

Membaca Etnohealing Jawa

Sebuah pegantar memahami self healing berbasis budaya



Dr. Pudji Rahmawati, M.Kes

Membaca Etnohealing Jawa Sebuah pegantar memahami self healing berbasis budaya



penerbit genius

ISBN 978-602-6939-36-4



9

786026

939364



penerbit genius



penerbit genius

Membaca Etnohealing Jawa

Sebuah pengantar memahami self healing berbasis budaya

Dr. Pudji Rahmawati, M.Kes



penerbit **genius**

**Membaca Etnohealing Jawa: Sebuah Pengantar Memahami Self Healing
Berbasis Budaya**

Penerbit Genius. Jln. Kecubung IV/2 Gomong Lama
Mataram 83126

vii + 178 hlm; 14 x 19 cm

ISBN: 978-602-6939-36-4

**Membaca Etnohealing Jawa: Sebuah pengantar memahami self healing
berbasis budaya**

Penulis : Dr. Pudji Rahmawati, M.Kes

Editor Aksara & layouter : M. Zainul Firdaus

Design Sampul : Genimage

Cetakan Pertama, Mei 2021

Diterbitkan oleh **Penerbit GENIUS**

Jln. Kecubung IV/2 Gomong Lama Mataram 83126
penerbitgenius@yahoo.com – genius7ntb@gmail.com
087738941051
www.penerbitgenius.com

Dicetak atas permintaan Penerbit Genius oleh:
CV. K-design, Mataram – NTB

Kata Pengantar

Dewasa ini dengan perkembangan Ilmu pengetahuan dan Teknologi membuat masyarakat seolah-olah tercerabut dari akar budayanya, menjadi masyarakat global. Disatu sisi hal ini merupakan hal yang baik, tetapi disisi lain hal ini mengesampingkan nilai-nilai budaya yang diwariskan oleh para leluhur, sehingga kita menjadi masyarakat yang tidak memiliki identitas kelompok maupun identitas diri pribadi.

Identitas diri pribadi merupakan tanda pengenal kita ditengah kerumunan masyarakat global sehingga kita dikenal sebagai individu berasal dari komunitas tertentu. Identitas diri ini merupakan sesuatu hal yang niscaya karena Tuhan Yang Maha Esa dalam kitab sucinya telah menerangkan bahwa *“manuia diciptakan bersuku-suku dan berbangsa-bangsa tujuannya adalah untuk saling kenal mengenal satu sama lain”*. Tentu Tuhan YME menciptakan kita berbeda-beda dengan maksud dan tujuan lebih dari hanya saling kenal mengenal tetapi bagaimana kita dapat saling menghargai dengan segala kemampuan dan peralatan dalam diri yang kita miliki.

Identitas budaya dimiliki oleh masing-masing kelompok yang ada di nusantara dengan segala aktivitas budaya baik itu berupa ritual adat, maupun falsafah hidup yang dimiliki. Identitas budaya yang terbentuk dalam kehidupan suatu masyarakat akan mempengaruhi diri individu setiap anggota dalam masyarakat tersebut. Bagaimana mereka memandang diri mereka, bagaimana mereka beriskap dan bertingkah laku.

Identita budaya meliputi tujuh karakteristik diantaranya: Pertama melalui Persepsi diri, Kedua melalui ekspresi melalui simbol-simbol, Ketiga melalui sudut pandang individu tentang maknanya menjadi arga negara, Keempat melalui kualita identitas yang meliputi kelestarian dan perubahan, Kelima melalui komponen afektif, kognitif,behaviorial, keenam melalui ii dan hubungan, ketujuh melalui perbedaan kemononjolan dan intensitas tergantung pada konteks dan waktu.

Identita budaya yang ada dimasyarakat selain menjadi keunikan bagi tiap individu yang ada dikelompok masyarakat tersebut, juga menjadi filter terhadap dampak globalisasi yang membawa gelombang nilai budaya eksternal yang masuk dan tidak sesuai dengan nilai budaya lokal yang ada.

Mayarakat Jawa memiliki identitas budaya yang cukup kuat dilihat dari sudut pandang manapun terutama kelengkapan budayanya, baik itu ritual (*laku*) hingga faslafah hidup (*tutur*).

Dalam buku ini akan dibaha tentang bagaimana falsafah hidup mayarakat dapat menjadi sebuah keyakinan bagi tiap individu di masyarakat tersebut dan membantu membangun cara berpikir positif masyarakat, sehingga setiap permasalahan dan persoalan yang dihadapi dipandang sebagai bentuk “takdir” yang harus dihadapi dan dilaksanakan. Kemampuan membangun pola pikir positif ini tentunya mendorong individu tersebut untuk menjalani setiap etape kehidupa yang telah ditetapkan Tuhan YME sebagai suatu tugas/amanah yang harus dijalani dengan sepenuh hati.

Membangun cara berpikir positif berdasarkan falsafah hidup masyarakat merupakan ciri khas yang dimiliki oleh kebudayaan. Setiap kebudayaan yang ada di nusantara memiliki keunikan dalam menyikapi dan memaknai kehidupan. Sehingga terdapat berbagai macam falsafah hidup yang berbeda-beda. Falsafah hidup dijalani oleh masyarakat sebagai acuan dalam berperilaku dan bergaul dengan masyarakat lainnya, sehingga kita bisa melihat bahwa setiap kelompok budaya, memiliki karakteritik masing-masing.

Maka dengan hadirnya buku ini kami berharap khasanah kebudayaan yang ada dinusantara dapat terus digali dan dikolaborasikan dengan lintas pengetahuan, agar generasi penerus bangsa dapat mengenal siapa dirinya dan dari mana ia berasal. Sebagai mana ungkapan orang bijak budaya merupakan jalan pulang terbaik ketika kita tersesat ditengah belantara globalisasi.

Penerbit Genius

Daftar Isi

Kata Pengantarii

Daftar Isiv

1. Pendahuluan	1
a. Memahami Manusia Jawa, untuk apa?.....	3
b. Menelisik apa itu self healing?.....	13
c. Memahami falsafah hidup sebagai self healing untuk apa?.....	38
d. Batasan – batasan pembahasan dalam buku ini.....	48
2. Membaca Manusia Jawa.....	49
a. Hidup dan Kehidupan Bagi Masyarakat Jawa.....	49
b. Pandangan Peneliti Tentang Jawa dan Masyarakatnya	53
c. Filosofi Hidup Masyarakat Jawa.....	57
d. Keseimbangan Hidup Masyarakat Jawa	60
e. Bagaimana Healing Bekerja Dalam Ranah Mental	67
3. Membaca Etnohealing Jawa	68
a. Manusia Dalam Budaya	81
b. Budaya Membentuk Keyakinan dan Cara Berpikir	85
c. Membaca Etnohealing Jawa	90
4. Membaca etnohealing pada penderita Asma di Masyarakat Jawa (studi Kasus).....	92
a. Contoh Kasus Membaca Etnohealing Pada Penderita Asma Bersuku Jawa	92

Daftar Pustaka147

PENDAHULUAN

Memahami suatu kebudayaan berarti memahami karakteristik manusia pada komunitas budaya tersebut. Kebudayaan merupakan sebuah produk yang dihasilkan secara komunal. Buku ini menyajikan nilai-nilai yang ada dimasyarakat sebagai sarana pemulihan/healing pada masyarakat Suku Jawa. Sistem nilai yang ada dimasyarakat merupakan guidance dalam menjalankan kehidupan.

Kebudayaan tidak hanya dipandang sebagai hal generik yang merupakan pedoman yang diturunkan atau diwariskan, melainkan sebagai kebudayaan diferensial yang dinegosiasikan dalam keseluruhan interaksi sosial, yang memiliki tatanan yang disebut Sistem nilai.

Sistem nilai yang ada dimasyarakat merujuk pada perilaku baik dan mengarah pada motivasi untuk melakukan hal-hal yang sesuai dengan tatanan norma yang ada. Nilai yang ada dimasyarakat menjadi salah satu sumber pembentuk norma yang dijalani.

Dalam melakukan komunikasi antar masyarakat sistem nilai tidak hanya terlihat dari perilaku individu masyarakatnya, tetapi juga dititipkan dalam kalimat yang mengandung makna mendalam/bermakna filosofis. Makna filosofis disini merupakan suatu kalimat yang memiliki makna kebenaran. Makna kebenaran yang tentunya dapat membangkitkan

harmonisasi kehidupan antara manusia dengan sesama manusia, manusia dengan alam dan manusia dengan yang maha pencipta.

Di masyarakat sistem nilai yang dijalani menjadi falsafah hidup mereka, sehingga ketentraman dan keteraturan hidup dapat berjalan secara baik. Falsafah hidup ini merupakan salah satu bentuk pengakuan diri dalam memahami kedirian (biasanya dihasilkan melalui monolog dengan diri pribadi). Sehingga ketika individu itu menjalankan kehidupannya akan tercipta Toto Tentrem Karto Raharjo tatanan keadaan yang tentram dan membawa kesejahteraan.

Dalam pergulatan keilmuan saat ini, para ilmuwan kemanusiaan secara sendiri-sendiri sesuai disiplin masing-masing, mengembangkan “teori,” atau lebih tepatnya, generalisasi-generalisasi dari hasil observasi mereka yang berkaitan dengan tema-tema atau topik-topik tertentu yang diminati. Akibat tidak adanya kerangka umum yang telah diterima oleh semua disiplin ilmu-ilmu kemanusiaan, setiap generalisasi yang dibuat oleh masing-masing peneliti umumnya berhenti hingga di situ.

Karena mekanisme koreksi, mekanisme umpan balik, berdasarkan kriteria keberterimaan tertentu tidak terbangun sebelumnya dalam kegiatan keilmuan yang menggunakan kerangka teoretik yang jelas, mekanisme ini terbangun dengan sendirinya maka generalisasi-

generalisasi itu jarang berkembang menjadi laws, yang diakui oleh sebagian besar disiplin ilmu-ilmu kemanusiaan lain, dan menjadi bagian dari sebuah teori yang diterima secara umum. Akibatnya warna disipliner yang terkait dengan generalisasi itu sangat kental dalam diskursus literatur ilmu-ilmu sosial.

a. Memahami Manusia Jawa, untuk apa?

Berbicara tentang Jawa, yang terlintas dipikiran kita adalah salah satu pulau besar yang ada di wilayah Negara Kesatuan Republik Indonesia (Pulau Jawa). Jawa tidak hanya tentang letak wilayah geografisnya tetapi disini kami akan mengulas tentang Manusia yang tinggal didalamnya. Manusia merupakan entitas hidup yang diberikan kemampuan oleh Tuhan untuk mengelola dirinya dan tempat tinggalnya (Khalifatullah fil ardhi). Mereka bisa merawat dan sekaligus merusak (eksploitasi tanpa henti) tempat mereka tinggal untuk memenuhi kebutuhan hidupnya. Dengan alasan memenuhi kebutuhan hidup, terkadang mereka tidak memikirkan dampak yang mereka lakukan dalam jangka panjang. Pohon-pohon mereka potong akibatnya hutan menjadi gundul dan bencana memantau dengan sangat hati-hati mengawasi setiap gerak gerik yang mereka lakukan, karena eksploitasi tersebut. Manusia memang memiliki keunikan dalam membentuk komunitasnya.

Kondisi lingkungan juga mempengaruhi cara hidup, dan cara menyikapi hidup. Kami memandang manusia membentuk alur kehidupannya berdasarkan karakteristik tempat tinggalnya. Manusia yang tinggal di wilayah bertanah subur akan cenderung memiliki perilaku berbeda dalam menyikapi alamnya dengan manusia yang hidup di wilayah kering. Mereka akan sangat bersyukur dengan apa yang dianugerahkan alam terhadapnya. Mereka biasanya lebih memilih jalan hidup sebagai petani karena segala yang ditanam pasti akan tumbuh. Selain bertani mereka juga akan mengisi waktu luang yang mereka miliki dengan berternak. Hal ini dilakukan karena persediaan makanan untuk berternakpun melimpah. Karena alam menyediakan segala kebutuhannya, membuat manusia yang hal ini akan berdampak pada tata cara hidup dan membangun kehidupannya.

Biasanya manusia yang hidup di daerah subur akan lebih terlena dan tidak menggunakan segala kemampuan yang dimilikinya untuk bertahan hidup, karena alam sudah menyediakan segala kebutuhan yang dimiliki. Sedangkan yang hidup di daerah kering akan mengeluarkan seluruh kemampuannya untuk dapat memenuhi kehidupannya. Segala hal dilakukan terutama untuk mencari sumber air dan makanan. Karena tumbuhan tidak bisa ditanam, tanah mengeras dan ternak tidak bisa

hidup. Mereka mengeluarkan segala daya upaya yang dimiliki untuk dapat bertahan hidup. Banyak diantara mereka yang tidak tahan untuk hidup sehingga pergi dari tempat tersebut dan mencari tempat yang lebih subur untuk dapat bertahan hidup. Kemampuan manusia mengerahkan seluruh kondisi kemanusiaan yang dimiliki memang berbeda dari manusia yang tinggal di daerah subur.

Masyarakat yang hidup dengan cara bertani memaksimalkan segala aktivitas hidupnya berkaitan dengan keselarasan dengan alam, sehingga tak jarang mitologi-mitologi yang muncul juga mencirikan hal-hal yang berkaitan dengan agraris. Misalnya mitologi dewi penyubur dll. selain itu ritual-ritual yang dibangun juga ritual-ritual yang berkaitan dengan agraris, misalnya ritual sedekah bumi, ritual ini dilakukan setelah mendaparkan hasil panen (jawa), ada lagi ritual yang dilakukan ketika hujan tak kunjung turun sehingga menyebabkan tanaman tidak bisa tumbuh misalnya ritual “*Ojung*” di Bondowoso Jawa Timur dan masih banyak lagi ritual yang ada di masyarakat yang berkaitan dengan kehidupan agraris. Lebih jauh kehidupan agraris tidak hanya berkaitan dengan tanam-menanam atau memenuhi kehidupan masyarakat akan tetapi kehidupan agraris sudah menjadi pola berperilaku masyarakat di Jawa, seperti yang telah kami ungkapkan diatas, mitologi dan ritual yang

ada di masyarakat sangat dipengaruhi oleh pola agraris ini, sampai-sampai penentuan sistem penanggalan juga mengacu pada petanda agraris.

Masyarakat Jawa kaya akan penggunaan simbol-simbol dan narasi yang dibangun dan dinamika kehidupan. Menurut kepercayaan orang Jawa, nasib seseorang dibagi atas dua macam yakni nasib baik dan nasib buruk. Penggambaran seperti inilah, yang memungkinkan memancing pemikiran untuk bisa keluar dari keadaan yang akan dialami atau yang telah dialaminya. Pengaruh ini dapat berdampak baik untuk seseorang agar orang tersebut dapat terus-menerus membenahi karakter, baik individu maupun dalam kelompok, baik dalam kerja individu maupun kerja kelompok. Terkait penanggalan hari dalam kebudayaan Jawa ini, sebenarnya terselip beberapa filsafat Jawa yang baik untuk pembentukan seseorang, baik watak, karakter atau yang lainnya.

Dalam kehidupan ini tidak selalu berjalan sesuai dengan yang diharapkan, akan ada konflik yang mewarnai kehidupan manusia. Konflik muncul karena perbedaan kepentingan dan keragaman persepsi keyakinan yang tidak diterima dengan ikhlas dan berjiwa besar. Dalam pandangan tradisional, konflik dianggap sebagai sesuatu yang buruk yang harus dicegah. Pandangan ini sangat menghindari adanya konflik karena

dinilai sebagai faktor penyebab pecahnya suatu kelompok masyarakat. Apabila telah terjadi konflik, akan menimbulkan sikap emosi dari setiap individu sehingga berpotensi menimbulkan konflik yang lebih besar. Menurut pandangan tradisional konflik haruslah dihindari.

Selain itu orang Jawa juga mengenal prinsip dunia damai, prinsip ini tidak hanya dijadikan falsafah sosial Jawa, tetapi merupakan manifestasi batin yang luar biasa. Konsep mewujudkan keselarasan dalam lingkungan sosial dijadikan prinsip dan dipegang teguh orang Jawa dalam kehidupannya. Hakikat kehidupan elalu menjadi refleksi bagi orang Jawa. seperti ungkapan *sumusup ing rasa jati*, menyelam dalam esensi kebenaran. Tujuan orang Jawa melakukan refleksi kefilafatan adalah untuk mengetahui *sangkan paraning dumadi*, yaitu asal mula dan akhir kehidupan. Dalam kitab Jawa klasik sering diulas tentang tata cara yang mengarah pada *manunggaling kawula gusti*, dengan harapan memperoleh suasana tentram lahir batin.

Dalam struktur kefilafatan Jawa dikenal istilah *cipta, rasa, karsa*. *Cipta* merujuk pada struktur logika yang berupaya untuk memperoleh nilai kebenaran. *Rasa* merujuk pada etika struktur estetika yang berupaya untuk memperoleh nilai keindahan, sedangkan *Karsa* merujuk kepada struktur etika yang berupaya untuk memperoleh nilai kebaikan.

Cipta-rasa-karsa, logika-etikaestetika dan kebenaran-keindahan-kebaikan merupakan satu kesatuan yang dapat membuat kehidupan menjadi selaras, serasi dan seimbang seperti prasapa Sultan Agung dalam *Serat Sastra Gendhing : mangasah mingising budi, memasuh malaning bumi*. Sebuah tertib sosial yang didukung oleh hubungan harmonis antara *jagad gumelar* (makro komos) dan *jagad gumulung* (mikro komos).

Terhadap sesama anggota masyarakat , usaha menjaga keselarasan itu terjabarkan dalam sistem nilai yang akan sejauh mungkin menghindari konflik, pada penajaman naluri untuk terus berada dalam kebersamaan dan saling menyangga jagad. Usaha untuk mempertahankan keselarasan terjabarkan dalam ikatan antara manusia dan kekuatan-kekuatan adikodrati dikukuhkan dalam keseimbangan yang secara langsung berorientasi kepada keselarasan unsur-unsur penyangga jagad.

Nilai tertinggi dalam metodologi Jawa ialah agar semua unsur nyata tetap berada pada tempatnya yang tepat. Dengan demikian semuanya akan tetap berada dalam keseimbangan dan keselarasan. Untuk melaksanakannya, maka harus dihilangkan semua pamrih, ambisi, emosi dan pendirian.

Keselarasan sebagai nilai dasar masyarakat Jawa mengajukan dua tuntutan dasar bagi anggotanya, yaitu agar semua orang diakui dan

dihormati dan agar semua orang selalu membawwa secara rukun. Kerukunan secara hirarkis bernilai pada dirinya sendiri. oleh karena itu, setiap orang wajib mempertahankannya dan membawa diri sesuai dengannya sehingga seluruh mayarakat menjadi kesatuan yang selaras.

Manusia juga belajar memahami suatu keajegan pola kerja sama yang terdapat dalam hubungan antara anggota masyarakat tersebut. Keselarasan diterima sebagai kebutuhan rohani dan kebutuhan pragmatis. Sebagai kebutuhan rohani, keselarasan dipandang sebagai pegangan utama dalam menjamin ketentraman batin serta pemahaman manusia akan tempatnya di tengah jagad raya ini. Sebagai kebutuhan pragmatis, keselarasan dipandang sebagai syarat untuk hidup tenang dalam hidup bermasyarakat. Selain itu, keselarasan secara keseluruhan dilihat sebagai suatu cara untuk mencegah konflik. mereka mengusahakan agar keselarasan terus terjaga karena merupakan tugas yang sangat penting dan mendasar.

Orang Jawa mengenal prinsip dunia damai, prinsip ini tidak hanya dijadikan falsafah sosial Jawa, tetapi merupakan manifestasi batin yang luar biasa. Konsep mewujudkan keselarasan dalam lingkungan sosial dijadikan prinsip dan dipegang teguh orang Jawa dalam kehidupannya.

Terhadap sesama anggota masyarakat, usaha menjaga keselarasan itu terjabarkan dalam sistem nilai yang akan sangat menekankan hubungan yang akan sejauh mungkin menghindari konflik, pada penajaman naluri untuk terus berada dalam kebersamaan dan saling menyangga jagad. Usaha untuk mempertahankan keselarasan terjabarkan dalam ikatan antara manusia dan kekuatan-kekuatan adikodrati dikukuhkan dalam keseimbangan yang secara langsung berorientasi kepada keselarasan unsur-unsur penyangga jagad.

Nilai tertinggi dalam tatanan kehidupan masyarakat Jawa ialah agar semua unsur nyata tetap berada pada tempatnya yang tepat. Dengan demikian semuanya akan tetap berada dalam keseimbangan dan keselarasan. Untuk melaksanakannya, maka harus dihilangkan semua pamrih, ambisi, emosi, dan pendirian.

Keselarasan sebagai nilai dasar masyarakat Jawa mengajukan dua tuntutan dasar bagi anggotanya, yaitu agar setiap orang diakui dan dihormati sesuai dengan kedudukannya, dan agar semua orang selalu membawa secara rukun. Kerukunan secara hirarkis bernilai pada dirinya sendiri. Oleh karena itu, setiap orang wajib mempertahankannya dan membawa diri sesuai dengannya sehingga seluruh masyarakat menjadi kesatuan yang selaras.

Dasar pembentuk etika di Indonesia berbagai macam. Ada daerah yang kuat sekali etikanya yang berpangkal pada adat aslinya, ada yang berpangkal kuat pada agama yang sangat berpengaruh di daerah itu, ada juga daerah yang sama kuat, etikanya berpangkal pada adat maupun agama sehingga terjadi akulturasi. Berbagai ragam dalam bidang etika ini dibawa oleh sejarah daerah masing-masing dalam menerima dan menyerap etika yang datang kesana. Orang Jawa mempunyai prinsip hidup seperti: *titi toto tentrem, pasrah ing pandum dan manunggaling kawula gusti*. Selain itu bagi orang Jawa, bahasa merupakan komponen budaya yang amat penting, kelahiran suatu bahasa dapat dianggap sebagai kelahiran kelompok etnis yang bersangkutan (Josef Glinka,2001). Lebih jelasnya, faktor emosi digunakan agar proses belajar subjek lebih mudah, yang kemudian subjek melakukan identifikasi diri.

Proses identifikasi diri, subjek mengidentifikasi dirinya seperti orang-orang yang mempengaruhinya secara emosional. Dengan kata lain, subjek mentransfer peran dan sikap-sikap orang yang mempengaruhinya, berlangsung secara terus menerus, bersifat dialektis yaitu antara identifikasi oleh orang lain yang mempengaruhi dan identifikasi oleh diri sendiri.

Dokumentasi ajaran filsafat Jawa merupakan kontribusi yang berharga bagi perkembangan peradaban umat manusia. Masa depan akan lebih gemilang mana kala dihiasai oleh perilaku luhur dan agung. *Cellum stellatum supra me, lex morallis intra me*, begitu cemerlang bintang-bintang di angkasa raya, sebagaimana taburan norma di dada manusia. Sebagai warga dunia, penggalian nilai filsafat Jawa dan kearifan tradisional lainnya memang perlu digalakkan sehingga kelak ada sistem pewarisan intelektual dan spiritual yang lebih bermutu.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

b. Menelisik apa itu Etnohealing?

Kadang kita sering mendengar healing dalam bahasa Inggris yang bermakna penyembuhan yang meliputi aktivitas mental. Penyembuhan terdiri dari dua bagian yaitu penyembuhan yang melibatkan aspek fisik dan penyembuhan yang melibatkan aspek mental. Pada aspek mental inilah healing yang dimaksud dalam pembahasan di buku ini dengan tujuan untuk mempercepat pemulihan dan menyadarkan kita manusia, bahwa kehidupan kita terdiri atas unsur jiwa dan jasad.

Dalam kebudayaan kita, aspek mental terlihat dalam proses menjalani kehidupannya/*lakuning urip*. Aspek mental ini biasanya terwujud dalam bentuk kalimat-kalimat yang memiliki unsur filosofis (memiliki nilai kebaikan dan diyakini oleh komunitas masyarakat) bagi kehidupan masyarakat. Lebih jauh, untuk dapat menelisik healing dalam perspektif kebudayaan atau yang selanjutnya kita sebut sebagai etnohealing, perlu kita kaji lebih mendalam bagaimana sebuah budaya itu bekerja dan menjadi motivasi penyembuh bagi masyarakat penganutnya.

Filosofi hidup yang dianut dan diyakini oleh orang Jawa, mengajarkan setiap segala sesuatu, selalu terkait dengan Tuhan YME. Begitu juga budaya-budaya yang selama ini dilakukan senantiasa

diwariskan kepada anak cucunya termasuk budaya dalam proses self healing.

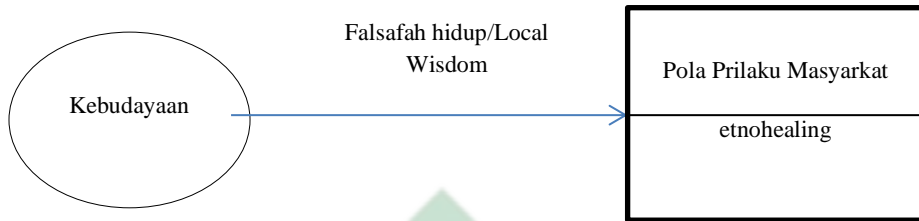


Diagram 2. Kebudayaan menghasilkan pola perilaku masyarakat/etnohealing

Dari diagram diatas terlihat keterkaitan antara kebudayaan dan falsafah hidup yang menghasilkan pola prilaku masyarakat salah satunya adalah etnohealing. Falsafah hidup yang ada dimasyarakat mengandung nilai-nilai baik/*local wisdom* bagi kehidupan masyarakatnya. Nilai-nilai baik ini secara langsung ataupun tidak langsung akan mempengaruhi pola perilaku masyarakat. selain itu falsafah hidup juga mengandung keharmonisan hidup antara manusia dengan manusia, manusia dengan alam dan manusia dengan Sang Maha Pencipta.

Dalam kehidupan sosial dimasyarakat, pengajaran nilai-nilai baik dan luhur disampaikan dalam berbagai sarana tulis maupun sarana tutur. Sarana tulis dan sarana tutur ini disampaikan secara turun temurun dan dijalani oleh setiap kelompok masyarakat dalam sebuah kebudayaan. Secara taat masyarakat menjalani nilai yang tersaji dan

juga melakukan ritual-ritual selain untuk menjaga keharmonisan dengan alam dan bentuk ketaatan dengan sang pencipta, ritual-ritual tersebut dapat juga dilihat sebagai bentuk eksistensi kelompok budaya tersebut.

Dalam pergaulan sosial masyarakat, manusia memiliki peran dalam pembentukan identitasnya hal ini diserap secara aktif oleh individu tersebut. Manusia merupakan faktor utama dalam dunia sosial. Manusia tidak memiliki kekuasaannya untuk mengubah definisi sosial dan realitas, tetapi sebagai diri pribadi, manusia hanya dapat mengikuti membentuk definisi dirinya, seperti mengapa saya ada disini, untuk apa saya disini, kemana saya setelah dari sini. Hal ini merupakan kemampuan kodrati yang dimiliki oleh manusia untuk menanyakan dan mendefinisikan dirinya. Selain itu, Peter L Berger menjelaskan, bahwa kemampuan mengekspresikan diri manusia inilah yang mampu mengadakan objektivasi. Pernyataan tersebut mempunyai arti bahwa manusia yang mampu dalam memanasikan dirinya dalam produk-produk kegiatannya ditengah masyarakat/*satate of the art*, sebagai unsur-unsur dari dunia bersama (Berger, 1991). Pendapat Berger diperjelas lagi oleh pendapat Perera bahwa yang dimaksud objektivasi adalah interaksi sosial dalam dunia

intersubjektivitas yang mengalami proses institusionalisasi (Parera, 2012).

Mayarakat Jawa mengenal istilah internalisasi diri terhadap setiap kejadian yang dialaminya. Proses internalisasi ini sangat penting untuk dapat berdialog dengan diri sendiri (monolog) tentang apa yang dialaminya. Hal tersebut juga dilakukan setiap saat, tetapi disini kita juga dapat melihat proses internalisasi ketika mereka sedang mendapat musibah atau penyakit, terjadi internalisasi dan mengadaptasikan sakit (*illness*), penyakit (*disease*) dan penyembuhan (*healing*).

Pola prilaku masyarakat dapat kita lihat sebagai produk kebudayaannya. Dalam hal ini, kita akan menilik bagaimana masyarakat yang berkebudayaan mengelola kesehatan mentalnya. Hal ini tentu tidak tampak secara jelas dipermukaan. Perlu ada alat yang lebih dalam untuk dapat mengetahui prilaku yang berkaitan dengan hal ini, karena kegiatan ini berada dalam diri atau proses mental tidak tampak secara kasat mata.

Mengetahui apakah seserorang baik-baik saja atau tidak kita melihat dari prilaku yang tampak, misalnya tersenyum, cemberut dll. tetapi bagaimana proses terenyum yang mewakili rasa bahagia itu

perlu ada cara khusus untuk memahami proses senyuman itu terjadi, atau pemicu senyuman itu. Secara umum dapat kita pahami produk pemikiran/prilaku dalam diri manusia dalam bentuk representasi-representasi simbolis (guna mengidentifikasi sikap mental yang ada).

Pepe dan Tchoshanov (2001) memandang bahwa proses-proses perkembangan representasi berpikir individu terjadi dalam dua sisi, yaitu: interaksi antara representasi internal-eksternal, dan eksternalisasi bayangan mental (mental images). Gambar mental individu terhadap suatu konsep merupakan himpunan semua representasi visual (termasuk simbol) yang berkaitan dengan konsep tersebut. Sejalan dengan pernyataan itu, Tall dan Vinner menjelaskan *“...the term concept image to describe the total cognitive structure that is associated with the concept, which includes all the mental pictures and associated properties and process”*.

Hal ini berarti bahwa bayangan konsep dipandang sebagai keseluruhan struktur yang berkaitan dengan suatu konsep, yang terdiri atas semua gambar mental, sifat dan proses yang berkaitan dengan konsep tersebut. bayangan konsep dalam pikiran individu, dapat dipandang sebagai gambaran pemahaman individu terhadap suatu konsep. Bayangan konsep dapat juga memuat suatu definisi konsep (personal) yang dibangun kembali oleh individu. Rosken & Rolka

(2007) mengilustrasikan bayangan konsep, definisi konsep, dan gagasan lain yang terkait seperti dalam diagram 3.

Representasi internal seseorang sulit untuk diamati secara langsung karena merupakan proses mental seseorang dalam pikirannya (minds-on). Tetapi representasi internal seseorang itu dapat disimpulkan atau diinferensi berdasarkan representasi eksternalnya dalam berbagai kondisi, misalnya dari pengungkapannya melalui kata-kata (lisan), melalui tulisan berupa simbol, gambar, grafik, tabel ataupun melalui alat peraga (hands-on). Dengan kata lain terjadi hubungan timbal balik antara representasi internal dan eksternal seseorang ketika menghadapi suatu masalah.

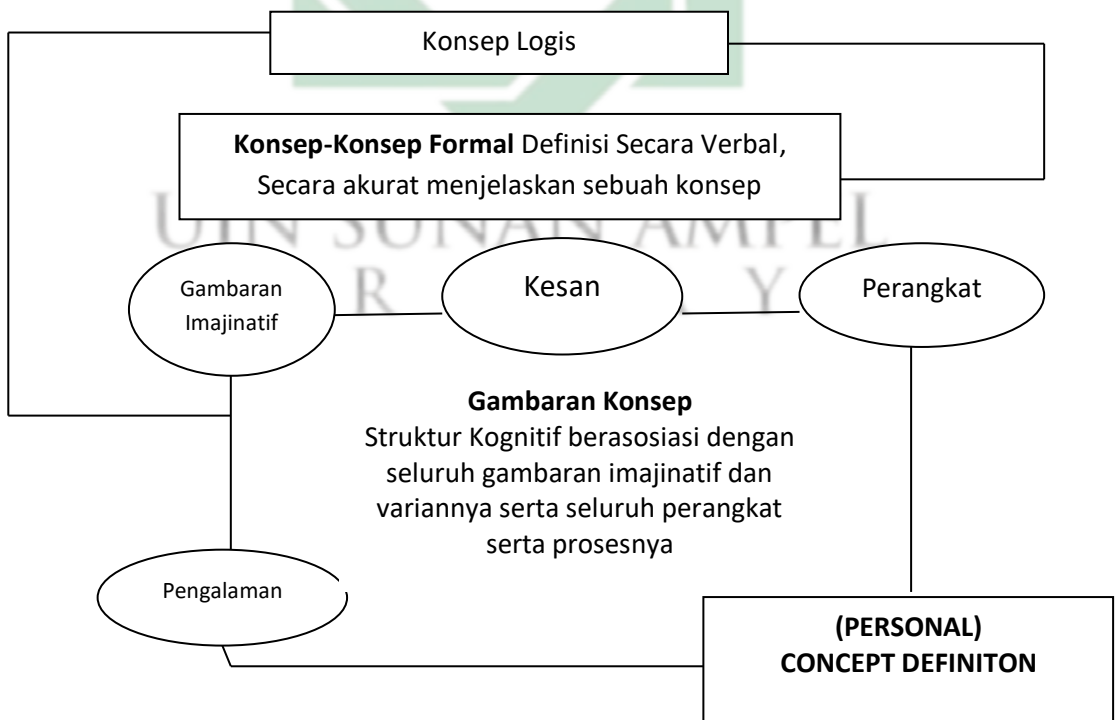


Diagram 3. Mekanisme suatu konsep logis terbentuk

Memahami diagram diatas dapat membantu kita memahami proses internalisasi yang dilakukan oleh setiap individu. Setiap bentuk perilaku yang dilakukan oleh individu pada awalnya dalam bentuk konsep banyangan dan dipengaruhi oleh konsep logis dan pengalaman tentang hal tersebut sebelumnya. Setelah melalui tahapan tersebut maka akan terbentuk gambaran konsep yang begitu jelas dan menjadi produk berpikir individu seseorang dan dikeluarkan dalam bentuk perkataan atau perilaku.

Dalam buku ini penulis mencoba memahami konsep healing dalam perilaku social masyarakat. Oleh karena itu untuk membedah lebih detail tentang etnohealing yang ada di masyarakat, kita dapat menggunakan model konstruksi realitas sosial Peter L. Berger. Konstruksi realitas sosial, melalui dialektika internalisasi, eksternalisasi dan objektivasi, dapat digunakan untuk memahami fenomena sosial yang ada dimasyarakat.

