

## KAJIAN FILOSOFIS DITENGAH PANDEMI COVID-19 BERDASARKAN PARADIGMA KONSELING CATUR MURTI

Bakhrudin All Habsy  
Universitas Darul Ulum Jombang  
[bakhrudin\\_bk@yahoo.com](mailto:bakhrudin_bk@yahoo.com)

### ABSTRACT

The philosophical study of *Catur Murti* counseling in the midst of the COVID-19 pandemic is a deep question about problems and reality, as a reflective function and a paradigm for analytical claims of Nusantara science as a process of transformation and theoretical-ethical insight amid the problems of the COVID-19 pandemic. *Catur Murti* counseling paradigm restores counseling of conceptual sophistication of Nusantara's knowledge through the process of growing and developing a counseling discipline based on Nusantara culture in observing the conditions of the COVID-19 pandemic. The *Catur Murti* counseling, which is summarized by one of the explicit ideas in the Javanese literature tradition, namely the collection of fibers (*serat-serat*) of the noble teachings of Raden Mas Panji Sosrokartono, is assumed to be able to help to understand of oneself accurately, to create life perfection and to bring peace of mind in harmonizing thoughts, feelings words, and deeds in the conditions of the COVID-19 pandemic.

### Keywords:

Catur Murti  
Counseling, A  
Philosophical  
Review

### ABSTRAK

Kajian filosofis tentang konseling *Catur Murti* ditengah pandemi COVID-19 merupakan sebuah pertanyaan mendalam tentang problematika dan realitas, sebagai fungsi reflektif dan paradigmatic untuk menempatkan klaim-klaim analitis ilmu pengetahuan Nusantara sebagai proses transformasi dan *insight* teoritis-etis ditengah problematika pandemi COVID-19. Paradigma konseling *Catur Murti* dimaksudkan untuk mengembalikan kecanggihan-kecanggihan konseptual ilmu-ilmu pengetahuan Nusantara, melalui proses penumbuhan dan pengembangan disiplin ilmu konseling berbasis budaya Nusantara dalam meninjau kondisi pandemi COVID-19. Konseling *Catur murti* yang disarikan dengan salah satu gagasan yang paling eksplisit dalam tradisi kepastakaan Jawa yaitu kumpulan *serat-serat* (surat-surat) ajaran *adiluhung* Raden Mas Panji Sosrokartono diasumsikan dapat membantu memahami diri secara tepat, mewujudkan kesempurnaan hidup dan ketenangan jiwa dalam menyelaraskan pikiran, perasaan, perkataan dan perbuatan dalam kondisi pandemi COVID-19.

### Kata Kunci:

konseling catur  
murti, tinjauan  
filosofis

---

**Cara mengutip:** Habsy, Bakhrudin A. (2020). Kajian Filosofis Ditengah Pandemi Covid-19 Berdasarkan Paradigma Konseling *Catur Murti*. *Nusantara of Research : Jurnal Hasil-Hasil Penelitian Universitas Nusantara PGRI Kediri (e-Journal)*, 7(1), 19-29. <https://doi.org/10.29407/nor.v7i1.14383>.

---

## PENDAHULUAN

### Pandemi dan Yang Tersingkir

Sejak mewabah di akhir 2019 dan dinyatakan sebagai pandemi oleh WHO pada tanggal 11 Maret 2020, COVID-19 telah menjangkiti lebih dari dua juta penduduk dunia dan menyebabkan lebih dari 165.000 kematian (WHO, 2020). Tak hanya memicu krisis kesehatan

masyarakat, pandemi COVID-19 juga berhasil menciptakan disrupsi besar-besaran di bidang politik, sosial kemasyarakatan, hingga ekonomi (ILO, 2020) dalam waktu relatif singkat.

Permasalahan, ditengah kegagalan dunia menghadapi berbagai pandemi, banyak negara termasuk Indonesia belum meletakkan respons-respons tanggap pandemi COVID-19 dalam kerangka kebijakan yang lebih humas dan inklusif. Respons-respon yang berbasis pendekatan kesehatan masih abai pada kenyataan bahwa tidak semua orang memiliki akses dan privilese yang sama untuk melindungi diri sendiri atau melakukan tindakan-tindakan penyelesaian masalah yang sesuai.

Sistem manajemen krisis standar seolah kehilangan relevansi, memaksa pemerintah di berbagai negara mengambil kebijakan yang cenderung *trial and error*. COVID-19 telah melahirkan tantangan tata kelola krisis pandemi yang bersifat *unprecedented* dalam konteks global. Indonesia menghadapi tantangan serupa bahkan diperparah dengan adanya nuansa politisasi ditengah pandemi COVID-19, sikap pengabaian atas *science* di awal krisis, keterbatasan kapasitas ekonomi dan sistem pelayanan kesehatan yang minimal

