

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Permasalahan

Kehidupan modernisasi ditandai dengan perkembangan ilmu pengetahuan dan kemajuan teknologi. Meskipun kehidupan modern benar-benar memberikan kemudahan bagi kehidupan manusia, akan tetapi kedua hal tersebut memiliki dampak negatif bagi beberapa aspek dalam kehidupan manusia terutama di aspek sosial, teknologi yang sangat memudahkan segala aktivitas manusia dapat memunculkan rasa kesepian, lunturnya rasa solidaritas sosial, serta munculnya masalah pribadi yang berakibat renggangnya hubungan antar keluarga, hal ini membuat orang dapat cepat berasumsi apakah seseorang tengah mengalami masalah atau tidak (Ngafifi, 2014). Tingginya kasus gangguan jiwa di seluruh dunia menjadi perhatian khusus para pemangku kepentingan yang terkait dengan kesehatan mental (Yudi Kurniawan, 2016). Di Indonesia sendiri hasil riset kesehatan dasar (Balai Penelitian dan Pengembangan Kesehatan) tahun 2013 menunjukkan hasil prevalensi gangguan jiwa berat terbanyak 1.7 permill, artinya ada 1,7 kasus gangguan jiwa berat di antara 1000 masyarakat Indonesia. Dilihat angka kasus gangguan jiwa yang terus meningkat seharusnya para pemangku kesehatan memberikan perawatan dan pengobatan yang serius, akan tetapi di Indonesia dimana penderita gangguan mental masih dianggap tabu dan berbagai stigma diberikan pada penderita gangguan mental sehingga keluarga penderita harus menutupi kondisi keluarganya (Adisty Wismana Putri, 2024).

Dari paparan diatas, dapat dikatakan bahwa kehidupan manusia tidak pernah lepas dari masalah dalam berbagai aspek kehidupan baik pribadi maupun sosial.

Disamping itu keinginan untuk bebas dari keterikatan masalah merupakan usaha dari berbagai pihak, tujuannya untuk menemukan solusi terbaik dan memberikan berbagai pilihan alternatif dalam mengatasi tekanan psikologis yang mengganggu ketentraman dan kebahagiaan manusia (Ujang Saprudin, 2019).

Dalam kajian ilmu psikologi tidak hanya berfokus pada gangguan mental individu melainkan juga memfokuskan pada kondisi individu pada hal-hal yang bersifat positif yang terjadi pada individu atau lebih dikenal dengan psikologi positif. Menurut Anganthi dan Uyun (2015) dalam psikologi positif individu tidak akan merasakan kondisi perilaku yang dapat menghambat perkembangan diri melainkan individu akan merasakan apa itu well being, kepuasan, rasa syukur, dan lain sebagainya yang mengarah ke kondisi positif. Menurut Matt (2011) tingkat pemaknaan well being setiap individu berbeda-beda, tergantung bagaimana pandangan individu memaknai well being selama proses hidupnya. Well being juga merupakan sebuah bentuk evaluasi diri dalam segi kognitif dan afektif yang dapat memberikan pengaruh kebahagiaan dalam diri individu.

Saat ini kualitas hidup individu dinilai berdasarkan materialistis, yang berarti apabila individu telah mencapai kualitas hidup atau well being yang baik yaitu ditandai dengan melimpahnya pada bidang materi, berlimpahnya materi itulah yang menjadi patokan sebagai tercapainya kualitas hidup dan *well being* pada individu (Setyawan, 2014).

Hal tersebut bertentangan dengan salah satu aspek utama *well being* yang tidak lagi bertumpu pada *spiritualitas*, hal ini dibuktikan dari hasil penelitian oleh Anganthi dan Uyun pada tahun 2013 menunjukkan bahwa tingkat *spiritualitas* di

Indonesia berada di peringkat 90, di bawah Malaysia dan Thailand. Ini menunjukkan bahwa adanya kekeliruan dalam pemaknaan mengingat mayoritas masyarakat Indonesia taat akan ajaran suatu keyakinan agama.

