



MENEMUKAN KEBERMAKNAAN HIDUP MELALUI KONSELING KELOMPOK BERBASIS NILAI-NILAI FILOSOFIS MASYARAKAT JAWA

Taufik Ismail✉

Bimbingan Konseling Pendidikan Islam, Institut Agama Islam Ngawi

email : ismailtaufik983@gmail.com

Abstrak

Tulisan ini memaparkan tentang konseling kelompok berbasis *indigenous* atau kearifan lokal untuk menemukan kebermaknaan hidup adalah dengan menanamkan nilai-nilai filosofis masyarakat Jawa. Beberapa ajaran yang mengandung nilai filosofis masyarakat Jawa seringkali diungkapkan dengan istilah bahasa Jawa. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kepustakaan dimana pengumpulan data dengan mengadakan studi penelaahan terhadap buku-buku, literatur-literatur, catatan-catatan, dan laporan-laporan yang ada hubungannya dengan masalah yang dipecahkan. Hasil dari penelitian ini adalah konseling kelompok berbasis nilai-nilai filosofis masyarakat Jawa relevan dan dapat di internalisasikan dalam sesi konseling untuk membantu konseli menemukan kebermaknaan hidup, misalnya *Suro Diro Jayanigrat Lebur Dening Pangastuti, Alon-Alon Waton Kelakon, Aja Gumunan, Aja Getunan, Aja Kagetan, Aja Aleman, Ngunduh Wohing Pakarti, dan Nrimo ing Pandum, Makaryo ing Nyoto*. Makna dari nilai-nilai filosofis Jawa memiliki makna yang mendalam dan dapat digunakan dalam membantu konseli untuk menemukan kebermaknaan hidup bagi mereka. Sederhananya manusia harus mengakui bahwa dirinya memiliki sisi yang berlawanan dan bisa menerima apapun yang terjadi atau kita harus pasrahkan segala sesuatu yang datang menimpa kita setelah berikhtiar semaksimal mungkin dalam kehidupan. Langkah atau tahapan konseling kelompok berbasis nilai-nilai filosofis Jawa adalah tahap pembukaan, pemaparan masalah, penggalian latar belakang masalah, penyelesaian masalah, dan penutup.

Kata Kunci: *Kebermaknaan Hidup, Konseling Kelompok, Nilai-Nilai Filosofis Masyarakat Jawa.*

Abstract

This article describes group counseling based on indigenous or local wisdom to find the meaning of life by instilling the philosophical values of Javanese society. Several teachings containing the philosophical values of Javanese society are often expressed in Javanese terms. The type of research used in this research is library research, where data is collected by conducting a review study of books, literature, notes, and reports has something to do with the problem being solved. The result of this research is that group counseling based on philosophical values of Javanese society is relevant and can be internalized in counseling sessions to help clients find meaning in life., for example Suro Diro Jayanigrat Lebur Dening Pangastuti, Alon-Alon Waton Kelakon, Aja Gumunan, Aja Getunan, Aja Kagetan, Aja Aleman, Ngunduh Wohing Pakarti, dan Nrimo ing Pandum, Makaryo ing Nyoto. The meaning of philosophical values of Javanese society has a deep meaning and can be used to help clients find the meaning of life. Simply put, humans must admit that they have and opposite side and can accept whatever happens or we must surrender to everything that comes to us after trying as hard as possible in life. The steps or stages of group counseling based on philosophical values of Javanese society are the opening stage, presenting the problem, exploring the background of the problem, solving the problem, and the last is closing.

Keywords : *The Meaning of Life, Group Counseling, Philosophical Values of Javanese Society*

PENDAHULUAN

Remaja adalah masa perkembangan transisi antara masa anak dan masa dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif dan sosial emosional. Masa remaja merupakan masa peralihan antara masa kanak-kanak ke masa dewasa. Pada masa ini, remaja mengalami perkembangan mencapai kematangan fisik, mental, sosial dan emosional. Pada masa ini keadaan emosi remaja masih labil karena erat hubungannya dengan keadaan hormon. Emosi remaja lebih mendominasi dan menguasai diri mereka dari fikiran yang realistis. (Ade Wulandari, 2017)

Masa transisi pada remaja dengan berbagai dampak psikologisnya seringkali membuat mereka di persimpangan sehingga menimbulkan kebimbangan dalam berfikir, merasa dan membuat keputusan. Persimpangan dan ketidakpastian dalam memandang masalah, pencarian jati diri, memainkan peran dalam masyarakat dan berbagai ciri lainnya yang dialami remaja dapat menjadikan mereka mengalami dilema dan krisis kebermaknaan hidup. Berbagai masalah yang mungkin dihadapi remaja akibat dari krisis kebermaknaan hidup itu dapat berpengaruh dalam berbagai bidang kehidupan yang melingkupi aspek pribadi, sosial, belajar, dan karir.

Kebermaknaan hidup menurut Viktor Frankl dalam (Bastaman, 2007) merupakan keadaan yang menunjukkan sejauh mana seseorang telah mengalami dan menghayati kepentingan keberadaan hidupnya menurut sudut pandang dirinya sendiri dimana kebermaknaan hidup dapat dimaknai secara subjektif dan mempunyai perberbedaan makna antara individu satu dengan yang lainnya.

Lebih lanjut Bastaman mengatakan bahwa kebermaknaan hidup merupakan hal mendasar yang mengarahkan manusia dalam berperilaku. Manusia yang mampu melakukan pemaknaan terhadap hidup, akan terlihat lebih mampu menyelesaikan permasalahan hidup dengan baik. Hal tersebut dikarenakan adanya gambaran yang jelas mengenai tujuan hidup yang ingin dicapai, baik tujuan jangka pendek maupun tujuan jangka panjang. Adanya kejelasan tujuan hidup tersebut mampu membuat manusia merumuskan cara dan juga melakukan introspeksi dalam upaya mencapai tujuan hidup serta memaknai kehidupan.

Dari penjelasan tentang bagaimana ciri dan karakter psikologis remaja besar kemungkinan mereka mengalami permasalahan tentang kebermaknaan hidup, sebagian remaja ada yang sudah mempunyai pandangan tentang tujuan hidup sebagian lain dengan masa transisi memungkinkan remaja juga mengalami disorientasi hidup. Sebenarnya remaja sudah dibekali kemampuan untuk menyelesaikan masalahnya sendiri akan tetapi dengan karakter remaja yang masih labil maka peran dan kepedulian dari oranglain diperlukan untuk membantunya dalam mengatasi persoalan yang dihadapinya, dalam hal ini peran konselor bersifat urgen dalam membersamai remaja atau konseli agar ia dapat mandiri dalam mengambil keputusan.