Aktivitas-aktivitas yang merupakan realitas sosial yang ada di masyarakat, dilakukan secara terus menerus sehingga dapat membentuk dunia sosial lain masyarakat. Realitas sosial dibangun atau dikonstruksi oleh setiap komunitasnya yang berasal dari

kebenaran, realitas dan rasionalitas yang berbeda antara komunitas yang satu dengan yang lain (Berger, 2012). Realitas sosial yang sudah terkonstruksi tersebut bisa dilihat melalui aktifitas sehari-hari (*everyday life*) mereka. Aktivitas subjek dalam self-healing merupakan fenomena sosial yang ada di masyarakat.

Terkait fenomenologi, Berger bersama dengan Thomas Luckmann menerbitkan sebuah buku *The Social Construction of Reality* merupakan buku yang disebut sebagai *the most cited sociological books of the past 25 years and the outstanding achievement*. Buku ini sebagai *a bible for social constructivists* (Dorrien, 2001). Selain itu, Eberie menyebut buku ini sebagai *resurrected Alfred Schutz phenomenological analysis of the life world* dan Dorrien (2001) menyebutkan:

This dialectic of 'man in society' and 'society in man' was develop in Berger's major theoretical works, The Social Construction of Reality (1966a), co-authored with Thomas Luckmann, and The Sacred Canopy (1967). Having joined the Graduate Faculty of the New School in 1963, he teamed with Luckmann to elaborate Alfred Schut'z pioneering phenomenological investigations into the notion of society as a subjective reality. Berger and Luckmann argued for an understanding of human reality itself as a social contraction and urged that the principal subject matter of the sociology of knowledge should be everyday commonsense knowledge.

Kerangka kerja fenomenologis dari Husserl digunakan oleh Schutz untuk melihat bagaimana individu dalam aktivitas kesehariannya (*everyday life*). Oleh sebab itu, untuk membahas konstruksi realitas sosial dari Peter L. Berger, dapat dimulai dari pembahasan tentang fenomenologi Edmund Husserl dan Alfred Schutz.

a. Fenomenologi Edmund Husserl dan Alfred Schutz

Berger menerjemahkan konsep *everyday life* dari fenomenologi Alfred Schutz, seorang sosiolog yang paling berpengaruh dalam sosiologi Berger. Pada studi yang lain, Schutz menerjemahkan filsafat fenomenologi dari Edmund Husserl yang bersifat abstrak untuk masuk dalam studi sosiologi yang bersifat empiris.

Fenomenologi, *per se* menurut Wilson (2011) merupakan sebuah cabang filsafat, yang berakar dari karya Husserl dan penulis-penulis lain semisal Heidegger, Sartre, Merleau-Ponty, yang mengambil ide menjadi eksistensialisme. Tujuan dari fenomenologi menurut Husserl yaitu untuk mempelajari fenomena manusia tanpa mempertimbangkan pertanyaan tentang sebab-sebabnya, realitas objektif mereka, atau bahkan penampilan mereka. Tujuannya untuk mempelajari fenomena

pengalaman manusia dalam kesadaran, kognitif, tindakan persepsi, sehingga pengalaman mereka dapat dinilai atau dihargai secara estetis.

Fenomenologi berusaha memahami seseorang dalam membangun makna dan sebuah konsep kunci, yaitu intersubjektivitas. Pengalaman dan pikiran merupakan dunia yang intersubjektif karena didapatkan dari pengalaman dengan dan melalui orang lain. Semua hal yang diciptakan mempunyai arti dan berakar pada tindakan manusia, totalitas artefak sosial dan benda-benda budaya yang didasarkan pada aktivitas manusia.

Kaum ilmuwan positif, secara sadar ataupun tidak, telah memaparkan kepada suatu struktur dunia yang abstrak dan artifisial, bukan suatu dunia murni yang kita alami. Problema dunia artifisial dari ilmuwan positif perlu diatasi untuk mendapatkan suatu dunia kehidupan yang secara langsung kita alami, yang diistilahkan oleh Husserl dengan *Lebenswelt*. Seseorang perlu menggunakan “metode reduksi” dan memahami dasar kesadaran, yaitu tentang ‘intensionalitas’. Kesadaran selalu mengarahkan dirinya sendiri kepada sesuatu yang bukan kesadaran. Inilah suatu esensi kesadaran yang membentuk suatu makna dan menentukan objeknya sendiri (Campbell, 1994).

Pemahaman semacam ini dapat dimulai dari bentuk pengertian terminology Husserl, yang disebut dengan reduksi fenomenologi transendental. Transendental, dikarenakan dalam prosesnya ego mampu menemukan dirinya sendiri, juga mampu menemukan objek untuk dirinya sendiri yang memiliki arti dan keberadaan. Husserl menyebut fenomenologi, sebab dunia ini hanya ditransformasikan dalam bentuk fenomena yang murni. Istilah reduksi (dari bahasa Latin *reducere*) digunakan karena proses yang beralasan tersebut mampu “membenahi kembali” terhadap intensionalitas, dan hal ini merupakan sumber pokok tentang makna dunia yang nyata.

Fenomenologi dapat dijelaskan sebagai suatu dorongan yang bersifat reflektif dan mampu membedakan antara pemikiran dengan refleksi. Perkembangan selanjutnya, fenomenologi hanya dijadikan sebagai suatu hal yang bersifat penafsiran yakni suatu bentuk sosiologis, tetapi ketika membaca metode Husserl, metode bukan hanya bersifat suatu penafsiran (Campbell, 1994).

Inti pemikiran Husserl tentang “reduksi” sebenarnya untuk melampaui pemikiran dan bisa mencapai refleksi. Setiap manusia memiliki suatu intensionalitas tertentu terhadap objek-objek pemikiran. Manusia juga tertarik terhadap suatu objek dan objek itu

pada gilirannya akan menempatkan realitas dan validitas tertentu. Husserl menamakan hal ini dengan “sikap alami”, suatu penerimaan pengawalan yang tidak dipertanyakan.

Pernyataan Husserl tersebut berasumsi bahwa apa yang baik bagi orang awam belum tentu baik bagi para kaum filsuf atau kaum ilmuwan. Kaum ilmuwan, dalam mencari pengetahuan yang valid, harus menunjukkan suatu *epoche* yakni gabungan beberapa keyakinan dalam objek-objek pengalaman. Dia harus menghilangkan kepentingannya atau tidak memiliki kepentingan atas dirinya sendiri. Hal ini membutuhkan penyerahan terhadap alam dan mengadopsinya menjadi suatu “sikap yang netral”.

Pada *epoche* tersebut dijelaskan oleh Husserl, bukan berarti bahwa seseorang harus menolak atau mengesampingkan dunia atau pengalamannya, tetapi hendaknya seseorang itu mulai untuk mempertanyakan. Selanjutnya, dari *epoche* ini seseorang akan memasuki fase pertama dari suatu reduksi yang digambarkan oleh Husserl sebagai refleksi. Hanya dalam fase refleksi inilah seseorang akan dapat membedakan pengalaman nyata dari pengalaman yang distorsi sebelum refleksi. Refleksi ini juga akan mengarah pada pencapaian-pencapaian yang lainnya. Sejauh seseorang “tertarik

terhadap sesuatu”, maka pemikirannya akan memiliki selektif yang tinggi. Di sisi lain, dengan refleksi ini maka sesuatu yang sebelumnya sudah diketahui menjadi dipertanyakan kembali. Sementara fakta-fakta yang dulunya tidak diperhatikan atau dianggap sebagai sesuatu yang tidak penting, sekarang akan tampak jelas dan menuntut adanya suatu penjabaran atau penjelasan. Oleh karenanya, “reduksi fenomenologi” merupakan suatu disiplin yang bersifat “deskriptif”. Jika dalam reduksi (refleksi) kita tidak lagi mempertanyakan dunia dan kita tidak tahu dunia macam apa dan situasi macam apapun yang harus dipertanyakan, maka tidak ada yang harus dijelaskan lagi (Campbell, 1994).

Fenomenologi bercorak filsafat Husserl, diteruskan oleh Alfred Schutz yang memelopori fenomenologi dalam studi sosiologi, yang menyebabkan perubahan signifikan ilmu-ilmu sosial sejak tahun 1960 di Amerika Serikat maupun di Eropa dan di Asia (Endress, 2005). Alfred Schutz, dijelaskan oleh Ajiboye (2012) merupakan orang pertama yang mencoba menjelaskan bagaimana fenomenologi dapat diterapkan untuk mengembangkan wawasan ke dalam dunia sosial. Schutz prihatin dengan cara orang memahami tentang kesadaran. Schutz mempertanyakan sifat realitas sosial para sosiolog dan individu

yang hanya peduli dengan diri mereka sendiri. Dia mencari jawaban dalam kesadaran manusia dan pikirannya. Baginya, tidak ada seorang pun yang membangun realitas dari pengalaman *intersubjektive* yang mereka alami. Kemudian, Schutz bertanya lebih lanjut, apakah dunia sosial berarti untuk setiap orang sebagai subjek, atau bahkan berarti baginya sebagai seseorang yang mengamati tindakan orang lain? Apa arti dunia sosial untuk subjek yang diamati, dan apa yang dia maksud dengan tindakannya di dalamnya? Pendekatan semacam ini memiliki implikasi, tidak hanya untuk orang yang kita pelajari, tetapi juga untuk diri sendiri yang mempelajari orang lain.

Dimulai dari upaya untuk memperjelas konsep sosiologi Max Weber tentang pemahaman (*verstehen*), Schutz mengembangkan *socioprismatic* yang mentransformasi teori Husserl tentang dunia-kehidupan (*life world*), yang berfokus pada proses *the self-constitution* dalam realitas sosial. “*This paradigm initiates an action-oriented shift in social theory and social research by which the processes of the constitution of meaning in the social world became the focus of sociological inquiry*” (Endress, 2005).

Fenomenologi menekankan usaha untuk mendapatkan kebenaran sesuatu, dengan mewujudkan sendiri kesadaran, dan mengalami

kesadaran itu. Dengan demikian, prinsip pertama fenomenologi adalah untuk menghindari semua *misconstructions* dan pemaksaan pengalaman sebelumnya, agama atau budaya, tradisi, dari akal sehat sehari-hari, atau bahkan dari ilmu pengetahuan itu sendiri. Kebebasan dari prasangka berarti mengatasi sekat atas nama tradisi dan juga berarti menolak dominasi penyelidikan dan dikenakan metode eksternal. Sebagian besar tokoh pendiri fenomenologi menekankan perlunya pembaharuan filsafat sebagai pertanyaan radikal tidak terikat untuk tradisi historis: dan mereka mendukung penolakan terhadap semua dogmatisme, dan kecurigaan dalam positivisme. Fenomenologi dipandang sebagai kontak menghidupkan kembali hidup manusia dengan realitas (Dermot, 2000).

Secara metodologis, Schutz menekankan konsep pembentukan subjek dalam dunia kehidupan sehari-hari, dan ia mengembangkan berdasarkan fenomenologis. Karenanya, ia mempelajari dan mengapresiasi secara kritis konsep Weber tentang pengertian makna subjektif dan objektif, serta konsep tindakan, untuk menghasilkan secara rinci analisis fenomenologis tentang makna subjektif dan tindakan subjek. Kemudian ia bergerak untuk mengembangkan diskusi panjang subjek dalam kehidupan dunia sehari-hari, dengan fokus pada

pemahaman intersubjektif dan struktur sosial dunia dari sudut pandang subjek (Wilson, 2011). Untuk itu, piranti fenomenologis Husserl yang dipakai Schutz, untuk melihat pengalaman keseharian individu adalah memeriksa kehidupan batiniah individu, yaitu pengalaman mengenai fenomena atau penampakan sebagaimana terjadi pada arus kesadaran (Campbell, 1994). Konsep yang dikembangkan Schutz dari Husserl kemudian adalah intensionalitas, yaitu hubungan sadar kita pada sesuatu. Doktrin intensionalitas kemudian menyatakan bahwa setiap tindakan kesadaran diarahkan pada objek. Kesadaran pada dasarnya adalah kesadaran “dari” sesuatu atau lainnya (Sokolowski, 2000).

Terkait intensionalitas, pengalaman melibatkan orang-orang yang mengarahkan perhatiannya pada objek. Selanjutnya, objek dipahami secara terang dan jelas pada pengalaman masa lalu dan pengetahuan yang dicapai sehingga menghasilkan apa yang menurut Husserl disebut sebagai ‘apersepsi’ atau pemberian makna secara spontan pada apa yang diberikan oleh indera. Ketika hal ini terjadi pada orang dewasa, dunia kehidupan subjektif seseorang tersusun dari berbagai macam unsur, direfleksikan dan diseleksi. Pengalaman tersebut menurut Husserl dapat dibersihkan dari semua prasangka sehingga mendapatkan unsur-unsur dasarnya pengalaman dan struktur yang

mendasarinya. Proses pembersihan itu disebut sebagai reduksi fenomenologis.

Sementara itu, Schutz meletakkan manusia dalam pengalaman subjektif dalam bertindak dan mengambil sikap dalam dunia kehidupan sehari-hari. Dunia merupakan kegiatan praktis, sehingga kemampuan inti manusia dapat ditemukan dengan menganalisis unsur-unsur dasar kesadaran praktis manusia yang terus berlangsung. Begitu juga tindakan manusia dalam memandang kehidupan.

Kehidupan sehari-hari merupakan orientasi pragmatis ke masa depan. Manusia memiliki kepentingan-kepentingan tertentu, yang dengan itu mereka melihat dan berusaha untuk mengubah dunia yang mereka tangkap (Campbell, 1994). Terkait hal ini, Schutz menyebutnya dengan konsep *motive*, yang dibedakan menjadi dua pemaknaan dalam konsep *motive* yaitu “*in order to*” dan “*because*”. *Motive “in order to”* adalah motif yang berorientasi ke depan yang masuk pada tindakan penjelasan dalam term untuk mencapai hasil sementara, “*because*” merupakan motif yang melihat masa lalu untuk mengidentifikasi latar belakang pengalaman yang memberikan kontribusi pada perkembangan dalam tindakan analisis (Campbell, 1994).

Kesadaran dalam kehidupan sehari-hari ini adalah sebuah kesadaran sosial dan proses menjadi kesadaran sosial berlangsung dalam dua tahap yaitu:

- (a) Pengandaian kesadaran, yaitu kesadaran yang mengandalkan begitu saja adanya kegiatan orang lain sebagai penghuni dunia yang dilakukan bersama. Hal ini tampak pada tindakan sosial khusus yang mempertimbangkan reaksi orang lain, pengetahuan yang mereka andaikan mengenai situasi tersebut, dan seterusnya.
- (b) Dunia kehidupan individu kemudian menjadi inter-subjektif dengan makna bersama dan rasa ketermasukannya ke dalam kelompok. Kelompok ini menjadi “milik kita” bukan sekedar “milikku”. Individu mengandalkan begitu saja bahwa ada saling pemahaman satu dengan yang lain dalam melihat dunia dan bertindak dalam kenyataan (Campbell, 1994).

Schutz menyatakan bahwa dunia sosial keseharian selalu merupakan hal yang intersubjektif. Dunia individu ini selalu membagi dengan temannya dan dengan yang lainnya, yang juga menjalani dan menafsirkannya. Oleh karena itu, dunia individu secara keseluruhan tidak pernah bersifat pribadi sepenuhnya, bahkan di dalam kesadaran individu selalu menemukan bukti adanya kesadaran orang lain. Ini

merupakan suatu bukti bahwa situasi biografi seseorang yang unik tidak seluruhnya merupakan produk dari tindakannya sendiri. Setiap manusia dilahirkan pada suatu sejarah dunia yang sudah ada secara bertahap bersifat alami dan sosio-budaya.

Pengalaman kita terhadap dunia keseharian merupakan satu-satunya yang masuk akal secara umum, sebab mendapatkannya secara spontan, sehingga saudara-saudara kita eksis, mereka memiliki kesadaran hidup, kita dapat berkomunikasi dengan mereka, dan akhirnya mereka hidup dalam alam sejarah yang ada dan dalam dunia sosio budaya yang sama sebagaimana yang kita alami (Campbell, 1994). Sementara itu, Schutz juga menjelaskan bahwa esensi dari akal sehat, ada dengan sendirinya, yakni dalam dunia keseharian. Ini merupakan suatu elaborasi Lebenswelt yang dikemukakan Husserl. Dia juga menggunakan ide Husserl untuk menjelaskan bagaimana kita bisa mengetahui orang lain dan mampu berkomunikasi dengan mereka. Seseorang hanya menggunakan gambaran bentuknya kepada saya dan bukan pemikirannya. Kesadaran kehidupannya tidak dapat digambarkan dan memang bukan sesuatu yang dapat digambarkan. Kesadaran individu hanya menerima adanya beberapa tanda-tanda kesadaran kehidupannya, pengalaman-pengalamannya terutama

persepsi visual, tindakan-tindakannya dan tindakan-tindakan orang lain atasnya (Campbell, 1994).

Di sisi lain, ketertarikan manusia dalam dunia kehidupan sehari-hari merupakan sesuatu yang sangat praktis sifatnya, dan tidak bersifat teoritis. Dalam “sifat alami mereka” diatur oleh motif-motif pragmatis yakni mereka berupaya mengontrol, menguasai, atau mengubah dunia dalam rangka menerapkan proyek-proyek dan tujuan-tujuan mereka. Schutz menyebut kehidupan sehari-hari yang praktis tersebut dengan istilah “dunia kerja” (Campbell, 1994).

Kehidupan keseharian merupakan wadah kehidupan sosial dimana manusia memperlakukan dunia ini sebagai lahan yang harus dikuasai, dan mereka berusaha keras untuk mengatasi hambatan-hambatan yang datang dari luar untuk mencapai pada rencana-rencana kehidupan mereka. Hal ini, merupakan suatu realitas yang paling menarik, tetapi tidak semua aspek dunia realitas puncak sama dengan berbagai proyek kehidupan kita. Oleh karenanya, kita menyeleksi dalam dunia jangkauan aktual individu objek-objek yang diyakini akan mampu memenuhi kepentingan dan ketertarikan kita dan mampu mewujudkan proyek-proyek tersebut (Campbell, 1994).

Jadi konstruksi ilmuwan sosial tidak pernah merujuk pada dunia yang tidak memiliki pikiran dan tidak bermakna, tetapi selalu merujuk kepada konstruksi dunia sosial yang bermakna. Ini berarti, kata Schutz, seluruh konstruksi yang digunakan oleh para ilmuwan sosial merupakan suatu konstruksi tahap yang kedua, yaitu konstruksi yang telah dibuat oleh para aktor terhadap ilmu-ilmu sosial, dimana perilaku ilmuwan sosial adalah untuk mengamati dan mencoba menjelaskan sesuai dengan aturan prosedur keilmuannya (Campbell, 1994).

Pengetahuan dunia individu yang bersifat *common sense* (akal sehat) keseharian, menurut Schutz, merupakan sistem konstruksi yang sangat khas. Masing-masing dunia individu telah dialami dan ditafsirkan oleh para pendahulu mereka, demikian pula pengetahuan kita tentang dunia, pengalaman kita sendiri dan pengalaman kontemporer kita selalu didasarkan kepadanya. Keadaan tersebut merupakan suatu yang telah ada dan tak bisa dipertanyakan, meskipun suatu saat persediaan pengetahuan yang dapat dipertanyakan itu muncul (Campbell, 1994). Lebih jauh lagi, pengalaman-pengalaman terdahulu yang telah diwarisi bersifat khas: individu mengalami sesuatu yang ada di dunia ini bukanlah merupakan objek dan kejadian yang aneh, tetapi sebagai sesuatu yang khas-misalnya anjing, kucing,

manusia, pohon dan lain sebagainya merupakan suatu konsep yang khas dan umum dimana hanya manusialah yang mampu memahami realitas tersebut (Campbell, 1994).

Teori fenomenologi Schutz ini digunakan sebagai pijakan dalam memahami fenomena pengalaman dan kesadaran subjek dalam kehidupan sosialnya. Termasuk potret kehidupan sehari-hari subjek dalam mengobati dan menyembuhkan penyakitnya. Terlebih lagi, juga untuk meneliti tentang sikap dan perilaku subjek dalam kesehariannya baik yang positif atau negatif terkait dengan *self healing* yang dilakukannya.

b. Dialektika Konstruksi Realitas Sosial

Konstruktivisme yang dipakai dalam judul disertasi ini, merupakan landasan berpikir dalam perspektif filsafat yang menggambarkan tentang aktifitas manusia dalam kehidupannya (dirinya sendiri) maupun dalam kehidupan sosial. Penjelasan dan pemikiran ini dalam ilmu sosial sering dikenal dengan konstruksi sosial atau konstruksionis (Donsbach, 2008).

Konstruktivis digunakan sebagai paradigma dasar yang menggunakan prinsip epistemologi atau metode penelitian yang berbeda dengan ilmu objektivis. Konstruktivis pada awalnya untuk

memahami bagaimana orang menginterpretasi dunia sosialnya terkait dengan perilaku subjek, sedangkan untuk memahami dunia sosial subjek tidak lepas melalui teori konstruksi sosial.

Konstruksi realitas sosial, sebagaimana dikemukakan oleh Berger dan Luckman, menggambarkan proses individu melalui tindakan dan interaksinya, menciptakan secara terus-menerus suatu realitas yang dimiliki bersama, yang dialami secara faktual objektif, dan penuh arti secara subjektif (Berger, 1991). Realitas sosial dikonstruksi dalam setiap komunitasnya masing-masing dalam pengertian yang berasal dari standar-standar kebenaran, realitas, dan rasionalitas yang berbeda antara komunitas yang satu dengan yang lain (Berger, 2012).

Berger juga dikenal sebagai sosiolog yang mengembangkan sosiologi agama. Kerangka kerja teorinya banyak digunakan sebagai *tool of analysis* dalam studi tentang agama dan masyarakat (sosiologi agama). Menurut Berger, ada hubungan yang berarti antara agama dan solidaritas sosial. Setiap masyarakat manusia, bagaimanapun legitimasinya, harus mempertahankan dirinya di hadapan kekacauan itu. Solidaritas yang disahkan secara religius telah meletakkan fakta sosiologis fundamental ini pada fokus yang makin tajam. Tatanan dunia yang sakral merupakan suatu produksi yang terus menerus oleh

kekuatan-kekuatan eksistensi manusia dalam perjalanan waktu (Berger, 1991). Di sinilah agama menurut Berger (1991) meligitimasi lembaga-lembaga sosial dengan memberikannya status ontologis yang absah, yaitu dengan meletakkan lembaga tersebut di dalam suatu kerangka acuan keramat dan kosmik. Barangkali bentuk legitimasi yang paling kuno adalah konsepsi tatanan kelembagaan yang langsung mencerminkan atau mewujudkan struktur ilahi kosmos, yaitu konsepsi hubungan antara masyarakat dan kosmos sebagai hubungan antara mikrokosmos dan makrokosmos. Segala yang “di bawah sini” memiliki analognya “di atas sana”.

Agama dalam konstruksi realitas sosial menurut Berger adalah sumber legitimasi yang paling efektif (Berger, 1991) bahkan, keefektifan agama ini digambarkan oleh Berger dengan kerelaan pemeluknya untuk menghadapi situasi-situasi yang marginal. Pada situasi demikian legitimasi religius seringkali menyeruak ke permukaan, seperti dalam kondisi kritis maupun perang.

Objektivitas masyarakat menurut Berger (1991) mencakup semua unsur pembentuknya. Lembaga, peran, dan identitas, semua eksis sebagai fenomena yang nyata secara objektif ada dalam dunia sosial, meskipun semua itu tidak lain adalah produksi manusia. Proses

internalisasi harus selalu dipahami sebagai salah satu momentum dari proses dialektik yang lebih besar yang juga termasuk momentum eksternalisasi dan objektivasi. Jika ini dilakukan, maka akan muncul suatu gambaran determinisme mekanistik, bahwa individu dihasilkan oleh masyarakat sebagai sebab yang menghasilkan akibat dalam alam. Gambaran seperti itu mendistorasikan fenomena kemasyarakatan, sebab bukan saja internalisasi merupakan bagian dari dialektika fenomena sosial, tetapi sosialisasi merupakan bagian dari dialektika fenomena sosial yang lebih besar. Sosialisasi individu juga terjadi dalam cara yang dialektik. Individu tidak diciptakan sebagai suatu benda yang pasif dan diam. Sebaliknya, dia dibentuk selama suatu dialog yang lama (menurut pengertian literal adalah suatu dialektik) yang di dalamnya dia sebagai seorang peserta. Dunia sosial (dengan lembaga, peran, dan identitasnya) tidak secara pasif diserap oleh individu, tetapi secara aktif diambil olehnya. Lebih jauh, begitu individu dibentuk sebagai suatu pribadi, dengan suatu identitas yang bisa dikenal secara subjektif dan objektif. Dia harus terus berpartisipasi dalam dialog yang mempertahankannya sebagai suatu pribadi dalam biografinya yang berkelanjutan. Ia adalah individu, yang selain terus merupakan co-produser dirinya sendiri. Tidak peduli

bagaimana kecil kekuasaannya untuk mengubah definisi sosial dan realitas, dia harus sekurang-kurangnya mengikuti definisi yang membentuk dirinya sebagai suatu pribadi.

Oleh karena itu dalam kehidupan setiap individu, ada suatu urutan waktu, dan selama itu ia terimbas dalam partisipasi dalam dialektika masyarakat. Titik awal dari proses ini adalah internalisasi: pemahaman atau penafsiran secara langsung dari suatu peristiwa objektif sebagai pengungkapan suatu makna. Artinya, sebagai suatu manifestasi dari proses-proses subjektif orang lain yang dengan demikian menjadi bermakna secara subjektif bagi diri sendiri (Berger, 1990). Dialektika *'man in society and society in man'* dapat dijelaskan dalam dialektika konstruksi sosial sebagai berikut.

c. Memahami Falsafah Hidup sebagai self healing (penyembuhan), untuk apa?

Sering mendengar healing dalam bahasa Inggris yang bermakna penyembuhan yang meliputi aktivitas mental dan bersumber dari individu itu sendiri, walaupun beberapa faktor eksternal juga sangat berpengaruh dalam membangkitkan healing ini. Dalam buku ini kami membaha bagaimana falsafah hidup yang ada dimasyarakat dapat menjadi trigger/pemicu terbentuknya healing bagi etiap individu.

falsafah hidup ini terbentuk di suatu kebudayaan melalui proses yang sangat panjang dan dijalani oleh anggota masyarakat secara konsisten.

Lebih jauh, mari kita memahami bagaimana dafinii filsafat itu sendiri. filsafat secara umum dapat diberi pengertian sebagai ilmu pengetahuan yang menyelidiki hakikat segala sesuatu untuk memperoleh kebenaran. Dalam hal ini filsafat adalah suatu ilmu pengetahuan tentang hakikat. Ilmu pengetahuan tentang hakikat menanyakan apa hakikat, sari, inti, esensi segala sesuatu. Dengan cara itu jawaban yang akan diberikan berupa kebenaran yang hakiki sesuai dengan arti filsafat menurut asal kata atau etimologi.

Dalam pengertian khusus, filsafat telah mengalami perkembangan yang cukup lama. Oleh karena itu, sudah barang tentu dipengaruhi oleh berbagai faktor misalnya ruang, waktu, keadaan dan manusianya. Itulah sebabnya maka timbul berbagai pendapat mengenai pengertian filsafat yang mempunyai kekhasan masing-masing. Adanya berbagai aliran di dalam filsafat adalah suatu bukti bahwa terdapat beragam pendapat yang berbeda satu sama lain. Misalnya: filsafat rasionalisme mengagungkan akal. Filsafat materialisme mengagungkan materi. Filsafat idealisme mengagungkan idea. Filsafat hedonisme

mengagungkan kesenangan. Filsafat stoicisme mengagungkan tabiat saleh.

Dari berbagai pendapat yang telah saya sebutkan di atas pengertian filsafat dapat dirangkum sebagai berikut: Filsafat adalah hasil pikiran manusia yang kritis dan dinyatakan dalam bentuk yang sistematis. Filsafat adalah hasil pikiran manusia yang paling dalam. Filsafat adalah refleksi lebih lanjut daripada ilmu pengetahuan atau pendalaman lebih lanjut ilmu pengetahuan. Filsafat adalah hasil analisa dan abstraksi. Filsafat adalah pandangan hidup. Filsafat adalah hasil perenungan jiwa manusia yang mendalam, mendasar dan menyeluruh.

Dari contoh di atas dapat dikemukakan ciri-ciri berfilsafat antara lain sebagai berikut: deskriptif, kritis dan analitis, evaluatif atau normatif, spekulatif, sistematis, mendalam, mendasar, menyeluruh. Aliran-iliran tersebut mempunyai kekhususan dengan menekankan kepada sesuatu yang dianggap merupakan inti dan harus diberi tempat yang tertinggi. Contohnya kesenangan, keshalehan, kebendaan, akal, ide. Di dalam bukunya *Element of Philosophy* Kattsoff menjelaskan pengertian tentang filsafat. Filsafat adalah berpikir secara kritis. Filsafat adalah berpikir dalam bentuk yang sistematis. Filsafat harus

menghasilkan sesuatu yang runtut. Filsafat adalah berpikir secara rational. Filsafat harus bersifat komprehensif.

Dimasyarakat suku Jawa misalnya, mereka memahami falsafah hidup sebagai panduan dalam memaknai kehadiran diri mereka (mikro kosmos) terhadap alam raya (makro kosmos). Karena mereka memahami bahwa kehadiran mereka di dunia ini, tidak hanya sebuah kebetulan, tetapi sebagai entitas kepemimpinan, sebagaimana yang diungkapkan dalam Al-Qur'an surat Al-Baqarah Ayat 30 (QS:2: 30) yang artinya:

“Ingatlah ketika Tuhanmu berfirman kepada para Malaikat: "Sesungguhnya Aku hendak menjadikan seorang khalifah di muka bumi." Mereka berkata: "Mengapa Engkau hendak menjadikan (khalifah) di bumi itu orang yang akan membuat kerusakan padanya dan menumpahkan darah, padahal kami senantiasa bertasbih dengan memuji Engkau dan mensucikan Engkau?" Tuhan berfirman: "Sesungguhnya Aku mengetahui apa yang tidak kamu ketahui”

Dari makna ayat tersebut dapat kita ketahui bahwa Tuhan menciptakan manusia dengan titah yang sangat besar, yaitu Khalifah. Dalam konsep Islam, manusia adalah khalifah yakni sebagai wakil, pengganti atau duta tuhan di muka bumi.dengan kedudukannya

sebagai khalifah Allah swt dimuka bumi, manusia akan dimintai tanggungjawab dihadapannya. Tentang bagaimana ia melaksanakan tugas suci kekhalifahannya. Khalifah disini dapat kita maknai secara lebih meluas tidak hanya sebatas pemimpin, tetapi satu kesatuan entitas yang sangat berpengaruh terhadap alam semesta.

Unsur-unsur ilmu filsafat yang terdiri dari logika - etika - estetika, dalam kawruh Kejawen, lebih populer dengan istilah cipta - rasa - karsa. Pagelaran wayang purwa yang merupakan lambang wewayanganing ngaurip, telah merangkum sinopsis ketiga unsur tersebut. Lakon Begawan Ciptoning merupakan simbol Raden Arjuna yang selalu mengutamakan daya cipta dan logikanya. Lakon Bima Suci merupakan simbol Raden Werkudara yang selalu mengutamakan daya karsa dan etikanya. Lakon Jamus Kalimasada merupakan simbol Prabu Puntadewa yang selalu mengutamakan daya rasa dan estetikanya.

Kebijaksanaan hidup yang dilandasi logika - etika - estetika, cipta - rasa - karsa, kebenaran - kebaikan - keindahan, dalam filsafat Jawa akan bersemayam dalam sanubari jalma pinilih, pethingane manungsa, pitatane dumadi. Manusia berjiwa agung, yang tidak kaget atas segala perubahan sosial, karena dirinya sudah pana pranaweng kapti, tan

samar pamoring suksma, sinuksmaya winahya ing ngasepi. Hatinya selalu terang benderang. Pambukane warana, sinimpen telenging kalbu, tarlen saking liyep-layaping aluyup. Layar kesadarannya akan memantulkan aura kewibawaan. Itulah intisari ajaran filsafat Jawa.

Kita tentu telah mengetahui bagaimana filafat menjadi pembimbing dalam keharmonian hidup masyarakat Jawa. selanjutnya perlu kita memahami bagaimana filsafat ini bekerja dimasyarakat. Sebagaimana tergambar dalam diagram berikut.

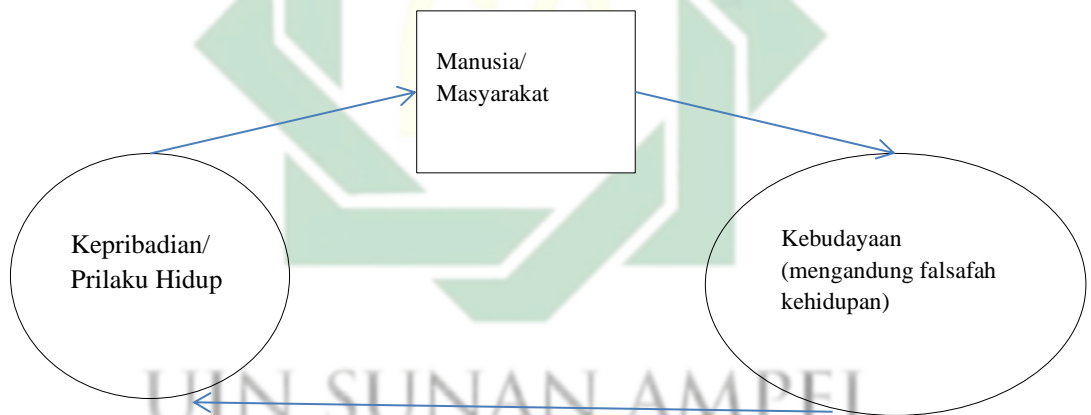


Diagram 4: Manusia sebagai unsur utama pembentuk sebuah kebudayaan.

Konstruktivis merupakan landasan berpikir dalam perspektif filsafat yang menggambarkan tentang aktifitas manusia dalam kehidupannya (dirinya sendiri) maupun dalam kehidupan sosial.

Penjelasan dan pemikiran ini dalam ilmu sosial sering dikenal dengan konstruksi sosial atau konstruksionis (Donsbach, 2008).

Konstruktivis digunakan sebagai paradigma dasar yang menggunakan prinsip epistemologi atau metode penelitian yang berbeda dengan ilmu objektivis. Konstruktivis pada awalnya untuk memahami bagaimana orang menginterpretasi dunia sosialnya terkait dengan perilaku subjek, sedangkan untuk memahami dunia sosial subjek tidak lepas melalui teori konstruksi sosial.