Menurut Firda (2021) Agama dengan manusia merupakan dua hal yang berjalan beriringan, untuk menjadi pribadi yang kuat maka harus didukung dengan spiritualitas yang tinggi. Spiritualitas berperan penting dalam meningkatkan kesejahteraan mental dan emosional, sehingga membantu individu memahami diri sendiri dan dunia sekitar dengan lebih baik. Dalam ilmu psikologi spiritual menawarkan wawasan baru tentang peran spiritualitas dalam meningkatkan *well being* (kesejahteraan), membantu individu menghadapi tantangan hidup dan meningkatkan rasa kepuasan hidup. Konsep koneksi spiritual mencerminkan esensi psikologi *spiritual*, menggambarkan hubungan individu dengan ‘sesuatu’ yang lebih besar dari diri individu seperti alam semesta, Tuhan atau kekuatan spiritual lainnya. Aktivitas-aktivitas *spiritual* seperti berdoa, meditasi atau ritual keagamaan lainnya, aktivitas ini dapat menjadi sumber kekuatan dan hiburan yang mendalam dalam kehidupan sehari-hari. *well being* pada psikologi *spiritual* mengacu pada keadaan keseluruhan yang mencakup kesehatan mental, emosional, dan *spiritual* individu. *Spiritual well being* tercapai ketika seseorang merasa hidup selaras dengan nilai-nilai *spiritualnya* dan merasa terhubung dengan makna dan tujuan hidup yang lebih besar. Oleh karena itu, memahami dan menghormati nilai-nilai *spiritual* serta mendukung pengembangan aktivitas spiritual yang positif sangatlah penting (Sofia, 2021).

Spiritualitas menyangkut interaksi individu dengan Tuhan nya atau individu dengan sesama. Berinteraksi dengan Tuhan adalah cara individu menghubungkan diri dengan dunia *spiritual* untuk mencapai ketenangan, kedamaian, dan pengendalian diri (Addi Arifianto, 2016). Kebutuhan beragama individu mencangkup aspek-aspek seperti pemikiran normatif, ritual keagamaan, dan kelembagaan keagamaan yang semuanya berperan penting dalam memenuhi kebutuhan spiritual mereka (Joachim Wach, 1992).

Indonesia merupakan negara yang tidak hanya memiliki berbagai suku bangsa yang beragam, namun juga memiliki berbagai agama dan kepercayaan (Nafiun, 2013). Terdapat enam agama yang resmi di Indonesia, yaitu Islam, Kristen Katolik, Kristen Protestan, Hindu, Buddha, dan Kong Hu Cu (Nafiun, 2013). Selain dari keenam agama resmi, di Indonesia berdasarkan catatan Kementerian Dalam Negeri per bulan Juni 2021 (databoks.katadata.co.id, 2021) Indonesia memiliki penganut aliran kepercayaan yaitu 102.508 jiwa atau 0,04% dari populasi di Indonesia. Penghayat aliran kepercayaan merupakan pewaris utama dari agama asli Jawa. Penghayat kepercayaan diartikan sebagai mengakui terhadap suatu fakta yang disampaikan oleh seseorang mengenai suatu keadaan atau kejadian. Maka kepercayaan kepada Tuhan Yang Maha Esa diartikan sebagai suatu pengakuan terhadap kebenaran akan suatu ajaran yang disebarkan oleh seseorang ‘penerima wahyu’ dari Tuhan Yang Maha Kuasa (Todung,2005).

Berdasarkan GBHN 1978, 1988, dan 1993 mengandung maksud agama dari umat agama tertentu, sedangkan kepercayaan di suatu pengikut aliran kepercayaan tertentu. Maka hal ini kepercayaan atau kebatinan memiliki dasar yang kuat untuk

tetap hidup di Indonesia secara sah (M As'ad El Hafidy, 1982). Penghayat kepercayaan merupakan warisan utama dari agama asli Jawa. aliran kepercayaan terhadap Tuhan Yang Maha Esa sudah jauh lebih dahulu ada sebelum akhirnya agama-agama formal masuk dan menyebar di Indonesia (Arroisi, 2015).