Bentuk bantuan konseling kepada remaja yang dalam hal ini adalah sebagai konseli adalah dengan memberikan bantuan berupa konseling kelompok. Menurut Winkel & Srihastuti , 2007) menyatakan bahwa konseling kelompok mempunyai unsur terapeutik. Adapun ciri-ciri terapeutik dalam konseling kelompok adalah terdapat hal-hal yang melekat pada interaksi antarpribadi dalam kelompok dan membantu untuk memahami diri dengan lebih baik dan menemukan penyelesaian atas berbagai kesulitan yang dihadapi.

Salah satu tawaran yang berbasis *indegenous* atau kearifan lokal dalam pelaksanaan konseling kelompok untuk menemukan kebermaknaan hidup adalah dengan menanamkan nilai- nilai filosofis masyarakat Jawa . Beberapa ajaran yang mengandung nilai filosofis masyarakat Jawa seringkali diungkapkan dengan istilah bahasa Jawa singkat, umpamanya *Aja Dumeh, Mendhem Jero Mikul Dhuwur, Nrima Ing Pandum, Sura Dira Jayaningrat Lebur Dening Pangastuti, Aja Gumunan Aja Getunan Aja Kagetan Aja Aleman, Alon-Alon Waton Kelakon, Ngunduh Wohing Pakarti, Urip Iku Urup, Sopo Nandur Bakal Ngunduh* dan lain ajaran Jawa lainnya. Semua istilah di atas memiliki makna yang mendalam tentang makna hidup seseorang, hal ini juga berarti dapat di internalisasikan dengan kegiatan konseling kelompok untuk remaja yang mengalami disorientasi dalam kehidupannya.

Kartadinata dalam (Budiyono dan Feriandi, 2017 mengungkapkan, seringkali kita terlalu meninggikan pada teori dan keilmuan dari Barat hingga agak melupakan kekuatan nilai-nilai kearifan lokal yang ada khususnya di Indonesia. Penggunaan nilai filosofis masyarakat Jawa dapat dipadukan dan dimasukkan dalam pelaksanaan konseling kelompok untuk membantu remaja menemukan kebermaknaan hidupnya.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kepustakaan dimana pengumpulan data dengan mengadakan studi penelaahan terhadap buku-buku, literatur-literatur, catatan-catatan, dan laporan-laporan yang ada hubungannya dengan masalah yang dipecahkan (M. Nazir, 2011). Penulis menggunakan pendekatan konseling kelompok dengan berbasis nilai-nilai filosofis masyarakat Jawa untuk menemukan kebermaknaan hidup. Setelah mengidentifikasi sumber, penulis mencoba menggali nilai-nilai filosofis masyarakat Jawa yang berkaitan dengan prinsip dan ciri pendekatan konseling kelompok. Penerapan nilai-nilai tersebut dalam layanan konseling kelompok dapat diinternalisasikan lebih mendalam menyesuaikan pendekatan konseling kelompok dengan konteks masyarakat Indonesia, khususnya masyarakat Jawa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Konseling Kelompok

Konseling kelompok oleh para tokoh: Menurut (Latipun, 2011) menyatakan bahwa konseling kelompok (*group counseling*) merupakan salah satu bentuk konseling dengan memanfaatkan kelompok

untuk membantu, memberi umpan balik (*feed back*) dan pengalaman belajar. Konseling kelompok dalam prosesnya menggunakan prinsip-prinsip dinamika kelompok (*group dynamic*).

Sementara Menurut ASCA (American School Counselor Association) dalam (Nurihsan dan Juntika, 2011) memaparkan bahwa konseling adalah hubungan tatap muka yang bersifat rahasia, penuh dengan sikap penerimaan dan pemberian kesempatan dari konselor kepada klien. Konselor mempergunakan pengetahuan dan keterampilannya untuk membantu klien mengatasi masalah-masalahnya.

Senada dengan ASCA Erle M. Ohlsen dalam Winkel dan Sri Hastuti, 2007 menyatakan bahwa interaksi dalam kelompok konseling mengandung banyak unsur terapeutik, yang paling efektif bila seluruh anggota kelompok:

1. Memandang kelompok bahwa kelompoknya menarik;
2. Merasa diterima oleh kelompoknya;
3. Menyadari apa yang diharapkan dari mereka dan apa yang mereka harapkan dari orang lain;
4. Merasa sungguh-sungguh terlibat;
5. Merasa aman sehingga mudah membuka diri;
6. Menerima tanggung jawab perannya dalam kelompok;
7. Bersedia membuka diri dan mengubah diri serta membantu anggota lain untuk berbuat yang sama;
8. Menghayati partisipasi sebagai bermakna bagi dirinya;
9. Berkomunikasi sesuai isi hatinya dan berusaha menghayati isi hati orang lain;
10. Bersedia menerima umpan balik dari orang lain, sehingga lebih mengerti akan kekuatannya dan kelemahannya;
11. Mengalami rasa tidak puas dengan dirinya sendiri, sehingga mau berubah dan menghadapi tegangan batin yang menyertai suatu proses perubahan diri; dan
12. Bersedia menaati norma praktis tertentu yang mengatur interaksi dalam kelompok.

Dari uraian diatas dapat digaris bawahi bahwa konseling kelompok adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan dengan tatap muka atau secara langsung melalui komunikasi konseling oleh seorang ahli (disebut konselor) kepada beberapa individu yang tergabung dalam suatu kelompok kecil dengan mempunyai permasalahan yang sama (disebut konseli) yang membutuhkan bantuan yang bermuara pada terselesaikannya masalah yang sedang dihadapi oleh anggota kelompok.

Adapun fungsi bimbingan dan konseling kelompok menurut (Jamal, 2010) adalah sebagai berikut :

1. Fungsi pemahaman

Yaitu fungsi bimbingan dan konseling membantu siswa agar memiliki pemahaman terhadap dirinya (potensinya) dan lingkungannya (pendidikan, pekerjaan, dan norma agama). Berdasarkan pemahaman ini, konseli diharapkan mampu mengembangkan potensi

dirinya secara optimal dan menyesuaikan dirinya dengan lingkungan secara dinamis dan konstruktif.