Konstruksi realitas sosial, sebagaimana dikemukakan oleh Berger dan Luckman, menggambarkan proses individu melalui tindakan dan interaksinya, menciptakan secara terus-menerus suatu realitas yang dimiliki bersama, yang dialami secara faktual objektif, dan penuh arti secara subjektif (Berger, 1991). Realitas sosial dikonstruksi dalam setiap komunitasnya masing-masing dalam pengertian yang berasal dari standar-standar kebenaran, realitas, dan rasionalitas yang berbeda antara komunitas yang satu dengan yang lain (Berger, 2012).

Berger juga dikenal sebagai sosiolog yang mengembangkan sosiologi agama. Kerangka kerja teorinya banyak digunakan sebagai tool of analysis dalam studi tentang agama dan masyarakat (sosiologi agama). Menurut Berger, ada hubungan yang berarti antara agama dan

solidaritas sosial. Setiap masyarakat manusia, bagaimanapun legitimasinya, harus mempertahankan dirinya di hadapan kekacauan itu. Solidaritas yang disahkan secara religius telah meletakkan fakta sosiologis fundamental ini pada fokus yang makin tajam. Tatanan dunia yang sakral merupakan suatu produksi yang terus menerus oleh kekuatan-kekuatan eksistensi manusia dalam perjalanan waktu (Berger, 1991). Di sinilah agama menurut Berger (1991) meligitimasi lembaga-lembaga sosial dengan memberikannya status ontologis yang absah, yaitu dengan meletakkan lembaga tersebut di dalam suatu kerangka acuan keramat dan kosmik. Barangkali bentuk legitimasi yang paling kuno adalah konsepsi tatanan kelembagaan yang langsung mencerminkan atau mewujudkan struktur ilahi kosmos, yaitu konsepsi hubungan antara masyarakat dan kosmos sebagai hubungan antara mikrokosmos dan makrokosmos. Segala yang “di bawah sini” memiliki analognya “di atas sana”.

Agama dalam konstruksi realitas sosial menurut Berger adalah sumber legitimasi yang paling efektif (Berger, 1991) bahkan, keefektifan agama ini digambarkan oleh Berger dengan kerelaan pemeluknya untuk menghadapi situasi-situasi yang marginal. Pada

situasi demikian legitimasi religius seringkali menyeruak ke permukaan, seperti dalam kondisi kritis maupun perang.

Objektivitas masyarakat menurut Berger (1991) mencakup semua unsur pembentuknya. Lembaga, peran, dan identitas, semua eksis sebagai fenomena yang nyata secara objektif ada dalam dunia sosial, meskipun semua itu tidak lain adalah produksi manusia. Proses internalisasi harus selalu dipahami sebagai salah satu momentum dari proses dialektik yang lebih besar yang juga termasuk momentum eksternalisasi dan objektivasi. Jika ini dilakukan, maka akan muncul suatu gambaran determinisme mekanistik, bahwa individu dihasilkan oleh masyarakat sebagai sebab yang menghasilkan akibat dalam alam. Gambaran seperti itu mendistorasikan fenomena kemasyarakatan, sebab bukan saja internalisasi merupakan bagian dari dialektika fenomena sosial, tetapi sosialisasi merupakan bagian dari dialektika fenomena sosial yang lebih besar. Sosialisasi individu juga terjadi dalam cara yang dialektik. Individu tidak diciptakan sebagai suatu benda yang pasif dan diam. Sebaliknya, dia dibentuk selama suatu dialog yang lama (menurut pengertian literal adalah suatu dialektik) yang di dalamnya dia sebagai seorang peserta. Dunia sosial (dengan lembaga, peran, dan identitasnya) tidak secara pasif diserap oleh

individu, tetapi secara aktif diambil olehnya. Lebih jauh, begitu individu dibentuk sebagai suatu pribadi, dengan suatu identitas yang bisa dikenal secara subjektif dan objektif. Dia harus terus berpartisipasi dalam dialog yang mempertahankannya sebagai suatu pribadi dalam biografinya yang berkelanjutan. Ia adalah individu, yang selain terus merupakan co-produser dirinya sendiri. Tidak peduli bagaimana kecil kekuasaannya untuk mengubah definisi sosial dan realitas, dia harus sekurang-kurangnya mengikuti definisi yang membentuk dirinya sebagai suatu pribadi.

Oleh karena itu dalam kehidupan setiap individu, ada suatu urutan waktu, dan selama itu ia terimbas dalam partisipasi dalam dialektika masyarakat. Titik awal dari proses ini adalah internalisasi: pemahaman atau penafsiran secara langsung dari suatu peristiwa objektif sebagai pengungkapan suatu makna. Artinya, sebagai suatu manifestasi dari proses-proses subjektif orang lain yang dengan demikian menjadi bermakna secara subjektif bagi diri sendiri (Berger, 1990). Dialektika 'man in society and society in man' dapat dijelaskan dalam dialektika konstruksi sosial sebagai berikut.

d. Batasan – batasan pembahasan dalam buku ini

Dalam buku ini, akan disajikan bahasan terkait budaya Jawa, manusia Jawa, healing dan etnohealing. Penekanan yang diberikan adalah pada self healing dan etnohealing. Karena penulis ingin menunjukkan keterkaitan falsafah hidup/lokal wisdom (kebudayaan) yang dipegang oleh seseorang dari komunitas budaya tertentu dapat memotivasi dirinya untuk dapat pulih dari penyakit yang sedang diderita, tentu dengan menjalankan mekanisme pengobatan yang benar. Etnohealing merupakan sudut pandang yang dibangun untuk memahami bagaimana falsafah hidup yang dipegang oleh individu pada suatu kebudayaan dapat bekerja dengan baik bagi individu tersebut terutama dalam proses penyembuhan.

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB II

MEMBACA MANUSIA JAWA

a. Hidup dan Kehidupan Bagi Masyarakat Jawa

Study tentang Jawa sudah banyak dilakukan oleh para akademisi dan peneliti dari berbagai macam bidang ilmu, sehingga disini kami mencoba ingin mengupas tentang Jawa dan Masyarakat Jawa bukan tentang hal yang baru tetapi ingin memberikan sudut pandang baru dalam memahami tentang Budaya Jawa, Manusia Jawa dan Masyarakat Jawa. Kalau dipertanyakan tentang Masyarakat Jawa, perlu kita pahami lebih dahulu tentang Kebudayaan Jawa terlebih dahulu. Jika diberikan pertanyaan tentang apa ciri khas kebudayaan Jawa, jawabannya barangkali terletak pada ciri khasnya dalam kemampuan luar biasa kebudayaan Jawa untuk membiarkan diri dibanjiri oleh gelombang-gelombang kebudayaan yang datang dari luar, dan dalam banjir itu mampu mempertahankan keasliannya.

1. Jawa sebagai Pulau dan nama salah satu suku di Indonesia

Indonesia merupakan negara berdaulat yang lebih dikenal dengan sebutan Negara Kesatuan Republik Indonesia (NKRI). Negara Indonesia memiliki wilayah yang terbentang dari Sabang terletak di ujung pulau Sumatra sampai merauke di pulau Papua. Gugusan Pulau di Indonesia atau lebih dikenal dengan wilayah Nusantara terdiri dari Lima Pulau Besar, yaitu Pulau Sumatra, Jawa, Kalimantan, Sulawesi, Papua dan gugusan Pulau sunda (masuk wilayah Bali, Lombok, Sumbawa, Solor, Alor, Timor, Rote, Sewu dan Sumba) dan gugusan Pulau Maluku.

Pulau Jawa merupakan salah satu Pulau terbesar yang ada di arsipel Indonesia, Arsipel Indonesia merupakan kompleks kepulauan terbesar di dunia. Arsipel itu terdiri dari \pm 13000 pulau yang mengisi ruang antara dataran Asia Tenggara, Filipina, dan Australia serta menghubungkan Samudra Pasifik dengan Samudra Hindia. Bagaikan sabuk, pulau-pulau itu mengelilingi khatulistiwa. Bahasa Nasional yang digunakan oleh masyarakat

Indonesia adalah Bahasa Indonesia. Bahasa ini merupakan pengembangan dari bahasa Melayu dan serapan dari berbagai macam bahasa daerah yang ada di wilayah NKRI.

Pulau Jawa terhampar seluas kurang lebih 132.000 kilometer persegi (termasuk dengan pulau madura). Pulau Jawa memuat kurang dari tujuh persen tanah dari seluruh Indonesia. Jawa terdiri dari daratan-daratan rendah dengan tanah vulkanis yang subur, beberapa daerah yang agak kering khususnya di sebelah selatan pulau, dan cukup banyak gunung berapi yang masih aktif, lima belas diantaranya mencapai ketinggian lebih dari 3.000 meter. Iklim Pulau Jawa adalah tropis. Di dataran rendah suhu rata-rata berkisar antara 26 dan 27 derajat celcius dan perbedaan antara suhu rata-rata bulanan tertinggi dan terendah itu kurang dari satu derajat. Makin tinggi dataran yang ditempati udara akan terasa nyaman untuk tempat tinggal. Pulau Jawa sama seperti pulau di nusantara pada umumnya yang dilalui garis khatulistiwa tidak mengenal musim dingin, musim yang ada hanya musim kering dan musim penghujan.

Pada zaman dahulu Jawa pernah ditutupi hutan basah tropis, tetapi pendudukan yang padat mengakibatkan penyusutan hutan secara terus-menerus yang semakin menimbulkan erosi banjir. Sekarang hanya di ujung barat-daya dan tenggara Pulau Jawa masih terdapat hutan yang agak luas, begitu pula di sekitar puncak gunung-gunung tertinggi. Dataran rendah, juga teras-teras pada lereng-lereng gunung, ditanami padi, dalam beberapa daerah bergantian dengan tanaman tebu dan tembakau, ketela, jagung dan macam-macam palawija. Dalam daerah berbukit terdapat perkebunan negara dan swasta yang terawat baik untuk karet, teh, coklat, kopi, pala, cengkeh, kina, begitu pula hutan-hutan jati.

2. Mengetahui lebih dekat suku Jawa

Sebelumnya kita telah membahas tentang Pulau Jawa dan wilayahnya yang merupakan bagian dari gugusan kepulauan Nusantara. Masyarakat yang mendiami Pulau Jawa terdiri dari Suku Jawa (sekitar Jawa Tengah dan Jawa

Timur), sedangkan Suku Sunda mendiami Pulau Jawa Bagian Barat dan Suku Betawi Mendiami daerah DKI Jakarta, ada juga Suku Madura yang mendiami Pulau Madura (pulau kecil terpisah dari Pulau Jawa, tetapi masuk dalam wilayah administrasi Jawa Timur).

Masyarakat Jawa atau tepatnya suku bangsa Jawa, secara antropologi budaya adalah orang-orang yang dalam hidup kesehariannya menggunakan bahasa Jawa dengan berbagai ragam dialeknya secara turun temurun. Masyarakat Jawa adalah mereka yang tinggal di daerah Jawa Tengah dan Jawa Timur, serta mereka yang berasal dari kedua daerah tersebut.

Keberadaan hidup orang Jawa tak luput dari kehidupan sosial dan budaya yang memiliki corak yang beragam. Kehidupan sosial dan budaya orang Jawa dipengaruhi oleh sisa kebiasaan kehidupan kerajaan Hindu-Budha sampai dengan kerajaan Islam, sehingga menjadi kebudayaan yang khas dibandingkan dengan kebudayaan yang lain.

Salah satu budaya yang dilestarikan oleh keluarga Jawa adalah menjalankan empat keutamaan tata krama keluarga Jawa yaitu (1) Bersikap sesuai dengan derajat masing-masing pihak dan saling menghormati kedudukan masing-masing, (2) Menyatakan sesuatu secara tidak langsung melalui “sanepo” atau kiasan, (3) Bersikap menghormati hal-hal yang bersifat pribadi seakan-akan tidak tahu masalah pribadi orang lain, (4) Menghindari ucapan atau sikap yang menunjukkan ketidakmampuan mengontrol diri dengan sikap kasar atau melawan secara langsung (Rachim & Nashori, 2007).

Dalam pandangan masyarakat Jawa, watak, perbuatan atau kepribadian seseorang dipengaruhi oleh pergaulan, atau sebagai akibat dari komunikasi dengan orang lain. Oleh sebab itu, orang Jawa memiliki pertimbangan yang sangat hati-hati dalam memilih teman pasrawungan (pergaulan). Berdasarkan hal itu, seseorang perlu memilih pergaulan yang baik. Jika hendak berorientasi untuk berkembang pada perilaku yang baik, atau perilaku yang “normal” (tidak melanggar norma etika, hukum, agama, sosial dan kebangsaan), maka tidak ada pilihan lain kecuali dengan mencari orang-

orang yang berperangai baik sebagai teman bergaul (Suratno & Astiyanto, 2009).

Orang Jawa dikenal sebagai suku bangsa atau kelompok orang yang berpenampilan halus dan sopan. Ciri khas yang dimiliki orang Jawa adalah menggunakan bahasa Jawa dalam kesehariannya. Bahasa Jawa oleh para pakar bahasa dunia diakui sebagai bahasa yang halus dan sopan. Selain itu bahasa Jawa memiliki tingkatan seperti bahasa Jawa halus atau krama ditunjukkan kepada orang tua, orang yang dituakan, orang yang lebih tua, atau orang yang dihormati. Bahasa Jawa kasar atau ngoko digunakan saat berbicara dengan orang yang lebih muda atau dengan teman dan orang yang sudah dikenal dengan baik. Pengelompokan dalam tatanan berinteraksi tersebut mengharuskan orang Jawa untuk berbicara dengan melihat posisi, peran serta kedudukan dirinya dengan posisi lawan bicara (Yana, 2010).

Selain dari segi bahasa, orang Jawa memiliki kearifan dalam berperilaku yang disebut orang Jawa dengan ungkapan adigang adigung adiguna dalam masyarakat. Ungkapan tersebut berisi nasihat, agar seseorang dalam bertindak tidak berwatak angkuh atau sombong sebagaimana watak binatang. Selain itu ungkapan di atas menganjurkan kepada generasi muda agar menjauhkan diri dari sifat-sifat yang tidak terpuji, agar tumbuh berkembang menjadi orang yang arif dan bijaksana. Sebagai orang Jawa yang mementingkan watak andhap asor atau lemah manah (rendah hati), maka tidak selayaknya orang Jawa memiliki watak sombong dan angkuh. Sebagai manusia orang harus menjauhi watak menyombongkan kekuatan, kebesaran dan kewenangannya.

Orang Jawa menanamkan sikap andhap asor ini kepada anak-anak mereka sejak dini, karena diyakini bahwa sikap dari rendah hati adalah sesuatu yang bernilai tinggi, yakni kemuliaan. Andhap asor luhur wekasane, rendah hati mulia akhirnya. Orang yang rendah hati akan mendapat pujian, sementara orang yang tinggi hati justru akan dibenci. Sikap andhap asor merupakan sarana untuk meningkatkan kualitas hidup. Ketika bergaul dengan sesama orang Jawa akan berusaha untuk tidak lekas marah, meskipun dicaci maki.

Cacian, hinaan dan umpatan tidak akan dilawan, melainkan akan diterima sebagai sebuah kesempatan untuk mawas diri, dan untuk meningkatkan tataran hidup ke jenjang yang lebih sabar, lebih tenang, dan akhirnya menjadi lebih arif. Sebab orang Jawa yakin bahwa, buah dari kearifan adalah kebahagiaan dan kemuliaan.

b. Pandangan para peneliti tentang Jawa dan Masyarakatnya

Banyak para ilmuwan yang tertarik dan telah meneliti tentang Jawa. Berbagai sudut pandang telah diteliti dari kondisi alam, manusia dan sosial budayanya. Untuk dapat memperjelas pemahaman dan memberikan pengetahuan yang mendalam tentang Jawa, kami mencoba menyajikan rangkuman beberapa pandangan para ahli tentang Jawa, terutama sudut pandang para peneliti tentang Jawa. (Cliffrot Gerz, Kuntowijoyo, P.J. Zoetmulder, Franz Magnis Suseno, Koentjaraningrat).

1. Clifford Gertz (Agama Jawa)

Merupakan salah satu antropolog yang dengan serius menilite tentang Jawa dan menghasilkan tulisan dengan Judul Agama Jawa. Penelitian Clifford Geertz dilakukan tahun 1950-an. Setelah melakukan penelitian serius di Pare (wilayah ini masuk Kabupaten Kediri, sebuah Kabupaten di Jawa Timur yang dekat dengan Blitar) yang disamakan dengan istilah Mojokuto, Clifford Geertz membuat tiga kategori aliran dalam masyarakat Jawa, yaitu abangan, santri dan priyayi. Dalam konteks tertentu, Clifford Geertz juga menelusuri lebih khusus asal-muasal keraton Jawa dan agama rakyat dengan berbagai model kebudayaan yang dimilikinya.

Dalam penelitiannya memahami masyarakat dan budaya Jawa, Clifford Geertz menggunakan pendekatan kepercayaan/Agama dalam melakukan pemetaan/klasifikasi terhadap masyarakat Jawa. Kebudayaan tidak didefinisikannya sebagai suatu pola kelakuan, yaitu biasanya terdiri atas serangkaian aturan-aturan, resep-resep dan petunjuk-petunjuk yang digunakan manusia untuk mengatur tingkah lakunya. Lebih dari itu, kebudayaan dilihat oleh Clifford Geertz sebagai pengorganisasian dari

pengertian-pengertian yang tersimpul dalam simbol-simbol yang berkaitan dengan eksistensi manusia.

Dari pengklasifikasian yang dilakukan oleh Clifford Geertz terhadap masyarakat Jawa terdiri dari, *Abangan*, *Santri* dan *Priyayi*. Kategori abangan oleh Clifford Geertz dilihat lebih menekankan pentingnya animistik; santri dilihat lebih menekankan pada aspek-aspek Islam; dan priyayi dilihat lebih menekankan aspek Hindu. Perwujudan citra masing-masing struktur sosial di tiga kategori itu adalah: ritual yang berkaitan dengan usaha-usaha untuk menghalau makhluk halus jahat yang dianggap sebagai penyebab dari ketidakteraturan dan kesengsaraan dalam masyarakat, agar ekuilibrium dalam masyarakat dapat dicapai kembali (varian abangan); penekanan pada tindakan-tindakan keagamaan sebagaimana digariskan dalam Islam (varian santri), dan suatu kompleks keagamaan yang menekankan pada pentingnya hakekat alus sebagai lawan dari kasar (kasar dianggap sebagai ciri utama kaum abangan), yang perwujudannya tampak dalam berbagai sistem sosial yang berkaitan dengan etika, tari-tarian, berbagai bentuk kesenian, bahasa dan pakaian (varian priyayi).

2. Kuntowijoyo.

Kuntowijoyo merupakan salah satu penulis terkenal Indonesia. Kuntowijoyo adalah guru besar sejarah di Universitas Gadjah Mada. Ia juga dikenal sebagai pengarang berbagai judul novel, cerpen dan puisi, pemikir dan penulis beberapa buku tentang Islam, kolonnis di berbagai media. Dalam novel yang ditulis oleh Kuntowijoyo banyak sekali tersirat tentang Jawa dan mistisisme Jawa. Mistisisme dalam tataran masyarakat Jawa menjadi salah satu hal yang tidak dapat dipisahkan dalam setiap perilaku yang terjadi di tengah masyarakat. Misalnya dalam novel berjudul *Mantra Pnjinak Ular*, pada novel tersebut Kuntowijoyo menyuguhkan gambaran realitas kehidupan masyarakat Jawa Tengah yang teramat kompleks. Dimulai dari kehidupan di sebuah desa yang berada jauh dari pusat keramaian, pembaca diajak untuk mengikuti dan menyelami kisah bahagia,

sedih, kejahatan, kecurangan, ketidakadilan hingga politik yang berbau KKN. Balutan cerita diperankan oleh seorang Abu Kasan Sapari yang merupakan keturunan priyayi Jawa yang dibesarkan dengan konsep pendidikan Islam dan budaya Jawa di akhir era kepemimpinan Orde Baru. Dengan pendidikan Islam dan balutan budaya Jawa, Abu Kasan Sapari dapat memaknai beberapa simbol alam yang terjadi di akhir era kepemimpinan Orde Baru. Kuntowijoyo menggambarkan khazanah budaya Jawa dalam novel ini melalui wayang serta kehidupan masyarakat Jawa yang tidak bisa lepas dari mitos yang secara turun temurun telah diwariskan oleh nenek moyang. Melalui rentetan cerita dan tingkah laku tokoh yang dihadirkan dalam novel Mantra Pejinak Ular tersebut, Kuntowijoyo menggambarkan berbagai macam lakuan tokoh yang menunjukkan perilaku masyarakat dengan representasi budaya Jawa.

3. **P.J. Zoetmulder.**

Prof. Dr. Petrus Josephus Zoetmulder, S.J. (29 Januari 1906 – 8 Juli 1995) adalah seorang pakar Sastra Jawa dan budayawan Indonesia. Ia terkenal dengan disertasinya mengenai penelitian tentang sebuah aspek agama Kejawaan yang dalam edisi Indonesianya berjudul Manunggaling Kawula Gusti. Selain itu nama Zoetmulder tidak dapat dilepaskan dari telaah sastra Jawa Kuno Kalangwan dan kamus Jawa Kunanya yang terbit dalam dua edisi, yaitu edisi Bahasa Inggris (1982) dan edisi Bahasa Indonesia (1995). Dalam tulisannya Manunggaling Kawula Gusti, Zoetmulder melihat orang Jawa berhasil mengawinkan antara mistikus Jawa dengan Islam. Ia menggambarkan bagaimana bersatunya seorang individu dengan penciptanya dengan tata titi dan laku yang konsisten terus menerus tanpa ada pamrih apapun. Bagi masyarakat Jawa yang terpenting adalah senantiasa sepi ing pamrih rame ing gawe (beramal tanpa mengharapkan balasan) dan memayu ayuning buwana (menciptakan hidup indah dan makmur).

Segala bentuk tingkah laku ini secara tidak langsung akan membentuk kesalehan pribadi individu masyarakatnya dan secara akumulatif akan

membentuk kesalehan sosial sehingga terciptalah masyarakat yang aman damai dan Sentosa.

4. Franz Magnis Suseno

R.P. Prof. Dr. Franz Magnis-Suseno, S.J. (nama asli: Franz Graf von Magnis atau nama lengkapnya Maria Franz Anton Valerian Benedictus Ferdinand von Magnis (lahir 26 Mei 1936) adalah seorang rohaniawan Katolik dan budayawan Indonesia. Ia berasal dari sebuah keluarga bangsawan. Dalam bukunya *Etika Jawa*, Franz Magnis membahas bagaimana budaya Jawa mengajarkan kita tentang Etika yang dimiliki masyarakatnya.

5. Koentjaraningrat

Koentjaraningrat adalah seorang ilmuwan yang telah berjasa meletakkan dasar-dasar ilmu antropologi di Indonesia, sehingga ia diberi gelar kehormatan sebagai Bapak Antropologi Indonesia. Koentjaraningrat memiliki pandangan tersendiri tentang manusia Jawa sebagaimana dituangkan dalam bukunya *Kebudayaan Jawa* menyebutkan bahwa: Pulau Jawa yang luasnya hanya 7% dari seluruh wilayah Kepulauan Indonesia dan dihuni oleh hampir 60% dari seluruh penduduk Indonesia, adalah daerah asal kebudayaan Jawa (Koentjaraningrat, 1984: 5). Dengan demikian dapat dikatakan bahwasanya daerah asal kebudayaan Jawa adalah Pulau Jawa yang panjangnya lebih dari 1.100 kilometer dan lebarnya 120 kilometer, dan terletak antara derajat garis lintang selatan ke-5 dan ke-8 dan dengan luas yang hanya 7% dari seluruh wilayah Kepulauan Indonesia yang dihuni oleh hampir 60% dari seluruh penduduk Indonesia.

Sementara itu dalam hal bahasa sebagai salah satu hasil berbudaya dari masyarakatnya masyarakat Jawa memiliki bahasa yang dikembangkan dalam wilayah kebudayaan Jawa dan sub-sub daerah kebudayaan Jawa. Bahasa Jawa itu terus mengalami perubahan dan perkembangan seiring dengan perubahan yang terjadi dalam rentang waktu tertentu. Dalam hal ini Murdock dalam bukunya, *Genetic Classification of the Austronesian*

Languages mengidentifikasi bahwa “bahasa orang Jawa tergolong sub keluarga Hesperonesia dari keluarga bahasa Malayo – Polinesia” (Koentjaraningrat, 1984: 17).

c. **Filosofi Hidup Masyarakat Jawa**

Masyarakat Jawa mempunyai kekhasan tersendiri dalam mengembangkan kebudayaannya yang orisinal (lokal genius). Masyarakat Jawa dapat dikatakan lebih condong pada pengembangan ke arah pemikiran (filsafati). Banyak sekali pemikiran masyarakat Jawa yang mempunyai kedalaman makna, semisal ada ungkapan, *urip mung mampir ngombe* (hidup hanyalah berhenti sebentar untuk minum), *urip mung sadermo nglakoni* (hidup hanyalah sekedar menjalankan amanah-Nya), *manunggaling kawula kalawan Gusti* (bersatunya manusia dengan Tuhan), dan masih banyak sekali falsafah masyarakat Jawa dalam memahami kehidupan. Damarjati Supajar dalam *Mawas Diri* menyebutkan bahwa:

mampir ngombe itu identik dengan laku sarira-satunggal/sari rasa tunggal, yang dalam Filsafat Ketuhanan atau Apotheosis, hal itu ditunjukkan ketika telunjuk seseorang mengacu ke medan cahaya, yaitu membuana, kembalinya kesadaran manusia kepada Tuhan (Damarjati, 2001: 222-225).

Mereka mempunyai rasa tersendiri, kekhasan sendiri dalam memahami arti dari hidup dan kehadirannya di muka bumi. Hidup bagi mereka memiliki arti tersendiri, dalam hidup itu terkandung makna yang dalam, yang berkaitan dengan hakekat dari hidup itu sendiri dan arti kehadiran manusia di dunia ini. Hal ini terungkap dalam Filsafat Jawa, yang merupakan penggalian masyarakat Jawa terhadap nilai-nilai hidup dan pengetahuan (filsafati). Abdullah Ciptoprawiro mengemukakan bahwa, “pengetahuan (filsafat) senantiasa hanya merupakan sarana untuk mencapai kesempurnaan” (Ciptoprawiro, 1992: 14).

Hal ini banyak ditekankan pada falsafah hidup mereka sebagai Wong Jowo, orang Jawa sejati dengan Filsafat Jawanya yang dicapai dengan perenungan-perenungan mereka. Filsafat Jawa sebagai usaha masyarakat Jawa dalam pencariannya dengan kekuatannya tentang hakekat segala wujud (fenomena), yang bersifat mendalam dan mendasar melalui perenungan-perenungan mereka.

Sebagai contoh dalam budaya Jawa, dalam cerita pewayangan, usaha pencarian kesejahteraan hidup dilambangkan dengan tokoh Werkudara yang mencari air kehidupan. Kemudian pertemuannya dengan Dewa Ruci yang merupakan manifestasi dirinya sendiri dalam bentuk yang kerdil. Dewa Ruci pada akhirnya yang memberitahukan rahasia dari makna air kehidupan yaitu kesejahteraan hidup. Cerita Dewa Ruci ini dapat dianggap pula sebagai mitos. Namun di sini mitos bukanlah memberi keterangan tentang alam semesta, melainkan menggambarkan penghayatan batin: bukan termasuk alam fisika melainkan alam psikologi. Bukan pula manusia harus beranjak dari mitos ke logos atau dari tahap mitologi ke tahap ontologi, melainkan mitos dan logos dapat berada berdampingan. ... Proses perjalanan Bima sampai perjumpaannya dengan Dewa Ruci sejalan dengan proses individualisasi (individuation) psikologi Jung, dimana Dewa Ruci adalah Guru Sejati (the True Master, the Wise Old Man) (Ciptoprawiro, 1992: 42).

Kisah itu sebenarnya merupakan simbolisasi dari masyarakat Jawa dalam memahami makna kehidupan, pencarian seorang manusia terhadap penciptanya, yang berangkat dari eksistensi manusia yang sesungguhnya, dimulai dari kesadaran manusia sebagai subyek atau pelaku, permenungannya sebagai makhluk ciptaan. Cara berpikir mereka menggalih; galih atau inti (pusat terdalam) dari sebuah pohon atau kayu, yaitu suatu cara berpikir yang mendalam sampai pada intinya.

Demikian juga dalam sikap dan tindakan masyarakat Jawa pada umumnya yang ditunjukkan dalam perilaku kehidupan keseharian mereka. Dalam hal ini ada beberapa sikap mereka yang mempunyai ciri khas tertentu yang dapat dikatakan sebagai local genius, antara lain:

a) Sikap *Nrima*

Sikap *nrima* bisa diartikan dengan menerima segala sesuatu dengan ikhlas, yang dibarengi dengan kesadaran mereka sebagai makhluk yang diciptakan oleh-Nya. Keikhlasan dan kesadaran makhluk ciptaan yang *saderno nglakoni*, sekedar menjalankan amanat, hidup sebagai kenyataan yang harus dijalani dengan kesungguhan dan rasa tanggung-jawab oleh manusia. Sikap

hidup nrima ini dapat juga berarti sikap puas dengan nasibnya, tidak memberontak, menerima dengan rasa terima kasih. Secara spiritual-psikologis, tanpa merasa nggrundel (menggerutu karena kecewa di belakang). Adapun yang diterima dianggap sebagai karunia Tuhan semata. Pada saat itu, hanya watak lamun kelangan ora gegetun (jika kehilangan tidak merasa kecewa), trima mawi pasrah (pasrah dengan hati yang ikhlas). Artinya, dalam hidup harus ada usaha pada tingkatan tertentu, baru nrima. Usaha merupakan jembatan nasib. Jika usaha gagal, orang Jawa akan menerima itu sebagai pelajaran. Inilah pengertian sikap nrima dalam diri orang Jawa.

b) Sikap Sumarah

Dalam Filsafat Jawa dikatakan bahwa Tuhan sebagai sangkan paraning dumadi, Tuhan sebagai awal dan akhir dari semua bentuk kehidupan yang ada di muka bumi ini. Sikap hidup dalam masyarakat Jawa yang berkaitan dengan hal ini adalah sikap sumarah. Chodjim mendiskripsikan sikap sumarah ini dapat diidentikkan dengan “penyerahan diri secara total, dalam hal ini kepada Tuhan” (Chojim, 2002: 81).

Sumarah-nya orang Jawa ditunjukkan dengan cara, mendekati dirinya dengan Tuhan secara laku. Laku sebagai salah satu cara atau usaha manusia untuk mendekati dirinya dengan Sang Pencipta. Dengan laku ini mereka melatih fisik dan rohani, agar jiwa menjadi terang dan terbuka dalam menghadapi segala hal, dan yang diharapkannya terkabul. Hal yang diharapkan dari laku tersebut adalah suasana hati yang sepi, tetapi hati terasa nyaman dan damai.

c) Berpikir Menggalih

Masyarakat Jawa dalam laku dan pinuturnya selalu dilakukan dengan dasar dan alasan yang kuat/ kita sebut sebagai berpikir menggalih. Menggalih berasal dari kata galih atau inti terdalam dari sebuah pohon atau kayu. Hal ini merupakan salah satu pemahaman dari masyarakat Jawa, seperti halnya di Barat yang menganjurkan berpikir sampai mengakar, radix, maka di dalam masyarakat Jawa di anjurkan berpikir menggalih. Hati nurani dalam

konteks Jawa memang digerakkan oleh rasa. Rasa ini didorong oleh rasha, yaitu suatu endapan pengalaman batin. Rasha adalah lubuk hati nurani yang terdalam, rasha adalah kehalusan dari rasa. Dengan demikian rasha merupakan kehalusan atau kelembutan hati nurani yang sulit dibandingkan. Abdullah Ciptoprawiro dalam Filsafat Jawa menyebutkan bahwa cara berpikir menggalih inilah yang meningkatkan kesadaran aku kepada kesadaran pribadi. “Aku (ego) tidak dianggap kekal-statis, melainkan dapat berubah dinamis seiring dengan peningkatan kesadaran” (Ciptoprawiro, 1992: 25)

d. Keseimbangan Hidup Masyarakat Jawa

Masyarakat adalah suatu sistem hubungan-hubungan yang tertibkan (society means a system of ordered relations). Masyarakat adalah kumpulan manusia yang mempunyai hubungan satu sama lain dan saling membutuhkan. Berdasarkan makna ini kumpulan orang yang mendengarkan ceramah atau rapat, atau berkumpulnya orang yang berkerumun karena ada kecelakaan, misalnya tabrakan antara mobil dan sepeda motor, tidak dapat dimaknai sebagai suatu masyarakat. Alasannya, meskipun mereka berkumpul, sebenarnya mereka tidak mengenal satu sama lain, tidak saling membutuhkan, dan tidak saling berhubungan. Berkumpulnya orang-orang itu disebut kumpulan massa.

Koentjaraningrat dalam bukunya Pengantar Ilmu Antropologi (1979: 160) menyebutkan bahwa masyarakat adalah kesatuan hidup manusia yang berinteraksi menurut suatu sistem adat-istiadat tertentu yang bersifat kontinyu, dan yang terikat oleh suatu rasa identitas bersama.

Unsur-unsur yang dikemukakan dalam pandangan di atas adalah: (1) Manusia yang hidup bersama, secara teoritis angka minimum adalah dua orang yang hidup bersama; (2) bercampur untuk waktu yang lama; (3) kesatuan hidup bersama menimbulkan kebudayaan. Untuk itu setiap anggota kelompok merasa dirinya terikat satu dengan yang lainnya.

masyarakat Jawa didapatkan tidak terlepas dari pengertian masyarakat sebagaimana disebutkan di atas. Pengertian “Jawa” dimaksudkan dalam

“masyarakat Jawa” adalah masyarakat yang hidup dalam kungkungan budaya Jawa. Selanjutnya, untuk menyebut “masyarakat Jawa” tidak lepas dari apa yang disebut “orang Jawa”. “Orang Jawa” inilah yang dengan segala interaksinya, dengan segala adat-istiadatnya, dengan sistem moralnya dan dengan segala aspek budayanya akan membentuk “masyarakat Jawa”. Menurut Magnis-Suseno (1985: 15), yang dimaksud “orang Jawa” adalah:

- 1) Orang yang berbahasa Jawa, yang masih berakar di dalam kebudayaan dan cara berpikir sebagaimana terdapat di daerah pedalaman Jawa, dari sebelah Barat Yogyakarta sampai daerah Kediri ke Timur; dan
- 2) Yang sekaligus tidak secara eksplisit berusaha untuk hidup di atas dasar agama Islam.