Kemendikbud juga mencatat terdapat sekitar 187 organisasi kepercayaan dan 12 juta pengikut kepercayaan di Indonesia dan penyebaran terbesar berada di Sumatera, Jawa, hingga Sulawesi. Jumlah tersebut terbagi menjadi dua yaitu pengikut kepercayaan murni yang dimana tidak meyakini agama resmi manapun dan ada pengikut yang beragama, maksudnya pemeluk agama resmi dan mengakui bahkan mengikuti suatu aliran kepercayaan tertentu (Prins, dalam berita harian Detik News, 2017). Keberadaan pengikut kepercayaan saat ini masih ada dan terus berkembang dengan pesat setelah keluarnya putusan Mahkamah Konstitusi 2016 silam (Abidin, 2016). Meskipun telah banyak pengikut aliran kepercayaan yang sudah diakui dan memiliki badan hukum, namun tidak jarang masyarakat awam tidak mengetahui eksistensi para pengikut aliran kepercayaan tersebut, yaitu salah satunya Kepercayaan Sapta Darma (Sulfiyah, 2018). Kepercayaan Sapta Darma merupakan salah satu kepercayaan di Indonesia yang mewajibkan pengikutnya menyembah Hyang Maha Kuasa dan menjalankan hidupnya berdasarkan tujuh kewajiban suci atau pengikut aliran sapta darma menyebutnya Wewarah Tujuh (Dewi, 2015).

Sapta Darma merupakan ajaran yang mengajarkan mengenai budi luhur dan membimbing individu untuk menuju kesempurnaan hidup yang baik secara mental maupun spiritual (Clara, 1989). Ajaran kepercayaan Sapta Darma hanya meyakini

bahwa Tuhan-lah yang menciptakan alam semesta ini dan ajaran Sapta Darma tidak mempercayai adanya dewa-dewa, jin, setan, nenek moyang atau roh-roh lainnya. Tuhan di dalam Sapta Darma disebut dengan Allah dan diyakini bahwa Tuhan itu hanya tunggal. Ajaran kepercayaan Sapta Darma menerangkan bahwa Allah memiliki lima sifat mutlak, yaitu: Tuhan Yang Maha Agung, Tuhan Yang Maha Rahim, Tuhan Yang Maha Adil, Tuhan Maha Wasesa, dan Tuhan Yang Maha Langgeng. Dari pemaparan mengenai sifat Allah menjadikan individu wajib untuk menyembah kepada Allah Hyang Maha Menguasai dan Hyang Maha Menciptakan hal ini dikarenakan kelak individu akan kembali kepada yang menciptakan dirinya (Hidayatullah, 2023).

Berdasarkan hasil penelitian, alasan mengapa para penghayat aliran kepercayaan kejawen khususnya di Yogyakarta masih mempertahankan keyakinannya karena masih berkeinginan untuk mengaktualisasikan budi luhur dan budi pekerti untuk menjadi individu yang berguna agar dapat mencapai ketentraman hidup (Abdin, 2016). Setiap individu memiliki peluang yang selaras untuk dapat menjalani hidup yang bahagia dan bermakna. Namun apabila hubungan sosial yang diawal dengan ketidakharmonisan akan membuat individu merasa tidak asing, merasa cemas, dan merasa tidak dihargai (Abdul, 2022). Tidak jarang individu juga merasa dalam kondisi yang tidak baik dalam dirinya, ada yang memiliki pikiran kehilangan hasrat untuk melanjutkan hidup (Wahyu, 2020). Begitu juga kekosongan secara spiritual akan membuat individu merasakan kehampaan dalam hidupnya, merasa mudah putus asa, sering mengeluh, tidak memiliki motivasi hidup, dll. Hal ini menunjukkan bahwa semua individu harus

memenuhi kebutuhannya supaya sehat secara lahir batin dan kehidupannya bisa berjalan secara harmoni (Abdul, 2022).