2. Fungsi preventif

Yaitu fungsi yang berkaitan dengan upaya konselor untuk senantiasa mengantisipasi berbagai masalah yang mungkin terjadi dan berupaya mencegahnya, supaya tidak dialami oleh konseli. Melalui fungsi ini konselor memberikan bimbingan kepada konseli tentang cara menghindarkan diri dari perbuatan atau kegiatan yang membahayakan dirinya.

3. Fungsi Pengembangan

Yaitu fungsi bimbingan dan konseling yang sifatnya lebih proaktif dari fungsi-fungsi lainnya. Konselor senantiasa menciptakan lingkungan yang kondusif, yang memfasilitasi perkembangan konseli.

4. Fungsi penyembuhan

Yaitu fungsi bimbingan dan konseling yang bersifat kuratif. Fungsi ini berkaitan erat dengan upaya pemberian bantuan kepada konseli yang telah mengalami masalah, baik menyangkut aspek pribadi, sosial, belajar, maupun karier. Teknik yang digunakan adalah konseling dan *remedial teaching*.

5. Fungsi penyaluran

Yaitu fungsi bimbingan dan konseling dalam membantu konseli memilih kegiatan ekstrakurikuler, jurusan, atau program studi, dan memantapkan karier atau jabatan yang sesuai dengan minat, bakat, keahlian dan ciri-ciri kepribadian lainnya.

6. Fungsi adaptasi

Yaitu fungsi bimbingan dan konseling membantu para pelaksana pendidikan, kepala sekolah dan staf, konselor dan guru untuk menyesuaikan program pendidikan terhadap latar belakang pendidikan, minat, kemampuan dan kebutuhan konseli.

7. Fungsi penyesuaian

Yaitu fungsi bimbingan dan konseling dalam membantu konseli agar dapat menyesuaikan diri dengan diri dan lingkungannya secara dinamis dan konstruktif

8. Fungsi perbaikan

Yaitu fungsi bimbingan dan konseling untuk membantu konseli, sehingga dapat memperbaiki kekeliruan dalam berpikir, berperasaan dan bertindak (berkehendak). Konselor melakukan intervensi (memberikan perlakuan) terhadap konseli supaya memiliki pola pikir yang sehat, rasional dan memiliki perasaan yang tepat, sehingga dapat mengantarkan mereka kepada tindakan atau kehendak yang produktif dan normatif.

9. Fungsi fasilitator

Yaitu fungsi bimbingan dan konseling memberikan kemudahan kepada konseli dalam mencapai pertumbuhan dan perkembangan yang optimal, serasi selaras dan seimbang pada seluruh aspek dalam kehidupan konseli.

10. Fungsi pemeliharaan

Yaitu fungsi bimbingan dan konseling untuk membantu konseli supaya dapat menjaga diri dan mempertahankan situasi kondusif yang telah tercipta dalam dirinya.

Tahapan konseling kelompok menurut model Nixon dan Glover, adalah sebagai berikut:

1. Pembukaan

Diletakkan dasar bagi pengembangan hubungan antar pribadi (*working relationship*) yang baik, yang memungkinkan pembicaraan terbuka dan terarah pada penyelesaian masalah. Hal yang paling pokok adalah pembukaan pada awal proses konseling kelompok, bila kelompok saling bertemu untuk pertama kali. Mengingat jumlah pertemuan pasti lebih dari satu kali saja, pertemuan-pertemuan berikutnya juga memakai suatu pembukaan, tetapi caranya akan lain dibanding dengan pembukaan pada waktu saling bertemu untuk pertama kali.

Bila saling bertemu untuk pertama kali, para konseli disambut oleh konselor. Kemudian setiap anggota saling memperkenalkan diri dengan menyebutkan nama, umur, alamat, kelas, dan program studinya, serta menceritakan sedikit mengenai asal usulnya. Perkenalan ini sedikit banyak berfungsi sebagai basa-basi, supaya para konseli dapat sedikit menyesuaikan diri dengan situasi tegang. Kemudian mereka mendengarkan penjelasan yang diberikan oleh konselor, mengajukan pertanyaan tentang hal-hal yang belum jelas, dan menyatakan kerelaannya untuk mengikuti tatacara yang ditetapkan. Kemudian dilanjutkan konselor yang memperkenalkan diri dengan menyebutkan nama, umur, taraf pendidikan, dan lamanya berpengalaman dilapangan. Serta sedikit menceritakan tentang asal-usulnya. Setelah itu dia mempersilakan konseli memperkenalkan diri secara bergiliran. Lalu konselor memberikan rangkaian penjelasan yang diperlukan, dilanjutkan para konseli mengemukakan masalah yang mereka alami dengan materi pokok yang menjadi bahan diskusi.

2. Penjelasan Masalah

Masing-masing konseli mengutarakan masalah yang dihadapi berkaitan dengan materi diskusi, sambil mengungkapkan pikiran dan perasaannya secara bebas. Selama seorang konseli mengungkapkan apa yang dipandangnya perlu dikemukakan, konseli lainnya mendengarkan dengan sungguh-sungguh dan berusaha menghayati ungkapan pikiran dan perasaan temannya. Mereka dapat menanggapi ungkapan teman dengan memberikan komentar singkat, yang

menunjukkan ungkapan itu telah ditangkap dengan tepat. Karena konselor pada akhir pembukaan sudah memberikan kesempatan untuk berbicara menurut selaranya sendiri-sendiri, diharapkan para konseli akan dapat mengatasi rasa ragu-ragu membuka isi hatinya. Sambil seorang konseli mengungkapkan pikiran dan perasaannya, konselor pun ikut mendengarkan dengan seksama, membantu konseli itu untuk mengungkapkan diri dan menunjukkan pemahamannya serta penghayatannya, dengan menggunakan teknik-teknik pemantulan seperti refleksi pikiran dan klarifikasi perasaan.

Bila mana konseli lain menanggapi ungkapan temannya dengan kata-kata yang kurang memadai, konselor membantu merumuskan dengan lebih tepat, dan meminta umpan balik kepada pembicara apakah memang itulah yang dimaksudkannya. Setelah semua konseli selesai mengungkapkan masalahnya menurut pandangannya sendiri-sendiri, konselor meringka sapa yang dikatakan konseli dan mengusulkan suatu perumusan masalah yang umum, yang mencakup semua ungkapan yang telah dikemukakan oleh para konseli. Perumusan umum tersebut ditawarkan kepada kelompok untuk diterima atau diubah seperlunya, sampai anggota menerima perumusan tersebut sebagai konkretisasi dari materi diskusi.