Pendapat yang dipakai oleh Magnis-Suseno tersebut adalah batasan sebagaimana sering juga dipakai oleh beberapa antropolog.

Kodiran (1975: 322) lebih lanjut mengatakan, masyarakat Jawa yang hidup dalam daerah kebudayaan Jawa meliputi seluruh bagian Tengah dan Timur dari Pulau Jawa. Bahasa yang dipergunakan adalah bahasa Jawa dengan dialek masing-masing daerah yang berbeda. Sebelum terjadi perubahan-perubahan status wilayah seperti sekarang ini, ada daerah-daerah yang secara kolektif sering disebut daerah kejawen, yaitu Banyumas, Kedu, Yogyakarta, Surakarta, Madiun, Malang dan Kediri. Daerah di luar itu dinamakan “pesisir” dan “ujung timur”. sistem budaya Jawa yang bersifat kontinyu, dan yang terikat oleh suatu rasa identitas bersama yaitu orang Jawa.

Pandangan hidup merupakan suatu abstraksi dari pengalaman hidup; pandangan itu dibentuk oleh suatu cara berpikir dan cara merasakan tentang nilai-nilai, organisasi sosial, kelakuan, peristiwa-peristiwa dan segi-segi lain daripada pengalaman; pandangan hidup adalah sebuah pengaturan mental dari pengalaman itu dan pada gilirannya mengembangkan suatu sikap terhadap hidup (Mulder, 1973: 35).

Dengan kata lain, pandangan hidup adalah wawasan menyeluruh terhadap kehidupan yang terdiri dari kesatuan rangkaian nilai-nilai luhur. Yang dimaksud

nilai luhur adalah tolok ukur kebaikan yang berkenaan dengan hal-hal yang bersifat mendasar dan abadi dalam hidup manusia.

Pandangan hidup memiliki fungsi sebagai kerangka acuan untuk menata kehidupan diri pribadi, menata hubungan antar manusia dengan masyarakat, dan menata hubungan antar manusia dengan alam sekitar. Pandangan hidup ini dapat dianalisa sebagai sebuah logika yang menghayati suatu masyarakat. Untuk mengerti bagaimana pandangan hidup masyarakat Jawa maka sebagai titik tolak akan dikemukakan tentang kepribadian masyarakat Jawa, dasar moral masyarakat Jawa, dan cara berpikir masyarakat Jawa.

1) Kepribadian hidup masyarakat Jawa

Pengertian kepribadian atau sering disebut personality adalah semua tingkah laku atau tindak perbuatan dari tiap-tiap manusia sebagai individu yang berbeda dengan individu lainnya yang disebabkan oleh pengaruh susunan unsur-unsur akal dan jiwanya (Koentjaraningrat, 1979: 116). Unsur-unsur yang membentuk kepribadian itu adalah pengetahuan, perasaan dan dorongan naluri yang meliputi dorongan untuk mempertahankan hidup, dorongan seks, dorongan untuk mencari makan, dorongan untuk bergaul dan berinteraksi dengan semua dan sesama manusia, dorongan untuk meniru tingkah laku sesamanya, dorongan untuk berbakti, dan dorongan akan keindahan.

Selanjutnya, jika kita menyebut unsur-unsur kepribadian, di dalamnya ada semacam “kepribadian dasar”. Yang dimaksud kepribadian dasar adalah semua unsur kepribadian yang dimiliki bersama oleh suatu bagian besar dari warga suatu masyarakat. Kepribadian dasar ini ada karena semua manusia sebagai individu dalam masyarakat mengalami pengaruh lingkungan kebudayaan yang sama selama masa tumbuhnya. Hal ini juga berlaku bagi keberadaan kepribadian masyarakat Jawa, paling tidak ada individu-individu dalam masyarakat Jawa yang tingkah laku dan perbuatannya saling pengaruh mempengaruhi, sehingga ada semacam kecenderungan adanya sikap atau pola kelakuan yang meniru. Alhasil antara kepribadian masyarakat Jawa dengan kepribadian masyarakat lainnya

ada perbedaan. Namun karena masyarakat Jawa dengan masyarakat lain di Indonesia tetap dalam satu keterikatan negara Indonesia, maka ada kecenderungan pengaruh-mempengaruhi antara masyarakat yang satu dengan masyarakat lainnya. Secara lebih populer, kepribadian masyarakat Jawa adalah ciri-ciri watak masyarakat Jawa yang konsisten, yang memberikan kepada masyarakat Jawa suatu identitas sebagai masyarakat yang khusus.

2) Dasar moral masyarakat Jawa

Dasar moral masyarakat Jawa sebagaimana dikemukakan oleh Niels Mulder (1973: 43-44) terletak di dalam ketentraman dan keselarasan (*rust en orde*). Dasar moral ini terletak dalam hubungan yang selaras antara orang di dalam masyarakat mereka sendiri. Hubungan yang selaras ini akan tercapai dan terwujud manakala masing-masing individu sebagai anggota masyarakat menempatkan hak dan kewajibannya secara terpadu.

Niels Mulder lebih lanjut mengatakan, cita-cita masyarakat Jawa terletak dalam tata-tertib masyarakat yang selaras, melihat orang sebagai individu tidak sangat penting, mereka bersama-sama mewujudkan masyarakat. Terciptanya keselarasan masyarakat akan menjamin kehidupan yang baik bagi individu-individu. Tugas moral seseorang dalam masyarakat Jawa adalah menjaga keselarasan masyarakat dengan menjalankan kewajiban-kewajiban sosial. Kewajiban sosial itu menyangkut hubungan sosial, yaitu hubungan antara orang yang satu dengan yang lainnya. Hubungan-hubungan sosial itu tak sama, melainkan hirarkis. Dengan kata lain, adanya bermacam-macam predikat dan pangkat dari seseorang menyebabkan hubungan sosial dalam masyarakat pun berlainan, dalam arti ada tingkatannya. Implikasinya kewajiban sosial itu pun bertingkat. Misalnya dalam golongan masyarakat di Jawa, yaitu antara seorang bendara, priyayi dan wong cilik akan berlainan di dalam kewajiban moralnya. Karena itu seseorang harus senantiasa menjaga keselarasan hubungan sosial dalam masyarakat dengan menempatkan dirinya sesuai dengan status dan fungsinya masing-masing. Misalnya, orang yang dalam lapisan atas harus

memelihara hubungan dengan bawahannya dan bertanggung jawab terhadapnya; mereka yang berada dalam lapisan bawah harus mentaati dan menghormati atasannya; orang yang mempunyai status sosial yang sama atau setaraf dan setingkat harus bertindak dan berbuat sama, harus solid. Semua pangkat atau penggolongan dalam masyarakat itu terikat dan mewujudkan suatu susunan atas dasar kekeluargaan, yaitu orang harus bergotong-royong, tolong-menolong dan tukarmenukar. Dasar moral masyarakat Jawa terletak dalam hubungan dan kewajiban antara orang yang tidak sama rata.

3) Cara berpikir masyarakat Jawa

Dalam mengungkapkan cara berpikir masyarakat Jawa ini berdasarkan hasil penelitian Niels Mulder yang sudah dibukukan dengan judul Kepribadian Jawa dan Pembangunan Nasional.

Berpikir adalah suatu perbuatan mental yang menertibkan gejala-gejala dan pengalaman-pengalaman, supaya gejala dan pengalaman tersebut menjadi jelas, dapat dimengerti dan diinterpretasikan. Susunan dari pandangan hidup masyarakat Jawa merupakan suatu hasil dari cara berpikir dan cara interpretasi tentang pengalaman sosial dan kultural; pada gilirannya pandangan hidup itu merupakan suatu pedoman bagi pelaksanaan dan perbuatan di kemudian hari. Dengan perkataan lain, pengalaman hidup dan pandangan hidup dihubungkan oleh pikiran dan cara berpikir dan interpretasi itu menentukan susunan pandangan hidup. Pandangan hidup itu menjadi logika dari pengalaman, penafsiran dan pengharapan, menjadi logika dari proses sosial bagi mereka yang ikut serta dalam proses itu. Cara berpikir dan pandangan hidup menentukan persepsi sosial (Mulder, 1973: 58).

Berpikir dari masyarakat Jawa tidak terlepas dari pelaksanaan kehidupannya sehari-hari. Kehidupan Jawa bersifat serimonial. Sifat serimonial ini terlihat pada pandangan hidup orang Jawa yang selalu meresmikan segala sesuatu dengan upacara. Segala sesuatu harus diformalkan, serba sah dan nyata, entah isinya sudah ada atau belum.

Misalnya: orang mengadakan suatu upacara perkawinan dilaksanakan dengan secara mewah dan megah, tanpa memikirkan apa yang akan dilakukan setelah upacara perkawinan itu. Demikian juga mereka yang datang tidak lagi memikirkan siapa yang menikah pada upacara perkawinan itu, apakah mereka berbahagia atau tidak, yang penting mereka mengikuti upacara tersebut (Mulder, 1973: 59).

4) Pernyataan Pandangan Hidup Masyarakat Jawa

Masyarakat Jawa merupakan salah satu komunitas masyarakat yang ada dalam Negara Kesatuan Republik Indonesia (NKRI). Sedangkan komunitas masyarakat yang lain, antara lain: masyarakat Batak, masyarakat Bugis, masyarakat Toraja, masyarakat Minang, masyarakat Bali, dan sebagainya. NKRI yang terdiri dari berbagai komunitas masyarakat dalam kehidupan memiliki “Pancasila” yang sudah diakui dan diterima kebenarannya, kemanfaatannya oleh seluruh bangsa dan masyarakat Indonesia sebagai pandangan hidup dan pedoman hidup dalam semua aspek kehidupan bernegara, bermasyarakat maupun hidup pribadi. Artinya, semua tingkah laku dan tindak perbuatan setiap manusia Indonesia harus didasari dan dijiwai semua nilai sila Pancasila. Pancasila sebagai pandangan hidup merupakan satu kesatuan, tidak dapat dipisah-pisahkan antara sila yang satu dengan sila lainnya; keseluruhan sila-sila dalam Pancasila merupakan satu kesatuan yang organis. Antara sila yang satu dengan sila yang lain saling mengisi.

Masyarakat Jawa merupakan bagian terbesar dari masyarakat-bangsa Indonesia tentu juga memiliki pandangan hidup yang merupakan landasan bagi berlakunya sistem kehidupan di Jawa. Keberadaan pandangan hidup masyarakat Jawa itu tidak bertentangan dengan Pancasila sebagai pandangan hidup masyarakat-bangsa Indonesia, karena Pancasila digali dari adatistiadat, agama dan kepercayaan serta kebudayaan tiap-tiap daerah di Indonesia. Dalam hal ini Jawa turut andil dalam pembentukan pandangan hidup bangsa Indonesia tersebut. Dengan perkataan lain, pandangan hidup masyarakat Jawa tidak bertentangan dengan Pancasila, melainkan

merupakan perwujudan dan pelaksanaan Pancasila di daerah (sejalan dengan prinsip “disting-dalam identitas atau identik-dalam distingtif”; “otonomi-dalam korelasi atau korelasi-dalam otonomi”).

Selanjutnya berdasarkan kepribadian masyarakat Jawa, dasar moral masyarakat Jawa, cara berpikir masyarakat Jawa sebagaimana diungkapkan di atas, berikut ini akan dikemukakan pandangan hidup masyarakat Jawa. Sebagaimana diungkapkan oleh Niels Mulder (1973: 14), bahwa pandangan hidup masyarakat Jawa (orang Jawa) diungkapkan sebagaimana yang tercermin dalam praktek dan keyakinan agama, yaitu “Javanisme”. Javanisme adalah pandangan hidup orang Jawa dan juga agamanya, yang menekankan ketentraman batin, keselarasan dan keseimbangan, sikap narima terhadap segala peristiwa yang terjadi sambil menempatkan individu di bawah masyarakat dan masyarakat di bawah semesta alam. Pandangan hidup orang Jawa ini mengajarkan agar masyarakat Jawa menempatkan adanya hubungan yang selaras antara individu dengan dirinya sendiri, individu dengan individu lainnya, antara individu dengan alam semesta dan antara individu dengan Tuhannya. Adanya keselarasan tersebut masyarakat Jawa diharapkan dapat menjalankan hidupnya dengan benar. Agar perwujudan keselarasan dapat terjamin maka masing-masing individu harus menerapkan kaidah-kaidah moral yang menekankan pada sikap “narima, sabar, waspada-eling (mawas diri), andap asor (rendah hati) dan prasaja (sahaja)”; Hal-hal itulah yang mengatur dorongan-dorongan dan emosi-emosi pribadi. Sedangkan yang berhubungan untuk mengatur keselarasan kehidupan dalam masyarakat di dunia ini sudah dipetakan dan tertulis dalam bermacam-macam peraturan, seperti: kaidah-kaidah etiket Jawa (tatakrama) yang mengatur kelakuan antar-manusia, kaidah-kaidah adat yang mengatur keselarasan dalam masyarakat, peraturan beribadat yang mengatur hubungan formal dengan Tuhan.

e. Bagaimana Healing bekerja dalam ranah mental?

Dalam bagian sebelumnya kita telah membahas tentang healing yang dimaksud dari buku ini. Healing (penyembuhan) merupakan proses mental, yang terjadi dalam diri manusia. Tentu kita bertanya sejauh manakah ranah ini dapat kita pahami?. Oleh karena itu kita akan memulai dengan memahami tahapan dalam healing. Mulai dari pengertian self healing, persepsi, dan motivasi. Ketiga ranah ini merupakan ranah yang saling terkait dalam diri untuk membantu kita dalam mempercepat healing itu sendiri.

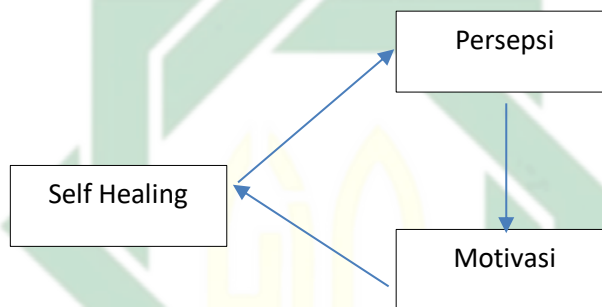


Diagram 2.1. apa saja pembentuk dalam system healing

Pada bagian ini akan dibahas tentang proses etnohealing itu sendiri. Dimana berawal dari kemampuan diri sendiri dalam melakukan penyembuhan/self healing. Lebih jauh mengenai self healing akan dipaparkan sebagai berikut:

a. Self Healing

Pemahaman mengenai *self-healing* sebagai terapi penyembuhan, tidak lepas dari konsep *self*. *Self* dapat diartikan sebagai koleksi keyakinan pertama dan terpenting yang orang yakini tentang dirinya sendiri (Taylor, 1999). Kumpulan keyakinan (*belief*) yang ada pada diri seseorang disebut *self-concept*. Penilaian atau evaluasi yang dibuat seseorang mengenai dirinya sendiri disebut *self-esteem*. Seseorang dengan *self-esteem* tinggi memiliki kualitas personal yang baik seperti selalu berpikir positif tentang dirinya sendiri, memiliki tujuan hidup, memakai *feedback* dengan cara mempertinggi dirinya (*self-enhance*) dan seringkali sukses dalam menghadapi situasi sulit. Sebaliknya, orang dengan *self-esteem* rendah

memiliki konsepsi *self* yang kurang jelas, berpikir negatif tentang dirinya sendiri, sering memilih tujuan yang tidak realistis, cenderung pesimistis mengenai masa depan, dan beberapa jenis *feedback* negatif lainnya (Taylor, 1999).

Self memuat sejumlah komponen dan proses yang dapat diidentifikasi. Komponen yang ada di dalam *self* antara lain berupa: kognisi (*thinking/cognition*), persepsi (*perception*), memori (*memory*), rasa/hasrat (*feeling/desire*), motivasi (*motivation*), kesadaran (*consciousness*), dan hati nurani (*conscience/moral sense*) (Beck, 2002). Semua komponen tersebut selalu bersinggungan dengan bidang psikologi.

Self itu sendiri diciptakan melalui bicara (*speech*) dan melalui interaksi sosial (Beck, 2002). Pernyataan tersebut berasumsi bahwa *self* dikonstruksi dari hasil interaksi secara simultan, baik yang terjadi dengan diri sendiri maupun dengan orang lain. Hal tersebut merupakan interaksi *self* yang mencegah personalitas seseorang dari memenuhi rekaman input dari lingkungan sosial dan budayanya (Vocate, 1994).

Proses bicara itu sendiri, secara fisik membentuk kesadaran (*awareness*) baru bagi *self* dan orang lain, serta memberikan sebuah bentuk bagi internalisasi (Vocate, 1994). Dimensi simbolik dari bicara menaikkan kesadaran (*consciousness*) menuju uniknya level manusia atas refleksi-diri (*self-reflection*) melalui penciptaan intelek dan inner dialog. Perbedaan antara intelektual murni dengan kesadaran (*consciousness*) yaitu bahwa *consciousness* memerlukan bentuk secara dialogis. Diperkuat oleh pendapat Mead di dalam bukunya Vocate (1994) bahwa segala sesuatu yang dapat diucapkan merupakan bagian dari *self* yang akan membatasi cakupan *consciousness* sebatas tempat terjadinya komunikasi.

Teori psikologi cenderung menambahkan kapasitas untuk *self-awareness* sebagai sesuatu yang mendasar bagi fungsi psikologis. Secara universal individu memelihara aktivitas mental *awareness*-nya. Individu sebagai agen yang eksis dalam setiap waktu dan tempat. Sekaligus, individu-lah yang bertindak dalam dunia. Pandangan terhadap *self* ini menekankan pada

identifikasi self yang mengandung aspek personalitas, maksudnya bahwa self merupakan orang yang sama saat bangun setiap harinya. Self awareness tidak hanya memunculkan pengalaman tertentu bagi self, tetapi juga memungkinkan bagi orang lain. Pengalaman tersebut bisa melalui bentuk simbolik yaitu untuk membentuk dan menyampaikan variabel sosok self secara kultural (Miller, 2001).

Self regulation merupakan salah satu aspek terpenting dari eksistensi manusia. Peran dari self regulation adalah memutuskan goal mana yang diikuti dan menyertakan pada tindakan yang searah tujuan (goal-directed action). Hal ini merupakan proses dasar yang melandasi pikiran, perasaan dan tindakan seseorang. Pendapat dari aliran Freud dan model regulasi perilaku yang sangat behavioristik dijelaskan bahwa perilaku sangat ditentukan oleh dorongan biologis dan oleh lingkungan eksternal atau bahkan mungkin tidak disadari (Chartrand, 2002). Sebagai reaksinya, muncul gerakan humanistik khususnya teori self milik Roger yang menempatkan self sebagai agen penyebab terpenting dari self regulation. Pengaturan perilaku bukan didorong oleh ketidaksadaran atau lingkungan, melainkan oleh self, sebuah mediator kritis antara lingkungan dan perilaku (Chartrand, 2002). Dengan kata lain, bahwa self dikonstruksi dari hasil interaksi secara simultan yang terjadi baik dengan diri sendiri maupun dengan orang lain. Ini merupakan interaksi self yang mencegah personalitas seseorang dari memenuhi rekaman input dari lingkungan sosial dan budayanya (Vocate, 1994).

Model common-sense mengenai self-regulation penyakit, setiap orang memiliki sebuah komponen self-system. Peran dari self-system. yang dimaksud adalah untuk memelihara atau mencapai kondisi fisik, emosional dan sosial. Self-system dideskripsikan sebagai struktur identitas psikososial yang menangani masalah kesehatan yang muncul dalam keseharian seseorang. Masalah kesehatan yang dimaksud yaitu kejadian atau keadaan yang dialami sebagai sesuatu yang menyerang kapasitas seseorang terkait fungsinya secara fisik, kognitif, emosional, ataupun sosial. Teori ini

menjelaskan bahwa setiap orang selalu membentuk gambaran kognitif dan afektif terkait masalah kesehatan (Cameron, 2003).

Gambaran kognitif identik sebagai pengetahuan (awareness) baik pengetahuan yang tidak memihak atau pengetahuan (knowledge) mengenai etiologi masalah kesehatan; kerentanan seseorang terhadap penyakit; keparahan dan durasi masalah kesehatan; serta keefektifan perilaku alternatif yang tersedia. Gambaran afektif merupakan reaksi emosional terhadap aspek masalah kesehatan dan perilaku alternatif terhadap perlindungan kesehatan.

Pertimbangan aktif yang dilakukan oleh peran self-regulation penyakit bahwa gambaran kognitif dan afektif dapat mengarahkan seseorang untuk menerima ataupun menolak alternatif perilaku yang sudah ditentukan. Lebih jauh, proses seleksi dan implementasi dalam self-regulation, selalu diikuti dengan penilaian terhadap hasil (outcome). Hasil tersebut kemudian dievaluasi dan konsekuensinya dapat dialami serta diantisipasi. Selanjutnya, persepsi dimunculkan sebagai proses yang menjadi gambaran dari kumpulan self-system dan menyediakan tuntunan (pedoman) untuk tindakan berikutnya (Cameron, 2003).

b. Persepsi

Persepsi dalam arti sempit adalah penglihatan, yakni metode yang dipakai seseorang dalam melihat sesuatu. Pengertian yang lebih luas, persepsi adalah proses ketika seseorang menjadi sadar terhadap sejumlah stimulus yang mempengaruhi organ indrawi (Sobur, 2009). Jelasnya, persepsi adalah proses seseorang dalam memandang atau mengartikan sesuatu.

Persepsi merupakan fungsi psikis yang dimulai dari proses sensasi, tetapi dilanjutkan dengan proses mengelompokkan, menggolong-golongkan, mengartikan, dan mengkaitkan beberapa rangsang sekaligus (Shaleh, 2008). Persepsi juga dapat diartikan sebagai proses menginterpretasi atau menafsirkan informasi yang diperoleh melalui sistem alat indera manusia (Suharnan, 2005).

Terdapat tiga komponen utama dalam proses persepsi (Sobur, 2009) yaitu:

1. Seleksi adalah proses penyaringan oleh indera terhadap rangsangan dari luar, intensitas dan jenisnya bisa banyak ataupun sedikit.
2. Interpretasi yaitu proses mengorganisasikan informasi sehingga mempunyai arti bagi seseorang. Interpretasi dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti pengalaman masa lalu, sistem nilai yang dianut, kepribadian dan kecerdasan. Interpretasi juga bergantung pada kemampuan seseorang untuk mengadakan pengkategorian informasi yang diterimanya, yaitu proses mereduksi informasi yang kompleks menjadi sederhana.
3. Reaksi sebagai bentuk tingkah laku setelah melakukan proses interpretasi dan persepsi. Jadi, proses persepsi adalah melakukan seleksi, interpretasi, dan pembulatan terhadap informasi yang sampai.

Proses persepsi tergantung pada sistem sensorik dan otak. Sistem sensorik mendeteksi informasi, mengubahnya menjadi impuls saraf, mengolah dan mengirimkannya ke otak melalui benang-benang saraf. Otak memainkan peran yang luar biasa dalam mengolah data sensorik (L. Davidoff, 1988). Sehingga, dapat dikatakan bahwa persepsi memiliki empat cara kerja, yaitu deteksi, transduksi, transmisi, dan pengolahan informasi.

Ada dua faktor yang mempengaruhi persepsi. Beberapa faktor tersebut di antaranya adalah faktor internal dan eksternal. Faktor internal yang berasal dari individu itu sendiri, yang dapat mempengaruhi kecerdasan emosinya. Faktor internal ini memiliki dua sumber yaitu segi jasmani dan segi psikologis. Segi jasmani menyangkut kesehatan individu, sedangkan segi psikologis meliputi pengalaman, perasaan, kemampuan berfikir dan motivasi.

Faktor eksternal yang berupa stimulus dan lingkungan. Stimulus agar dapat dipersepsi harus cukup kuat dan melampaui ambang stimulus. Lingkungan atau situasi khusus yang melatarbelakangi obyek merupakan kebulatan atau kesatuan yang sulit dipisahkan. Obyek yang sama dengan situasi sosial yang berbeda, dapat menghasilkan persepsi yang berbeda (Walgito, 2009).

Pendapat lain menyebutkan bahwa faktor yang mempengaruhi persepsi seseorang dapat dikategorikan menjadi faktor fungsional, faktor struktural, faktor situasional, dan faktor personal (Sobur, 2009).

Faktor fungsional yaitu faktor yang dihasilkan dari kebutuhan, kegembiraan (suasana hati), pelayanan, dan pengalaman masa lalu seseorang. Faktor struktural yaitu faktor yang dihasilkan dari bentuk stimuli dan efek-efek netral yang ditimbulkan dari sistem saraf individu. Faktor situasional yaitu faktor yang berkaitan dengan bahasa non verbal, misalnya: petunjuk proksenik, petunjuk kinesik, petunjuk wajah, petunjuk paralinguistik adalah beberapa dari faktor situasional yang mempengaruhi persepsi. Faktor personal yaitu faktor yang terdiri dari pengalaman motivasi kepribadian.

Faktor yang mempengaruhi persepsi sosial dalam lingkungan sosial antara lain adalah nilai, familiaritas, arti emosional, dan intensitas. Nilai yang dimaksud adalah ciri dari stimuli seperti nilai subyek yang mempengaruhi cara stimuli tersebut dipersepsikan. Arti emosional adalah sampai seberapa jauh stimuli tertentu merupakan sesuatu yang mengancam atau yang menyenangkan.

Familiaritas adalah pengenalan berdasarkan exposure yang berkali-kali dari suatu stimulus sehingga mengakibatkan stimulus tersebut dipersepsikan lebih akurat, dan intensitas berhubungan dengan derajat kesadaran seseorang mengenai stimulus tersebut. (<http://www.litagama.org/jurnal/edisi5/Kompululusan.htm>).

Sebuah stimulus akan dipersepsikan oleh seseorang dengan sangat bervariasi, ketika seseorang mempersepsikan stimulus dengan baik maka tidak akan terjadi stress (sakit). Sebaliknya, ketika seseorang mempersepsi stimulus sebagai sebuah tekanan, maka yang bersangkutan akan mengalami stress (sakit). Selanjutnya, stress itu akan berlanjut atau tidak, serta memberikan dampak yang positif atau negatif, tergantung pada cara seseorang dalam mengolah stress yang disebut dengan mekanisme koping.

c. Motivasi

Secara etimologi motivasi berasal dari kata *motiv* yang dalam bahasa Inggris *motive* berasal dari perkataan *motion* yang bersumber dari bahasa Latin *movere* yang artinya bergerak. Maksud dari pengertian motivasi adalah daya gerak yang mencakup dorongan, alasan dan kemampuan yang timbul dari diri seseorang yang menyebabkan seseorang berbuat sesuatu atau melakukan tindakan (Winardi, 1982). Faktor yang mempengaruhi motivasi menurut Winardi (1982) terbagi menjadi 3 yaitu:

1. Kebutuhan-kebutuhan pribadi seperti fisik, ekonomi, politik dan sebagainya.
2. Tujuan-tujuan dan persepsi seseorang atau kelompok yang bersangkutan.
3. Cara untuk merealisasikan kebutuhan-kebutuhan dan tujuan-tujuan tersebut.

Indrawijaya (1986) mengemukakan bahwa faktor yang mempengaruhi motivasi adalah kepribadian, sikap, pengalaman masa lalu, harapan masa depan, adanya tekanan psikologis dan kemampuan kerja. Lebih jauh dapat dinyatakan bahwa motivasi merupakan suatu proses yang terjadi dalam diri manusia yang terjadi akibat adanya interaksi antara sikap, kebutuhan, persepsi, proses belajar dan pemecahan masalah dalam diri seseorang (Indrawijaya, 1986). Gibson seperti yang dikutip oleh Winardi (1982) mengelompokkan teori-teori motivasi dalam dua kelompok yaitu teori kepuasan dan teori proses. Teori motivasi yang dimasukkan dalam kelompok teori kepuasan yaitu teori kebutuhan Maslow, teori dua faktor Herzberg dan teori kebutuhan Mc. Clelland. Adapun yang digolongkan dalam teori proses adalah teori motivasi instrumental yang mengemukakan bahwa harapan akan imbalan atau hukuman merupakan suatu pendorong bagi tindakan seseorang (Indrawijaya, 1986).

Terdapat dua jenis motivasi yaitu intrinsik dan ekstrinsik. Tujuan-tujuan untuk mengingat atau bentuk impressi itu kongkret, berupa tujuan yang spesifik. Namun, ada juga orientasi motivasional yang abstrak yang dapat beroperasi secara otomatis. Pada kasus tertentu ketika aktivitas diarahkan menuju kepuasan intrinsik (*satisfy intrinsic*) atau motif *self-determined*,

aktivitas tersebut akan dinikmati untuk kepentingannya sendiri, dan individu masuk dalam sebuah tugas dan merasa seperti mengalir. Sebaliknya, ketika aktivitas diarahkan menuju kepuasan ekstrinsik (satisfy extrinsic) atau motif instrumental, seseorang tidak melakukannya untuk kepentingannya sendiri melainkan untuk kepentingan eksternal yang secara otomatis terhubung dengan arah tujuan yang lebih tinggi (Chartrand, 2002). Sumber motivasional juga bisa dibedakan seperti dalam tabel berikut.

Tabel 2.1 Sumber Kebutuhan Motivasional

Sumber Kebutuhan Motivasional	
Perilaku/eksternal	<ul style="list-style-type: none"> a. Diperoleh melalui stimuli yang terhubung/diasosiasikan dengan stimuli terhubung dalam (<i>innately connected stimulus</i>) b. Menghasilkan konsekuensi (<i>reward</i>) yang diinginkan atau menyenangkan atau menghindari konsekuensi yang tidak diinginkan dan tidak menyenangkan c. Meniru model positif
Biologis	<ul style="list-style-type: none"> a. Meningkatkan/menurunkan stimulasi (gerakan) b. Mengaktifkan indera (rasa, sentuhan, penciuman, dsb) c. Menurunkan rasa lapar, haus, tidak nyaman, dsb d. Memelihara <i>homeostasis</i>, keseimbangan
Afektif	<ul style="list-style-type: none"> a. Meningkatkan/menurunkan disonansi efektif (ketidakkonsistenan) b. Meningkatkan perasaan baik/enak c. Menurunkan perasaan tidak baik d. Meningkatkan keamanan atau menurunkan ancaman bagi <i>self-esteem</i> e. Memelihara tingkat optimis dan antusias

Kognitif	<ul style="list-style-type: none"> a. Memelihara perhatian terhadap sesuatu yang menarik atau mengancam b. Mengembangkan makna atau pemahaman c. Meningkatkan/menurunkan ketidakseimbangan kognitif, ketidakpastian d. Memecahkan masalah atau membuat keputusan e. Membayangkan/menginginkan sesuatu f. Mengurangi ancaman/resiko
Konatif	<ul style="list-style-type: none"> a. Memenuhi tujuan yang dibuat/diseleksi secara individu b. Memenuhi mimpi personal c. Mengontrol kehidupan seseorang d. Mengurangi ancaman untuk mencapai tujuan dan memenuhi mimpi e. Mengurangi kontrol orang lain terhadap hidup seseorang
Spiritual	<ul style="list-style-type: none"> a. Memahami tujuan hidup seseorang b. Menghubungkan <i>self</i> dengan aspek tertinggi yang tidak diketahui (<i>ultimate unknowns</i>)

Sumber: www.harcourt.com/dictionary/def/html

d. Spiritual

Spirituality atau spiritual berasal dari bahasa latin "*spiritus*" yang berarti nafas atau udara (Zohar, 2002). Setiap individu memiliki definisi yang berbeda mengenai spiritual, hal ini dipengaruhi oleh budaya, perkembangan, pengalaman hidup dan ide-ide mereka sendiri tentang hidup. Spiritual menghubungkan antara intrapersonal (hubungan dengan diri sendiri), interpersonal (hubungan antara diri sendiri dan orang lain), dan transpersonal (hubungan antara diri sendiri dengan Tuhan/kekuatan gaib). Spiritual adalah suatu kepercayaan dalam hubungan antar manusia dengan beberapa kekuatan di atasnya, kreatif, kemuliaan atau sumber energi. Spiritual juga merupakan pencarian arti dalam kehidupan dan

pengembangan dari nilai-nilai dan sistem kepercayaan seseorang apabila akan terjadi konflik, jika pemahamannya dibatasi.

Hirarki kebutuhan manusia, kesehatan spiritual merupakan pemenuhan kebutuhan yang melebihi tingkat aktualisasi diri. Kesehatan spiritual berkaitan erat dengan dimensi lain dan dapat dicapai jika terjadi keseimbangan dengan dimensi lain (fisiologis, psikologis, sosiologis, kultural).

Frankl menyebut dimensi spiritual sebagai noos yang mengandung semua sifat khas manusia, seperti keinginan untuk memberi makna, orientasi-orientasi, tujuan, kreatifitas, imajinasi, intuisi, keimanan, kemampuan untuk mencintai di luar kecintaan yang fisik-psikologis, kemampuan mendengarkan hati nurani di luar kendali super ego. Di dalamnya juga terkandung pembebasan diri manusia atau kemampuan untuk melangkah keluar dan memandang dirinya, dan transdansi diri atau kemampuan untuk menggapai sesuatu yang dicintai atau mengejar tujuan yang diyakini. Dalam dunia spiritual, manusia tidak dipandu, tetapi manusia adalah pemandu dan pengambil keputusan. Semuanya itu terdapat di alam bawah sadar manusia. Dengan demikian, tugas seorang logoterapis adalah menyadarkan manusia akan perbendaharaan kesehatan spiritual ini (Zohar, 2002).

Perkembangan lebih lanjut dari pemikiran Frankl pada era perkembangan psikologi humanistik adalah psikologi transpersonal, yang berusaha menggabungkan tradisi psikologis dengan tradisi agama-agama besar di dunia. Sejak 1969, psikologi mulai mengarahkan perhatiannya pada dimensi spiritual manusia. Beberapa penelitian dilakukan untuk memahami gejala ruhaniah, seperti peak experience, pengalaman mistis, pengalaman spiritual dan kecerdasan spiritual. Kecerdasan spiritual adalah pikiran yang mendapat inspirasi, dorongan dan efektivitas yang terinspirasi, theisness atau penghayatan ketuhanan dimana setiap manusia menjadi bagian di dalamnya (Zohar, 2002).