Manusia Indonesia bukan sebagai angka statistik belaka, namun sebagai subjek setara yang berhak memiliki kehidupan yang bermartabat, serta memiliki agensi untuk melindungi, menyelamatkan dan memperbaiki kondisi kehidupan melampaui batas-batas diri, keluarga, maupun kelompoknya. Berbagai pandemi yang dialami masyarakat Indonesia dalam hal ini dibutuhkan upaya penumbuh kembangan potensi manusia melalui konseling *catur murti*. Hal ini didasarkan pada musabab konseling *catur murti* memiliki keistimewaan yang mampu menggerakkan perubahan perbuatan dan perkataan melalui penyelarasan pikiran dan perasaan, mampu membawa individu untuk mendekatkan diri dengan Sang pencipta kehidupan melalui proses kehidupan sebagai murid dan gurunya kehidupan, berciri egalitarianisme, menolak otoritarianisme, bersifat demokratis, berwatak komunalisme, menolak materialisme. Selain itu prosedur konseling *catur murti* memulai pelaksanaan konselingnya dengan berdo'a atau menjalankan ritual dan meditasi yang dapat melengkapi kecenderungan dunia modern yang rasionalistik.

### **Siapakah Aku di Era COVID-19?**

Respons individu ditengah pandemi COVID-19 adalah memikirkan diri sendiri dan orang lain; dan berupaya untuk berbuat sesuatu untuk mencari solusi bagi dirinya dan orang lain melalui pengoptimalan bakat dan potensi yang dimilikinya. Berdasarkan hasil refleksi kritis penulis tentang situasi dan kondisi pandemi COVID-19 di Indonesia, telah melahirkan pola hidup baru masyarakat Indonesia, sebagai berikut: 1) Pola Hidup Ketakutan: a) Membeli stok masker, obat-obatan yang berlebihan, b) Menyebarkan rasa takut dan marah pada diri dan lingkungannya, c) Sering mengeluh, d) Sering *share* info apapun tentang COVID-19 dari media sosial yang tidak jelas kebenarannya, e) Mudah marah; 2) Pola Hidup Belajar: a) Belajar menerima kenyataan, b) Berhenti membaca berita yang membuat cemas, c) Berhenti belanja berlebihan, d) Mulai mengenal rasa pada diri sendiri, e) Memahami relasi dan menciptakan kemurnian berpikir untuk berkata dan bertindak, f) Berhenti membagikan informasi dari media sosial yang tidak jelas kebenarannya, g) Menyadari bahwa semua pihak sudah berusaha untuk melakukan yang terbaik; 3) Pola Hidup Bertumbuh: a) Menggunakan bakat atau kemampuan

dalam diri (*Aheie Asher Ahe*), b) Hidup di masa kini dan merencanakan masa depan tanpa menyesali masa lalu (*Trimah mawi pasrah, suwung pamrih tebih adjrih*), c) Penuh kasih sayang pada diri sendiri dan orang lain (*cinta kasih dan walas asih*), d) Berterimakasih dan mengapresiasi orang lain (*Menang tanpa ngasorake*), e) Menjaga emosi, tetap bahagia dan optimisme (*Angkup kabeh anyandak siji*), f) Mencari cara untuk beradaptasi dengan perubahan, g) Mempraktikkan keheningan, kesabaran dan kreativitas (*antheng amntheng sugeng djeneng*).

## **PEMBAHASAN**

### **Selayang Pandang Konseling Catur Murti**

Konseling *Catur murti* dikembangkan dengan salah satu gagasan yang paling eksplisit dalam tradisi kepustakaan Jawa yaitu kumpulan *serat-serat* (surat-surat) ajaran *adiluhung* Raden Mas Panji Sosrokartono. Raden Mas Panji Sosrokartono adalah sang maha putra Indonesia yang patut dijadikan teladan bagi Masyarakat Indonesia. Raden Mas Panji Sosrokartono adalah sosok intelektual Jawa yang dikenal sebagai seorang *polyglot* atau talen wonder yang menguasai 34 bahasa, seorang ahli pengobatan psikologis, rohani dan jasmani yang memiliki ajaran metodis dan didaktis seperti yang diajarkan para Wali dan Auliya (Habsy, 2020).

Definisi konseling *catur murti* adalah ilmu yang mempelajari tentang prosedur, teknik dan strategi bantuan yang diberikan kepada konseli untuk menciptakan kemurnian berpikir melalui penyelarasan pikiran dan perasaan serta pemahaman makna hidup dan kehidupan dari setiap pelajaran yang terjadi dengan tepat, untuk mendapatkan bisikan batin yang suci dari Sang pencipta kehidupan sebagai peringatan pada diri sebelum berkata dan berbuat (Habsy, 2020).