3. Penggalan Latar Belakang Masalah

Fase ini merupakan pelengkap dari fase penjelasan masalah, karena pada fase kedua masalah-masalah yang diungkapkan para klien belum menyajikan gambaran lengkap mengenai kedudukan masalah dalam keseluruhan situasi kehidupan masing-masing klien. Sehingga pada fase ini diperlukan penjelasan lebih detail dan mendalam. Oleh karena itu, masing-masing dalam fase analisis kasus ini menambah ungkapan pikiran dan perasaan sesuai dengan petunjuk yang diberikan oleh konselor. Seperti pada fase kedua di atas, para konseli mendengarkan ungkapan yang telah diberikan oleh teman tertentu dan menanggapi ungkapan tersebut dengan memberikan komentar singkat, yang menunjukkan pemahamannya atau mohon penjelasan lebih lanjut dengan bertanya. Pada umumnya beberapa ungkapan yang lebih mendalam dan mendetail itu menciptakan suasana keterikatan dan kebersamaan (*cohesion*), sehingga mereka semakin bersedia untuk mencari penyelesaian bersama atas masalah yang dihadapi bersama. Pada fase terakhir ini, atas petunjuk konselor, para konseli menentukan keadaan diri yang didambakan, yaitu keadaan ideal yang akan ada setelah masalahnya terselesaikan.

4. Penyelesaian Masalah

Berdasarkan apa yang telah digali dalam fase analisis kasus, konselor dan para konseli membahas bagaimana persoalan dapat diatasi. Kelompok konseli selama ini harus ikut berpikir, memandang, dan mempertimbangkan, namun peranan konselordis institusi

pendidikan dalam mencari penyelesaian permasalahan pada umumnya lebih besar. Oleh karena itu, para konseli mendengarkan lebih dahulu penjelasan konselor tentang hal-hal apa yang ditinjau dan didiskusikan. Kemudian dimantapkan kembali tujuan yang ingin dicapai bersama, selaras dengan keadaan ideal yang telah dirumuskan pada fase ketiga. Misalnya; “kelompok ingin dapat melakukan penyesuaian sosial yang baik”. Setelah itu dibahas bersama dengan cara bagaimana tujuan itu dapat dicapai. Dengan menetapkan sejumlah langkah-langkah untuk mewujudkan keinginan bersama tersebut. Pada fase ini konselor harus mengarahkan arus pembicaraan dalam kelompok, sesuai dengan pendekatan yang telah ditetapkan

5. Penutup

Ketika kelompok sudah siap untuk melaksanakan apa yang telah diputuskan bersama, proses konseling dapat diakhiri dan kelompok dibubarkan pada pertemuan terakhir. Bilamana proses konseling belum selesai, pertemuan yang sedang berlangsung ditutup untuk dilanjutkan pada lain hari:

- a. Bilamana proses konseling sudah akan selesai, para konseli mendengarkan ringkasan yang diberikan oleh konselor tentang jalannya proses konseling dan melengkapinya kalau dianggap perlu.
- b. Bilamana proses konseling belum selesai dan waktu untuk pertemuan kali ini sudah habis, konselor meringkas apa yang sudah dibahas bersama, menunjukkan kemajuan yang telah dicapai, dan memberikan satu-dua pertanyaan untuk dipikirkan selama hari-hari pertemuan berikutnya.

Kebermaknaan Hidup

Kebermaknaan hidup dapat dimaknai secara beragam tergantung pengalaman dan sudut pandang masing-masing individu, begitupula secara definisi dari beberapa pendapat ahli dibawah ini :

(Bastaman, 2007) mengatakan bahwa kebermaknaan hidup merupakan hal mendasar yang mengarahkan manusia dalam berperilaku. Manusia yang mampu melakukan pemaknaan terhadap hidup, akan terlihat lebih mampu menyelesaikan permasalahan hidup dengan baik. Hal tersebut dikarenakan adanya gambaran yang jelas mengenai tujuan hidup yang ingin dicapai, baik tujuan jangka pendek maupun tujuan jangka panjang. Adanya kejelasan tujuan hidup tersebut mampu membuat manusia merumuskan cara dan juga melakukan introspeksi dalam upaya mencapai tujuan hidup serta memaknai kehidupan.

(Prenda dan Lachman, 2001) menegaskan bahwa kebermaknaan hidup dipengaruhi bagaimana seseorang merencanakan kehidupannya serta mampu melakukan kontrol diri terhadap tantangan yang telah di prediksi selama membuat perencanaan tersebut, sehingga memiliki hubungan yang positif

terhadap kepuasan hidupnya. Kemampuan dan cara setiap orang dalam memaknai hidup berbeda antara individu satu dengan individu yang lainnya, karena tidak semua orang mampu melakukan evaluasi diri untuk tujuan mendapatkan kebermaknaan dalam hidup.

Berdasarkan beberapa pendapat sebagaimana di atas dapat disimpulkan bahwa kebermaknaan hidup merupakan kekuatan hidup yang dimiliki individu dalam kehidupannya yang diperoleh dari penghayatan mengenai kepentingan keberadaannya, juga untuk pemenuhan kebutuhannya.

Untuk mendapat gambaran yang jelas mengenai kebermaknaan hidup (Bastaman, 2007) mengatakan bahwa ada beberapa sifat khusus dari kebermaknaan hidup, yakni:⁶

1. Unik, pribadi, temporer.

Apa yang dianggap berarti dapat berubah dari waktu ke waktu. Apa yang dianggap berarti oleh individu yang satu belum tentu dianggap berarti juga oleh individu yang lainnya, dan hal-hal yang dianggap berlangsung sekejap dapat pula berlangsung dengan lama.

2. Konkret dan spesifik

Makna hidup dapat ditemukan dalam pengalaman dan kehidupan sehari-hari serta tidak perlu dikaitkan dengan hal-hal yang serba abstrak filosofis, tujuan-tujuan yang idealis, dan prestasi akademik. Makna hidup tidak dapat diberikan oleh siapa pun, melainkan harus dicari, dijaga, dan ditemukan sendiri.

3. Pedoman dan arah

Makna hidup yang ditemukan akan memberi pedoman dan arah terhadap pandangan dan setiap aktivitas yang dilakukan. Dalam hal ini ketika seseorang telah menemukan makna hidup dan tujuan hidup ditentukan, individu seakan-akan terdorong untuk melaksanakan dan memenuhinya. Sehingga kegiatan-kegiatan yang dilakukan menjadi lebih terarah.