Spiritualitas dapat dianggap dimensi subjektif personal terkait keagamaan khususnya yang menyinggung kebebasan dan keselamatan. Spiritualitas

juga bisa melibatkan anggaran atau harapan untuk menerima hidup sebagai hal yang lebih penting atau lebih "tinggi", lebih rumit atau lebih terintegrasi dengan sudut pandang dunia seseorang, sebagai kebalikan dari sudut pandang yang semata sensual (mengandalkan indera). Beberapa tradisi spiritual biasanya berbagi tema spiritual umum seperti jalan (path), karya (work), praktik ataupun tradisi penerimaan dan internalisasi sifat hakiki seseorang dan hubungan dengan keberadaan luas (Tuhan, penciptaan semesta, ataupun hidup) dan menjadi egois self (ego) yang kurang lebih bebas dalam menjadi self yang lebih benar-benar sejati.

Spiritualitas dalam arti sempit adalah memusatkan perhatiannya dengan hal-hal yang bersifat spirit. Hal-hal yang dimaksud dalam spirit adalah yang melibatkan sifat tertinggi manusia, bukan hanya sebagai organisme biologis tetapi juga sebagai yang berpotensi unik untuk berhubungan dengan segala hal dibalik waktu dan materi dunia. Batasan spiritual tersebut secara tradisional berlawanan dengan aspek material, ruang dan keduniaan. Pemikiran yang diterima terkait hubungan yang membentuk suatu pusat yang membatasi karakteristik hubungan spiritualitas dengan realitas yang lebih besar yang mungkin memasukkan pengalaman emosional atas referensi keagamaan, yang tidak kalah penting, spiritualitas juga berhubungan dengan kesehatan rohani dan kesehatan psikologis.

Terdapat pembagian yang jelas mengenai aspek psikis manusia yang dapat dibedakan dengan pembagian seperti dalam tabel berikut.

Tabel 2.2 Pembagian Implementasi Psikis Manusia

Spirit	Mind	Emotion	Behavior
a. Being	a. Thought	a. Happiness	a. Motivations
b. Identity	b. Memory	b. Anger	b. Habits
c. Will	c. Learning	c. Guilt	c. Neurosis
d. Consciousness	d. Intelligence	d. Anxiety	d. Addictions
e. Subconscious	e. Creativity	e. Fear	e. Communication
f. Character	f. Intuition	f. Hate	f. Relationships

g. Personality	g. Attitude	g. Sorrow	g. Marriage
h. Self-esteem	h. Personal	h. Grief	h. Child rearing
Spirit	Mind	Emotion	Behavior
i. Love	i. Power	i. Depression	i. Succes
j. Good and evil	manifestation		

Sumber: www.harcout.com/dictionary/def/html

Dalam perspektif psikofisiologi ditekankan adanya saling keterkaitan antara kondisi psikis dan fisik manusia, sehingga menjadi penting untuk membahas mengenai kondisi tubuh terkait sehat dan sakit.

e. Disease and Illness

Istilah penyakit (disease) dan keadaan sakit (illness) dalam ilmu sosiologi kesehatan dibedakan. Penyakit dimaksudkan sebagai suatu konsepsi medis menyangkut suatu keadaan tubuh yang tidak normal karena sebab-sebab tertentu yang dapat diketahui dari tanda-tanda dan gejala (sign and symptoms) oleh para ahli. Keadaan sakit (illness) dimaksudkan sebagai perasaan pribadi seseorang yang merasakan kesehatannya terganggu, yang tampak dari keluhan sakit yang dirasakannya, seperti tidak enak badan dan sebagainya. Dengan demikian, ada kemungkinan seseorang dinyatakan dalam keadaan sakit tanpa mengidap suatu penyakit, atau sebaliknya seseorang mengidap suatu penyakit atau sedang dalam keadaan sakit tetapi tidak merasakan sakit.

Penyakit dalam istilah medis digambarkan sebagai gangguan fungsi tubuh yang menghasilkan berkurangnya kapasitas. Hubungan antara sehat, sakit dan penyakit pada dasarnya merupakan keadaan sehat dan sakit. Pendapat Muzaham (2000) di dalam bukunya sosiologi kesehatan dijelaskan bahwa hubungan sehat dan sakit terjadi karena beberapa hal diantaranya:

- (1) Hasil interaksi seseorang dalam lingkungan
- (2) Sebagai manifestasi keberhasilan/kegagalan dalam beradaptasi dengan lingkungan
- (3) Gangguan kesehatan

Adapun faktor yang bisa mempengaruhi tingkah laku sehat dan sakit yang diperjelas oleh pendapat Muzaham (2000) antara lain adalah (a) suatu skala ukur secara relatif dalam mengukur kesehatan seseorang; (b) kedudukan yang dinamis dan bersifat individual; (c) jarak dalam skala ukur keadaan sehat secara optimal pada satu titik dan kemauan pada titik yang lain.

Tahapan sakit menurut Suchman yang dikutip oleh Muzaham (2000) dibagi menjadi lima tahap, antara lain:

- (1) Tahap transisi. Pada tahap ini individu percaya bahwa ada kelainan dalam tubuhnya, misalnya merasa dirinya tidak sehat, merasa timbul berbagai gejala penyakit, merasa adanya bahaya dalam dirinya. Terdapat tiga aspek yang digunakan sebagai indikator, yaitu: fisik, kognitif (interpretasi terhadap gejala) dan respons emosi terhadap ketakutan/kecemasan.
- (2) Tahap asumsi terhadap peran sakit (sick role). Artinya, seseorang yang mencari kepastian sakitnya dari keluarga atau teman. Seseorang akan mencari pertolongan dari ahli profesi kesehatan yang lain untuk mengobati diri sendiri, mengikuti nasihat teman atau keluarga. Akhir dari tahap ini dapat ditentukan bahwa gejala telah berubah dan atau merasa lebih buruk. Individu masih mencari penegasan dari keluarga tentang sakitnya, sehingga rencana pengobatan dipenuhi atau dipengaruhi oleh pengetahuan dan pengalaman.
- (3) Tahap kontak dengan pelayanan kesehatan, individu yang sakit meminta nasihat dari profesi kesehatan atas inisiatif sendiri. Pada konteks ini, ada tiga tipe informasi: (a) Validasi keadaan sakit, (b) Penjelasan tentang gejala yang tidak dimengerti, dan (c) Keyakinan bahwa mereka akan baik jika tidak ada gejala, maka seseorang akan mempersepsikan dirinya sembuh tetapi jika terjadi adanya gejala, maka ia akan kembali pada posisi tidak sehat (sakit).
- (4) Tahap ketergantungan. Jika profesi kesehatan memvalidasi (menetapkan) bahwa seseorang sakit, ia akan menjadi pasien yang tergantung untuk memperoleh bantuan. Setiap orang mempunyai

ketergantungan yang berbeda sesuai dengan kebutuhan. Perawat mengkaji kebutuhan ketergantungan pasien dikaitkan dengan tahap perkembangan dan memberi dukungan terhadap perilaku pasien yang mengarah pada kemandirian.

- (5) Tahap penyembuhan. Pasien belajar untuk melepaskan peran sakit dan kembali pada kehidupan normal.

Pernyataan sakit (*illness*) merupakan suatu gangguan terhadap tubuh atau fungsi tubuh yang normal. Tubuh dianalogikan seperti sejenis mesin yang sedang mengalami kerusakan saat seseorang sakit. Pandangan tersebut jelas menjadi sangat tidak sesuai jika asumsi yang digunakan bahwa manusia merupakan makhluk yang bersifat individu sekaligus makhluk sosial yang sangat kompleks. Begitu pula dalam eksistensinya yang merupakan perpaduan antara material yang terlihat berupa tubuh (*body*) dan immaterial yang tidak terlihat berupa jiwa (*soul*) (Harter, 2005).

Terkait istilah sehat dan sakit, disebabkan peran individu sebagai media komunikasi tubuh. Peran tersebut untuk menunjukkan cara individu untuk tampil sehat (*appearing well*), tampil sakit (*appearing ill*), individu harus bernegosiasi dengan orang lain, pergerakan antara kondisi sehat (*health*) dan sakit (*illness*) secara sentral terlibat dalam komunikasi mengenai kondisi personal dan status sosialnya (Radley, 1997).

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB III

Membaca Etnohealing Jawa

(Penyembuhan diri berbasis nilai-nilai budaya)

a. Manusia dalam Budaya

Manusia adalah makhluk yang diciptakan oleh Allah swt. yang pada hakikatnya mereka sebagai makhluk individu. Adapun yang dimaksud individu menurut Effendi, adalah berasal dari kata *in* dan *divided*. Dalam bahasa Inggris *in* mengandung pengertian tidak, sedangkan *divided* artinya terbagi. Jadi individu artinya tidak terbagi atau satu kesatuan. Dalam hal ini, artinya bahwa manusia sebagai makhluk individu merupakan kesatuan aspek jasmani dan rohani atau fisik dan psikologis, apabila kedua aspek tersebut sudah tidak menyatu lagi maka seseorang tersebut tidak dapat dikatakan sebagai individu.

Manusia sebagai makhluk individu memiliki keunikan atau ciri khas masing-masing, tidak ada manusia yang persis sama meskipun terlahir kembar. Secara fisik mungkin manusia akan memiliki banyak persamaan namun secara psikologis akan banyak menunjukkan perbedaan. Ciri khas dan perbedaan tersebut sering disebut dengan kepribadian. Kepribadian seseorang akan sangat dipengaruhi oleh faktor bawaan dan lingkungannya. Lebih lanjut, dalam pandangan humanistik, manusia memiliki potensi lebih banyak daripada apa yang mereka capai.

Lebih lanjut dijelaskan bahwa dapat melepaskan potensi itu, maka setiap individu dapat mencapai keadaan eksistensi yang ideal yang ditemukannya dalam orang-orang yang mengaktualisasikan diri.

Menurut Nursid Sumaatmadja dalam Effendi, kepribadian adalah keseluruhan perilaku individu yang merupakan hasil interaksi antara

potensi-potensi bio-psiko-fisikal (fisik dan psikis) yang terbawa sejak lahir dengan rangkaian situasi lingkungan, yang terungkap pada tindakan dan perbuatan serta reaksi mental psikologisnya jika mendapat rangsangan dari lingkungan. Dia menyimpulkan bahwa faktor lingkungan (fenotip) ikut berperan dalam pembentukan karakteristik yang khas dari seseorang. Secara normal, setiap manusia memiliki potensi dasar mental yang berkembang dan dapat dikembangkan yang meliputi (1) minat (sense of interest), (2) dorongan ingin tahu (sense of curiosity), (3) dorongan ingin membuktikan kenyataan (sense of reality) (4) dorongan ingin menyelidiki (sense of inquiry), (5) dorongan ingin menemukan sendiri (sense of discovery). Potensi ini berkembang jika adanya rangsangan, wadah dan suasana kondusif. Jika fenomena sosial di lingkungannya telah tumbuh potensi-potensi mental yang normalnya akan terus berkembang.

Berawal dari potensi-potensi tersebut, manusia sebagai makhluk individu ingin memenuhi kebutuhan dan kehendaknya masing masing, ingin merealisasikan dan mengaktualisasikan dirinya. Dalam arti ia memiliki kemampuan untuk mengembangkan potensi-potensi yang dimilikinya. Setiap individu akan berusaha semaksimal mungkin untuk menemukan jati dirinya yang berbeda dengan yang lainnya, tidak ada manusia yang betul-betul ingin menjadi orang lain, dia tetap ingin menjadi dirinya sendiri sehingga dia selalu sadar akan keindividualitasnya. Menurut Zanti Arbi dan Syahrin dalam Sadulloh, menyatakan bahwa setiap orang bertanggung jawab atas dirinya, atas pikiran, perasaan, pilihan, dan perilakunya. Orang yang betul-betul manusia adalah orang yang bertanggung jawab penuh. Tidak ada orang lain yang mengambil alih tanggung jawab dalam hidupnya. Kata hatinya adalah kata hatinya sendiri.

Adapun dalam hal ini sebagai pendidik baik orang tua maupun guru kita harus memahami bahwa anak memiliki potensi untuk berkembang yang ingin menjadi pribadinya sendiri. Anak dalam perkembangannya akan memperoleh pengaruh dari luar, baik yang disengaja ataupun yang tidak disengaja, tetapi anak akan mengambil jarak terhadap pengaruh-pengaruh tersebut. Dia akan memilihnya sendiri. Pengaruh tersebut akan dia olah secara pribadi, sehingga apa yang dia terima akan merupakan bagian dari dirinya sendiri sehingga anak menjadi pribadi individu yang berbeda dan tidak sama dengan yang lainnya. Selain itu, pendidik harus sadar bahwa anak bukan satu satunya manusia yang berhak untuk mendidik anak tersebut. pendidikan tidak boleh memaksa anak untuk mengikuti atau menuruti segala kehendaknya, karena dalam diri anak ada suatu prinsip pembentukan dan pengembangan yang ditentukan oleh dirinya sendiri.

Menurut kodratnya manusia selain sebagai makhluk individu, mereka juga merupakan makhluk sosial. Manusia dapat di katakan makhluk sosial karena pada dirinya terdapat dorongan untuk berhubungan atau berinteraksi dengan orang lain, dimana terdapat kebutuhan untuk mencari berteman dengan orang lain yang sering di dasari atas kesamaan ciri atau kepentingan masing-masing. Manusia juga tidak akan bisa hidup sebagai manusia kalau tidak hidup di tengah-tengah manusia. Tanpa bantuan manusia lainnya, manusia tidak mungkin bisa berjalan dengan tegak. Dengan bantuan orang lain, manusia bisa menggunakan tangan, bisa berkomunikasi atau bicara, dan bisa mengembangkan seluruh potensi kemanusiaannya. Makhluk sosial adalah makhluk yang terdapat dalam beragam aktivitas dan lingkungan sosial.

Melihat dari aspek kehidupan yang selalu dijalannya. Hal ini merupakan anggapan dari aktivitas manusia itu sendiri. Karena mau tidak mau, manusia berhadapan dengan makhluk lainnya, dengan alam lainnya pula.

Dengan demikian, manusia sebagai makhluk sosial bisa kita kaitkan dengan ruang lingkup yang ada di sekitarnya. Adanya tempat tinggal, manusia bisa dipengaruhi dengan keadaan tempat tinggalnya sendiri. Adanya kendaraan, adanya pakaian, dan adanya alat-alat lainnya merupakan hasil dari proses budaya manusia itu sendiri.

Melihat hal itu, bahwa manusia memiliki budaya yang ditopang dengan fakta sosial. Dari situ kebiasaan-kebiasaan muncul ketika manusia berproses. Proses mengenai hal apapun itu. Karena budaya merupakan hasil dari kebiasaan-kebiasaan manusia. Dan dengan ini menurut orang lainnya bahwa kebiasaan itu sering kita sebut dengan budaya atau “kebudayaan”. Entahlah, seperti apa bentuknya kebudayaan itu. Seperti apa pula kebudayaan itu dibentuk. Yang jelas, seperti saya tulis di atas, bahwa setiap proses manusia ialah budaya. Setiap kebiasaan manusia bisa disebut budaya. Hal-hal transenden pada spiritualitas kita, itu juga merupakan budaya. Lantas, apa itu kebudayaan?

Menurut perkembangannya, kini kebudayaan dipandang sebagai sesuatu yang lebih dinamis. Bukan sesuatu yang kaku atau statis. Dulu, kata “kebudayaan” diartikan sebagai sebuah kata benda, kini lebih sebagai sebuah kata kerja. Kebudayaan bukan lagi pertama-tama sebuah koleksi kebudayaan. Seperti misalnya karya-karya kesenian, buku-buku, alat-alat, apalagi jumlah museum, gedung-gedung universitas, ruang-ruang konferensi, kantor-kantor pajak dan sebagainya. Bukan. Kini kebudayaan dihubungkan dengan kegiatan manusia membuat alat-alat dan senjata-senjata. Dengan tata upacara tari-tarian dan mantra-mantra yang menentramkan roh-roh jahat. Memang dalam pengertian kebudayaan juga termasuk tradisi, dan “tradisi” dapat diterjemahkan dengan pewarisan atau penerusan norma-norma, adat-istiadat, kaidah-kaidah, harta-harta. Tetapi tradisi tersebut bukanlah sesuatu yang tak dapat diubah; tradisi justru

diperpadukan dengan aneka ragam perbuatan manusia dan diangkat dalam keseluruhannya. Manusia yang membuat sesuatu dengan tradisi itu: ia menerimanya, menolaknya atau mengubahnya. Itulah sebabnya mengapa kebudayaan merupakan cerita tentang perubahan-perubahan: riwayat manusia yang selalu memberi wujud baru kepada pola-pola kebudayaan yang sudah ada.

Dengan demikian memahami kebudayaan berarti memahami hakikat manusia. Karena pada kebudayaan terdapat banyak nilai-nilai pola-pola tingkah laku yang ada pada manusia itu sendiri. Seperti yang telah diterangkan di atas. Bahwa aspek-aspek kehidupan manusia meliputi hal-hal yang berkenaan dengan budaya. Fakta sosial, sebagai penopang kebudayaan. Oleh karena itu hakikat kebudayaan berarti hakikat manusia. Karena kebudayaan merupakan kebiasaan-kebiasaan yang diciptakan oleh manusia.

b. Budaya Membentuk Keyakinan dan Cara Berpikir

1) Memahami kekuatan Budaya

Meskipun terdapat hampir sama banyaknya jumlah definisi mengenai kebudayaan, sebagian besar ahli memandang kebudayaan sebagai keseluruhan kepercayaan, aturan, teknik, lembaga dan artefak ciptaan manusia yang mencirikan populasi manusia. Dengan perkataan lain, kebudayaan terdiri atas pola-pola yang dipelajari mengenai perilaku yang umum bagi anggota dari masyarakat tertentu, yaitu gaya hidup yang unik dari suatu kelompok orang tertentu. Para ahli Sepakat bahwa:

- Budaya dipelajari, bukan pembawaan sejak lahir.
- Berbagai aspek budaya saling berhubungan.

- Kebudayaan adalah berbagi.
- Kebudayaan menentukan batas-batas dari kelompok yang berbeda

Beberapa karakteristik kebudayaan perlu diperhatikan karena mempunyai relevansi dengan bisnis internasional. Kebudayaan mencerminkan perilaku yang dipelajari (learned behavior) yang ditularkan dari satu anggota masyarakat yang lainnya, yaitu:

- a) Unsur-unsur kebudayaan saling terkait (interrelated)
 - b) Kebudayaan sanggup menyesuaikan diri (adaptive), artinya kebudayaan berubah sesuai dengan kekuatan-kekuatan eksternal yang mempengaruhi masyarakat tersebut.
 - c) Kebudayaan dimiliki bersama (shared) oleh anggota-anggota masyarakat dan tentunya menentukan keanggotaan masyarakat tersebut. Orang-orang yang sama-sama memiliki suatu kebudayaan adalah anggota suatu masyarakat, yang tidak memilikinya berada di luar batas masyarakat itu.
- 2) Memahami Pembentukan Pola Berpikir dan Menjadi Keyakinan

Berpikir adalah merupakan aktivitas psikis yang internasional, dan terjadi apabila seseorang menjumpai problema (masalah) yang harus dipecahkan. Dengan demikian bahwa dalam berpikir itu seseorang menghubungkan pengertian satu dengan pengertian lainnya dalam rangka mendapatkan pemecahan persoalan yang dihadapi (Soemanto, 1998:31). Berpikir dapat diartikan sebagai suatu aktivitas pribadi yang bertujuan untuk memecahkan masalah (Dakir, 1999:68).

Banyak ragam definisi tentang berpikir antara lain Plato yang beranggapan bahwa berpikir adalah berbicara dalam hati. Menurut Solso (1988:78) berpikir adalah suatu proses representasi pemikiran baru terbentuk dari perubahan wujud melalui informasi dalam

interaksi yang lengkap dari pemikiran ditambahkan pada keputusan, abstraksi, penyederhanaan alasan, imajinasi dan pemecahan masalah. Pemikiran juga merupakan proses intern yang keberadaannya dapat dilihat dari perilaku.

Dari uraian diatas kami meyakini bahwa setiap individu memiliki kemampuan mengabstraksi pemikiran selalu mengarah kepada hal positif, sehingga konteks berpikir budaya selalu mengarah kepada berpikir positif. Para ahli berpendapat bahwa berpikir positif adalah metode motivasi yang umum digunakan untuk meningkatkan sikap seseorang dan mendorong pertumbuhan diri. Sederhananya berpikir positif adalah aktivitas berpikir yang kita lakukan dengan tujuan untuk membangun dan membangkitkan aspek positif pada diri kita, baik itu yang berupa potensi, semangat, tekad maupun keyakinan kita (Arifin, 2011:18)

Berpikir positif adalah kemampuan berpikir seseorang untuk menilai pengalaman-pengalaman dalam hidupnya, sebagai bahan yang berharga untuk pengalaman selanjutnya dan menganggap semua itu sebagai proses hidup yang harus diterima. Peale menyatakan bahwa individu yang berpikir positif akan mendapatkan hasil yang positif dan individu yang berpikir negatif akan mendapatkan hasil yang negatif (Peale, 2006:135).

- Indikator Berpikir Positif

Menurut Jim Dornan dan John Maxwell (1996), pemikiran yang positif dapat mengubah hidup serta membuat kita sukses dalam setiap usaha yang ingin dikejar. Berikut ini adalah beberapa indikator orang yang selalu berpikir positif (Asmani, 2009:26-30):

- 1) Percayadiri

Bila seseorang memiliki pikiran yang positif maka ia akan yakin pada dirinya sendiri serta pada orang lain. Berkat pikiran yang positif seseorang menjadi lebih berkeinginan untuk mencoba hal-hal yang baru serta mencoba berbagai kesempatan.

2) Inisiatif

Keyakinan bahwa hidup ini positif dapat menimbulkan keinginan kuat didalam diri untuk mencoba hal-hal yang baru.

3) Ketekunan

Bila seseorang yakin bahwa hal-hal yang positif akan terjadi maka orang itu akan tetap tekun berusaha hingga hal-hal positif itu benar-benar muncul. Bahkan bila ada berbagai halangan sekalipun akan tetap pantang mundur.

4) Kreativitas

Jika pikiran seseorang tertuju pada hal-hal positif maka akan tumbuh keinginan besar pada diri orang itu untuk terus menyelidiki, bertanya, serta mencari tantangan-tantangan baru.

5) Kepemimpinan

Belajar untuk menjadi pemimpin besar membutuhkan proses yang lama namun bisa dimulai dari hubungan dengan orang lain. Orang tidak akan mau mengikuti seseorang yang tidak mereka sukai, walaupun ikut tidak untuk jangka waktu yang lama. Dan jarang sekali dijumpai orang yang benar-benar menyukai orang-orang yang negatif.

6) Pandai Melihat Peluang

Jika kita berpikir positif banyak pintu terbuka lebar bagi kita.

Salah satu yang paling utama adalah pintu peluang untuk tumbuh berkembang. Sikap yang baik akan membuat kita mengubah setiap tantangan menjadi peluang.

7) Menjadi Produktif

Menurut W. W. Ziege adalah tak ada nada yang dapat menghentikan orang yang bermental positif untuk mencapai tujuannya. Sebaliknya, tak ada sesuatu pun di dunia ini yang dapat membantu seorang yang sudah bermental negatif. Yang perlu digaris bawahi adalah seseorang yang berpikiran positif pasti merupakan orang yang sangat produktif.

- Ciri-ciri yang lain yang dimiliki oleh orang yang berpikir positif adalah sebagai berikut (El-Bahdal, 2010:53):
 - 1) Orang-orang yang berpikir positif mengakui bahwa ada unsur-unsur negatif dalam kehidupan setiap individu. Akan tetapi ia yakin bahwa semua masalah dapat diselesaikan.
 - 2) Orang yang berpikir positif tidak mau kalah oleh berbagai kesulitan dan rintangan.
 - 3) Orang yang berpikir positif memiliki jiwa yang kuat dan konsisten.
 - 4) Orang yang berpikir positif percaya pada kemampuan, ketrampilan, dan bakatnya. Ia tidak pernah meremehkan semua itu.
 - 5) Orang yang berpikir positif selalu membicarakan hal-hal positif dan selalu menginginkan kehidupan yang positif.
 - 6) Orang yang berpikir positif selalu bertawakkal pada Allah.
 - 7) Orang yang berpikir positif yakin bahwa semua orang

memiliki daya kreatif.

- Tujuan Orang Berpikir Positif

Berpikir positif akan membawa seseorang untuk mencapai kesuksesan dan keberhasilan. Orang yang berpikir positif mengetahui dengan tepat apa yang mereka inginkan, mereka harus meraihnya dengan kepastian yang terarah dan usaha yang pantang menyerah. Pikiran positif membuat kita tampil sebagai orang yang bermotivasi. Orang-orang akan suka berada disekitar kita. Dengan berpikir positif maka kita akan memiliki kekuatan yang luar biasa. sehingga kitapun bisa melakukan hal-hal yang luar biasa. Siapapun bisa melakukan hal-hal yang luar biasa tersebut.

Oleh karena itu tujuan berpikir positif adalah agar manusia mencapai kebahagiaan dan kesuksesan dalam melakukan segala hal. Orang-orang yang berpikir positif tidak akan pernah menyerah dalam menghadapi segala rintangan yang dihadapi. Dengan berpikir positif semua yang sulit menjadi mudah.

c. Membaca Etnohealing Jawa

Kebudayaan memiliki peran sentral dalam kehidupan masyarakat. Dimana setiap komunitas memiliki keunikannya masing-masing dalam melihat segala sesuatu yang dialami. Membaca Etnohealing Jawa, merupakan sebuah keterampilan yang dilakukan oleh peneliti melihat fenomenan yang terjadi di Masyarakat Jawa, terutama dalam kemampuan individu yang ada dikomunitas/kelompok masyarakat beretnis Jawa dalam mengelola keadaan diri untuk mampu segera keluar dari rasa sakit yang dialami atau berdamai dengan keadaan yang dialami.

Dalam masyarakat Jawa ada falsafah hidup yang diyakini seperti, *nrima ing pandum*. Kalimat ini bukan hanya sekedar kalimat biasa yang dapat

diucapkan oleh setiap orang, tetapi juga dijalankan (*tutur ing laku*). Kemampuan melakukan laku ini merupakan sebuah keyakinan yang dibungkus oleh adat tradisi dan bersifat lokalistik (karena diyakini oleh komunitasnya) sehingga setiap individu Jawa meyakini *nrima ing pandum* sebagai bentuk kesatuan dirinya sebagai makhluk yang menerima segala bentuk takdir yang diciptakan oleh khalik.

Lebih jauh *nrima ing pandum* tidak dilihat sebagai bentuk pasif dari diri manusia Jawa tetapi bentuk pengakuan dirinya sebagai makhluk yang tidak terlepas dari takdir Gusti Allah. Dengan harapan dilakukannya laku *nrima ing pandum* dapat membantu mendekati diri pada Gusti Allah (*manunggaling kawula Gusti*). Hal ini merupakan salah satu bentuk rangkaian religiusitas kelompok masyarakat Jawa yang disisipkan dalam laku-laku disetiap kini kehidupannya.

Untuk membaca Etnohealing Jawa para peneliti harus memiliki alat/metode yang khusus sehingga tidak semua aktivitas yang dilakukan dapat dikategorikan sebagai etnohealing Jawa. Etnohealing disini berasal dari kata Etnografi dan healing. Etnografi/etno lebih luas dapat diartikan sebagai sebuah fenomena yang terjadi disuatu kelompok budaya tertentu atau kelompok masyarakat tertentu yang memiliki keunikan dari kelompok budaya lainnya.

Sedangkan healing dalam Bahasa Inggris berarti penyembuhan merupakan aktivitas mental diri dimana aktivitas ini tidak dapat terlihat dan terukur dengan jelas apakah healing dapat dibuatkan skala dari angka nol sampai seratus tentu tidak. Karena healing ini bersifat kualitatif sehingga diri pribadi yang dapat mengetahui sejauh mana healiangnya telah berjalan dengan baik.

Oleh karena itu Etnohealing Jawa dapat dipahami sebagai suatu bentuk penyembuhan diri pribadi yang dilakukan oleh individu disuatu

komunitas (komunitas Jawa) dalam membantu dirinya melakukan penyembuhan dipenyakit yang dialami. Etnohealing Jawa disini lebih terlihat pada proses mental yang dibaca oleh peneliti, berdasarkan falsafah kehidupan yang dialami. Sehingga falsafah kehidupan memiliki peran yang sangat penting pada komunitas masyarakat Jawa (telah dijelaskan pada bab sebelumnya peran falsafah hidup bagi masyarakat)



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB IV

Membaca Etnohealing Pada Penderita Asma

Masyarakat Jawa terkenal dengan kekuatan adat tradisi yang dimiliki sehingga hal ini berpengaruh terhadap pola pikir masyarakatnya. Pada awalnya masyarakat membentuk budaya dan selanjutnya budaya membentuk pola pikir masyarakat.

Contoh Kasus Membaca Etnohealing pada penderita asma bersuku Jawa

Di negara industri, kepercayaan mengenai *illness* berdasarkan konsep pengobatan barat, jika tubuh seseorang terkena penyakit (*disease*) atau luka akan memerlukan penanganan dokter atau ahli bedah untuk membuat tubuhnya berfungsi normal. Penanganan terhadap sakit dikenal dengan istilah pengobatan atau penyembuhan (*healing*). Di masyarakat terdapat dua macam pengobatan diantaranya pengobatan medis dan pengobatan non medis (alternatif). Pemahaman medis, tubuh merupakan sistem fisiologis yang hanya dapat dipahami, dalam istilah konsep yang menganalisa bagian-bagian yang dipilih dan hubungannya dengan bagian-bagian itu. Sekaligus, menjadi objek perhatian dokter sehingga pasien patuh pada kewenangan medis sebagai pendorong *treatment*-nya.

Pemikiran medis barat, sakit tidak dapat dipisahkan dengan diagnosa gejala. Jika seseorang sakit maka pergi ke dokter atau rumah sakit dan harus patuh pada resep sehingga orang memandang tubuhnya dengan menggunakan terminologi medis untuk membantu membuat keputusan mengenai apa yang harus dilakukan. Tubuh-untuk-dokter adalah tubuh atas organ dan fungsi yang meski tidak sepenuhnya

dimengerti sehingga mau tidak mau menyetujui investigasi yang terkontrol dari sebelumnya.

Pengobatan modern dengan aturannya atas obat dan teknik bedah mempunyai kekuasaan untuk melihat tubuh. Begitu juga dalam menentukan penyakit, sejak awal untuk meringankan penderitaan dan terkadang memberi koreksi yang sangat mengejutkan mengenai abnormalitas fungsi tubuh. Prosedur dalam memberikan obat memperjelas prosedur klinisnya lebih mengarah pada aspek aksiomatik kebutuhan untuk objektivitas materi subjektifnya. Pernyataan ini berasumsi bahwa kemampuan obat modern dalam menghadapi realita penyakit dan untuk menawarkan treatment membantu membentuk konsepsi populer tentang tubuh sebagai sesuatu yang bersifat fisik.

Pada tahun berikutnya menjelaskan beberapa penyakit mengandung penyebab psikologis atau sosial (Hawari, 2005). Ini merupakan aspek lingkungan yang diidentifikasi dan diukur untuk menentukan efeknya terhadap pilihan orang menghadapi penyakit tertentu. Salah satu contoh yaitu dalam menangani stress yang berkontribusi dengan penyakit. Konsep ini berkembang dalam bidang psikologi kesehatan yang dinyatakan bahwa tubuh sebagai sistem fisiologis dapat diserang stress atau faktor patogenik lain (Pasiak, 2012). Hal tersebut menjelaskan bahwa terdapat hubungan sebab-akibat (korelasi) antara tubuh dengan kondisi stress. Sebaliknya, beberapa ahli sosiologi medis dan beberapa psikolog sosial mulai menggunakan pendekatan bahwa penyakit tubuh harusnya ditangani berdasarkan pengalaman setiap orang atas sakitnya (Muzaham, 2000). Jika dokter menangani tubuh yang sakit (disease), ilmuwan sosial mempelajari orang yang sakit (sick person) dari konteks pengalaman sakitnya (illness).

Perbedaan antara disease dan illness disejajarkan oleh arah fokus gagasan, rasa dan hubungan para individu, disamping faktor yang berkontribusi pada penyebab sakit (disease). Kajian para ahli sosial menguji konsekuensi jika illness didiagnosa sebagai kondisi sakit (sick) dengan berbagai konteks sosialnya (Radley, 1997).

Terkait dengan hakikat proses penyembuhan (healing process), khususnya kekuatan pikiran dalam menyembuhkan merupakan landasan bagi studi mengenai psychoneuroimmunologi atau juga disebut fisiologi integral. Integral fisiologi termasuk terkait dengan sintesa fisiologi konvensional. Maksud dari pernyataan tersebut dijelaskan bahwa antara psikis individu (pikiran, emosi dan spiritualitas) berinteraksi dengan dunia di sekitar individu untuk menghasilkan perubahan yang positif atau negatif. Pada penelitian kesehatan telah diketahui tentang pemahaman yang terkait sistem tubuh yaitu adanya jaringan yang kompleks atas feedback, mediasi, dan modulasi diantara sistem syaraf pusat dan sistem syaraf otonom. Sistem endokrin, sistem imun, dan sistem stress yang dianggap masih murni independen, faktanya berinteraksi dalam banyak tingkat (Capra, 2000). Pneuroimmunologi terpusat pada beragam interaksi di antara sistem tubuh dan menyediakan penjelasan ilmiah tentang hubungan antara pikiran dengan tubuh (body-mind connection), yang kemudian dikenal dengan psikoneuroimmunologi (Wisneski, 2005).

Pada buku *The Scientific Basis of Integrative Medicine* dijelaskan bahwa istilah psikoneuroimmunologi pertama kali dikenalkan oleh George Freeman Solomon tahun 1964 yaitu tentang konsep medis tentang hubungan emosi dengan sistem imun individu (Wisneski, 2005). Implikasi praktis dari pemahaman adanya sistem mind-body maka membawa prinsip holistik ke dalam praktek pengobatan.

Holistic merupakan istilah yang berasal dari kata Yunani holos yang artinya keseluruhan, yang dimaksud adalah pandangan terhadap manusia secara menyeluruh (total), sebuah kompleks yang menyatu antara pikiran-tubuh dengan lingkungan sosial yang selaras dengan sudut pandang yang lebih tradisional dan juga konsisten dengan teori ilmiah modern (Capra, 2000). Jadi, istilah kesehatan holistik (holistic health) dapat diartikan sebagai suatu sistem pengobatan dan atau pencegahan penyakit yang memperhitungkan faktor biologis, psikologis, sosial dan spiritual, sebagai tanggungjawabnya atas kesehatannya sendiri beserta keseluruhan pengaruh yang berdampak pada kesehatannya (Hawari, 2005).