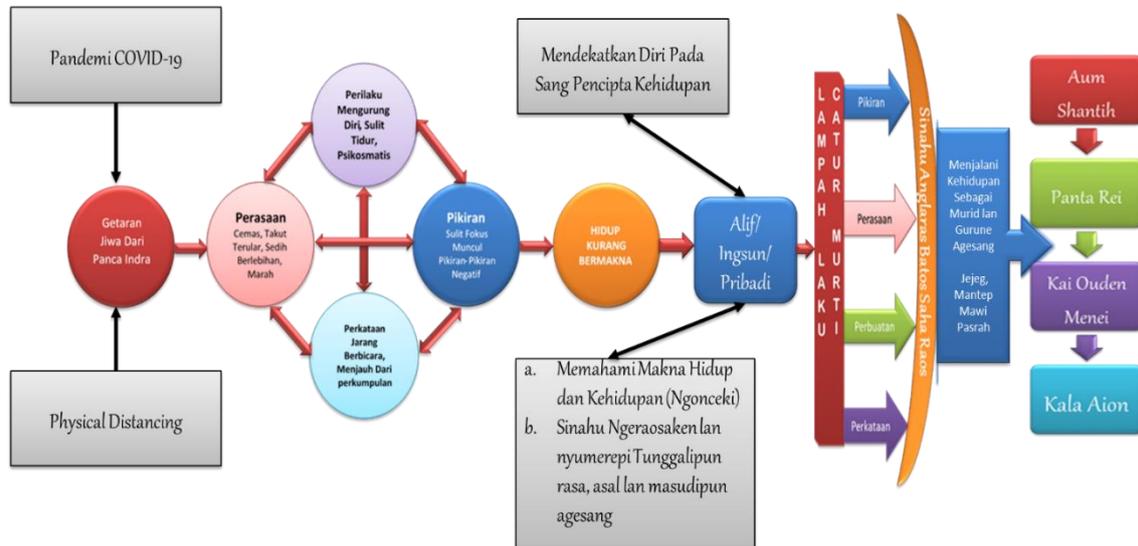
Konsep-konsep pokok konseling *catur murti* dikategorikan sebagai berikut : (1) Filsafat Dasar, yang diklasifikasikan dalam: (1.a) Sejarah Perkembangan, (1.b) Hakikat Manusia; (2) Konsep-Konsep Utama, yang diklasifikasikan dalam: (2.a) Struktur dan Perkembangan Kepribadian Manusia, (2.b) Pribadi Sehat dan Tidak Sehat; (3) Tujuan Konseling; (4) Hubungan Konseling, yang diklasifikasikan dalam: (4.a) Sikap, Peran dan Tugas Konselor, (4.b) Sikap, Peran dan Tugas Konseli; (5) Mekanisme Perubahan, yang diklasifikasikan dalam: (5.a) Teknik-Teknik Konseling, (5.b) Tahap-Tahap Konseling, (6) Pembagian Peran Pendidikan dan Pengajaran (Habsy, 2020). Secara visual selayang pandang tentang paradigma konseling *catur murti* ditengah pandemi COVID-19, di visualisasikan dalam gambar 1.

### **Selayang Pandang Konsep-Konsep Konseling Catur Murti**

#### **Filsafat Dasar**

Ajaran *adiluhung* Raden Mas Panji Sosrokartono yang terungkap dalam berbagai mutiara sabdanya dan kumpulan serat-seratnya memberikan *piwulang* tentang motif dasar manusia yang dimanifestasikan pada perbuatan *leladi sesammeng dumadi, memayu hayuning sesami* untuk menuju sang Alif yaitu sosok manusia *linuwih/unggul*. Dari sepenggal teks ajaran *adiluhung* Raden Mas Panji Sosrokartono mengutarakan sebagai berikut: *Masang Alif puniko inggih kedah mawi sarana lampah, boten kanging kok lajeng dipun canthelaken kemawon, lajeng dipun tilar kados mepe rasukan*, yang artinya memasang Alif itu harus dengan saran

penghayatan (*lampah laku*), tidak boleh hanya dicantolkan begitu saja (Suxmantojo, 1971:34). Alif merupakan gambaran dari *kesunyatan* (kenyataan) yang diperoleh melalui “*Lampah Laku Catur Murti*” yang merupakan perpaduan dan kesatuan pikiran, perasaan, perkataan dan perbuatan.



Gambar. 1 Paradigma Konseling Catur Murti ditengah pandemi COVID-19

Raden Mas Panji Sosrokartono (dalam Suxmantojo, 1971) menuturkan “*Wajib tiyang gesang sinau anglaras panginten saha raos*”, yang artinya orang hidup itu harus belajar menyelaraskan antara pikiran dan rasa. Dapat ditafsirkan bahwa pikiran dan rasa sangat perlu untuk diselaraskan agar tidak mudah terpengaruh kemarahan, kebencian, kedengkian, iri hati, dan sebagainya.