Adapun sumber kebermaknaan hidup menurut (Bastaman, 2007) terdapat nilai-nilai yang memungkinkan seseorang menemukan kebermaknaan hidup di dalamnya, nilai-nilai tersebut adalah:

1. Nilai Kreatif (*creative value*)

Nilai kreatif merupakan bentuk dari kegiatan berkarya, bekerja, mencipta, serta melaksanakan tugas dan kewajiban dengan penuh tanggung jawab. Menekuni suatu pekerjaan dan meningkatkan keterlibatan pribadi terhadap tugas serta berusaha mengerjakannya dengan sebaik-baiknya merupakan bentuk dari berkarya. Melalui bekerja dan berkarya kita akan menemukan arti hidup dan menghayati hidup secara bermakna. Berkarya dan bekerja hanyalah sarana yang memberikan kesempatan untuk menemukan dan mengembangkan makna hidup. Makna hidup tidak terletak pada jenis pekerjaan, namun lebih bergantung pada pribadi yang bersangkutan dalam hal sikap positif dan mencintai pekerjaan itu, serta cara bekerja yang mencerminkan keterlibatan pribadi pada pekerjaannya.

2. Nilai penghayatan (*experimental value*)

Nilai penghayatan merupakan bentuk keyakinan dan penghayatan akan nilai-nilai kebenaran, kebajikan, keindahan, keimanan, dan keagamaan, serta cinta kasih.

3. Nilai bersikap (*attitudinal value*)

Nilai bersikap merupakan sikap menerima dengan penuh ketabahan, kesabaran, dan keberanian segala bentuk ujian yang tidak mungkin terelakkan lagi. Dalam hal ini yang diubah bukan keadaannya, melainkan sikap yang diambil dalam menghadapi suatu keadaan. Bahkan di dalam suatu musibah yang tak terelakan, seseorang masih bisa menjadikan musibah menjadi suatu momen yang bermakna dengan cara menyikapinya secara tepat. Dengan kata lain penderitaan yang dialami seseorang masih tetap bisa memberikan makna, asalkan dapat mengambil sikap yang tepat dalam menghadapinya.

4. Nilai harapan (*hope value*)

Harapan merupakan keyakinan akan terjadinya hal-hal baik atau perubahan yang akan terjadi dikemudian hari. Yang mana harapan akan memberikan sebuah peluang dan solusi serta tujuan berupa masa yang akan datang, dan dapat menimbulkan semangat dan optimisme.

Lebih lanjut, Bastaman menjelaskan komponen-komponen yang dapat dimanfaatkan untuk mengatasi masalah yang dihadapi dan mengembangkan kehidupan bermakna sejauh diaktualisasikan. Komponen tersebut dapat dikategorikan dalam tiga dimensi yaitu:

1. Dimensi personal

Dalam dimensi ini ada dua unsur diantaranya : *pertama*, Pemahaman diri (*self insight*) dimana unculnya kesadaran akan kekurangan diri sendiri, dan adanya keinginan kuat untuk mengubah hal tersebut. Setiap individu berhak mengambil keputusan dan sikap untuk dirinya sendiri atas berbagai peristiwa yang terjadi. *Kedua*, Perubahan sikap (*changing attitude*) yaitu, Perubahan sikap dari negatif dan tidak tepat menjadi mampu bersikap positif dan lebih tepat dalam menghadapi masalah, maupun dalam mengambil keputusan.

2. Dimensi sosial

Unsur yang merupakan dimensi sosial adalah dukungan sosial (*social support*), yakni Hadirnya seseorang atau sejumlah orang yang akrab, dapat dipercaya dan selalu bersedia memberi bantuan pada saat-saat diperlukan.

3. Dimensi nilai

Terdapat beberapa unsur dalam dimensi nilai, yaitu, *pertama*, makna hidup (*the meaning of life*) yang merupakan nilai-nilai penting dan sangat berarti bagi kehidupan pribadi yang berfungsi sebagai tujuan yang harus dipenuhi dan pengarah kegiatan-kegiatannya. *Kedua*,

keikatan diri (self meaning of life) yaitu komitmen individu terhadap makna hidup yang ditemukan dan tujuan hidup yang ditetapkan. Komitmen yang kuat akan membawa individu pada pencapaian makna hidup yang lebih mendalam. *Ketiga*, kegiatan terarah (directed activities) yaitu Merupakan upaya-upaya yang dilakukan secara sengaja dan sadar berupa pengembangan potensi-potensi berupa bakat, kemampuan, dan keterampilan yang positif serta pemanfaatan relasi antar pribadi untuk menunjang tercapainya makna tujuan hidup.

Menurut (Viktor Emil Frankl, 2004) terdapat faktor-faktor yang memengaruhi proses pencapaian kebermanaan hidup individu, diantaranya:

1. Kehidupan, agama, dan filsafat

Makna hidup seringkali ditemukan dalam realitas kehidupan beragama. Menurut, seseorang tidak mampu menghayati penderitaan yang dialami karena individu tersebut tidak mengetahui rencana-Nya dibalik penderitaan yang dirasakan. Hal tersebut menunjukkan bahwa kematangan dalam spiritual akan membawa individu pada pemaknaan hidup yang baik.

2. Pekerjaan

Pekerjaan merupakan salah satu aktivitas penting dalam kehidupan manusia. Aktivitas kerja merupakan salah satu cara manusia menemukan makna hidupnya. Aktivitas kerja tidak terbatas pada lingkup dan luasnya pekerjaan, akan tetapi bagaimana individu bekerja sehingga dapat memenuhi kebutuhan hidupnya.

3. Cinta pada sesama

Cinta dapat menjadikan manusia mampu melihat nilai-nilai kehidupan. Kemampuan melihat nilai ini membuat batin manusia menjadi kaya. Memperkaya batin merupakan salah satu unsur yang membentuk makna hidup. Cinta menjadikan manusia mampu menghayati perasaan yang berarti dalam kehidupannya. Ketika mencintai dan dicintai seseorang akan merasakan hidupnya penuh dengan pengalaman yang membahagiakan dan melahirkan penghayatan hidup.