Batasan pengertian dan penjelasan tentang istilah pengobatan holistik dalam prakteknya ditemukan beragam terminologis yang digunakan untuk menggambarkan bagaimanakah seseorang dapat menyembuhkan diri sendiri maupun orang lain dengan memanfaatkan pengetahuan, kepercayaan (beliefs) dan unsur-unsur lain dalam diri manusia yang tidak ada dalam pengobatan medis.

Selanjutnya, di dalam pengobatan holistik dijelaskan bahwa terdapat adanya dua kutub pendekatan yaitu pengobatan medis dan pengobatan non medis. Pengobatan medis ada yang menyebutnya sebagai pengobatan yang konvensional (allopatik), sekarang diistilahkan dengan pengobatan farmakologi. Pengobatan non medis disebut sebagai alternatif atau komplementer (integrative) yang sekarang disebut dengan pengobatan non farmakologi. Keragaman istilah tersebut dalam prakteknya sering dipertukarkan. Terkait penelitian ini dipilih istilah holistik untuk mendekati istilah aslinya yaitu wholeness atau kumpulan keadaan sehat dari pikiran, tubuh dan

spirit. Dengan demikian pengobatan holistik menjelaskan pengobatan yang memperhitungkan aspek fisik, psikis, sosial dan spiritualnya.

Sebaliknya, di dalam pengobatan medis barat sangat menekankan sistem fisiologi yang sangat kohesif, maka perlu ditambahkan teori kesatuan (*unified theory*) yang memperhitungkan keberadaan ladang energi baik di dalam maupun di luar tubuh manusia (Wisneski, 2005). Berbagai bentuk energi semisal cahaya, suara, elektromagnetik, dan doa dapat berubah menjadi sinyal kimia dan elektrik yang dapat berpengaruh terhadap kesehatan fisik. Beberapa bentuk energi tersebut disebut juga dengan istilah *subtle energy* yaitu tipe energi yang secara tipikal tidak dapat dideteksi oleh panca indera ataupun instrumen ilmiah.

Fisiologi integral menyediakan jembatan antara pengetahuan medis barat dengan sistem pengobatan timur. Konsep pengobatan timur (*eastern medicine*) menekankan pada sistem energi endogenus, seperti yang ada dalam pengobatan Cina yaitu Qi atau *life force* mengalir melalui tubuh. Prinsip ini dikenal juga dengan istilah obat integral (*integral medicine*) karena menggabungkan pengetahuan penting biologi barat dengan bentuk penyembuhan yang memasukkan kapasitas mental, emosional dan spiritual manusia untuk menyembuhkan (Wisneski, 2005).

Terdapat 3 konsep penyakit dan pengobatan naturalistik yang mendominasi etnomedisin dunia, diantaranya: (1) Patologi humoral dari Yunani, (2) Ayurveda dari India dan (3) Yin dan Yang dari Cina (Clarke, 1997). Terdapat beberapa kesamaan antara konsep pengobatan Ayurveda dari India dengan konsep patologi Humoral Cina yaitu penyakit dapat disembuhkan dengan makanan, karena makanan mempunyai khasiat memanaskan dan mendinginkan

(Clarke, 1997). Di dalam konsep Humoral Cina juga dijelaskan bahwa alam terdiri dari 5 unsur yaitu: api, tanah, air, udara, dan eter, terganggunya keseimbangan kelima unsur tersebut dapat mengganggu kesehatan (Becker, 1995).

Beberapa pendekatan lain seperti agama dan spiritualitas, menjadi salah satu alternatif untuk penyembuhan penyakit atau peningkatan imunitas tubuh. Penelitian yang telah dilakukan oleh berbagai ilmuwan, diantaranya dijelaskan bahwa adanya keterkaitan antara religiusitas dengan kemampuan bertahan hidup pada pasien kanker (Ringdal, 1996) dan ada keterkaitan religiusitas (terapi dzikir) dengan peningkatan imunitas seorang pasien (Hawari, 2005). Pada studi yang lain dinyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara spiritualitas dengan status emosi dan status imunitas pada wanita Afrika-Amerika yang terinfeksi HIV (Wood, 1999).

Praktek pengobatan yang dilakukan para subjek dalam proses “self healing” jika dilihat dengan analisis konstruksi sosial Peter L. Berger selalu ditemukan sebagai sebuah kenyataan dan pengetahuan. Kenyataan sosial yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari bersifat pluralis, dinamis dan senantiasa berubah secara terus menerus yang dapat menunjukkan dimensi struktur kesadaran umum dan kesadaran individu. Kesadaran ini menjadikan para subjek lebih mengenal dirinya sendiri dan pada saat yang bersamaan berurusan dengan subjek yang sedang mengetahui dan memahami dirinya. Pengetahuan pada saat itu berada dalam struktur kesadaran individual yaitu berada

di antara subjek dan objek yang berbeda dari dirinya sendiri (Berger, 1990).

Di dalam alam kesadaran tersebut terbagi menjadi dualitas kesadaran. Pertama yaitu kesadaran umum dan ke dua adalah kesadaran individu. Dualitas kesadaran ini berada dalam ranah realitas objektif, sebagai hasil sosialisasi individu yang tidak pernah tuntas karena kesadaran objektif dan kesadaran subjektif selalu terjadi konfrontasi/konflik secara terus menerus sehingga menjadi kondisi yang dilematis. Dua kesadaran tersebut berada di ranah konflik. Pada saat di luar individu, asing bagi dirinya tetapi terus berkembang, Berger menyebutnya sebagai kesadaran palsu.

Fenomena peran yang dilakukan para subjek dalam kehidupan sehari-hari pada saat “self healing” terhadap sakitnya sekaligus terlibat dalam meningkatkan derajat kesehatan masyarakat. Hal ini tidak semudah seperti yang tergambar dalam sebuah laporan medis (perkembangan kesehatan seseorang). Misalnya, pada saat subjek berobat dan kontrol secara rutin di rumah sakit menunjukkan bahwa derajat kesehatan masyarakat meningkat. Ternyata, proses menjadi sehat tidak hanya dijelaskan dengan informasi itu, tetapi perlu melihat bagaimanakah para subjek melakukan sebuah proses “self-healing” untuk penyakitnya. Di katakan sehat apabila subjek dalam kondisi asma terkontrol penuh (tidak pernah mengalami kekambuhan). Menurut Global Initiative for Asthma (GINA) status (kondisi) kesehatan untuk penderita asma terbagi dalam tiga kategori, di antaranya: 1) asma terkontrol penuh, 2) asma terkontrol sebagian, dan 3) asma tidak terkontrol. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa status (kondisi) kesehatan subjek dalam tiga kategori tersebut. Untuk memahami tingkat kondisi kesehatan subjek yang berbeda

diperlukan pemahaman tentang dialektika yang terjadi di masyarakat, yaitu melalui dialektika konstruksi sosial-nya Peter L. Berger.

Teori Konstruksi Sosial Peter L. Berger mampu menguak ta'bir para subjek dalam membangun dunia sosialnya dalam proses holistic self healing. Teori Berger memiliki kekuatan analisis pada dialektikanya antara realitas subjektif dengan realitas objektif yang mampu menghasilkan keselarasan diantara keduanya, melalui seluruh proses dialektika tiga pilar yang monumental. Tiga pilar yang dimaksud adalah internalisasi, eksternalisasi dan objektivasi (Berger, 1990). Proses pembentukan dunia sosial menurut Berger dikatakan bahwa masyarakat merupakan produk aktivitas dan kesadaran manusia (eksternalisasi). Pada saatnya nanti memberikan proses balik (konsekuensi) kepada manusia itu sendiri (objektivasi), pada akhirnya diri berhadapan dengan dunia sosial untuk mengambil peran tindakan mereka selanjutnya (internalisasi).

Subjek pada saat membangun dunia sosialnya menunjukkan bentuk (wujud) manifestasi “self-healing” pada setiap proses dialektika konstruksi sosial. Subjek sebagai sosok individu merupakan realitas objektif melalui proses eksternalisasi yaitu sebagai penderita asma. Subjek dapat dikatakan sedang mengobjektivasi dirinya (proses objektivasi) melalui sosialisasi untuk menjadi sebuah realitas objektif yang dapat menggambarkan struktur kesadaran umum dan struktur kesadaran individual (proses internalisasi). Realitas objektif mengandung kesadaran umum, yang dihasilkan ini adalah sosialisasi subjek yang berhasil sedangkan kesadaran individual merupakan sosialisasi subjek yang gagal tetapi dalam realitas objektif masih ada (menyisakan) kesadaran individu. Hal ini selalu dan terus terjadi karena memang sosialisasi selalu tidak pernah tuntas.

Sosialisasi subjek pada proses internalisasi adalah masuknya realitas subjektif (subjek) ke dalam realitas objektif (masyarakat). Subjek sebagai realitas objektif adalah penderita asma. Pada saat bersosialisasi, subjek berhadapan dengan segala benturan yang berasal dari realitas objektif. Realitas objektif tersebut adalah lembaga-lembaga yang ada di masyarakat baik yang berasal dari lembaga medis, dan dari lembaga sosial yang lain. Ketentuan yang dikeluarkan oleh lembaga-lembaga tersebut bermuatan nilai (falsafah), pengetahuan, ajaran (keyakinan), dan tradisi. Khususnya yang terkait dengan sakit, penyakit dan pengobatan. Pada saat subjek menginternalisasi realitas objektif, terjadi proses dilematis (tawar menawar) antara dua realitas yaitu realitas subjektif dan objektif.

Realitas subjektif memilih realitas objektif yang paling dominan dan yang sesuai dengan realitas subjektif (subjek). Proses menentukan pilihan realitas objektif tidak terlepas dari kapasitas diri yang dimiliki subjek, hal ini masuk dalam wilayah self. Kapasitas diri mempunyai peran dalam merencanakan, mengarahkan dan memonitor perilaku secara fleksibel untuk mengubah keadaan dalam mencapai tujuan. Peran kapasitas diri dalam istilah psikologi disebut “self regulation”. Self regulation merupakan salah satu aspek terpenting dari eksistensi manusia. Memutuskan goal mana yang diikuti dan menyertakan pada tindakan yang searah dengan tujuan (goal-directed action) yaitu merupakan proses dasar yang melandasi pikiran, perasaan dan tindakan seseorang (Cameron, 2003). Tujuan bisa dicapai secara optimal melalui strategi yang melibatkan unsur fisik, kognitif, motivasi, emosi dan sosial (Papalia, 2001).

Pada saat realitas objektif masuk kedalam jati diri subjek, ada realitas subjektif (kesadaran individual) yang masih tertinggal di dalam

realitas objektif (kesadaran umum), sehingga di dalam realitas objektif terdapat dua kesadaran, yaitu kesadaran umum dan kesadaran individual. Kesadaran inilah yang menggambarkan bagaimana awal terjadinya kondisi (peristiwa) dilematis. Hal ini dapat dilihat pada proses pembentukan dunia sosial para subjek di dalam proses “self-healing” melalui proses eksternalisasi dan objektivasi. Pembentukan dunia sosial sebagai wujud (bentuk) “self-healing” para subjek yang kemudian diinternalisasi sebagai pedoman subjek dalam menentukan tindakan self healing selanjutnya. Pembahasan disertasi ini diawali dari proses internalisasi, eksternalisasi dan objektivasi.

Internalisasi dalam konteks Berger terbagi atas sosialisasi primer dan sosialisasi sekunder, yang kemudian membentuk identitas diri atau jati diri subjek (Berger, 2012). Sosialisasi primer adalah keluarga, sebagai dunia awal subjek, yaitu dunia tempat subjek dilahirkan dan menghabiskan masa anak-anak. Corak yang melekat di dunia awal ini adalah para subjek berasal dari suku Jawa, dengan latar belakang agama dan budaya sama sedangkan ekonomi dan pendidikan berbeda. Di dalam kesehariannya subjek menggunakan bahasa Jawa dengan ragam dialeknya secara turun temurun. Suku bangsa Jawa adalah mereka yang bertempat tinggal di daerah Jawa Tengah dan Jawa Timur serta mereka yang berasal dari kedua daerah tersebut. Filosofi hidup yang dianut dan diyakini oleh orang Jawa, mengajarkan setiap segala sesuatu, selalu terkait dengan Tuhan YME. Begitu juga budaya-budaya yang selama ini dilakukan senantiasa diwariskan kepada anak cucunya termasuk budaya dalam proses self healing.

Pada sosialisasi primer selalu melibatkan lebih dari belajar secara kognitif dan berlangsung dalam kondisi-kondisi yang bermuatan emosi tinggi (Berger, 2012). Lebih jelasnya, faktor emosi digunakan

agar proses belajar subjek lebih mudah, yang kemudian subjek melakukan identifikasi diri. Proses identifikasi diri, subjek mengidentifikasi dirinya seperti orang-orang yang mempengaruhinya secara emosional. Dengan kata lain, subjek mengoper peran dan sikap-sikap orang yang mempengaruhinya, berlangsung secara terus menerus, bersifat dialektis yaitu antara identifikasi oleh orang lain yang mempengaruhi dan identifikasi oleh diri sendiri.

Sosialisasi sekunder adalah internalisasi sejumlah subdunia kelembagaan atau yang berlandaskan lembaga (Berger, 2012). Lembaga yang dimaksud adalah lembaga medis (rumah sakit), lembaga sosial dan masyarakat. Lembaga-lembaga tersebut semua berperan sesuai perannya masing-masing, yang dalam istilah Berger disebut *role specific knowledge* (Berger, 2012). Khususnya peran dari sosialisasi sekunder yaitu lembaga medis. Corak (ciri khas) yang melekat di lembaga medis sifatnya paten dan tidak bisa dilanggar, terutama yang berkaitan dengan perawatan dan pengobatan untuk penyakit asma. Masyarakat, lembaga medis dan lembaga sosial yang lain berperan dalam memberikan informasi tentang sakit, penyakit dan pengobatan baik dalam bentuk pengetahuan dan atau budaya.

Pada umumnya pengetahuan tentang kesehatan, penyakit dan pengobatan yang diinternalisasi dalam sosialisasi sekunder, adalah realitas yang bersifat parsial yang berbeda dengan ‘dunia dasar’ yang diperoleh dalam sosialisasi primer (Berger, 2012). Terdapat perbedaan antara dunia sosialisasi sekunder dengan primer yang didapatkan terlebih dahulu oleh subjek. Lembaga medis, lembaga sosial dan masyarakat merupakan realitas objektif pada saat subjek berinteraksi sosial. Hasil dari internalisasi menghasilkan jati diri subjek sebagai sosok subjek yaitu “suku Jawa”. Jumlah subjek dalam

disertasi ini adalah 20 orang, semua berasal dan dibesarkan dari lingkungan yang bercorak suku Jawa. Orang Jawa atau bisa disebut masyarakat Jawa dikenal sebagai masyarakat yang menjunjung tinggi keseimbangan dan harmoni (Mulder, 2009). Masyarakat Jawa terkenal dengan sifat keterbukaannya artinya terbuka terhadap nilai-nilai yang datangnya dari luar termasuk dalam konteks self healing.

Proses internalisasi ini menuntut subjek untuk melakukan tindakan self-healing, yang sesuai dengan kapasitas diri subjek. Terkait dengan kapasitas diri berhubungan dengan peran self regulation. Miller et Brown dalam buku yang ditulis oleh Papalia dijelaskan bahwa regulasi diri mempunyai peran (kapasitas) untuk merencanakan, mengarahkan dan mengontrol perilaku secara fleksibel untuk merubah keadaan (Papalia, 2001). Menurut pandangan evolusioner, regulasi sangat diperlukan karena beberapa bagian dari otak manusia menginginkan individu tersebut untuk melakukan sesuatu pada situasi tertentu, sedangkan bagian lainnya menilai bahwa rangsangan emosional ini tidak sesuai dengan situasi saat itu, sehingga membuat individu tersebut melakukan sesuatu yang lain atau tidak melakukan sesuatupun (Gross, 1999).

Pada proses self healing, peran self regulation berpengaruh terhadap kognitif, emosi dan tindakan subjek (Kalat, 2007). Subjek bersikap menerima (terbuka) dengan segala informasi baik dari keluarga, lembaga medis dan masyarakat. Khususnya yang relevan tentang illness, penyakit, dan pengobatan penyakit asma. Informasi ini kemudian dievaluasi sesuai dengan pendapat dan persepsi subjek (internal) yang berasal dari pengetahuan dan pengalaman yang dihasilkan dari interaksi sosial.

Sikap menerima (terbuka) dengan segala informasi merupakan ciri khas dari budaya masyarakat Jawa (Mulder, 2009). Dikarenakan para subjek berasal dari etnis Jawa, maka filosofi dalam budaya Jawa tetap dipakai. Pernyataan ini diperkuat dengan hasil penelitian yang dilakukan Wijayanti (2010), di dalam penelitian tersebut dijelaskan bahwa masyarakat Jawa terkenal sebagai masyarakat yang mudah menyerap dan menerima budaya atau kepercayaan baru dari luar. Masyarakat Jawa juga merupakan masyarakat yang terkenal sangat fleksibel dalam menjalankan kehidupan kepercayaannya termasuk akulturasi dengan kepercayaan dan budaya Jawa yang sudah ada (Wijayanti, 2010).

Terkait dialektika internalisasi, budaya dan filosofi Jawa sangat berpengaruh dalam membangun identitas diri subjek. Dalam hal ini subjek memilih yang terbaik untuk dirinya. Pada saat subjek mendapatkan sosialisasi primer (tradisi/budaya) dan sosialisasi sekunder (lembaga medis), subjek tidak menghilangkan tradisi yang diperoleh dari sosialisasi primer tetapi juga menerima budaya baru yang didapatkan dari sosialisasi sekunder.

Semua aktivitas yang dilakukan subjek dalam kesehariannya termasuk dalam konteks self healing tetap ada nuansa tradisi Jawa. Subjek dihadapkan pada pilihan-pilihan dalam menentukan tindakan yang terkait dengan sakit (illness), penyakit dan pengobatan. Di dalam diri subjek terjadi negosiasi, tawar menawar (dilematis), memilih jalur sosialisasi primer ataukah sosialisasi sekunder. Hasil internalisasi inilah yang menentukan tindakan subjek dalam self healing-nya, sehingga dapat berpengaruh terhadap kondisi kesehatan subjek yang berbeda-beda.

Proses internalisasi ini merupakan momentum subjek untuk menempatkan diri di tengah kehidupan sosial sehingga menghasilkan berbagai tipologi dan penggolongan sosial yang didasari oleh basis pemahaman, kesadaran, dan identifikasi diri (Syam, 2005). Dengan kata lain, internalisasi ini terfokus pada pemahaman dan pemaknaan subjek terhadap realitas sosial yaitu tentang illness, penyakit, dan pengobatan.

Pemahaman diartikan sebagai pemaknaan. Makna sendiri dibentuk dan dibangun dari penilaian, pemahaman dan tindakan diri subjek, yang disebut persepsi. Hal ini selaras dengan pendapat yang menjelaskan bahwa “... without meaning we would not make choices, because the concept of choice would not be available to us” (Laird, 2007). Menurut pendapat Suharnan (2005) persepsi merupakan proses pemaknaan terhadap suatu objek yang telah ditangkap oleh sistem indera manusia.

Faktor yang mempengaruhi persepsi adalah faktor internal dan eksternal (Walgitto, 2009). Pertama adalah faktor internal yang berasal dari individu itu sendiri, yang dapat mempengaruhi kecerdasan emosinya. Kedua, faktor eksternal yang berasal dari lingkungan atau situasi. Pendapat lain menyebutkan bahwa faktor yang mempengaruhi persepsi seseorang dapat dikategorikan menjadi faktor fungsional, struktural, situasional, personal dan sosial (Sobur, 2009). Diperjelas lagi oleh Sobur (2009) bahwa faktor yang mempengaruhi persepsi sosial dalam lingkungan sosial antara lain adalah nilai, familiaritas, arti emosional, dan intensitas.

Munculnya persepsi, pada saat subjek melakukan dialektika internalisasi. Persepsi positif jika subjek menerima sakitnya dengan pasrah tetapi tetap berusaha, semangat, optimis, serta menganggap

sakit adalah hal yang biasa maka tindakan pun juga positif. Begitu juga sebaliknya, ketika subjek mengikuti persepsi negatif maka tindakan juga negatif. Tindakan yang dipilih subjek sesuai dengan keyakinannya. Pendapat Mulyana (2006) dinyatakan bahwa setiap tindakan manusia memiliki makna tersendiri dan bersifat subjektif yakni melibatkan penafsiran, berpikir, dan kesengajaan. Teori tindakan sosial dari Weber dijelaskan bahwa internalisasi merupakan manifestasi dari proses-proses subjektif orang lain yang menjadi bermakna secara subjektif bagi diri sendiri (Berger, 1990).

Pada saat individu memutuskan untuk menentukan sebuah pilihan, maka tindakan tersebut dianggap merupakan sebuah tindakan disengaja dan disadari konsekuensinya. Fenomena fisik ada karena “kesengajaan”, dalam tindakan sadar, yang sejalan dengan pernyataan bahwa:

Kesengajaan, diperlukan suatu kondisi atau latar belakang, yang memungkinkan bekerjanya struktur kesadaran dalam pengalaman. Kondisi tersebut mencakup perwujudan, keterampilan jasmani, konteks budaya, bahasa, praktik sosial, dan aspek demografis dari sebuah aktifitas yang disengaja. (Kuswarno, 2009)

Pada pernyataan tersebut dapat dijelaskan bahwa subjek mengambil tindakan untuk melakukan aktifitas kehidupan sosial kulturalnya, dalam proses self healing sebagai penentu hidup mereka yang berbeda dengan lingkungan. Ternyata, subjek memiliki keunikan di dalam tindakannya yaitu pada saat memahami dan memaknai sakit, penyakit dan pengobatan, selalu dikaitkan dengan filosofi yang dianut yaitu budaya Jawa. Di dalam filosofi tersebut dijelaskan bahwa hampir semua aktifitas yang dilakukan manusia ada keterkaitan

dengan Tuhan YME yang diistilahkan manunggaling kawula-Gusti. Seperti halnya pada saat subjek memaknai sakit, dimaknai sebagai taqdir dan anugerah dari Tuhan YME. Jika sakit dimaknai demikian berarti mempunyai konsekuensi sakit harus diterima dengan keikhlasan, berarti ada sikap penerimaan pada diri subjek terhadap sakit, penyakit sekaligus pengobatannya.

Sikap menerima dalam budaya Jawa disebut nrima sedangkan sikap ikhlas disebut rila. Konsep lain yang lebih mendalam tentang keikhlasan, pernah diteliti oleh Handayani bahwa budaya Jawa identik dengan falsafah nrima ing pandum (Handayani, 2008). Ternyata, falsafah ini sangat melekat pada kehidupan subjek dalam kesehariannya, walaupun dikatakan sakit keturunan dan tidak bisa sembuh, subjek tetap menerima karena sakit datangnya dari Tuhan YME. Inilah konsep yang dikatakan nrima ing pandum, tetapi dalam arti manusia harus tetap berusaha. Sakit dianggap sebagai ujian, cobaan serta sebagai proses pembelajaran yang dapat memberikan dampak positif bagi diri subjek di masa depan. Hal inilah yang membuat para subjek terlihat lebih sabar dan kuat dalam menerima kenyataan, bertindak lebih berhati-hati (bijaksana) sehingga dapat mengatasi permasalahan dalam kehidupannya.

Sebaliknya, subjek yang memaknai sakit (illness) dengan pesimis (negatif) diartikan sebagai beban dan tidak berkemampuan berarti sakit dimaknai negatif. Subjek memandang dan meyakini diri mereka sebagai diri yang lemah, tidak berdaya, tidak dapat berbuat apa-apa dan kehilangan semangat hidup. Subjek tidak mampu berinteraksi dengan lingkungannya dan merasa diri lebih rendah dari orang lain. Sikap subjek menjadikan diri mereka minder, takut dan malu untuk

melakukan interaksi dengan orang lain sehingga tujuan hidup menjadi tidak jelas.

Pemaknaan positif dan negatif terhadap sakit, penyakit dan pengobatan adalah merupakan bentuk (wujud) emosi. Sebenarnya, pembagian secara dikotomi (positif-negatif) beracuan pada dimensi yang multiperspektif (Strongman, 2006). Misalnya dalam perspektif emosi vs kognisi, pengalaman emosi vs ungkapan emosi, proses organisasi kognisi ataupun tidak, secara pasif maupun aktif, adaptif vs maladaptif, emosi sadar (conscious emotions) vs emosi tidak sadar (unconscious emotions).

Menurut Plutchik (2002) bahwa emosi dapat berproses secara dyadic dan berperan secara intensif dan adaptif terhadap diri seseorang yang diistilahkan dengan roda emosi Plutchik (Plutchik's Wheel of Emotions). Sebagai contoh pada waktu subjek merasa takut sakitnya tidak bisa sembuh (fear) dan berharap bisa sembuh (hope). Takut merupakan emosi dasar yang berada di antara perasaan cemas dan terror. Rasa takut (fear) dapat terjadi karena keinginan untuk mempertahankan diri (survival) secara fisik (Strongman, 2006). Perasaan berharap (hope) menurut Snyder yang dikutip Boniwell merupakan bentuk perasaan optimistis yang mempresentasikan kemampuan diri dalam memahami sesuatu yang diinginkan, memikirkan bagaimana mencapainya, dan melakukannya secara terus menerus (Boniwell, 2013). Demikian juga untuk perasaan marah, sedih, percaya, dan seterusnya.

Berbeda lagi dengan hasil penelitian dan pemetaan yang dilakukan Heider (1991) pada masyarakat Minangkabau dan Jawa di Indonesia. Hasil penelitiannya lebih mendekati adanya temuan emosi dalam berbagai perspektif di antaranya: marah, jemu, takut, gembira, sedih

dan terkejut. Ke-enam emosi ini dianalisis dengan menggunakan alur emosi dan diklasifikasikan berdasarkan klaster (Heider, 1991). Tingkatan klaster emosi dapat diketahui dengan membandingkan aspek psikologis ataupun sikap yang bersifat positif-negatif maupun superiority-inferiority. Istilah yang dipakai Heider untuk menjelaskan emosi dalam berbagai perspektif tersebut dikenal dengan Landscapes of Emotion (Heider, 1991).

Emosi yang dimiliki tiap-tiap subjek berbeda-beda, di antaranya pesimis, optimis, sabar, putus asa, sakit, biasa dan tertutup. Perbedaan emosi terjadi secara sadar dan otomatis, hal ini merupakan hasil dari interaksi yang dilakukan subjek pada saat internalisasi (sosialisasi primer dan sekunder). Menurut West (2007) dengan teorinya the looking-glass self dijelaskan bahwa pada saat berinteraksi subjek membayangkan dirinya sesuai penilaian orang lain, serta perasaan sedih atau bangga berdasarkan self feeling-nya. Hal ini sesuai dengan kondisi subjek. Bahkan Berger dan Lukman (Nugroho, 2007) menjelaskan bahwa masyarakat sebagai kenyataan subjektif yang menyiratkan suatu realitas objektif dimaknai secara objektif oleh individu. Interpretasi subjek tentang dirinya menjadi berbeda-beda tergantung interaksi sosial yang dilakukan.

Berdasarkan realita pada saat internalisasi, subjek dipengaruhi oleh suasana hati (emosi). Suasana hati (emosi) sudah ada di dalam diri subjek. Menurut McGilloway (2000) ada 5 kategori emosi awal yang melekat secara otomatis dalam sistem diri seseorang, yaitu: takut, senang, netral, sedih dan marah. Lebih khusus lagi menurut Strapparava (2007) dijelaskan bahwa emosi bisa diidentifikasi melalui bentuk teks (emosi tertulis) dan ditemukan 6 dasar emosi yaitu: marah, jijik, takut, nyaman, sedih dan terkejut.

Emosi menurut De Mijolla (2005) diartikan sebagai bentuk gambaran dari gerakan fisik yang dapat diasumsikan sebagai makna yang terasosiasikan dari gerakan mental diri.

The word emotion is derived from the Latin *emovere*, “to set in motion.” It initially referred to the idea of physical movement and then assumed a figurative meaning associated with mental movement. (De Mijolla, 2005)

Ada satu hal yang dapat digunakan untuk memahami emosi, yaitu; tanda atau simbol yang mempresentasikan perasaan yang sangat kuat yang dimunculkan dari dorongan-dorongan diri terhadap objek tertentu.

Emotion in the way psychologists use this term there is widespread agreement that it represents a complex state of diffuse physical changes, marked by strong feelings and accompanied by a behavioural impulse towards achieving a specific goal (Statt, 2003)

Pendapat Statt (2003) dijelaskan bahwa emosi merupakan gambaran dari pikiran, perasaan dan atau gerakan fisik yang dapat diasumsikan sebagai makna yang terasosiasi dan tersimbolkan sebagai gerakan mental individu yang bersifat otomatis, berkembang dan berubah secara sadar. Perbedaan jenis dan pembagian emosi menurut Strongman (2006) disebabkan oleh spektrum emosi yang terbentuk melalui proses contagion dan dyadic. Menurut Hatfield, Cacioppo, Rapon dalam Rampala (2008) dijelaskan bahwa proses contagion merupakan proses internal diri yang terjadi secara sadar dan otomatis biasanya dalam bentuk mimik, sinkronisasi ekspresi muka, suara, postur dan gerak tubuh (Rampala, 2008). Proses kejadian contagion

dapat terjadi secara dyadic (interaksi) dengan siklus yang berkelanjutan dan berkesinambungan dalam bawah sadar sehingga dimungkinkan munculnya berbagai emosi yang bervariasi sesuai dengan spektrum dan tingkat aliran emosi yang dimiliki individu (Strongman, 2006).

Emosi diartikan secara istilah terminologi (e-motion) adalah sebagai suatu gerakan atau gerakan yang menuju keluar (Kalat, 2007). Emosi merupakan dugaan sehingga tidak dapat diobservasi. Setiap orang dapat merasakan emosinya tetapi hanya bisa menduga yang dirasakan oleh orang lain. Setiap emosi merupakan reaksi terhadap suatu stimulus. Misalnya pada waktu subjek mendapatkan stigma sebagai penderita asma, penderita penyakit keturunan, penyakit orang miskin, penyakit yang tidak bisa disembuhkan, kemudian subjek merasa pesimis, optimis, rendah diri (minder) atau biasa. Kondisi ini dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan, pengalaman emosi subjek, lingkungan sosial dan sejauhmana subjek memberikan penilaian atau pemaknaan terhadap penyakitnya, agar mampu melakukan penyesuaian diri. Dengan demikian, di dalam setiap emosi terdapat 3 komponen yaitu: kognisi, perasaan dan tindakan (Lazarus, 1991).

Terkait dengan komponen dalam emosi menurut Kalat (2007) dijelaskan bahwa kognisi merupakan alat penilaian (appraisal) yang digunakan oleh seseorang untuk menilai situasi atau peristiwa. Perasaan adalah pengalaman tentang yang dirasakan. Tindakan adalah kecenderungan berperilaku dalam kondisi tertentu, bahkan pada saat seseorang berusaha mencegah (menghambat) suatu impuls. Ketiga komponen tersebut biasanya terjadi secara bersamaan sehingga terkadang sulit dibedakan. Emosi mencakup respon aktual atau potensial terhadap suatu situasi (Gross, 2007).

Subjek tidak hanya memiliki emosi tetapi juga pengaturan emosi yang dalam istilah psikologi disebut dengan regulasi emosi (emotion regulation). Menurut Gross dan Thompson (2006) dijelaskan bahwa regulasi emosi merupakan sebuah proses membangun emosi yang mengatur dari sebuah situasi menuju respon yang melibatkan perhatian dan transaksi antara individu dan situasi. Dengan kata lain regulasi emosi adalah kemampuan subjek dalam mengatur dan mengendalikan emosinya pada saat berinteraksi dengan dunia sosialnya.

Transaksi yang terkait internalisasi, dalam rangka untuk membangun emosi positif dan negatif yaitu melalui proses memonitor, mengevaluasi dan memodifikasi emosi. Diperjelas lagi oleh pendapat Gross (1999) bahwa regulasi emosi sebagai suatu proses individu dalam mempengaruhi emosi yang dimilikinya, kapan individu merasakan, bagaimana mengalaminya, dan bagaimana memodifikasi emosi. Proses regulasi emosi tersebut dapat menurunkan dan meningkatkan emosi yang positif maupun negatif (Gross, 2007). Pada saat subjek melakukan evaluasi, pengalaman dijadikan sebagai pijakan untuk mencari solusi agar tidak terjadi pertentangan dan perbedaan sewaktu melakukan tindakan self healing, hal ini dilakukan sampai terjadi perubahan. Peran self regulation dalam internalisasi subjek mengalami beberapa proses. Pendapat Miller et Brown yang dikutip oleh Papalia dijelaskan bahwa ada 7 proses di dalam self regulation di antaranya: receiving (menerima), evaluating (mengevaluasi), triggering (membuat perubahan), searching (mencari solusi), formulating (merencanakan), implementing (menerapkan rencana) (Papalia, 2001).

Peran self regulation dalam proses internalisasi subjek terkait self healing sangat berperan dan berkonsekuensi terhadap status (kondisi) kesehatan subjek selanjutnya. Hal ini tidak terlepas dari hasil interaksi sosial subjek. Emosi positif dapat ditunjukkan pada saat subjek menghargai dirinya secara positif. Penghargaan terhadap diri oleh subjek, dianggap subjek sudah mengenal dan menerima dirinya sendiri. Mereka cinta pada dirinya, tidak pernah merasa kecewa terhadap kondisinya, tetap beraktifitas dan berinteraksi dengan lingkungan sosialnya secara positif. Hal ini dijelaskan oleh Fromm yang ditulis oleh Calhoun dan Acocella (1995) dalam bukunya bahwa “cinta pada diri sendiri adalah prasyarat untuk dapat mencintai orang lain”. Pemahaman ini sejalan dengan temuan pernyataan bahwa:

Tidak ada orang lain yang lebih menghargai diri kita selain diri sendiri. Jika kita tidak dapat menghargai diri sendiri, tidak dapat melihat kebaikan yang ada pada diri sendiri, tidak mampu memandang unsur-unsur baik dan positif terhadap diri, bagaimana kita dapat menghargai orang lain dan melihat keadaan baik yang ada dalam diri orang lain secara positif? Jika kita tidak dapat menghargai orang lain, bagaimana orang lain dapat menghargai diri kita? (Syam, 2012)

Penghargaan terhadap diri oleh subjek ditunjukkan dengan beberapa keunikan-keunikan pengalaman yang diperlihatkan dalam bentuk potensi. Di antara keunikan-keunikan pengalaman tersebut ada subjek yang menjadi ahli budaya, ahli naturopati, ahli senam, ahli pendidikan (guru), perawat, pedagang sukses, dan lain sebagainya. Keunikan keahlian yang dimiliki justru menambah prestige di dalam

diri subjek (positif) sehingga menambah kepercayaan diri dalam berinteraksi sosial (positif).