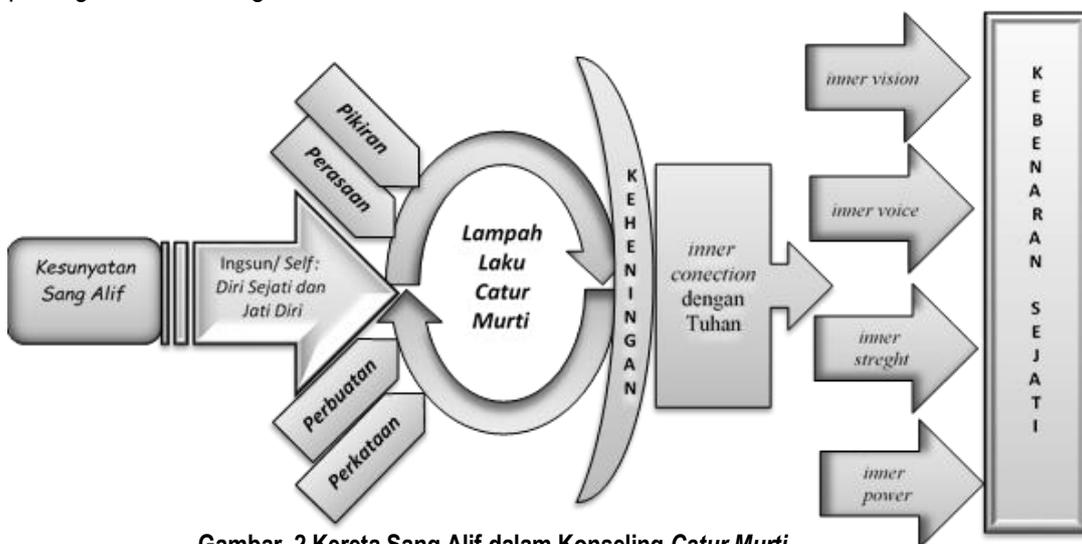
*Kesunyatan* Alif merupakan perwujudan dari *ingsun* (pribadi) yang memberikan kekuatan, penerangan dan semangat kehidupan (Aksan, 1995:55-100). Dalam diri seseorang terdapat gurunya diri pribadi (diri sejati) dan muridnya diri sendiri (jati diri), aku adalah gurunya aku, dan aku adalah muridnya aku (Aksan, 1995:34). Menurut Suseno (2001) *ingsun* (pribadi) dalam budaya Jawa dipahami sebagai diri (*self*) yang merupakan akumulasi dimensi lahir dan batin manusia, diri yang tampak adalah jumlah keseluruhan dari bagian-bagian tubuh yakni pikiran, penginderaan, hawa nafsu dan bisikan kalbu. Hal ini senada dengan pendapat CG Jung seorang ahli jiwa bangsa Swis dalam karyanya yang berjudul *Modern man in search of a soul* yang menyatakan bahwa manusia diciptakan dengan bertemunya Naturprinzip dan Geistprinzip. Paradigma Aku versi Jung mempunyai alam sendiri yang bernama alam sadar-pribadi dan sadar kolektif, yang dijadikan pertimbangan untuk mengatur jiwa manusia yaitu pertemuan antara alam sadar-pribadi dan sadar kolektif untuk menemukan intuisi (Jung, 1935).

Raden Mas Panji Sosrokartono membagi kategori *Alif* menjadi empat warna kategori yang mengarah pada fungsinya untuk pencapaian tingkatan manusia yang “*ngawulo dateng kawulaning gusti lan memayu hayuning bawono*” (manusia yang mengabdikan kepada Tuhan dan memperbaiki keindahan hidup) yaitu (1) Putih adalah keseimbangan, perlindungan dan kedamaian, (2) Hitam adalah pengendalian diri, kestabilan, netral, kekuatan yang hening, (3) Biru muda adalah kreativitas, spiritual, surgawi, kebenaran, daya penyembuh batin dan jasmani,

daya menyejukkan, (4) Merah adalah sesuatu yang punya daya hidup, kelestarian kekuatan, untuk melindungi serangan yang akan menempa jasmani, memperlancar peredaran darah dan keberanian (Aksan, 1995:46-47). Hal ini senada dengan pendapat Jung (2001) yang menyatakan bahwa setiap manusia dapat mencapai tingkatan sadar-kolektif, sebagai contoh Yesus Kristus. Yesus adalah manusia yang historis, sadar kolektif Yesus telah meningkat sampai sadar kolektif yang dinamakan Kristus. Jung memasukkan bidang kepercayaan dan intuisi dalam jiwa manusia yang tidak kalah dengan daya gunan dari pikiran manusia.

Berdasarkan paparan data diatas dapat ditafsirkan bahwa Ajaran-ajaran adiluhung Raden Mas Panji Sosrokartono menyuguhkan pandangan baru mengenai dinamika kebermaknaan jiwa manusia untuk menjadi sosok manusia *ngawulo dateng kawulaning gusti lan memayu hayuning sesami*. Kesunyatan Alif merupakan perwujudan dari *ingsun* dalam konteks budaya Jawa dipahami sebagai diri (*self*) yang terdiri dari gurunya diri pribadi (diri sejati) dan muridnya diri sendiri (jati diri) yang merupakan akumulasi dari dimensi lahir batin manusia, dengan melaksanakan empat fungsi dari diri (*self*) yaitu: (a) Putih, (b) hitam, (c) biru muda dan (d) merah. Untuk mewujudkan Kesunyatan Alif diperoleh melalui “*Lampah Laku Catur Murti*” yang merupakan perpaduan dan kesatuan pikiran, perasaan, perkataan dan perbuatan, yang disatukan dalam suatu keheningan rasa/jiwa/roh dan tidak terlihat oleh panca indra dengan mengadakan “*inner connection*” dengan Tuhan atau dalam budaya Jawa dipahami sebagai bisikan kalbu yang menghasilkan *inner vision*, *inner voice*, *inner strenght*, *inner power* sehingga manusia dapat mencapai sebuah kebenaran sejati yang mampu memberengus kehendak/perasaan negatif.

