teaching”, *International Journal of Philosophy and Theology*. American Research Institute for Policy Development.
- Fromm, Erich. 1996. *The Revolution of Hope*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Gregorius. 2013. “Dudu Aku”. Bahan presentasi. Sekolah Kawruh Jiwa Suryomentaram. 5-8 Desember. Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM. Tidak diterbitkan.
- Hasan dan Aliah. 2008. *Psikologi Perkembangan Islami: Menyingkap rentang kehidupan manusia dari pra kelahiran hingga pasca kematian*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Hidayat, Komaruddin dan Nafis, Wahyuni. 1995. *Agama Masa Depan: Perspektif Filsafat Perennial*. Jakarta : Paramadina.
- Ja'far. 2016. *Gerbang Tasawuf*. Medan: Perdana Publishing.
- Kamal, Fasal. 2018. “Isu-isu Kontemporer dalam Konstruksi Pembaharuan Pesantren”. *Paramurobi: Jurnal Pendidikan Agama Islam*. Vol 1. No 1.
- Kirkpatrick, J.D. 2008. *Evaluating Training Programs*. Third edition PDF e-book ISBN. San Fransisco: Berrett-Koehler Publisher.
- Kristiyanto, Eddy. 2010. *Spiritualitas Sosial (Suatu Kajian Kontekstual)*. Yogyakarta: Kanisius.
- Kuswadini. 2009. “Membandingkan Konsep Psikoterapi Barat dan Indonesia”. *Jurnal Psikohumanika*. Vol III No. 1.

- Lando, Yeri. 2019. "Krisis Toleransi dan Kekerasan Terhadap yang Lain". Diunduh 10 November 2021. <https://news.detik.com/kolom/d-4485219/krisis-toleransi-dan-kekerasan-terhadap-yang-lain>.
- Liputan6. 2011. "Aksi Kekerasan Disebabkan Krisis Spiritual". Diunduh 11 Oktober 2021. <https://www.liputan6.com/news/read/327113/aksi-kekerasan-disebabkan-krisis-spiritual>
- Mahpur, Muhammad & Habib, Zainal. 2006. *Psikologi Emansipatoris: Spirit AL-Qur'an dalam Membentuk Masyarakat yang Sehat*. Malang: UIN Malang Press.
- Miswar. 2017. "Tahapan yang Harus Ditempuh Dalam Proses Bertasawwuf". *Jurnal ANSIRU Pendidikan Agama Islam*.
- Muhadjir, Noeng. 1996. *Metodologi penelitian Kualitatif*. Yogyakarta: Rake Sarasin.
- Muzaki, Akhmad. 2002. "Insan Kamil: Bentuk Teofani Paling Sempurna". *Jurnal Ulul Albab*. Vol 2. No. 4.
- Narendra. 2021. "Jokowi dan Kawruh Jiwa, Ajaran Ki Ageng Suryomentaram". https://www.kompasiana.com/andra_gmu/54f3d190745513942b6c8117/jokowi-dan-kawruh-jiwa-ajaran-ki-ageng-suryomentaram.
- Ni'am, Syamsu. 2014. *Tasawuf Studies: Pengantar Belajar Tasawuf*. Yogyakarta: Ar-Ruz Media.
- Piedmont, 2001. "Spiritual Transcendence and the Scientific Study of Spirituality". *Journal of Rehabilitation*, 67 (1): 4-14. Alexandria: National Rehabilitation Counseling Association.
- Piedmont. 1999. "Does Spirituality Represent the Sixth Factor of Personality? Spiritual Transcendence and the Five-Factor Model". *Journal of Personality*. Oxford: Blackwell Publishers.