(Bastaman, 2007) mengatakan bahwa ada beberapa tahap dalam proses pencapaian makna hidup, yang terdiri dari empat kategori yakni:

1. Tahap derita (peristiwa tragis, penghayatan tanpa makna)

Dalam hidup ini individu berada dalam kondisi hidup yang tidak bermakna, bisa jadi disebabkan adanya peristiwa tragis dan tidak menyenangkan yang pernah terjadi.

2. Tahap penerimaan diri (pemahaman diri, dan perubahan sikap)

Pada kondisi ini muncul kesadaran diri untuk menjadi lebih baik. Kesadaran ini muncul karena adanya perenungan, saran dari orang lain, doa, dan ibadah, serta belajar dari pengalaman orang lain atas kisah tragis dalam hidupnya.

3. Tahap penemuan makna hidup

Individu sadar akan hal-hal yang sangat penting dalam kehidupannya yang kemudian ditetapkan sebagai tujuan hidup. Hal-hal penting tersebut dapat berupa nilai-nilai kreatif seperti berkarya, nilai-nilai penghayatan seperti keimanan, dan nilai-nilai serta sikap yang tepat dalam menghadapi kondisi yang kurang menyenangkan

4. Tahap hidup bermakna.

Pada tahap ini timbul perubahan kondisi hidup yang lebih baik dan pengembangan penghayatan hidup bermakna dengan kebahagiaan sebagai hasilnya.

Nilai-Nilai Filosofis Masyarakat Jawa

Secara bahasa *nrimo ing pandum* berarti menerima hadiah (Wulandari, 2017). Menurut Prasetyo (2014), *Nrimo ing pandum* merupakan sikap penerimaan seutuhnya terhadap berbagai peristiwa, baik kejadian masa lalu, masa kini, maupun potensi kejadian di masa depan (Prayekti, 2019). Inti dari filosofi ini adalah masyarakat harus mau menerima hasil usahanya (Rachmawati, 2018). Dari ketiga pengertian di atas mudah dipahami bahwa "*nrimo ing pandum*" adalah suatu sikap penerimaan terhadap segala sesuatu yang telah atau akan terjadi. Akibatnya, banyak orang yang sering salah kaprah bahwa orang Jawa itu lemah, mudah menyerah, atau tidak mau berusaha. Kalau mau memperdalam filosofi ini, pada hakikatnya tidak.

Filosofi tersebut dapat sejalan dengan pendapat Budiyo & Feriandi (2017). Dalam artikelnya, keduanya mengatakan bahwa "*nrimo ing pandum*" atau "menerima apa adanya" bukan berarti menyerah, melainkan membatasi diri untuk melakukan sesuatu di luar aturan. Selanjutnya bisa juga melihat pendapat Wulandari (2017). Ia menekankan, sikap *nrimo* harus dipahami sebagai kekuatan untuk melanjutkan. Hal ini karena cara berpikirnya berakar pada gagasan bahwa meskipun ia melakukan yang terbaik dalam pekerjaannya, ia mengabdikan dirinya kepada Tuhan dalam hal hasil. Ia juga mengatakan, kesalahan penafsiran nilai *nrimo* disebabkan terpisahnya dua kalimat yang sebenarnya membentuk satu kesatuan. Istilah resminya adalah "*nrimo ing pandum, makaryo ing nyoto*." Artinya menerima segala macam pemberian dari sang khalik setelah berusaha semaksimal mungkin, dan dalam terminologi Islam dikenal sebagai sikap usaha dan berpasrah kepada sang Pencipta.

Selain itu Wulandari mengartikan bahwa nilai *nrima* adalah sikap pengendalian diri untuk menghadapi hidup dengan lebih tenang dan tidak terbawa hawa nafsu. Menurut Endraswara (2012), *nrimo ing pandum* yang berarti kesiapan menerima kenyataan merupakan bagian dari karakter masyarakat Jawa, begitu pula bahasa Jawa yang berbentuk *rila*, *nrimo*, *temen*, *sabar*, dan budi luhur. Konsep-konsep di atas menunjukkan bahwa masyarakat Jawa adalah individu yang berintegritas,

menerima diri apa adanya, berdedikasi, sabar, dan mampu berintegritas. Indikator sikap *nrimo* dan Pandom mengacu pada rasa syukur, kesabaran, dan sikap Narimo. Bersyukur artinya menerima segala sesuatu dengan suka cita. Sabar artinya mampu meredam emosi dan nalimo artinya menerima segala sesuatu dengan tenang (Prayekti, 2019).

Alon-alon Waton kelakon. Filosofi ini menyarankan kehati-hatian dan kehati-hatian. Jika Anda melakukan sesuatu, Anda harus berhati-hati demi alasan keamanan. Ketika menghadapi permasalahan apapun, usahakan untuk tetap tenang agar dapat menemukan solusi yang tepat dan tepat (Rachmawati, 2018). Pepatah ini mengandung tiga kata penting. *alon-alon* dan *gremet-gremet*. Artinya lambat, *kelakon*, dan selamat (selamat) atas pencapaian tujuan Anda. Secara keseluruhan, pepatah ini berarti bahwa ketika melakukan sesuatu, seseorang harus melakukannya secara perlahan. Penting untuk mencapai tujuan secara perlahan tapi aman. Jelas terlihat bahwa keselamatan masyarakat Jawa menjadi prioritas utama dalam mencapai tujuan hidupnya. Dengan demikian pada gilirannya akan aman di akhirat. Oleh karena itu, seseorang harus memastikan bahwa ia tidak melanggar aturan yang ada, terutama aturan agama atau masyarakat dalam melakukan aktivitas untuk memenuhi kebutuhan hidupnya (Tiani, 2020).

Aja Gumnan, Aja Getunan, Aja Kagetan, Aja Aleman. Dengan kata lain, jangan terlalu terkejut, jangan terlalu cepat menyesal, jangan terlalu cepat terkejut, dan jangan terlalu cepat memanjakan diri. Filosofi ini berarti seseorang harus segera merespon situasi dan perubahan yang ada dalam hidup Anda. Ketika suatu masalah muncul, ia harus bersikap dewasa dan bisa berpikir dengan tenang. Ketika sesuatu terjadi secara terburu-buru, dampak positifnya cenderung kurang. “Jangan cepat menuruti” maksudnya tidak melakukan sesuatu untuk mendapat pujian orang lain agar mendapat pujian dan dipandang sebagai orang yang terbaik (Rachmawati, 2018).