Filsafat dasar manusia berdasarkan konseling *catur murti* dalam hal ini lazim disebut sebagai kereta perjalanan sang Alif dalam konseling *catur murti*, yang merupakan imajinasi dari kereta dengan empat ekor kuda yang terdiri dari pikiran, perasaan, perkataan dan perbuatan dengan berjalan melalui “*lampah laku catur murti*”. *Ingsun/self* sebagai perwakilan dari kasunyatan sang *alif* yang bertugas sebagai kusir (*the driver*) dalam mengendalikan kuda untuk mencapai suatu keheningan untuk mendapatkan bisikan kalbu, kereta sang alif di visualisasikan pada gambar 2 sebagai berikut:



Gambar. 2 Kereta Sang Alif dalam Konseling Catur Murti

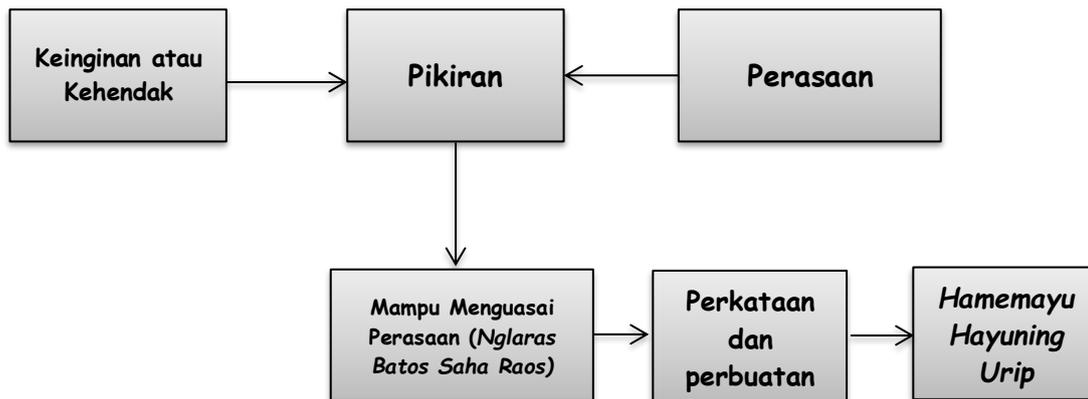
## Konsep-Konsep Utama

Usaha mengeksplisitkan dan mensistematisasikan masing-masing ajaran/ *wejangan* yang tersurat dalam serat-serat Raden Mas Panji Sosrokartono, untuk dibangun suatu ilmu pengetahuan yang padu dan integral melahirkan konsep struktur kepribadian manusia Jawa berdasarkan nilai-nilai luhur Raden Mas Panji Sosrokartono. Hal ini ditengarai dari pemikiran psikologi lintas budaya oleh Trandis (dalam Jatman : 1997) yang menyatakan bahwa tidak ada psikologi positivistik yang berlaku objektif, universal dimanapun juga, sehingga konsep yang berlaku pada satu kelompok bangsa belum tentu berlaku pula untuk bangsa lain, seperti “rasa” di Jawa tidak sama dengan “emosi” atau *‘feeling’* di Amerika.

Pembahasan tentang struktur kepribadian manusia tertuang dalam konseling *Catur Murti* yaitu merupakan suatu kesatuan empat faal yaitu pikiran, perasaan, perkataan perbuatan. Proses keinginan atau kehendak manusia menyebabkan manusia berpikir dan melakukan tindakan dan perkataan. Pikiran yang membenci, mendorong kita untuk berkata dengan penuh kebencian, pikiran yang membenci melahirkan perbuatan yang penuh kebencian (Aksan, 1995). Menurut Raden Mas Panji Sosrokartono (dalam Aksan, 1995:71-74) berpikir yang benar dapat mendatangkan manfaat untuk kita dan membawa kebenaran pada perkataan, perbuatan dan perasaan. Pikiran yang benar mengandung cinta kasih, *welas asih* (belas kasihan), simpati, dan tenang. Konseling *catur murti* menyeleraskan perasaan yang tak berwujud berisikan keinginan atau kehendak dengan pikiran agar mampu menguasai perasaan (*nglaras batos saha raos*). Dapat ditafsirkan bahwa pikiran mempengaruhi cara individu memaknai kejadian dalam hidup yang membuat tiap individu memiliki pemaknaan dan reaksi pada perbuatan dan perkataan.

Hal ini senada dengan pandangan *Cognitive Behavior Therapy* Aaron Beck (1964), seorang psikolog yang terkenal dengan sebutan “*The Father of Cognitive Behavior Therapy*” mendefinisikan Konseling Kognitif Perilaku adalah pendekatan yang bertujuan untuk mengubah kognitif atau persepsi konseli terhadap dirinya dalam rangka melakukan perubahan emosi, perilaku dan reaksi fisiologis konseli (NACBT, 2007 dalam Habsy : 2017).