Berdasarkan permasalahan yang dihadapi oleh para penghayat kepercayaan, *spiritual well being* merupakan salah satu faktor personal yang dapat menerapkan kebahagiaan pada penghayat kepercayaan. *Spiritual well being* adalah keadaan sejahtera yang dicapai individu ketika mereka memiliki hubungan positif dengan diri sendiri, dengan orang lain, dengan alam dan dengan sesuatu yang lebih besar dari dirinya (Tuhan). peneliti menemukan bahwa upaya yang dilakukan para penghayat kepercayaan dalam mewujudkan sebuah kebahagiaan dan memaknai akan hidup yaitu dengan cara memenuhi kebutuhan *spiritual* dalam diri individu hal ini dilakukan dengan menghayati ajaran sapta darma sebagai cara untuk mewujudkan *spiritual well being* pada penghayat kepercayaan sapta darma.

Berdasarkan hasil wawancara awal peneliti pada pengikut aliran kepercayaan sapta darma, U (nama inisial) perempuan berusia 60 tahun berasal dari Kabupaten Pemasang, Jawa Tengah, selama beliau telah menekuni ajaran sapta darma ini dari usia 12 tahun saat masih memasuki sekolah dasar, yang beliau rasakan saat menekuni ajaran ini yaitu ada pegangan hidup, ketenangan, ketentraman, dan dapat mengembangkan kemampuan untuk kehidupan yang lebih baik. Melalui sujud saya pribadi merasakan kedekatan dengan Allah Hyang Maha Kuasa. Selanjutnya R (nama inisial) laki-laki berusia 42 tahun berasal dari Kabupaten Pemasang, Jawa Tengah, beliau mengenal ajaran sapta darma dari orang tua namun saat itu beliau belum langsung menekuni ajaran tersebut, memasuki usia remaja (beliau tidak ingat tepatnya di umur berapa), beliau mengungkapkan bahwa perilaku beliau sangat

tidak baik, emosi yang tidak stabil, namun setelah menekuni ajaran sapta darma perubahan perilaku beliau berubah sangat drastis, beliau juga mengungkapkan bahwa beliau merasakan kepuasan secara rohani, namun belum merasakan kepuasan dalam jasmani karena nafsu duniawi yang masih ingin dipenuhi.

Selanjutnya S (nama inisial) laki-laki berusia 43 tahun, dikenalkan ajaran oleh orang tua nya sejak kecil beliau telah diajarkan mengenai ajaran sapta darma, sejak masih sekolah beliau merasakan bahwa ajaran sapta darma sangat membantu sekali karena dengan sujud beliau jadi gampang dalam menerima pelajaran dan ketika dewasa beliau merasakan bahwa dengan sujud setiap masalah dalam hidupnya selalu gampang dalam menemukan jalan keluar. Dan dengan sujud beliau merasa sangat dekat dengan Allah Hyang Maha Kuasa. T (nama inisial) laki-laki berusia 70 tahun, berasal dari Kabupaten Pematang Jaya, beliau menceritakan bahwa beliau mengenal ajaran sapta darma pada tahun 1967 ketika mendengar teman sedang bercerita mengenai ajaran sapta darma dan sejak saat itu beliau mulai menekuni ajaran itu, beliau mengungkapkan perubahan pada dirinya ada pada perilakunya, beliau juga merasakan dengan lewat sujud kedekatan dengannya Tuhan Hyang Maha Kuasa sangat dekat, beliau merasa bahwa Allah selalu berada didekatnya, kebahagiaan dan kepuasan dalam hidup sangat beliau rasakan setelah menekuni ajaran ini.

Selanjutnya S (nama inisial) laki-laki berusia 43 tahun, dikenalkan ajaran oleh orang tua nya sejak kecil beliau telah diajarkan mengenai ajaran sapta darma, sejak masih sekolah beliau merasakan bahwa ajaran sapta darma sangat membantu sekali karena dengan sujud beliau jadi gampang dalam menerima pelajaran dan ketika