Pengalaman lain yang lebih menarik diceritakan oleh beberapa subjek terkait dengan filosofi hidup yang dianut dan diyakininya, diantaranya yaitu bahwa “hidup tidak boleh ada sengketa dengan orang lain”. Sengketa diartikan oleh subjek sebagai konflik, lebih fatal lagi konflik bisa mengakibatkan sakit. Olehkarena itulah subjek tetap berusaha untuk mempertahankan ketenangan dan ketentraman yang sesuai dengan tujuan hidupnya. Seperti yang dijelaskan oleh Wijayanti bahwa orang Jawa selalu mengutamakan ketenangan dan ketentraman (Wijayanti, 2010).

Selanjutnya, salah satu upaya subjek yang terkait dengan self healing-nya yaitu dengan menjaga emosi positif-nya agar tetap stabil. Sehingga pada saat subjek mendapat stigma di masyarakat sebagai penyandang penyakit keturunan yang tidak bisa disembuhkan (asma), subjek tetap sabar dan tidak ingin bersengketa dengan orang lain. Hal ini dilakukan agar tidak bertambah parah penyakitnya (mudah/sering kambuh asmanya). Selain itu, konflik atau sengketa dengan orang lain itu bisa diartikan sebagai sakit secara psikis (emosi) yang dapat berdampak terhadap sakit fisiknya (asma). Oleh karena itulah tindakan subjek untuk tetap mempertahankan emosi positif-nya melalui sabar, ikhlas (rila) dan menerima (nrima) sakit secara positif.

Filosofi budaya Jawa sangat mewarnai tindakan subjek. Ternyata, konflik dengan orang lain berarti terjadi konflik interpersonal dan konflik di dalam diri, maka berakibat memperparah sakitnya baik fisik, psikis dan sosialnya. Sakit menjadikan diri subjek tidak bisa beraktifitas dan berinteraksi dengan orang lain. Pada akhirnya, untuk berbuat baik pun menjadi terhalang dan berakibat pada hubungan diri

dengan Tuhan Yang Maha Esa menjadi terhalang begitu-pun hubungan baik dengan sesama. Jikalau pun terjadi sengketa dengan orang lain harus diselesaikan dengan jalan musyawarah. Hal ini menunjukkan orang yang beridentitas “Suku Jawa” dalam keseharian hidupnya selalu menjaga keharmonian (keseimbangan) baik yang berdimensi fisik, psikis, dan sosial-nya. Namun, keseimbangan itu dapat terwujud ketika subjek menyerahkan semua aktifitas dari tiga dimensi (fisik, psikis dan sosial) sepenuhnya kepada Tuhan YME (dimensi spiritual). Jadi inilah yang dimaksud dalam filosofi budaya Jawa dengan istilah “Manungaling Kawula-Gusti”.

Dimensi fisik bisa dilihat ketika subjek melakukan proses self healing-nya dengan berobat secara teratur dan kontrol secara rutin serta menghindari semua pencetus yang menyebabkan sakit asma-nya kambuh. Menurut peraturan dan informasi yang sudah ditetapkan oleh lembaga medis dan diperjelas di dalam jurnal penelitian dijelaskan bahwa asma tidak dapat disembuhkan tetapi dapat dikontrol dengan pemberian obat-obatan yang tepat, agar kesehatan dan kualitas hidup penderita asma dapat tetap optimal (Bateman, 2007).

Aktifitas para subjek pada saat melakukan adaptasi terhadap sakit, penyakit dan pengobatan membutuhkan sikap kegigihan yang kuat dari diri subjek. Proses inilah yang disebut Berger dengan dialektika eksternalisasi. Adaptasi yang dilakukan subjek, ada yang dirasakan sulit dan ada yang mudah. Sulit yang dimaksud adalah sulit dalam penggunaan obat, kontrol secara rutin maupun dalam menghindari pencetus asma begitu juga sebaliknya (mudah). Hal ini dikarenakan ada beberapa faktor yang menyebabkan demikian, seperti belum atau

sudah adanya pengetahuan yang dapat menimbulkan kesadaran di dalam diri subjek.

Di sisi lain, faktor support juga menentukan baik dari keluarga, lembaga medis dan masyarakat, khususnya yang terkait sakit (illness), penyakitnya dan pengobatan. Support keluarga misalnya selalu mengingatkan pada saat kontrol rutin, dalam penggunaan obat dan menghindari pencetus. Begitu-pun, support dari lembaga medis terutama jadwal praktek petugas medis diusahakan tidak sering berganti karena ternyata pasien (penderita asma) sangat peka terhadap hal ini. Selanjutnya, support dari masyarakat dengan tidak memberikan stigma yang merendahkan seperti penyakitnya orang miskin, dsb.

Pada saat adaptasi terhadap sakit, penyakit dan pengobatan, tidak jarang subjek mendapatkan perlakuan dari lingkungan (keluarga, teman dan masyarakat) yang terlalu berlebihan sehingga menimbulkan perasaan tidak nyaman seperti takut, senang, biasa, marah dan tersinggung. Hampir semua subjek penelitian mengalaminya. Emosi-emosi (perasaan) inilah yang mempengaruhi tindakan subjek dan akhirnya berpengaruh terhadap kondisi kesehatan mereka. Subjek yang berjumlah 20 orang, di antaranya 7 orang yang kondisi kesehatannya menunjukkan asma terkontrol penuh, 8 orang tergolong asma terkontrol sebagian dan 5 orang kondisi kesehatannya adalah asma tidak terkontrol.

Status kesehatan subjek yang berbeda-beda tersebut disebabkan oleh tingkat kesulitan dan kemudahan diri subjek dalam beradaptasi terhadap sakit, penyakit dan pengobatan asma. Namun, faktor konsep diri juga mempunyai peran penting dalam hal ini. Oleh karena konsep diri dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu: kognisi

(thinking/cognition), persepsi (perception), memori (memory), rasa/hasrat (feeling/desire), motivasi (motivation), kesadaran (consciousness), dan hati nurani (conscience/moral sense) (Beck, 2002). Konsep diri yang dimiliki para subjek berbeda-beda tergantung bagaimana mereka mengkonsep dan mempersepsikan dirinya secara positif atau negatif. Konsep diri positif apabila subjek memiliki kualitas personal yang baik, berpikir positif tentang dirinya dan memiliki tujuan hidup yang jelas (Taylor, 1999). Sebaliknya, konsep diri negatif apabila subjek tidak bisa beradaptasi, mereka berpikir bahwa sakit adalah beban maka berakibat menimbulkan rasa malu, pesimis, dan malas untuk berobat secara rutin, sehingga kondisi kesehatannya menjadi buruk (sering kambuh). Diperjelas lagi oleh pendapat Taylor (1999) menyebutkan bahwa ciri-ciri seseorang yang mempunyai konsep diri yang negatif (rendah) adalah berpikir negatif tentang dirinya, sering memilih tujuan yang tidak realistis, cenderung pesimistis mengenai masa depan.

Namun, di dalam eksternalisasi ada perilaku beberapa subjek yang berbeda dengan subjek yang lain. Perbedaan itu seperti pada saat subjek melakukan pengobatan di rumah sakit. Subjek hanya melakukan kontrol untuk mengetahui kondisi kesehatannya. Setelah obat didapatkan tidak digunakan oleh subjek, obat hanya berfungsi untuk persiapan jika sakitnya kambuh. Etika duniawi menjelaskan bahwa perilaku subjek menunjukkan bahwa subjek bersikap berpura-pura ketika dihadapan dokter atau petugas medis yang lain pada saat kontrol di rumah sakit. Sikap berpura-pura subjek dalam istilah budaya Jawa namanya “ethok-ethok” (Hasil wawancara dengan subjek pada bulan Juli-September 2014). Di satu sisi, subjek sebenarnya ingin mengetahui perkembangan kesehatannya tetapi sisi

yang lain subjek menjaga hubungan interpersonal yang baik terhadap petugas kesehatan (dokter, perawat). Hal ini dilakukan biar tidak terjadi konflik, yang dimaknai subjek tentang hidup tidak boleh ada sengketa dengan orang lain berarti harus tetap menghormati. Dengan kata lain, perilaku subjek dihadapan orang lain tetap dianggap baik yang akhirnya mendapat pujian (apresiasi) dari lingkungannya. Peristiwa dan pengalaman ini dapat membangun kepercayaan dan keyakinan diri subjek menjadi bertambah (positif). Selanjutnya, obat digunakan pada saat sakit dan berfungsi sebagai pelindung (dokter) ketika subjek berada di luar lembaga medis, maka obat terbawa terus dalam setiap aktifitasnya. Hal ini berpengaruh terhadap ketenangan di dalam diri subjek juga membangun kepercayaan diri (positif) yang akhirnya berdampak pada perilaku subjek yang lain seperti menghindari pencetus asma dalam rangka mempertahankan kondisi kesehatannya. Jelasnya, semua aktivitas subjek selalu mengarah kepada kondisi harmoni yang berdampak pada fisik, psikis, sosial bahkan spiritualnya. Hal ini dilakukan subjek dengan disertai keyakinan yang tinggi dan selalu terkait dengan keberadaan Tuhan YME.

Tindakan subjek yang berpura-pura (ethok-ethok dalam istilah bahasa Jawa) dalam hal penggunaan obat yang diberikan oleh lembaga medis, sebenarnya untuk mendapatkan apresiasi dari petugas medis pada saat kontrol secara rutin. Apresiasi tersebut dapat membangun kepercayaan diri yang positif pada diri subjek, yang akhirnya berdampak pada perilaku yang lain yang masih terkait dengan sakit, penyakit maupun pengobatan. Selanjutnya, tindakan subjek juga untuk mempertahankan hubungan interpersonal dengan petugas medis agar tetap berjalan dengan baik (harmonis). Tindakan subjek

tersebut dalam istilah budaya Jawa dikenal dengan “Ngluruk Tanpa Bala Menang Tanpa Ngasorake” artinya “Menang Tanpa Merendahkan Orang Lain” (Sugiarto, 2015). Maksud dari filosofi tersebut terkait dengan self healing, bahwa ketika subjek datang untuk kontrol/periksa kesehatannya secara rutin, mereka (subjek) mengungkapkan tentang bagaimana kondisi kesehatannya, walaupun sebenarnya subjek tidak rutin dalam menggunakan obat, tetapi subjek tetap berusaha untuk mempertahankan kondisi kesehatannya secara positif dengan menghindari pencetus asma.

Kondisi kesehatan para subjek yang berbeda-beda tersebut banyak dipengaruhi oleh faktor internalisasi, yang hal ini sudah dibahas sebelumnya. Banyak para subjek yang mempersepsikan penyakitnya sesuai dengan tingkat pengetahuan dan pendidikan serta pengalaman yang diperoleh. Berpersepsi berarti berinterpretasi, jadi bersifat subjektif. Mengingat interpretasi adalah proses aktif pikiran dan tindakan kreatif dalam mengklarifikasi pengalaman pribadi (Littlejohn, 2009). Diperjelas lagi dengan pendapat Ritzer dalam bukunya Mulyana (2006) bahwa interpretasi subjektif muncul akibat interaksi yang dilakukan para subjek dengan lingkungan sekitarnya. Berger dan Lukman menjelaskan bahwa masyarakat sebagai kenyataan subjektif yang menyiratkan suatu realitas objektif dimaknai secara objektif oleh individu (Nugroho, 2007).

Hasil interpretasi para subjek memiliki karakter sebagai orang Jawa yang diperoleh sewaktu para subjek melakukan sosialisasi primer, baik yang berwujud nilai-nilai (filosofi hidup) dan tradisi yang bersifat praktis. Nilai-nilai yang terkait dengan filosofi hidup, misalnya: orang sakit harus diterima (nrima) dengan sabar dan ikhlas (rila). Begitu-pun, Tradisi yang bersifat praktis seperti minum jamu

herbal, pijat tradisional (refleksi) yang sampai sekarang juga masih banyak dilakukan. Inilah beberapa filosofi dan tradisi Jawa yang merupakan warisan dari budaya nenek moyang/leluhur. Selanjutnya, sifat dan karakter orang Jawa yang selalu terbuka terhadap informasi dari luar (Sugiarto, 2015), juga turut menentukan dalam self healing ini. Salah satu di antaranya adanya tradisi baru yang lagi marak di Surabaya selalu diikuti. Seperti munculnya jenis-jenis terapi dari luar negeri, akupuntur, ceragem (Korea), Yoga, meditasi dan lain sebagainya.

Hasil adaptasi subjek terhadap sakit, penyakit dan pengobatan berwujud tindakan pengobatan dalam dua kategori, (1) farmakologi, dan (2) komplementer Farmakologi adalah pengobatan murni dari lembaga medis, sedangkan komplementer adalah pengobatan dengan mengkombinasikan (memodifikasi) antara pengobatan dari lembaga medis dan pengobatan yang berasal dari tradisi.

Di sisi lain, tradisi budaya Jawa sangat terkenal dengan dimensi simbolik dan mistisnya. Adapun gagasan yang paling dominan dalam mistisisme seperti yang dipraktekkan sampai saat ini adalah filosofi “Sepi Ing Pamrih Rame Ing Gawe” (tidak mengharapkan dan tidak mementingkan diri sendiri). Sehingga, nilai-nilai dalam filosofi tersebut selalu ditransformasikan kepada generasi penerusnya (nasehat) untuk melaksanakan nilai-nilai seperti rila (tidak terikat), nrima (mensyukuri hidup seperti adanya), waspada-eling (terus menerus ingat), andhap-asor (rendah hati), prasaja (bersahaja), dan lainnya adalah prihatin yang banyak dilakukan orang dengan menjalankan asketisme ringan (Mulder, 2009). Semua filosofi itu mengekspresikan reaksi personal terhadap kecemasan dan kepentingan eksistensi, tetapi bukan merupakan upaya sadar untuk

memperbaiki eksistensi itu. Dalam semangat menyerahkan segala sesuatunya kepada “Tuhan”, mereka mengucapkan dictum seperti “aku tidak bisa apa-apa, aku tidak punya apa-apa”. Etik duniawi mereka dirumuskan secara sadar sebagai “tidak merugikan sesama”, orang harus bersikap baik dengan orang lain, saling membahagiakan, dan menahan diri agar tidak saling mengusik ketenangan pikiran (Mulder, 2009).

Penyakit Asma dimaknai oleh subjek sebagai sebuah pengetahuan, seperti yang dikemukakan Berger dan Luckmann bahwa: “pengetahuan manusia dibentuk melalui interaksi sosial” (Littlejohn, 2009). Pada saat subjek menginterpretasi penyakitnya asma, yang dijustifikasi oleh dunia sosialnya sebagai penyakit sesak nafas, tidak dapat sembuh bahkan distigmakan sebagai penyakit keturunan dan penyakitnya orang miskin selalu dihadapi dengan sikap positif dan negatif (emosi). Sikap positif diambil (regulasi emosi) ketika subjek dalam menginterpretasi penyakitnya selalu dikembalikan/diserahkan semua kepada Tuhan YME, ini selaras dengan filosofi hidupnya sebagai orang Jawa dan berkultur Jawa sehingga ketika menghadapi sakit, subjek menganggapnya sebagai “Taqdir” artinya subjek tidak bisa berbuat apa-apa, jadi harus diterima (nrima), ikhlas (rila), harus selalu ingat bahwa dirinya punya penyakit (waspada-eling) artinya subjek harus berbuat sesuatu untuk sembuh (mengobati dan mencegah), sabar dan prihatin artinya rendah hati dan ngalah (andhap asor) dan apabila hal itu dilakukan oleh subjek maka terwujudlah kebaikan artinya hidup yang bersahaja (prasaja). Seperti yang diceritakan oleh beberapa subjek bahwa untuk “hidup awet” yang diartikan sebagai panjang umur dan sehat, maka sakit harus diterima dengan ikhlas, disyukuri, mengalah pada orang lain dan tetap berobat.

Pengalaman-pengalaman subjek dapat dijelaskan bahwa untuk sehat harus berobat, tidak boleh ada sengketa dengan orang lain, karena hal tersebut bisa mengakibatkan konflik. Konflik dalam konteks ini dikatakan sakit. Seperti halnya memaknai sakit secara negatif. Sakit diartikan sebagai beban yang dapat menimbulkan rasa malu, sehingga memunculkan perasaan pesimis untuk sembuh, putus asa, kehilangan semangat hidup. Lebih dari itu, berpengaruh terhadap sikap menjadi tertutup pada orang lain karena sakit dimaknai sebagai aib sehingga diri merasa rendah dihadapan orang lain. Jika demikian, maka berdampak pada hubungan interaksi dengan lingkungan sosial berarti di dalam diri terjadi konflik begitu juga di lingkungan sosial. Diperjelas lagi dalam filososofi budaya Jawa, bahwa tujuan hidup orang Jawa adalah ketentraman lahir (sehat fisik), batin (sehat psikis) dan baik dengan orang lain (sehat sosial) bukan konflik. Selanjutnya untuk mencapai tujuan hidup tersebut, semua aktivitas harus selalu terkait dengan keberadaan Tuhan YME (sehat spiritual).

Di dalam penerimaan diri terhadap sakit, secara bersamaan menumbuhkan kesadaran diri yaitu ketika subjek memperoleh dukungan penerimaan dengan melihat orang-orang di sekitarnya, secara otomatis dapat menumbuhkan harga dirinya secara positif. Kesadaran diri dan harga diri merupakan komponen pembentukan konsep diri (West, 2007). Konsep diri positif yang dimiliki subjek, dapat menjadikan subjek melakukan interaksi dan komunikasi dengan lingkungan sosialnya. Konsep diri yang positif dibangun oleh rasa kepercayaan dan keyakinan yang tinggi dalam proses persatuan hamba dengan Tuhan yang dijalankan secara terus menerus sehingga menjadi sebuah tradisi (budaya). Pada proses internalisasi inilah semua aktifitas yang dilakukan menunjukkan bahwa pikiran orang

Jawa sebagai model yang dinamis menuju pada poros manunggaling kawula-Gusti, karena pada poros itulah terletak cita-cita hidup orang Jawa, yaitu ketentraman lahir-batin (Wijayanti, 2010).

Dalam kehidupan kesehariannya masyarakat Jawa juga dikenal dengan kehidupan sederhana penuh falsafah yang menyatu dengan alam dan sang pencipta. Falsafah hidup orang Jawa adalah: (1) berikhtiar untuk membuka jalan pengertian yang tertutup misteri ke arah kejelasan realitas, (2) berfikir sedalam-dalamnya setiap gejala yang akan dipermasalahkan, agar sampai pada kesimpulan yang bersifat umum dan universal, (3) mencari kejelasan antara hubungan sebab akibat, (4) dengan menggunakan suatu sistem dan metode, (5) memecahkan masalah dan (6) mencari tujuan, sementara dasar masyarakat Jawa adalah masyarakat kekeluargaan, gotong royong, dan berketuhanan (Mulder, 2009)

Handayani (2008) menuliskan, sebuah nilai yang dipandang sangat penting oleh orang Jawa yaitu: sak madya. Artinya, yang sedang-sedang saja. Sak cukupe, yang menengah, tidak ekstrim. Jika kaya tidak usah kaya sekali. “Melarat, yo ojo melarat banget”. “Urip sak madya”, hidup sedang-sedang saja, merupakan hal yang dianggap ideal bagi orang Jawa. “Sak madya” berarti pula “Ora ngoyo, ora ngongso”, tidak menggebu-nggebu (memaksakan diri) dalam aktivitas kesehariannya dalam hal apapun, terlebih dalam konteks self healing penyakit asma. Sebagaimana yang diceritakan oleh beberapa subjek bahwa hidup tidak boleh ngoyo (memaksakan diri) karena bisa mengakibatkan sakit bahkan dicontohkan oleh subjek, olahraga diartikan menggerakkan tubuh yang sesuai dengan kekuatan fisiknya yang dalam bahasa subjek olahraga ringan sekedar menggerakkan tubuh.

Dalam kehidupan sosial, suku Jawa juga terkenal dengan kegemarannya yang suka hidup bergotong-royong. Hal ini terlihat dari beberapa semboyan, seperti: “Saiyeg saekopraya gotong royong” dan “Hapanjang-hapunjung hapasir-wukir loh-jinawi, tata tentrem kertaraharja”. Semboyan-semboyan itu mengajarkan hidup tolong-menolong sesama masyarakat atau keluarga. Masyarakat Jawa merasa dirinya bukanlah persekutuan individu-individu, melainkan suatu kesatuan bentuk “satu untuk semua dan semua untuk satu”. Dari gambaran itu, tak heran pula ada sebuah peribahasa “Mangan ora mangan nek kumpul” yang mencerminkan budaya selalu ingin berkumpul dengan lingkungan sosialnya (Wijayanti, 2010). Sebagaimana yang diceritakan beberapa subjek walaupun mereka sakit, mereka masih tetap beraktifitas, mengikuti senam, seminar, pengajian dan aktifitas sosial yang lain. Namun, subjek tetap mengatur aktifitasnya tersebut yang sesuai dengan kondisi kekuatan fisiknya.

Konsep hidup dan nilai budaya Jawa yang luhur banyak didapatkan dari sosialisasi primer (keluarga) subjek sehingga menjadi sebuah tradisi yang turun temurun dan diyakini kebenarannya. Menurut Giddens (2005), dalam budaya tradisional, masa lalu dihormati dan simbol dihargai karena mereka berisi dan bertanggung jawab atas pengalaman beberapa generasi. Tradisi sebagai metode untuk mengintegrasikan monitoring tindakan secara refleksif dengan penataan ruang dan waktu dalam komunitas. Di dalam prosesnya, para subjek memasukkan segala aktifitas atau pengalamannya di dalam keberlanjutan masa lalu, masa kini dan masa depan. Yang pada gilirannya distrukturkan oleh praktek-praktek sosial yang tengah berlangsung. Tradisi tidak semuanya statis, karena tradisi harus

ditemukan ulang oleh setiap generasi baru ketika seseorang mengambil alih warisan budaya dari pendahulunya. Tradisi tidak terlalu melawan perubahan ketika terjadi dalam konteks dimana ada beberapa pertanda temporal dan spasial yang terpisah dengan catatan perubahan itu bisa memiliki bentuk yang bermakna. Singkatnya, tradisi secara mendasar memberikan kontribusi kepada rasa aman secara ontologis selama manusia melestarikan kepercayaan dalam keberlanjutan masa lalu, masa kini dan masa depan serta mengkaitkan kepercayaan semacam itu dengan praktek-praktek sosial secara rutin (Giddens, 2005). Begitu juga, sewaktu para subjek menggunakan tradisi pengobatan yang didapatkan dari leluhurnya secara turun temurun (sosialisasi primer) yang berwujud nilai-nilai kehidupan, makna hidup dan terapi pengobatan yang berasal dari budaya Jawa yang selalu dipakai untuk mempertahankan kondisi kesehatannya.

Tradisi (budaya) yang dipangku, dipeluk dan diikuti oleh manusia Jawa (etnik Jawa) selalu berdimensi simbolik dan mistis. Hampir semua filosofi hidup yang ada di dalamnya selalu disandarkan kepada Tuhan YME. Dapat dikatakan bahwa setiap apa yang dikerjakan oleh manusia etnik Jawa selalu menuju pada poros “manunggaling kawula-Gusti” karena di sinilah terletak cita-cita hidup yang luhur orang Jawa, yaitu ketentraman lahir dan batin (Wijayanti, 2010). “Manunggaling kawula-Gusti” dimaksudkan adalah mempunyai keterikatan (hubungan) antara manusia dengan Yang Maha Esa dan Maha Pencipta yang sering diistilahkan dengan “Spiritualitas”. Menghidupkan dimensi spiritual merupakan suatu keniscayaan agar kemampuan pandangan dan penglihatan seseorang terhadap segala sesuatu melalui esensinya terus meningkat, sehingga subjek bisa

berada pada tataran yang dapat mengerti hakikat dirinya dan sesuatu yang berhubungan dengan dirinya. Ada kewajiban moral bagi setiap subjek untuk mengembangkan diri sendiri dengan penuh keterbukaan terhadap semua pengetahuan dan pengalaman demi tumbuhnya sikap, pemahaman, dan perilakunya dalam menentukan semua kondisi yang berhubungan dengan Tuhan, ketuhanan, manusia, kemanusiaan, dan kemasyarakatan.

Apresiasi manusia terhadap Tuhan dan nilai ketuhanan merujuk pada pengenalan pada-Nya supaya sikap, pengetahuan, dan perbuatannya dituntun oleh-Nya. Untuk itu seseorang seharusnya mencari akses menuju Tuhannya agar dapat menunjukkan citra dirinya sebagai manusia hamba Tuhan yang baik. Pada saat dimensi spiritual dan apresiasi terhadap Tuhan tidak mendapatkan tempat dalam kehidupan manusia maka perilaku dan sikap manusia terpinggirkan dari nilai-nilai esensial. Bila hal demikian terjadi dan berkelanjutan, maka keterikatan, ketertarikan, dan apresiasi terhadap Tuhan tergeser bahkan menghilang, akibatnya krisis manusia dan kemanusiaan bisa terjadi.

Pengalaman lain tentang self healing subjek yang selalu diwarnai budaya Jawa, seperti penuturan subjek bahwa orang hidup di dunia seperti “ngunduh wohing pakarti”, artinya orang hidup itu akan menuai sesuai dengan budi pekertinya. Budi pekerti diartikan sebagai perilaku atau perbuatan, jika berbuat kebaikan maka yang dihasilkan juga kebaikan untuk diri sendiri begitu juga sebaliknya (aspek moral). Dengan kata lain, jika seseorang sakit berarti karena perbuatan atau perilakunya. Perbuatan/perilaku diartikan sebagai tindakan. Tindakan tersebut ada karena faktor kesengajaan, dalam tindakan sadar

(Kuswarno, 2009). Adanya tindakan karena ada penilaian dan pemahaman (Laird, 2007), hal ini berkaitan dengan persepsi.

Diperjelas lagi dengan penuturan subjek yang lain bahwa manusia hidup itu hanya menurut “perintah mawon”. Pernyataan tersebut menggambarkan bahwa orang hidup ataupun sakit adalah perintah yang berasal dari Tuhan YME dan Maha Kuasa (aspek spiritual), perintah diartikan suatu kewajiban yang harus dijalani. Ketika ada keterkaitan dengan Tuhan YME maka aktivitas yang lain juga berhubungan dengan Tuhan YME. Hal ini dijalankan secara terus menerus (ajeg) maka berpengaruh terhadap diri yaitu ketentraman lahir dan batin. (Wijayanti, 2010). Inilah yang disadari oleh subjek sebagai sehat yang merupakan cita-cita hidup sebagai orang Jawa. Pernyataan tersebut berasumsi bahwa sehat menurut etnis Jawa adalah seimbang atau harmoni. Hal ini selaras dengan yang dijelaskan oleh Serad (2015) bahwa kunci utama hidup sehat adalah keseimbangan. Dalam konteks ilmu kesehatan khususnya kedokteran, keseimbangan yang diciptakan Tuhan Yang Maha Pencipta adalah wujud molekul, senyawa tersusun sebagai protein, enzim, hormon, sel-sel organ dan lain-lain bekerja terprogram guna menjaga dan mengatur status sehat manusia (Pasiak, 2012). Secara kolektif, mekanisme keseimbangan dalam menjaga status sehat manusia tersebut disebut homeostasis. Menjaga, mengelola dan merawat mekanisme homeostasis inilah yang menjadi kunci mempertahankan status sehat seseorang. Itulah benteng pertahanan tubuh manusia yang disebut sistem kekebalan (imunitas).

Terkait budaya, dapat dikatakan bahwa setiap apa yang dikerjakan oleh manusia etnik Jawa selalu menuju pada poros “manunggaling kawula-Gusti” karena di sinilah terletak kunci kebahagiaan

masyarakat yang beretnis Jawa. Hal ini selaras dengan pendapat Sugiarto (2015) bahwa bahagia merupakan sumber segala sumber sehat. Pernyataan tersebut mempunyai arti bahwa bahagia memang merupakan sumber kesehatan. Namun, kebahagiaan bukanlah tujuan, melainkan jalan menuju hidup manusia. Yang dimaksud adalah manusia harusnya mengisi titik-titik jalan menuju kebahagiaan tersebut dengan kreatifitas yang bermakna bagi hidup manusia, sehingga seseorang mampu meraih umur panjang (longevity) (Serad, 2015). Pernyataan ini sesuai dengan yang diceritakan beberapa subjek bahwa “sakit dimaknai dengan sabar, tidak ada konflik dengan orang lain, maka awet hidup ini”. Awet dalam konteks budaya Jawa dapat diartikan sehat dan panjang umur. Hal ini diperjelas dan diperkuat oleh pendapat Hawari bahwa banyak faktor yang mempengaruhi umur, yang jelas pertama harus berlaku sabar adalah sangat penting, kedua adalah lingkungan, dan ketiga pola hidup sehat (Hawari, 2005). Ketiganya mempunyai kontribusi sangat besar. Namun, umur panjang bukanlah segala-galanya dan bukan pula tujuan, tetapi umur panjang adalah yang banyak memberikan kontribusi bagi masyarakat. Penjelasan ini selaras dengan yang diutarakan salah satu subjek bahwa “hidupnya hanya untuk berbuat kebaikan kepada orang lain”. Prinsip hidup ini didapatkan subjek pada saat berinternalisasi baik yang didapatkan dari sosialisasi primer dan sosialisasi sekunder, jadi ada perpaduan (modifikasi) antara keduanya. Pernyataan subjek tersebut sesuai dengan budaya Jawa dan ajaran agama yang dianut oleh semua subjek penelitian (Islam), di antara ajarannya banyak dituangkan di dalam kitab hadits, seperti yang diriwayatkan oleh Ahmad, Tarmidzi, dan al-Hakim bahwa:

Dari Abdurrahman bin Abu Bakrah, dari bapaknya, bahwa seorang laki-laki berkata, “Wahai Rasulullah, siapakah manusia terbaik?” Beliau menjawab, “Orang yang panjang umurnya dan baik amalnya.” Dia bertanya lagi, “Lalu siapakah yang terburuk?” Beliau menjawab, “Orang yang panjang umurnya dan buruk amalnya.” (HR. Ahmad, Tarmidzi, dan al-Hakim. Disahihkan oleh Al-Albani)

Dari Ibnu Umar bahwa seorang lelaki mendatangi Rasulullah SAW dan berkata, “Wahai Rasulullah, siapakah orang yang paling dicintai Allah? Dan amal apakah yang paling dicintai Allah SWT?” Rasulullah SAW menjawab, “Orang yang paling dicintai Allah adalah orang yang paling bermanfaat buat manusia dan amal yang paling dicintai Allah adalah kebahagiaan yang engkau masukkan ke diri “umat yang berserah diri kepada Allah” atau engkau menghilangkan suatu kesulitan atau engkau melunasi hutang atau menghilangkan kelaparan. (HR. Thabrani)

Dari pernyataan kedua hadits tersebut menjelaskan bahwa manusia terbaik dan paling dicintai Tuhan YME adalah manusia yang panjang umur dan paling baik amalnya serta paling bermanfaat bagi manusia. Oleh karena itu, umur panjang hanyalah sarana untuk bisa memberikan manfaat bagi orang lain (banyak). Sesuai dengan kriteria sehat WHO (World Health Organization) dan hal ini masuk akal adalah meraih hidup sehat, umur panjang, dan bermanfaat tidak hanya bagi diri sendiri, tetapi juga bagi orang lain.

Fenomena pengalaman-pengalaman subjek menunjukkan bahwa di dalam budaya etnik Jawa sarat dengan nilai-nilai luhur yang dibangun oleh masyarakatnya. Di dalam nilai-nilai luhur budaya tersebut

terkandung pesan moral dan ada unsur spiritual yang harus dijalankan oleh masyarakat Jawa selama kehidupannya. Akhirnya, sekarang menjadi sebuah tradisi, dipakai untuk dijadikan nasehat bagi generasi penerusnya (aspek komunikasi), yang sering diistilahkan dalam budaya Jawa sebagai “Pitutor” (Wijayanti, 2010).

Berdasarkan fakta inilah tindakan yang diambil oleh subjek sebagai tindakan yang komunikatif dan bermakna. Oleh karena di dalam tindakannya subjek menekankan pada aspek moralitas dan spiritualitas. Tindakan komunikatif diartikan sebagai tindakan yang selalu diorientasikan pada saling pemahaman dan saling pengertian (Habermas, 1990). Partner komunikasi atau orang lain diandaikan sebagai partner untuk menyampaikan tujuan, menjadi lawan bicara sebagai saksi, sebagai tempat objektivasi dan ekspresi serta saling tukar informasi dan pengalaman sehingga tujuannya diarahkan untuk pemahaman tindakan bersama (Habermas, 1990).

Untuk menuju pada pemahaman tindakan bersama, Habermas memberikan metode sekaligus cara yaitu melalui interpretasi terhadap tindakan dan membuat mekanisme koordinasi dari tindakan tersebut untuk merumuskan tujuan dari tindakan dialogis tersebut. Interpretasi diarahkan untuk menciptakan situasi yang ideal dalam dialog, di mana masing-masing pihak dapat menunda kepentingannya (to suspend mutual interest) dan membuat aturan mainnya (Ja'far, 2004). Adapun mekanisme koordinasi tindakan lebih pada membuat keabsahan dan tindakan komunikatif tersebut berdasarkan sincerity (antara intensi yang dimaksud dengan yang diucapkan terdapat kesatuan), exactness (ketepatan rumusan tindakan berdialog), truth (kebenaran sebagai acuan dalam komunikasi) dan comprehensiveness (keseluruhan dari ketiga hal tersebut) (Habermas, 1990).

Dengan kata lain, tindakan komunikatif bermakna meliputi semua aspek kemanusiaan yang ideal dan yang diinginkan. Jadi, pelaku tindakan (subjek) tidak hanya mengacu pada subjektivitas dirinya yang ingin memahami tindakannya tersebut, melainkan juga berusaha membuat sarana aktualisasi diri yang mendalam sehingga relasi sosial atau tindakan bersama akhirnya dapat diciptakan. Tujuan dari tindakan komunikatif bermakna adalah untuk mencari kesalingmengertian (mutual understanding), maka kesuksesan dari tindakan ini disebutkan sebagai rasionalitas komunikatif (Braaten, 1991).