Dari paparan diatas dapat disimpulkan konseling *catur murti* telah menyuguhkan pandangan baru tentang struktur kepribadian yang terdiri dari pikiran, perasaan, perkataan perbuatan. Keinginan atau kehendak menyebabkan proses berpikir sehingga menimbulkan perasaan dan tindakan tertentu. Konseling *catur murti* menyeleraskan perasaan yang tak berwujud berisikan keinginan atau kehendak dengan pikiran agar mampu menguasai perasaan (*nglaras batos saha raos*), manusia dapat mengubah cara berpikir untuk menghasilkan perilaku yang, yang kelak menjadi pemimpin yang berkarakter *bares (jujur)*, *wani (berani)*, dan *mantep (yakini)*. Secara visual, struktur kepribadian manusia berdasarkan nilai-nilai luhur Semar, di visualisasikan dalam gambar 3 berikut:



Gambar 3. Struktur Kepribadian Manusia konseling catur murti

### Buliran Teknik Konseling Catur Murti Ditengah Pandemi COVID-19

Berikut sejumlah bentuk teknik-teknik konseling *catur murti* yang diasumsikan dapat membantu memahami diri secara tepat, mewujudkan kesempurnaan hidup dan ketenangan jiwa dalam menyelaraskan pikiran, perasaan, perkataan dan perbuatan dalam kondisi pandemi COVID-19:

#### ***Langgeng tan ana susah tan ana seneng, Antheng Mantheng Sugeng Jeneng***

*Langgeng tan ana susah tan ana seneng* dapat diartikan keabadian yang tidak diselimuti perasaan susah maupun senang (Aksan, 1995). Sedangkan *antheng mantheng sugeng jeneng* mengarah pada suasana batin yang selalu tenang (Syuropati, 2015:135). Dapat ditafsirkan sebagai proses revolusi spritual dalam diri untuk mencapai suatu keheningan dengan mengadakan “*inner conection*” dengan Tuhan demi mencapai suasana batin yang selalu tenang. Hal ini senada dengan pendapat Wubbolding (1988:162-164) yang menyatakan manfaat teknik konseling bertanya berguna untuk terapis dalam memasuki dunia batin klien, untuk mengumpulkan informasi, untuk memberikan informasi, dan untuk membantu klien mengambil kontrol yang lebih efektif.

Menurut Jung (2001) puncak evolusi jiwa manusia adalah simbol mengekspresikan kumpulan kebijaksanaan yang telah dicapai dalam perbuatan yang mengarah pada keyakinan pada Tuhan. Lebih lanjut Jung menyatakan pertemuan antara alam sadar-pribadi dan sadar kolektif menghasilkan persepsi intuitif untuk mendorong individu mengambil keputusan yang sempurna. Hal ini senada dengan pendapat Raden Mas Panji Sosrokartono (dalam Aksan, 1995) perwujudan dari *ingsun* dalam konteks budaya jawa dipahami sebagai diri (*self*) yang terdiri dari gurunya diri pribadi (diri sejati) dan muridnya diri sendiri (jati diri) yang merupakan akumulasi dari dimensi lahir batin manusia. *Kesunyatan* Alif diperoleh melalui “*Lampah Laku Catur Murti*” yang merupakan perpaduan dan kesatuan pikiran, perasaan, perkataan dan perbuatan, yang disatukan dalam suatu keheningan untuk mendapatkan bisikan kalbu yang menghasilkan sebuah kebenaran sejati yang mampu memberengus kehendak/perasaan negatif.

Berdasarkan paparan data diatas dapat interpretasikan teknik terapiutik dari *langgeng tan ana susah tan ana seneng, antheng mantheng sugeng jeneng* terdiri dari empat tahap

sebagai berikut: (1) *langgeng tan ana susah tan ana seneng*, yaitu membebaskan diri dari rasa susah dan senang, untuk menyelaraskan kehendak dengan pikiran (*nnglaras batos saha raos*) sehingga tercipta ketenangan (*anthenng*) untuk melakukan meditasi (*manthenng*) sehingga mencapai keheningan, (2) *Jeneng, jumeneng* atau bertahta, setelah pencapaian *anthenng-manthenng*, dilakukan penyaadaran untuk bangkit menjadi dirinya yang sejati dengan perkasa dan penuh keberanian laksana *ngelurug tanpo bolo*, (3) Mensirnakan perasaan-perasaan yang bersifat duniawi untuk mendapatkan ketenangan batin, (4) Mendekatkan diri pada Tuhan untuk mendapatkan bisikan kalbu yang membawa manusia mencapai sebuah kebenaran sejati