Suro diro jayanigrat lebur dening pangastuti, artinya kejahatan dimusnahkan dengan kebaikan. Arti sebenarnya adalah orang jahat dikalahkan oleh orang baik. Mereka yang menghargai nilai ini akan membalas kejahatan orang lain dengan kebaikan. Landasan pemikirannya adalah sebenarnya ada kebaikan dalam diri setiap orang, bahkan mereka yang sering melakukan perbuatan buruk. Sederhananya ketika seseorang sering berbuat baik, maka dengan sendirinya hati orang tersebut akan luluh. (Tiani, 2020). Sebagaimana dikemukakan oleh Rachmawati (2018), *Suro diro jayanigrat lebur dening pangastuti* yang artinya segala sifat tidak berperasaan, berpikiran sempit, dan mudah marah hanya bisa dikalahkan dengan sikap bijak, tenang dan sabar.

Ngunduh wohing pakarti terdiri dari tiga kata: *ngunduh* yang berarti memetik, *woh* yang berarti buah, dan *Pakarti* yang berarti perbuatan. Oleh karena itu, makna dari peribahasa tersebut adalah setiap orang akan memetik hasil dari perbuatannya, dengan kata lain setiap orang pasti akan menuai atau menanggung akibat dari perbuatannya (Tiani, 2020)

Konseling Kelompok Berbasis Nilai-Nilai Filosofis Masyarakat Jawa untuk Menemukan Kebermaknaan Hidup

Dalam Konseling kelompok bentuk bantuan yang dilakukan dengan tatap muka melalui komunikasi konseling antara konselor dan konseli dalam suatu kelompok dapat menyisipkan materi tentang nilai-nilai filosofis Jawa yang relevan untuk mengatasi permasalahan yang dihadapi konseli misalnya *sikap nrimo ing pandum* disampaikan untuk membuat konseli agar dapat menumbuhkan sikap penerimaan diri seutuhnya bersyukur atas potensi yang dimiliki dan berusaha semaksimal mungkin untuk mengoptimalkan kemampuannya sebagai bentuk rasa bersyukur. Jadi *nrimo* atau penerimaan disini bersifat aktif bukan pasif. sehingga dengan penanaman sifat ini justru akan memunculkan sikap antusias dan positif terhadap segala sesuatu yang terjadi dalam kehidupan konseli.

Nilai filosofis Jawa lain yang dapat digunakan dalam sesi konseling kelompok adalah dengan memberi materi *alon-alon wathon kelakon* yang dimaksud untuk menciptakan sikap menghargai proses. Bahwa setiap individu mempunyai proses dan lintasan yang berbeda dengan individu lain. jadi realitanya adalah menghindari sifat terburu-buru, melakukan perencanaan dengan matang dan melangkah sesuai alur yang sesuai dengan apa yang sudah direncanakan. Hal ini juga berlaku bagi nilai yang terkandung dari ajaran filosofis *aja gumunan dan aja kagetan* yang bermakna tetap tenang dan kuasai medan persoalan.

Sementara itu nilai filosofis Jawa lain *suro diro lebur dening pangastuti* bermakna bahwa di tempat di mana kita berada akan ada orang yang tidak senang dengan keberadaan kita entah itu karena faktor iri atau kompetisi jadi seseorang harus tetap tenang karena dampak dari seseorang yang berkompetisi dengan melakukan hal yang melanggar aturan norma agama maupun susila akan menjatuhkan dirinya sendiri. Hal ini juga relevan dengan nilai filosofis *ngunduh wohing pakerti* yang bermakna seseorang harus tetap menjadi baik dimanapun berada karena segala sesuatu yang dilakukan pasti akan baik dan mendapatkan balasannya entah itu cepat atau lambat, sekarang atau nanti, di dunia maupun di akhirat nanti.

Penanaman nilai filosofis masyarakat Jawa yang disebutkan diatas dapat menggunakan media ataupun metode yang sesuai dan menyenangkan misalnya dengan menggunakan media audio visual berupa tayangan video ilustrasi, maupun dengan metode bermain peran dan lain sebagainya sehingga pelaksanaan konseling kelompok dapat berjalan dengan maksimal dan menyenangkan.

Untuk tahap pelaksanaan konseling kelompok berbasis nilai filosofis masyarakat Jawa sebagaimana langkah-langkah konseling kelompok adalah sebagai berikut:

1. Pembukaan

Diletakkan dasar bagi pengembangan hubungan antar pribadi (*working relationship*)

yang baik, yang memungkinkan pembicaraan terbuka dan terarah pada penyelesaian masalah. Hal yang paling pokok dalam sesi ini adalah penyampaian tujuan bahwa proses konseling sesuai dengan alur tidak tergesa-gesa sesuai dengan nilai *aja kagetan, aja gumunan dan nrimo ing pandum* artinya tidak terburu-buru ingin menyelesaikan masalah yang dihadapi. Hal ini relevan dengan nilai *alon-alon waton kelakon*. Temukan tujuan mengikuti konseling kelompok, berusaha memahami diri dan anggota kelompok lain *nrimo* bahwa masing-masing individu dalam kelompok punya sudut pandang dalam memandang permasalahan hidup yang sedang dialami dari perspektifnya masing-masing.

2. Penjelasan atau pemaparan masalah

Masing-masing konseli mengutarakan masalah yang dihadapi berkaitan dengan materi diskusi, sambil mengungkapkan pikiran dan perasaannya secara bebas. Konselor berusaha meyakinkan konseli agar pemaparan masalah dari masing-masing anggota terjaga kerahasiannya dan berjalan sesuai asas kerahasiaan sehingga dengan sendirinya anggota kelompok merasa aman dan dapat lebih terbuka dalam memaparkan masalahnya. Selama seorang konseli mengungkapkan apa yang dipandangnya perlu dikemukakan, konseli lainnya mendengarkan dengan sungguh-sungguh sebagai bentuk penghargaan dan empati terhadap anggota kelompok berusaha menghayati ungkapan pikiran dan perasaan temannya dan kemudian memberikan saran dan masukan. Dalam sesi ini dapat ditanamkan nilai *ngundunh wohing pakerti* bahwa ketika ada teman menyampaikan pendapat agar didengar dan dihargai karena ketika giliran anggota lain mendapat sesi mengungkapkan masalah akan mendapatkan feedback yang sama. Makna yang dapat diambil dari sesi ini adalah siap yang menghargai akan dihargai begitu juga sebaliknya.