dewasa beliau merasakan bahwa dengan sujud setiap masalah dalam hidupnya selalu gampang dalam menemukan jalan keluar. Dan dengan sujud beliau merasa sangat dekat dengan Allah Hyang Maha Kuasa. T (nama inisial) laki-laki berusia 70 tahun, berasal dari Kabupaten Pemalang, beliau menceritakan bahwa beliau mengenal ajaran sapta darma pada tahun 1967 ketika mendengar teman sedang bercerita mengenai ajaran sapta darma dan sejak saat itu beliau mulai menekuni ajaran itu, beliau mengungkapkan perubahan pada dirinya ada pada perilakunya, beliau juga merasakan dengan lewat sujud kedekatan dengannya Tuhan Hyang Maha Kuasa sangat dekat, beliau merasa bahwa Allah selalu berada didekatnya, kebahagiaan dan kepuasan dalam hidup sangat beliau rasakan setelah menekuni ajaran ini. Adapun partisipan T (62 tahun) laki-laki berasal dari Kabupaten Pekalongan, Jawa Tengah, mengenal ajaran sapta darma sejak tahun 1995 awal, beliau menceritakan bahwa dulu sebelum mengenal sapta darma beliau selalu mengalami kebingungan dalam hidup, emosi yang tidak stabil dan tidak berani dalam menghadapi masalah, namun ketika mengenal ajaran sapta darma yang beliau yakini ajaran yang sempurna, kehidupan beliau menjadi lebih bermakna, adem ayem, puas dalam hidup, dipenuhi berkah seperti yang awalnya tidak memiliki penghasilan yang cukup, sekarang semua bisa didapatkan mulai dari kendaraan pribadi sampai rumah, menurut beliau dengan melaksanakan kewajiban semua pedoman yang ada di wewarah tujuh dan sesanti dapat membuat seseorang bisa berubah secara total.

Akan tetapi S (nama inisial) perempuan berumur 38 tahun mulai mengenal ajaran Sapta Darma saat dirinya mengalami sakit. Saat umur 17 tahun beliau

mengalami sakit di bagian kaki akibat jatuh terpeleset. Berbagai jenis pengobatan telah dilakukan namun sakit pada kakinya tidak kunjung sembuh, sampai akhirnya saudara beliau bapak D (nama inisial) membantu beliau lewat sujud, setelah itu kaki S mulai membaik dan sejak saat itu bapak D mulai mengenalkan ajaran Sapta Darma sekaligus meminta agar S menjadi penghayat kepercayaan Sapta Darma hingga akhirnya S setuju untuk menjadi penghayat kepercayaan Sapta Darma. Namun menurut S sejak pindah keyakinan beliau tidak diterima dilingkungan sekitar hal ini membuat S merasa diasingkan, terkadang beliau merasa bahwa Tuhan tidak pernah adil dan berpihak kepada dirinya, terlebih saat terjadi pandemi Covid-19 yang membuat dirinya merasa sangat stress hal ini membuat S semakin jauh dari Tuhan dan mulai bingung dengan arah dan tujuan hidupnya. Beliau tetap melakukan ibadah namun beliau lakukan hanya untuk formalitas saja, hingga sekarang beliau sedang survive agar bisa kembali ke jalan yang benar.

Berdasarkan uraian hasil wawancara di atas beberapa subjek mengatakan bahwa dengan mengikuti ajaran sapta darma untuk meningkatkan keimanan kepada Tuhan, memperbaiki diri, memberikan makna hidup dan ketentraman dalam diri para penghayat. Merujuk pada hal tersebut maka dapat dirumuskan tujuan penelitian ini yaitu gambaran spiritual well being pada penghayat kepercayaan sapta darma.

B. Tujuan Penelitian

Berdasarkan pokok permasalahan yang telah dipaparkan di atas, maka peneliti ingin mengetahui gambaran spiritual well-being pada penghayat aliran Kepercayaan Sapta Darma.

C. Manfaat Penelitian

Hasil dalam penelitian ini diharapkan dapat membantu atau memberi manfaat, di antara lain :

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai sumber informasi dan bahan pertimbangan mengenai penelitian terkait, terutama pada pengembangan penelitian di bidang Psikologi Sosial.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi informasi dan referensi kepada Masyarakat dan pihak yang terlibat penghayat aliran kepercayaan sapta darma tentang gambaran *spiritual well being* pada penghayat aliran kepercayaan sapta darma.