### **Ngupasi padhang ing peteng**

Makna *ngupasi padhang ing peteng* adalah mencari terang di dalam gelap (Suxmantojo, 1971:12). Menurut Raden Mas Panji Sosrokartono dimensi tersembunyi dari *peteng* adalah bentuk sengsara dan *padhang* adalah bentuk kesenangan. Ajaran adiluhung Raden Mas Panji Sosrokartono mengajarkan tentang adanya dualisme dalam dunia ini yaitu *padhang-peteng, seneng ing sengsara*, sehat-sakit dan sebagainya. Menurut Raden Mas Panji Sosrokartono (dalam Aksan, 1995:26-28) diharapkan manusia mampu memahami arti kehidupan agar senang dan susah dapat diterima dengan lantang dada, dalam hal ini Raden Mas Panji Sosrokartono menyebutnya dengan istilah *tunggaling sewu yuta*. Dapat ditafsirkan *ngupasi padhang ing peteng; seneng ing sengsara; tunggaling sewu yuta* adalah sebuah ungkapan bijak yang patut kita renungkan, karena untaian kalimat yang terkesan sederhana namun mengandung ajaran mulia yang mengandung pemaknaan dimanapun kau temukan kegelapan, maka terangilahm dimanapun kau temukan kesengsaraan maka berilah kesenangan. Hal ini lazim disebut dengan teknik metafora, menurut Wubbolding & Brickell, (1998) menyatakan teknik yang menggunakan bahasa klien dapat membantu dalam berkomunikasi pemahaman kepada klien melalui penggunaan bahasanya. Lebih lanjut Gladding (2012: 345) menyatakan bahwa terapis diharapkan mampu menciptakan suasana penerimaan dan kehangatan membantu fokus klien pada kontrol pikiran yang ditampilkan.

Berdasarkan paparan data diatas dapat interpretasikan teknik terapiutik dari *ngupasi padhang ing peteng; seneng ing sengsara*; terdiri dari dua tahap sebagai berikut: (1) *Interpretasi dari padhang ing peteng* mengacu pada upaya perubahan hal-hal negatif menjadi positif. Hal ini senada dengan tujuan teknik *cognitive restructuring* yang memusatkan pada upaya mengidentifikasi dan mengubah pikiran-pikiran negatif menjadi keyakinan baru yang lebih rasional dan adaptif yang akan berpengaruh pada perilaku yang lebih rasional dan adaptif (Cormier, S., & Hackney, H. L. (2011), dan (2) *Interpretasi seneng ing sengsara* adalah mengambil hikmah yang tersembunyi dari kesengsaraan. Menurut Raden Mas Panji Sosrokartono (dalam Aksan, 1995:26-28) hikmah dari kesengsaraan sebagai berikut : (a) Memberi pelajaran yang berarti, (b) Pelajaran terbaik dalam hidup kita peroleh dari kesengsaraan, (c) Kesengsaraan adalah guru yang bijaksana, (d) Kesengsaraan memberi ketabahan, kekuatan dan keberanian, (e) Kesengsaraan adalah alat penguji terbaik bagi kepribadian manusia.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

Inti sari yang dapat kita ekstrak dari uraian paparan di depan adalah upaya selayang pandang rumusan konseling *catur murti* yang merupakan sebuah terobosan untuk menumbuhkan pendekatan konseling dari basis pemikiran budaya Indonesia. Konseling *catur murti* berasal dari landasan ilmu yang interdisipliner yang tidak bersandar secara penuh terhadap ilmu psikologi. Gagasan dalam penelitian ini merupakan sebuah selayang pandang dari inti sari disertasi Konstruksi Konseling *Catur Murti* yang tentu membutuhkan banyak kritik dari ilmuawan-ilmuwan lain yang mendalami ajaran-ajaran adiluhung Raden Mas Panji Sosrokartono, maupun ilmuawan-ilmuwan di bidang bimbingan dan konseling.

## **DAFTAR RUJUKAN**

- Aksan. (1995). *Gema Suara: Drs RMP. Sosorkartono*, Surabaya: Yayasan Djojo Bojo
- Aksan. (1995). *Ilmu dan Laku Drs R.M.P Sosrokartono*, Surabaya: PT Citra Jaya Murti
- Ali, R. M. (1966). *Ilmu Kantong Bolong, Ilmu Kantong Kosong, Ilmu Sunyi Drs. RMP Sosrokartono, Suatu Tanggapan. Panitia Penyusunan Buku Riwayat Drs. RMP Sosrokartono, Jakarta*
- Bimbingan, A., & Indonesia, K. (2007). *Rambu-Rambu Penyelenggaraan Bimbingan dan Konseling dalam Jalur Pendidikan Formal (Naskah Akademik). Bandung: ABKIN.*
- Corey, G. (2012). *Case approach to counseling and psychotherapy*. Nelson Education.
- Corey, M. S., Corey, G., & Corey, C. (2013). *Groups: Process and practice*. Cengage Learning.
- Corey, G. (2015). *Theory and practice of counseling and psychotherapy*. Nelson Education.
- Cormier, S., & Hackney, H. L. (2011). *Counseling strategies and interventions*. Pearson Higher Ed.
- Gerald Corey. (1995). *Theory and Practice of Group Counseling*. Brooks/Cole.
- Gibson & Mitchel .2011. *Introduction to Counseling and Guidance*. Upper Saddle River, NJ: Pearson Prentice Hall.
- Gladding, S. T. (2012). *Counseling: A comprehensive profession*. Pearson Higher Ed.
- Goodwin, R., & Giles, S. (2003). Social support provision and cultural values in Indonesia and Britain. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 34(2), 240-245.
- Habsy, B. A. (2017). Model Konseling Kelompok Cognitive Behavior untuk Penanganan Self-esteem Siswa SMK. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Terapan*, 1(2), 86-102.
- Habsy, B. A. (2017). Semar puppet counseling model. *COUNS-EDU: The International Journal of Counseling and Education*, 2(1), 19-24.
- Habsy, B. A. (2017). FILOSOFI ILMU BIMBINGAN DAN KONSELING INDONESIA. *Jurnal Pendidikan (Teori dan Praktik)*, 2(1).
- Habsy, B. A., Hidayah, N., Lasan, B. B., & Muslihati, M. (2017, September). A literature review of indonesian life concept linuwih based on the teachings of adiluhung Raden Mas Panji Sosrokartono. In *3rd International Conference on Education and Training (ICET 2017)*. Atlantis Press.