3. Penggalan latar belakang masalah

Fase ini merupakan pelengkap dari fase penjelasan masalah, karena pada fase kedua masalah-masalah yang diungkapkan para klien belum menyajikan gambaran lengkap mengenai kedudukan masalah dalam keseluruhan situasi kehidupan masing-masing klien. Penjelasan yang detail dapat membantu anggota yang lain dalam menganalisis penyebab dan mendiagnosis permasalahan sehingga penjelasannya sebaiknya runtut, mendalam tidak terburu-buru atau *alon-alon wathon kelakon* dan penyebab masalah masing-masing individu akan berbeda tergantung dari situasi dan kondisi lingkungan dan hal lain yang berbeda, jadi membeberitahu agar anggota menganalisis dengan seksama *aja gumunan aja kagetan* untuk kemudian dapat menghasilkan diagnosa permasalahan yang tepat untuk membantu permasalahan hidup yang sedang dialami anggota kelompok lainnya.

4. Penyelesaian masalah

Berdasarkan apa yang telah digali dalam fase analisis kasus, konselor dan para konseli membahas bagaimana persoalan dapat diatasi. Kelompok konseli selama ini harus ikut berpikir, memandang, dan mempertimbangkan dari saran dan masukkan konselor sebagai pemimpin kelompok. Kemudian dimantapkan kembali tujuan yang ingin dicapai bersama, selaras dengan keadaan ideal yang telah dirumuskan pada tahap sebelumnya. Dari masing-masing keputusan yang diambil memiliki konsekuensi sehingga bisa ditanamkan sikap *nrimo ing pandum* berusaha memahami kemungkinan-kemungkinan sehingga permasalahan yang akan diselesaikan dapat memiliki resiko yang terkecil.

5. Penutup

Semua tahapan diatas sesuai dengan langkah dan prosedur dari konseling kelompok dengan nilai *alon-alon waton* kelakon agar prosesnya berjalan sesuai prosedur dan mendapatkan hasil yang dapat diterima oleh semua anggota kelompok dengan rasa sikap *nrimo ing pandum*. Ketika kelompok sudah siap untuk melaksanakan apa yang telah diputuskan bersama, proses konseling dapat diakhiri dan kelompok dibubarkan pada pertemuan terakhir. Jika proses konseling belum selesai pertemuan yang sedang berlangsung ditutup untuk dilanjutkan pada pertemuan berikutnya.

KESIMPULAN

Konseling kelompok berbasis nilai-nilai filosofis masyarakat Jawa relevan dan dapat diinternalisasikan dalam sesi konseling untuk membantu konseli menemukan kebermaknaan hidup, misalnya *Suro Duro Jayanigrat Lebur Dening Pangastuti, Alon-Alon Waton Kelakon, Aja Gumunan, Aja Getunan, Aja Kagetan, Aja Aleman, Ngunduh Wohing Pakarti, dan Nrimo ing Pandum, Makaryo ing Nyoto*. Makna dari nilai-nilai filosofis Jawa memiliki makna yang mendalam dan dapat digunakan dalam membantu konseli untuk menemukan kebermaknaan hidup bagi mereka. Sederhananya manusia harus mengakui bahwa dirinya memiliki sisi yang berlawanan dan bisa menerima apapun yang terjadi atau kita harus pasrahkan segala sesuatu yang datang menimpa kita setelah berikhtiar semaksimal mungkin dalam kehidupan.

Konseling kelompok merupakan proses bantuan yang diberikan konselor kepada konseli dalam menyelesaikan masalah yang dihadapi individu melalui dinamika kelompok. Umumnya proses konseling kelompok dipandu dan dibimbing oleh pemimpin kelompok yaitu konselor. Langkah atau tahapan konseling kelompok berbasis nilai-nilai filosofis Jawa adalah tahap pembukaan, pemaparan masalah, penggalan latar belakang masalah, penyelesaian masalah, dan penutup.

DAFTAR PUSTAKA

- Asmani, Jamal Ma'ruf. 2010. *Panduan Efektif Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jogjakarta: Diva Press.
- Bastaman, H. D.. 2007. *Logoterapi: Psikologi Untuk Menemukan Makna Hidup dan Meraih Hidup Bermakna*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Budiyono & Yoga A. F. 2017. *Menggali Nilai-Nilai Kearifan Lokal Budaya Jawa Sebagai Sumber Pendidikan Karakter*. *Prosiding SNBK*, 1(1), 93-102.
- Latipun. 2006. *Psikologi Konseling*. Malang: UMM Press.
- Mahmud. 2011. *Metode Penelitian Pendidikan*, Bandung : Pustaka Setia.
- Nurihsan, Ahmad Juntika. 2007. *Bimbingan dan Konseling dalam Berbagai Latar Kehidupan*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Prenda, K. M., & Lachman, M. E, *Planning For The Future: A Life Management Strategy For Increasing Control and Life Satisfaction in Adulthood*, (Psychology and Aging, 16 (2) 2001), 206- 216.
- Viktor.E.Frankl, 2004. *Mencari Makna Hidup: Man's search for meaning*, (Bandung: Penerbit Nuansa.
- Wulandari, Ade. *Karakteristik Pertumbuhan Perkembangan Remaja dan Implikasinya Terhadap Masalah Kesehatan Dan Keperawatannya*, published by: *Jurnal Keperawatan Anak*, Mei 2014, Vol.2, No.1. hlm, 39-43
- Prayekti. (2019). *Konseptualisme dan Validasi Instrumen Narimo Ing Pandum: Studi pada SMK Jetis Perguruan Tamansiswa Yogyakarta*. *Jurnal Bisnis Teori dan Implementasi*, 10(1), 31-39
- Budiyono & Yoga A. F. (2017). *Menggali Nilai-Nilai Kearifan Lokal Budaya Jawa Sebagai Sumber Pendidikan Karakter*. *Prosiding SNBK*, 1(1), 93-102.
- Rachmawati, H. R. (2018). *Menggali Nilai Filosofi Budaya Jawa sebagai Sumber Karakter Generasi Milenial: Konseling SFBT*. *Prosiding SNBK*, 2(1), 327-337.
- Tiani, Riris. (2020). *Penggunaan Pribahasa (Sanepa) Jawa dalam Kebudayaan Masyarakat di Surakarta*. *Endogami: Jurnal Ilmiah Kajian Antropologi*, 3(2), 166-172.
- Muhammad Rizai, *Proceeding of International Conference on Islamic Guidance and Counseling* Vol. 2, (2022), pp. 17-29