- Piliang, Yasraf. 2004. *Dunia yang Dilipat: Tamasya Melampaui Batas-batas Kebudayaan*. Yogyakarta: Jalasutra.
- Prihartanti. 2003. "Kualitas Kepribadian Ditinjau dari Konsep Rasa Suryomentaram Dalam Perspektif Psikologi". Disertasi Program Doktor Psikologi UGM. Yogyakarta.
- Putra, Yanuar Surya. 2016. "Theoretical Review: Teori Perbedaan Generasi". Among Makarti. Vol. 9. No. 18.
- Ris'an, Rusli. 2013. *Tasawuf dan Tarekat: Studi Pemikiran dan Pengalaman Sufi*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Rosito. 2010. "Spiritualitas Dalam Perspektif Psikologi Positif". Volume 18. No 1.
- Sarwiyono, Ratih. 2017. *Ki Ageng Suryomentaram: Sang Plato dari Jawa*. Yogyakarta: Cemerlang Publishing.
- Smith, Huston. 2001. *Kebenaran yang Terlupakan Kiritik atas Sains dan Modernitas*. Yogyakarta : IRCiSoD.
- Smith, Huston. 2001. *Kebenaran yang Terlupakan Kiritik atas Sains dan Modernitas*. Terjemahan Inyik Ridwan Muzir. Yogyakarta : IRCiSoD.
- Sopater, Sularso. 1998. *Keadilan Dalam Kemajemukan*. Jakarta : Pustaka Sinar Harapan.
- Subagya, Rahmat. 2011. *Kepercayaan dan Agama*. Yogyakarta: Kanisius.
- Sugiarto, Ryan. 2015. *Psikologi Raos: Sainifikasi Kawruh Jiwa Ki Ageng Suryomentaram*. Sleman: Putaka Ifada.
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

- Suliyanto. 2018. *Metode Penelitian Bisnis untuk Skripsi, Tesis dan Disertasi*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Suryomentaram, Grangsang. 1990. *Kawruh Jiwa Wejangipun Ki Ageng Suryomentaram Jilid 2*. Jakarta: Gunung Agung.
- Suryomentaram. 1983. *Rasa Takut, Ilmu Jiwa dan Pembangunan Jiwa Warga Negara*. Jakarta: Inti Idayu Press.
- Suryomentaram. 1985. *Ajaran-Ajaran Ki Ageng Suryomentaram I*. Jakarta: Inti Idayu Press.
- Suryomentaram. 1985. *Ajaran-ajaran Ki Ageng Suryomentaram II*. Jakarta: Inti Idayu Press.
- Suryomentaram. 2021. *Ilmu Jiwa Kromodongso*. Surabaya: Armadea Publishing.
- Syukur, Amin. 2004. *Zuhud di Abad Modern*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Teguh, Irfan. 2019. "Kegersangan Spiritual: Pemicu "Hijrah" & Kesalehan Muslim Urban". Diunduh 11 Oktober 2021. <https://tirto.id/kegersangan-spiritual-pemicu-hijrah-kesalehan-muslim-urban-ed2c>.
- Tuhulleley, Said. 1993. *Permasalahan Abad XXI Sebuah Agenda*. Yogyakarta: SIPRESS.
- Underwood, L. G., & Teresi, J. A. 2002. "The daily spiritual experience scale: development, theoretical description, reliability, exploratory factor analysis, and preliminary construct validity using health-related data". *Annals of behavioral medicine: A publication of the Society of Behavioral Medicine*, 24(1).
- Widyarini. 2013. "Rasa Takut, Ilmu Jiwa dan pembangunan Jiwa Warga Negara". Makalah Sekolah Kawruh Jiwa Suryomentaram (SKSJ). 5-8 Desember 2013. Fakultas Psikologi UGM. Yogyakarta.

Yosimichi, S. 2000. "Kawruh Jiwa: Suatu Cara untuk Menyelamatkan Manusia yang Sedang Menghadapi Kesusahan". Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga.

Zubaedi. 2012. *Isu-Isu Baru dalam Diskursus Filsafat Pendidikan Islam dan Kapita Selekta Pendidikan Islam*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Siti Raodlatul Jannah
NIM : 1704046001
Tempat dan Tanggal Lahir : Kebumen, 19 Oktober 1999
Alamat Rumah : Banjarmadu Karanggeneng Lamongan Jatim
Kebangsaan : Indonesia
Agama : Islam

Pendidikan Formal

1. MI Al-Mukhlisin Banjarmadu (Lulus Tahun 2011)
2. MTs. Putra-Putri Simo (Lulus Tahun 2014)
3. MA Matholi'ul Anwar Simo (Lulus Tahun 2017)
4. Mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang angkatan 2017

Pendidikan Non Formal

1. Pondok Pesantren Tanwirul Qulub Lamongan (Lulus Tahun 2017)
2. Pondok Pesantren Ulil Albab Semarang (Lulus Tahun 2020)

Organisasi

1. UKMU An-Niswa

Semarang, 14 Desember 2021



Siti Raodlatul Jannah