- Habsy, B.A. (2020) Konstruksi Konseling *Catur Murti* Berdasarkan Ajaran *Adiluhung* Raden Mas Panji Sosrokartono. Disertasi. Universitas Negeri Malang.
- Hanurawan, F. (2012). *Filsafat Ilmu Psikologi*. Malang: BKP Universitas Negeri Malang.
- ILO (2020) COVID-9 and the world of work: Impact and policy responses (online). Tersedia di : [https://www.ilo.org/wcmsp5/group/public/---dgreports/---dcomm/documents/briefingnote/wcms\\_738753.pdf](https://www.ilo.org/wcmsp5/group/public/---dgreports/---dcomm/documents/briefingnote/wcms_738753.pdf) (Diakses 11 Mei 2020)
- Jung, C. G. (1935). Modern Man in Search of a Soul. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 81(6), 715.
- Jung, C. G. (2001). *Modern man in search of a soul*. Psychology Press.
- Kim, H. S., Sherman, D. K., & Taylor, S. E. (2008). Culture and social support. *American Psychologist*, 63(6), 518.
- Leach, M. M., & Aten, J. D. (2010). Culture and-the Therapeutic Process.
- O'Sullivan, T. L., Fortier, M. S., Hogg, W., Blanchard, C., Reid, R. D., Sigal, R. J., ... & Beaulac, J. (2007). The physical activity counselling (PAC) randomized controlled trial: rationale, methods, and interventions. *Applied Physiology, Nutrition, and Metabolism*, 32(6), 1170-1185.
- Partosatmoko, Koesnandi.(1972) *Shantih Tuntunan Ethiko-psikologik* Drs. R.M.P. Sosrokartono. PT. Citra Jaya Murti, Surabaya
- Pa' Roesno,(1954) *Karena Panggilan Ibu Sejati: Riwayat Hidup dari* Drs. R.M.P Sosrokartono, Jakarta.
- Pedersen, P. B. (1991). Introduction to the special issue on multiculturalism as a fourth force in counseling. *Journal of Counseling & Development*, 70(1), 4-4.
- Prayitno, B. (1998). Perancangan Kota Pantai B'erkelanjutan. *Konperensi Nasional PSL ke, 14*.
- Prayitno, Hadi (2013) *Sosrokartono De Javasche Prins (Putra Indonesia yang Besar)*. Pustaka Jungpara, Semarang
- Suseno, F. M. (2001). *Etika Jawa*. Jakarta: Gramedia.
- Suxmantojo, (1971) *Kempalan Serat-serat* Drs. R.M.P Sosrokartono, Panitya Buku Riwayat Drs. R.M.P Sosrokartono
- Syuropati, M. A. (2014). *Ajaran-Ajaran Adiluhung Raden Mas Panji Sosorokartono*.
- T Zaretsky. (1995). he Birth of Identity Politiccs in the 1960. Psychoanalysisi and the Public/Private Division, in M Fietherston at al (ed) *Global Modernities* london: SAGE Publications, oo. 224-258
- Watson, V. (2011). 2 Training for multicultural therapy: the challenge and the experience. *The Handbook Of Transcultural Counselling And Psychotherapy*, 17.
- WHO (2020) *Coronavirus Disease (COVID-19) Pandemic (Online)*. Tersedia di : <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019> (Diakses 11 Mei 2020)
- Wubbolding, R. E. (1988). *Using reality therapy*. Perennial library.

- Wubbolding, R. E., Al-Rashidi, B., Brickell, J., Kakitani, M., Kim, R. I., Lennon, B., ... & Tham, E. (1998). Multicultural awareness: Implications for reality therapy and choice theory. *International Journal of Reality Therapy*, 17(2), 4-6.
- Yt, D. (1997). *Psikologi Jawa*. Yayasan Bentang Budaya.
- Zenner, H. P., Delb, W., Kröner-Herwig, B., Jäger, B., Peroz, I., Hesse, G., ... & Biesinger, E. (2016). A multidisciplinary systematic review of the treatment for chronic idiopathic tinnitus. *European Archives of Oto-Rhino-Laryngology*, 1-13.