Hal ini terlihat pada saat subjek membangun dunia sosialnya yaitu ketika mereka melakukan aktifitas-aktifitas yang berkaitan dengan proses penyembuhan dirinya ataupun aktifitas ketika subjek berinteraksi dengan dunia sosialnya selalu menghadirkan eksistensi (keberadaan) Tuhan di dalamnya. Dengan aktifitasnya tersebut subjek dapat mencapai derajat kesehatan atau status kesehatannya secara optimal. Status kesehatan inilah yang merupakan hasil objektivasi subjek dalam self healing-nya. Seperti yang dijelaskan dalam hasil rekam medis pasien (subjek) pada saat pengambilan data.

Aktifitas self healing yang dilakukan subjek sebenarnya subjek melakukan proses pemaknaan hidup. Hal ini merupakan salah satu fungsi kritis dari agama, tradisi dan spiritualitas. Makna hidup merupakan komponen utama terutama mendefinisikan spiritualitas. Esensi spiritualitas menurut Ja'far (2004) adalah pencarian makna eksistensial. Spiritualitas hanya bisa dirasakan oleh jiwa. Jiwa atau psikis tidak diperkaya oleh status sosial atau berlimpahnya materi tetapi oleh makna hidup, nilai-nilai dan tujuan hidup. Jiwa sendiri membutuhkan makna hidup yang lahir karena adanya hubungan

dengan yang transenden (Koenig, 2009). Pada kenyataannya seseorang yang mengalami secara dalam dan luas perihal makna dan tujuan hidup dapat merasakan kenikmatan hidup lebih besar, kepuasan psikologis dan keberadaan diri yang lebih tinggi, serta kesehatan mental positif. Sementara seseorang yang kehilangan makna hidup, mengalami rasa kekosongan dalam hidup, karena merasakan kesulitan memposisikan dirinya secara kualitatif (Frankl, 1984).

Berkaitan dengan praktek self healing, makna dan tujuan hidup menjadi penting dalam proses terapi penyembuhan ataupun pengobatan. Makna hidup memainkan peranan penting untuk perlindungan kesehatan (health protecting) dan peningkatan kesehatan. Tantangan terbesar di kalangan dunia kesehatan adalah membantu pasien menemukan makna hidup dari penderitaan penyakit. Penyakit merupakan hal yang biasa pada manusia, tetapi menemukan makna hidup di balik penderitaan penyakit merupakan hal yang luar biasa. Pernyataan tersebut diperjelas dan dipertegas oleh psikiater Victor Frankl (1984) bahwa manusia tidak dirusakkan oleh penderitaannya, tetapi manusia dirusak oleh penderitaan tanpa makna hidup.

Ketika manusia menderita sakit, dia tidak saja merasakan sakit secara fisik lebih dari itu menderita rasa sakit pada jiwanya. Sakit pada jiwa bisa karena penyakit maupun faktor di luar penyakit. Pada umumnya secara tersirat dan ataupun tersurat ketika seseorang menderita penyakit timbul pernyataan filosofis. Mengapa hal ini terjadi pada saya, mengapa penderitaan sakit ini tidak pernah selesai (tidak bisa sembuh), sebagaimana pernyataan yang diungkapkan oleh subjek yang status kesehatannya dengan asma tidak terkontrol.

Dengan demikian, tindakan subjek dalam proses self healing sebenarnya ditentukan oleh peran dan aspek di dalam diri yang terkait dengan (self concept). Self bermain dalam pemilihan dan perubahan informasi yang diperoleh dari proses internalisasi sehingga mempengaruhi tindakan yang dipilih yaitu yang sesuai dengan filosofi hidupnya. Khususnya peran self emotion regulation yang berperan terhadap kondisi kesehatannya.

Di dalam konsep self terdapat beberapa unsur yang menunjukkan hakekat diri (being) yaitu: “mind-body-spirit” yang menjadi satu kesatuan yang dapat menimbulkan kesadaran. Kesadaran tersebut menguatkan perasaan (feeling) yang menjadi landasan proses berpikir (thinking) dan selanjutnya diwujudkan dalam bentuk perilaku dan aktifitas sosial (relating) untuk memperoleh hasil atau pencapaian tujuan (have) yaitu: sehat, yang di dalam etnis Jawa dikatakan seimbang.

Self regulation merupakan salah satu aspek terpenting dari eksistensi manusia, terlebih pada saat subjek mencari jati diri melalui proses pemaknaan hidup seperti dalam filosofi hidupnya sebagai manusia etnis Jawa. Oleh karena dari self regulation inilah, subjek memutuskan goal mana yang diikuti dan tindakan yang searah dengan tujuan (goal-directed action) merupakan proses dasar yang melandasi pikiran, perasaan dan tindakan seseorang (Cameron, 2003). Pada saat subjek memfungsikan self regulation dalam dirinya, maka subjek sudah masuk dalam area objektivasi dalam proses self healing, sehingga jelas tampak hasilnya. Bagi subjek yang mempunyai persepsi positif terhadap sakitnya maka berdampak pada tindakan positif dan dipilih yang sesuai dengan keyakinan dan tujuan hidupnya. Oleh karena subjek berlatar belakang etnis Jawa maka

tujuan dan cita-cita hidupnya selaras dengan budaya Jawa yaitu ketentraman lahir dan batin. Hal itu bisa dicapai melalui usaha-usaha yang sejalur dengan keberadaan Tuhan Yang Maha Kuasa (spiritualitas).

Jelasnya, bahwa tindakan subjek dengan meregulasi emosinya yang positif melalui pemaknaan hidup yang positif (penderita asma), yang akhirnya memunculkan perasaan bermakna pada diri subjek. Proses memaknai hidup “sebagai penderita asma” diambil dari nilai-nilai dalam filosofi hidup tradisi Jawa yang diyakininya. Di dalam tradisi tersebut terdapat pesan moral dan spiritual untuk diri sendiri dan masyarakat, yang berdampak harmoni (keseimbangan) yang diartikan sehat secara fisik, psikis, sosial dan spiritualnya.

Munculnya perasaan bermakna pada saat subjek menemukan dirinya (self discovery) yaitu dengan melihat penderita penyakit lain yang lebih parah tetapi masih bisa hidup ceria dan menikmati hidup dengan baik. Pengalaman lain, munculnya perasaan bermakna pada saat subjek merasa tersanjung atau istimewa, unik dan tidak tergantung orang lain yaitu ketika memiliki keahlian-keahlian yang dapat memberikan sumbangsih pada orang lain (masyarakat). Di antara keunikannya ada yang ahli di bidang naturopati, budaya, olahraga, guru yang bijaksana, perawat, pedagang sukses dan lain sebagainya. Titik persamaannya adalah pada perasaan sangat berarti dan sangat dibutuhkan bagi orang lain meskipun dalam tingkatan yang berbeda.

Manifestasi atau wujud perasaan bermakna juga dirasakan pada saat subjek diklaim atau dijustifikasi oleh masyarakat sebagai penderita penyakit keturunan dan tidak bisa disembuhkan bahkan distigmakan sebagai penyakitnya orang miskin. Justru pengalaman ini menambah

keyakinannya kepada keberadaan Tuhan semakin tinggi (pengalaman spiritual), karena Tuhan pasti mempunyai rencana lain di balik itu. Begitu juga, perasaan bermakna muncul ketika subjek bisa mengejawentahkan atau mengaktualisasikan pada tanggung jawabnya pada situasi yang sulit yaitu pada saat merawat pasien yang sakit berat (profesi sebagai perawat). Terlihat juga, pada subjek yang bertanggung jawab kepada keluarga (profesi pedagang gorengan) yang difahami subjek sebagai pekerjaan yang membawa resiko asma, tetapi ketika profesi dijalankan menimbulkan pengetahuan dan pengalaman baru misalnya dengan tidak melawan arus arah angin. Namun, satu hal yang penting pada subjek yaitu ketika dihadapkan pada pilihan-pilihan untuk pengobatan penyakitnya. Pengobatan dari lembaga medis (farmakologi) ataukah pengobatan dari tradisi (nonfarmakologi). Dalam konteks ini makna hidup berkaitan dengan pilihan. Semakin seseorang dapat bebas menentukan pilihan dari dua hal yang sulit dipilih, semakin tinggi makna hidupnya.

Manifestasi makna hidup yang dialami para subjek memiliki dimensi yang subjektif, tetapi setidaknya mempengaruhi kehidupan subjek yang melakukannya khususnya dalam praktek self healing-nya. Makna hidup yang diperluas mengandung arti sebagai manifestasi spiritualitas dalam hubungan sosial (interpersonal), dimana seseorang bermanfaat, menginspirasi, dan mewariskan sesuatu yang bernilai bagi kehidupan manusia sekaligus cara mendapatkan eksistensinya yang unik sebagai manusia. Tiga kata kunci yang penting dalam konteks “holistic self healing” yaitu: bermanfaat, menginspirasi, dan mewariskan. Dimensi sosial dan interpersonal dari makna hidup meletakkan posisi seseorang dalam hubungan antar manusia. Sebagaimana salah satu pernyataan Rasulullah Muhammad SAW di

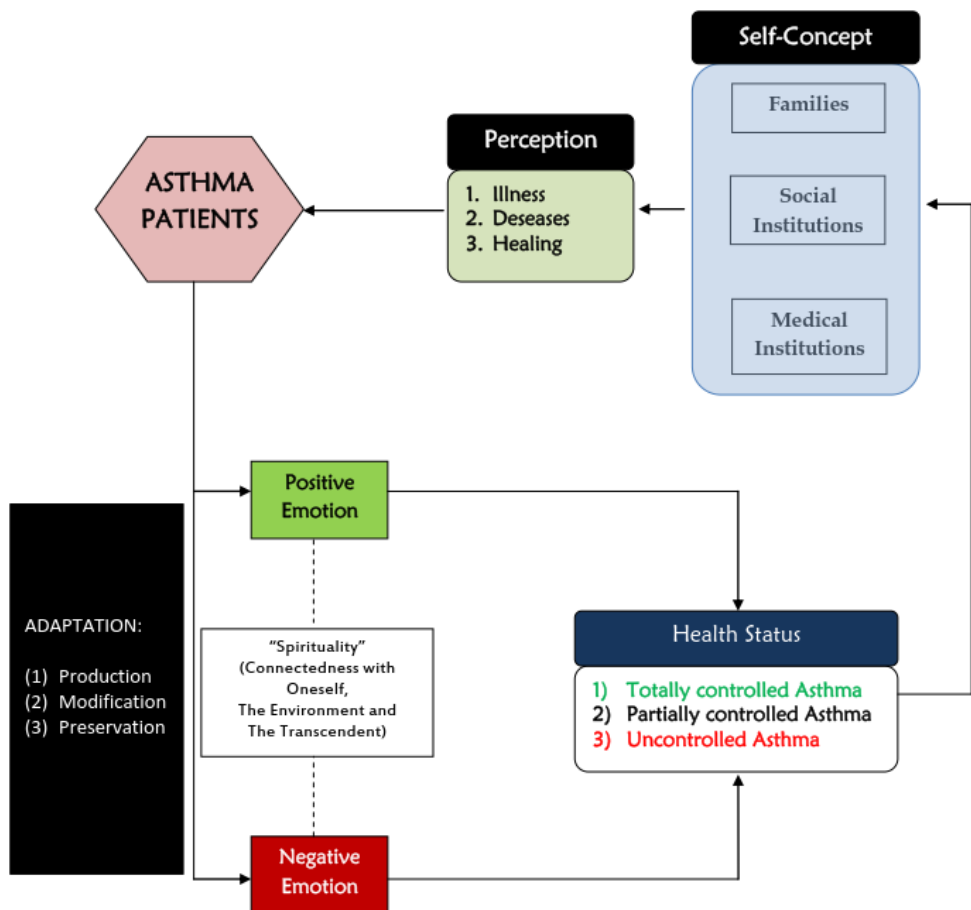
dalam haditsnya yaitu: “sebaik-baik manusia adalah mereka yang bermanfaat bagi orang lain”.

Tindakan subjek dalam proses self healing-nya melalui pemaknaan hidup diambil dan dibangun lewat tradisi budaya Jawa, yang di dalamnya sarat dengan nilai dan moral yang diwariskan untuk generasi penerusnya. Inti dari tindakan ini bisa membawa manfaat bagi diri sendiri dan orang lain (masyarakat). Oleh karena tindakan yang diambil selaras dengan filosofi budaya Jawa bahwa tujuan hidup manusia yaitu ketentraman lahir dan batin.

Pada saat menderita sakit yang tidak bisa disembuhkan dan sebagai penyakit keturunan (asma), maka sakit dimaknai dengan sabar, sakit sebagai anugerah, dan yang penting sakit dimaknai dengan tidak ada konflik dengan orang lain. Karena konflik inilah sebenarnya yang menyebabkan seseorang sakit baik secara fisik, psikis, sosial dan spiritual.

Sakit menyebabkan seseorang merasa tidak tenang, tidak tentram, dan tidak bahagia sehingga keterikatan (hubungan) antara manusia dengan dirinya sendiri (intrapersonal), orang lain (interpersonal) dan dengan Yang Maha Esa (Spiritualitas) menjadi tidak harmonis. Jika hal ini terjadi, maka jauh dari cita-cita dan tujuan hidup orang Jawa yaitu ketentraman lahir dan batin. Untuk mencapai keadaan demikian diperlukan adanya keseimbangan. Keseimbangan akan terwujud jika ada spiritualitas di dalam diri seseorang. Karena spiritualitas dapat menyeimbangkan kebutuhan-kebutuhan manusia baik fisik, psikis dan sosial. Keseimbangan inilah yang bisa mengantarkan kepada manusia pada kesejahteraan lahir dan batin. Sebagaimana yang dicita-citakan oleh masyarakat etnis Jawa bahwa sejahtera lahir dan batin itu adalah seimbang atau harmoni (Serad, 2015).

Dikatakan seimbang jika kebutuhan fisik, psikis, sosial, dan spiritual seseorang terpenuhi. Jika terpenuhi maka itulah sehat. Jadi sehat diartikan seimbang atau harmoni. Jadi kunci utama hidup sehat adalah keseimbangan. Dengan tindakan ini ternyata dapat mengantarkan subjek dengan status kesehatan menjadi asma terkontrol sebagian dan bahkan sampai kondisi asma terkontrol penuh.



DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah Ciptoprawiro. 1992. Filsafat Jawa. Jakarta: Balai Pustaka.
- Achmad Chojim. 2002. Syekh Siti Jenar: Makna Kematian. Jakarta: Serambi.
- Arif Setiawan .Praktik mistisisme Jawa dalam novel Mantra Pejinak Ular karya Kuntowijoyo. Jurnal Satwika : Kajian Ilmu Budaya dan Perubahan Sosial Vol. 5, No. 2, Oktober 2021, pp. 337-352
- Aho, James and Aho, Kevin. (2008) *Body Matters: a Phenomenology of Sickness, Disease, and Illness*, Lexington Books, United Kingdom.
- Ajiboye, Emmanuel, Olanrewaju. (2012) *Social Phenomenology of Alfred Schutz and the Development of African Sociology*, (British Journal of Arts and Social Sciences, Vol. 4, No. 1)
- Bateman ED, Jithoo A. (2007) *Asthma and Allergy a Global Perspective in Allergy*, European Journal of Allergy and Clinical Immunology, 62(3): 213-215
- Beck, Andrew, Bennett, Peter and Wall, Peter. (2002) *Communication Studies The Essential Introduction*. Routledge, London.
- Becker, R.O; Seldon. (1995) *G. The Body Electric*. William Morrow, New York.
- Berger, Peter L. (1990) *Tafsir Sosial Atas Kenyataan*. terj. Hasan Basari, LP3 ES, Jakarta.
- . (1991) *Langit Suci*, terj. Hartono. LP3 ES, Jakarta.
- . (2012) *Tafsir Sosial Atas Kenyataan; Risalah tentang Sosiologi Pengetahuan*, terj. Hasan Basri, LP3 ES, Jogjakarta.
- Blum HL. (1972) *Planning for Health: Development Application of Social Change Theory*. Human Science Press, New York, 3.

- Boniwell, I. *Optimism and Hope*, <http://positivepsychology.org.uk/pp-theory/optimism/32-optimism-and-hope.html> disitasi: 29 April 2013
- Braaten, Jane. (1991) *Habermas's Critical Theory of Society*. State University of New York, Albany.
- Brownstein, Art. (2007) *Extraordinary Healing*. Harbor Press, Amerika.
- Budiharjo H. (1991) *Pencemaran Udara di Jakarta*. Jurnal Paru, Vol. 11, p. 5-7.
- Calhoun, James F and John Ross Acocella. (1995) *Psikologi Tentang Penyesuaian dan Hubungan Kemanusiaan*. Terj. R.S. Satmoko, IKIP Semarang Press, Semarang.
- Cameron, L.D. & Leventhal, Howard. (2003) *The Self Regulation of Health and Illness Behavior*. Routledge, New York.
- Campbell, Tom. (1994) *Tujuh Teori Sosial, Sketsa, Penilaian, Perbandingan*. Terj. Budi F. Hardiman, Kanisius, Yogyakarta.
- Capra, Fritjof. (2000) *The Tao of Physics, Menyingkap Kesejajaran Fisika Modern dan Mistisisme Timur*. Jalasutra, Yogyakarta.
- Chartrand, T.L. and Bargh, J.A. (2002) Nonconscious Motivation: Their Activation, Operation, and Consequences. Dalam Tesser, Abraham, Stapel, D.A., Wood, J. V., (penyunting). "*Self and motivation: Emerging Psychological Perspectives*". American Psychological Association, Washington, DC, US.
- David Wallace-Werlls. 2019. *The Uninhabitable Earth; Bumi yang tak dapat dihuni*. Jakarta. Penerbit PT Gramedia Pustaka.
- Damarjati Supajar, 2001, *Mawas Diri*, Yogyakarta: Philosophy Press.
- Dermot, Moran. (2000) *Introduction to Phenomenology*. Routledge, London.
- Donsbach, Wolfgang. (2008a) *The International Encyclopedia Of Communication, Series One*. Blackwell Publishing Ltd, USA.
- Dorrien, Garry. (2001) *Berger: Theology and Sociology*, dalam *Peter Berger and the Study of Religion*. Ed. Linda Woodhead. Routledge, London.
- Dr Purwadi M. Hum. 2007. *Filsafat Jawa dan Kearifan Lokal*. Yogyakarta. Panji Pustaka.
- Dr. Pudji Rahmawati, M. Kes. *Konstruktivisme Holistic Healing Pada Penderita Asma di Kota Surabaya*. Disertasi.2017

- Eitzen, Stanley D. (1986) *Social Problems*. Allyn and Bacon Inc, Boston.
- Endress, Martin. (2005) *Introduction: Alfred Schutz and Themporary Social Theory and Social Research*, dalam *Explorations Of Thelife-World, Continuing Dialogues with Alfred Schutz*. Ed. Martin Endress et. All. Springer, Netherlands.
- Franz Magnis Suseno. 1984. *Etika Jawa; Sebuah Analisa Falsafati Tentang Kebijaksanaan Hidup Jawa*. Jakarta. PT Gramedia.
- Foster, George M & Anderson. (1986) *Antropologi Kesehatan*. UI Press, Jakarta.
- Frankl, Victor. (1984) *Maris Search for Meaning: An Introduction to Logotherapy*. Hodder & Stoughton, London.
- Freeman, Lyn. (2001) *Complementary & Alternatif Medicine*. Mosby Inc, USA.
- Rafael Raga Maran, *Manusia Dan Kebudayaan Dalam Perspektif Ilmu Budaya Dasar* (Jakarta: Rineka Cipta, 2007), hal. 15.
- Giddens, A. (2005) *Kapitalisme dan Teori Sosial Modern: Suatu Analisis Karya-Tulis Marx, Durkheim, dan Max Weber*, terj. Soeheba Kramadibrata. UI-Press, Jakarta.
- Gilson, Christie L. (2011) *Contructions of Disability at a University in Hong Kong: Perspectives of Disabled Students, Staff Members, and Instructors*. *Journal Disability Studies Quarterly* acknowledges and appreciates. Vol. 31, No. 2.
- Goffman, Erving. (1959) *The Presentation of Self Everyday Life*. Penguin, Harmondworth.
- (1973) *Stigma Notes on The Management of Spoiled Identity*. Prentice-Hall Inc, New Jersey
- Gross, J. J., & Thompson, R. A. (2007) *Emotion Regulation: Conceptual Foundation* In J.J. Gross (Ed), *Handbook of emotion regulation*. Guilford Press, New York, h. 10-27
- Habermas, Jurgen. (1990) *Moral Consciousness and Communication Action*. The MIT Press, Cambridge-Masschussett.
- Halgate S, Polosa R. (2006) *The Mechanism, Diagnosis and Management of Severe Asthma in Adults*. *Lancet*, 368: 780-793.

- Handayani & Novianto. (2008) *Kuasa Wanita Jawa*. LKis, Yogyakarta.
- Harter, L.M., Japp, P.M., Beck, C.S. (2005) *Narratives, Health, and Healing*. Lawrence Erlbaum Associates Inc, New Jersey.
- Heider, K.G. (1991) *Landscapes of emotion: mapping three cultures of emotion in Indonesia*. Cambridge University Press, h. 31-57
- Imelda S. (2007) *Hub. Derajat Berat Asma dengan Kualitas Hidup yang Dukur dengan Asthma Quality of Life Questions*, Paru, 14: 54, 5
- Indrawijaya, Adam. (1986) *Perubahan dan Pengembangan Organisasi*. Sinar Baru, Bandung.
- James Midgley. 2019. *Pembangunan Sosial*; edisi terjemahan. Yogyakarta. Gajah Mada University Press.
- Kalat, J. W. & Shiota, M. N. (2007) *Emotion*. Thomson Wadsworth, Belmont.
- Karyadi, TH (2003) *Asma akibat Kerja, Majalah Cermin Dunia Kedokteran*. 141; p. 23-26.
- Koenig, Harold G., Philippe Huguelet. (2009) *Religion and Spirituality in Psychiatry*. Cambridge University Press, New York.
- Kuswarno, Engkus. (2009) *Fenomenologi: Konsepsi, Pedoman, dan Contoh Penelitiannya*. Widya Padjadjaran, Bandung.
- (2009) *Metode Penelitian Komunikasi: Fenomenologi, Konsepsi, Pedoman, dan Contoh Penelitian*. Widya Padjadjaran, Bandung.
- Kuntowijoyo. 2006. *Budaya dan Masyarakat: Edisi Paripurna*. Yogyakarta. Tiara Wacana.
- Kuntowijoyo. _____
- Koentjaraningrat, 1979, *Pengantar Ilmu Antropologi*, Aksara Baru, Jakarta.
- Kodiran, 1975, "Kebudayaan Jawa" dalam Koentjaraningrat, *Manusia dan Kebudayaan di Indonesia*, Djambatan, Jakarta.
- L. Davidoff L. (1988) *Psikologi Suatu Pengantar*. Erlangga, Jakarta.
- Lalu Agus Fathurrahman. 2018. *Kosmologi Sasak: Risalah Inen Paer*. Mataram. Penerbit Genius.

- Lalu Agus Fathurrahman. 2017. *Membaca Arsitektur Sasak*. Mataram. Penerbit Genius.
- Laird, James D. (2007) *Feelings: The Perception of Self*. Oxford University Press, New York
- Lazarus, R. S. (1991) *Emotion and Adaption*. Oxford University Press, Madison Avenue.
- Littlejohn, Stephen W. and Karen A. Foss. (2009) *Theories of Human Communication*. 8th ed. Wadsworth Publishing Company, Belmont California.
- (2009) *Teori Komunikasi*. Terjemahan Mohammad Yusuf Hamdan. Salemba Humanika, Jakarta.
- (2009) *Encyclopedia of Communication Theory*. Sage Reference Publication Inc, New Mexico.
- Mulder, Niels, 1973, *Kepribadian Jawa dan Pembangunan Nasional*, Gadjah Mada University Press, Yogyakarta.
- Matt Ridley. 2005. *Genom, Kisah Spesies Manusia dalam 23 Bab*. Jakarta. Penerbit PT Gramedia Pustaka.
- Mulder Niels. 1983. *Jawa – Thailand (Beberapa Perbandingan Sosial Budaya)*, Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Maltz, Maxwell. (1970) *The Magic Power of Self-Image Psychology*. Pocket Books, New York.
- Mangunegoro H. Widjaja A, Sutoyo DK Yunus F, Prajnaparamita, Suryanto E dkk, (2004) *Pedoman Diagnosis dan Penatalaksanaan Asma di Indonesia*. Perhimpunan Dokter Paru Indonesia, Jakarta, p. 20-60.
- Moesa, Ali Maschan. (2007) *Nasionalisme Kiai: Konstruksi Sosial Berbasis Agama*. LKiS, Yogyakarta.
- .Mulder, Niels. (2009) *Mistisme Jawa Ideologi di Indonesia*. Cetakan tiga. LKiS, Yogyakarta.

- Mulyana, Deddy. (2006) *Metodologi Penelitian Kualitatif: Paradigma Baru Ilmu Komunikasi dan Ilmu Sosial Lainnya*. Cet. V. PT. Remaja Rosdakarya, Bandung.
- . (2010) *Komunikasi Lintas Budaya (Pemikiran, Perjalanan, dan Khayalan)*. Remaja Rosdakarya, Bandung.
- . (2012) *Cultures And Communication: An Indonesian Scholar's Perspective*. Remaja Rosdakarya, Bandung.
- Muzaham, Fauzi. (2000) *Sosiologi Kesehatan*. UI Press Universitas Indonesia, Jakarta.
- M Husni Muadz. 2019. *Interaksi Tuhan Manusia Dalam Komunikasi Al-Quran; Tinjauan Berdasarkan Paradigma Linguistika*. Mataram. Sanabil.
- M Husni Muadz. 2019. *Sekolah Perjumpaan: Normalisasi Menuju Relasi Sosial yang terbuka, toleran dan saling berterima pada Masyarakat yang Heterogen*. Mataram. Dewan Pakar PB NW.
- Muchammadun. 2018. *Paradigma Integrasi-Interkoneksi Pada Pendidikan dan Praktik Pekerjaan Sosial*. Yogyakarta. Universitas Sunan Kalijaga Yoigyakarta. Disertasi.
- Murdock, G. P., 1964, *Genetic Classification of the Austronesian Languages: A Key to Oceanic Culture Histori; Etnology III: 117-126*, dalam Koentjaraningrat, *Kebudayaan Jawa*, hal. 17.
- National Education and Prevention Program (NEPP). (2007) *Guidelines for the Diagnosis and Management of Asthma*. National Heart, Lung and Blood Institute of Health (NHI) Publication, United States.
- Ngatimin, HM.Rusli. (1992) "*Dari Nilai Budaya Bugis di Sulawesi Selatan. Apakah Kusta Ditakuti atau Dibenci?*". Lembaga Pengabdian Masyarakat. Universitas Hasanuddin, Ujung Pandang.
- Niven, Neil. (2013) *Psikologi Kesehatan*. EGC, Jakarta.
- Notoatmodjo, Soekidjo. (2007) *Pengantar Pendidikan Kesehatan Dan Ilmu Perilaku Kesehatan*. Andi Offset, Yogyakarta.

- Nugroho & Poloma, Margaret M. (2007) *Sosiologi Kotemporer*. Rajawali Pers, Jakarta.
- Paloma, Margareth, M. (2007) *Sosiologi Kotemporer*. Terj. Yasogama. Rajagrindo Persada, Jakarta.
- Papalia, D. E & Olds, S. W. (2001) *Human Developmet*. 6th Ed. McGraw-Hill, New York
- Parera, Frans M. (2012) *Menyingkap Misteri Manusia sebagai Homo Faber*, dalam pengantar: *Tafsir Sosial atas Kenyataan*. LP3ES, Jakarta.
- Pasiak, Taufiq. (2012) *Kesehatan Spiritual Berdasarkan Neurosains*. Mizan, Bandung.
- Radley, Alan. (1997) What role does the body have in illness? Dalam Yardley, Lusi (penyunting). "*Material Discourses of Health and Illness*." Routledge, London.
- Rakhmat, Jalaluddin. (1989) *Psikologi Komunikasi*. 2nd edisi. PT. Remaja Rosdakarya, Bandung.
- Ringdal IG. (1996) *Religiosity, Quality of Live and Survival in Cancer Patient*. *Social Indicator Research Journal*. Vol. 38, No. 2
- Rustam, Erlina. (2014) *Hubungan Tingkat Pengetahuan Mengenai Asma dengan Tingkat Kontrol Asma*. *Jurnal Kesehatan Andalas*; 3 (1), Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.
- Sudiarja, 1995, *Filsafat Sosial, Pascasarjana S2 Fakultas Filsafat Universitas Gadjah Mada*, Yogyakarta.
- Sidik, Firman. "Pendidikan Humanis dan Implikasinya Dalam Pembelajaran." *Tadbir: Jurnal Manajemen Pendidikan Islam* 4.1 (2016): 88-95.
- Sadulloh, *Pengantar Filsafat Pendidikan* (Bandung: Alfabeta, 2003), hal. 81
- Suseno, F. Magnis, 1985, *Etika Jawa (Sebuah Analisa Falsafati Tentang Kebijakan Hidup Jawa)*, Gramedia, Jakarta.
- Samuel, Hanneman. (2012) *Peter L. Berger: Sebuah Pengantar Ringkas*. Kepik, Depok.
- Sarwono, Solita. (2000) *Sosiologi Kesehatan*. Gajah Mada University Press, Yogyakarta.

- Schmidt, S., Tinti, C., Levine, L. J., & Testa, S. (2010). *Appraisals, Emotions and Emotion Regulation: An Integrative Approach. Motivation Emotion*. 34: 63-72.
- Schutz, Alfred. (1964) *Collected Papers*. Jilid I dan II. Martin Nijhoff , The Hague.
- Serad, Soewarno M. (2015) *Catur Pitutur*. Hastabrata Publishing, Jakarta.
- Shaleh RA. (2008) *Psikologi Suatu Pengantar dalam Perspektif Islam*. Kencana, Jakarta. h.72-89, 99-125
- Singgih dan Yulia DG. (2007) *Psikologi Perkembangan*. Gunung Mulia, Jakarta.
- Smet, B. (1994) *Psikologi Kesehatan*. Gramedia Widiasarana Indonesia, Jakarta.
- Sobur . (2009) *Psikologi Umum*. Pustaka Setia, Bandung. hlm. 451-464
- Sokolowski, Robert. (2000) *Introduction to Phenomenology*. Cambridge University Press, Cambridge.
- Statt, A. D. (2003) *The Concise Dictionary of Psychology*. The Taylor & Francis e-Library, London, Ed. 3, h. 46
- Strongman, K. T. (2006) *Applyinh psychology to everyday life: a beginner's guide*. John Wiley & Sons Ltd, England, h. 14.
- Sugiarto, R. (2015) *Psikologi Raos*. Pustaka Ifada, Yogyakarta.
- Suharnan. (2005) *Psikologi Kognitif*. Srikandi, Surabaya. hlm. 23.
- Sukidin, Basrowi. (2002) *Metode Penelitian Kualitatif Perspektif Mikro*. Insan Cendikia, Surabaya.
- Syam, Nina W. (2012) *Psikologi Sosial Sebagai Akar Ilmu Komunikasi*. Simbiosis Rekatama Media, Bandung.
- Syam, Nur. (2005) *Islam Pesisir*. LkiS, Yogyakarta.
- Taylor, S.E., Peplau, L.A.& Sears, D.O. (1999) *Social Psychology*. Prentice Hall, Inc. London.
- Vocate, Donna R. (1994) *Self-Talk and Inner Speech: Understanding The Uniquely Human Aspects of Intrapersonal Communication*. Dalam Vocate, Donna R. (penyunting). *“Intrapersonal Communication: Differenct Voices, Different Minds”*. Lawrence Erlbaum Associates, Inc, New Jersey.
- Wahyuningsih dan Faisal Yunus. (2006) *Dampak Inhalasi Cat Semprot terhadap Kesehatan Paru*, FK UI.
- Wahyuningsih, Agistin & Surjaningrum, Endang R. (2013) *Kesejahteraan Psikologis pada Orang dengan Lupus (Odapus)*

- Wanita Usia Dewasa Awal Berstatus Menikah. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 2 (1).
- Walgito B. (2009) *Psikologi Sosial Suatu Pengantar*. Andi, Yogyakarta, hlm. 53-55.
- West, Richard and Lynn H. Turner. (2007) *Introducing Communication Theory, Analysis and Application*, 3rd edition. McGraw Hill, Boston.
- Wijayanti, Herlani. Nurwianti, Fivi. (2010) *Kekuatan Karakter dan Kebahagiaan Suku Jawa*. *Jurnal Psikologi* Vol. 3, No. 2
- Wilson, T. D. (2011) *The Meaning of Meaning in Sociology. The Achievement and Shortcomings of Alfred Schutz's Phenomenological*, *Sociology Journal for the Theory of Social Behaviour*, Vol. 41, Issue 3, 231
- Winardi. (1982) *Organisasi Perkantoran dan Motivasi*. Alumni, Bandung.
- Wisneski, L.A. & Anderson, Lucy. (2005) *The Scientific Basis of Integrative Medicine*. CRC Press, London.
- Wood TE. (1999) *Religiosity Associated with Affective in Symptomatic HIV-Infected Africa-American Women*. *Journal of Health of Psychology*, Vol. 4 No. 3.
- Woodhead, Linda. Ed. (2001) *Peter Berger and the study of Religion*. Routledge, London.
- Yunus F. (1998) *Dampak Gas Buang Kendaraan Bermotor Terhadap Faal Paru*, *Majalah Cermin Dunia Kedokteran*, 121; p. 8-11
- Zohar D & Marshal I. (2002) *SQ Memanfaatkan Kecerdasan Spiritual dalam Berpikir Integralistik dan Holistik untuk Memaknai Kehidupan*. Mizan Media Utama, Bandung, hlm. 41-54
- Zoller, Heather M. & Dutta, M.J. (2008) *Emerging Perspectives in Health Communication: Meaning, Culture and Power*. Routledge, London.
- Zoetmulder, P.J. 2000. *Manunggaling Kawula Gusti: Pantheisme Dan Monisme Dalam Sastra Suluk Jawa* (edisi terjemahan oleh Dick Hartoko). Jakarta: Gramedia.