

Integrasi Nilai Tringa Ki Hadjar Dewantara dalam Pendekatan *Focused Acceptance and Commitment Counseling* (FACC)

Rosalia Dewi Nawantara¹, Mila Yunita², Laelatul Arofah³

Universitas Negeri Malang^{1,2,3}, Universitas Nusantara PGRI Kediri^{1,3}

rosaliadewi11@gmail.com¹, milayunita02@gmail.com², arofahlaila@gmail.com³

ABSTRACT

Ki Hadjar Dewantara is a prominent figure in Indonesian education who has contributed significantly to the development of the national education system, including the implementation of guidance and counseling services. One of the notable values introduced by Ki Hadjar Dewantara is the tringa values, which include *ngerti*, *ngrasa*, and *nglakoni*. This study aims to interpret the texts written by Ki Hadjar Dewantara regarding the *ngerti*, *ngrasa*, *nglakoni* values, commonly referred to as tringa values. The research also aims to elaborate on the theoretical study regarding the integration of Ki Hadjar Dewantara's tringa values into the Focused Acceptance and Commitment Counseling (FACC) approach. The research methodology employed in this study is literature review, and the data analysis technique is content analysis. The findings indicate that the *ngerti*, *ngrasa*, *nglakoni*, or tringa values are practical values proposed by Ki Hadjar Dewantara, emphasizing the values that: (1) In achieving life goals, knowledge and understanding (*ngerti*) are necessary; (2) Knowing and understanding alone are not sufficient without presence and awareness (*ngrasa*); (3) Understanding and feeling also have little meaning without taking action and advocating (*nglakoni*); (4) These three values are integrated into the FACC approach as techniques in each counseling stage, namely openness, awareness, and engagement.

Keywords: tringa, Ki Hadjar Dewantara, counseling, local wisdom

ABSTRAK

Ki Hadjar Dewantara merupakan tokoh pendidikan Indonesia yang telah memberikan kontribusi terhadap pengembangan sistem pendidikan nasional, termasuk dalam pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling. Salah satu nilai yang terkemuka dari Ki Hadjar Dewantara antara nilai *ngerti*, *ngrasa*, dan *nglakoni* yang biasa disebut nilai tringa. Penelitian ini bertujuan untuk menafsirkan teks yang telah ditulis oleh Ki Hadjar Dewantara mengenai nilai *ngerti*, *ngrasa*, *nglakoni* atau tringa yang populer disebut nilai tringa. Penelitian ini bertujuan untuk untuk mengelaborasi kajian teori mengenai integrasi nilai tringa Ki Hadjar Dewantara dalam pendekatan *Focused Acceptance and Commitment Counseling* (FACC). Metode penelitian ini adalah studi kepustakaan. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan *content analysis*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai *ngerti*, *ngrasa*, *nglakoni* atau tringa adalah nilai yang dicetuskan oleh Ki Hadjar Dewantara sebagai sebuah langkah praktis yang syarat nilai bahwa: (1) Dalam mencapai tujuan hidup kita perlu pengetahuan dan kemudian *mengerti* (*ngerti*); (2) Tahu dan *mengerti* saja tidak cukup apabila tidak hadir dan menyadari (*ngrasa*); (3) *Ngerti* dan *ngrasa* juga tidak berarti apabila tidak bertindak dan tidak memperjuangkan (*nglakoni*); (4) Ketiga nilai tersebut diintegrasikan dalam pendekatan FACC sebagai Teknik dalam setiap tahapan konselingnya yaitu *openness*, *awareness*, dan *engaged*.

Kata Kunci: tringa, Ki Hadjar Dewantara, konseling, kearifan local

PENDAHULUAN

Indonesia merupakan negara yang syarat akan nilai budaya. Dalam mengatasi permasalahan yang terjadi pada masyarakat tak jarang menggunakan potensi kearifan lokal. Pemanfaatan nilai kearifan lokal dalam segala upaya pemecahan masalah dalam segala lini kehidupan merupakan salah satu upaya yang dapat memberikan efek domino. Selain sebagai sebuah upaya pelestarian budaya, juga sebagai pengingat bahwa kita sebagai bangsa Indonesia memiliki banyak nilai luhur yang dapat dijadikan pedoman dalam berkehidupan berbangsa dan bernegara.

Dalam bidang bimbingan dan konseling, pemanfaatan nilai budaya dalam pelaksanaan layanan juga telah dilakukan beberapa tahun terakhir. Usaha-usaha terkait penyelesaian masalah berbasis atau bermuatan nilai budaya dalam konteks pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling bukan lagi hal yang awam saat ini. Banyak peneliti telah mencoba untuk menggali budaya lokal yang dapat digunakan sebagai usaha memperkaya dan melestarikan nilai luhur bangsa. Beberapa penelitian tersebut adalah *Counseling Model Based On Gusjigang Culture: Conceptual Framework Of Counseling Model Based On Local Wisdoms In Kudus* (Zamroni, 2016), *Konseling Kedamaian Berbasis Kearifan Lokal Strategi Konselor Mereduksi Perilaku Agresi* (Saputra, dkk., 2020), *Badranaya: Board Game untuk Memperdalam Karakter Adil Calon Konselor Multibudaya* (Setyaputri, Krisphianty, & Nawantara, 2021), *Penerapan Konseling Berbasis Budaya Minangkabau* (Moni, Hidayah, & Wahyuni, 2022), dan *Internalisasi Nilai Cinta Damai Serat Wulangreh Pada Konseling Rational Emotive Behavioral Therapy (REBT)* (Setyoningsih, 2022).

Salah satu nilai kearifan lokal Indonesia yang dapat dimanfaatkan adalah nilai *tringa* dari Ki Hadjar Dewantara. Ki Hadjar Dewantara, memiliki nama asli Raden Mas Soewardi Soerjaningrat, adalah seorang pendidik dan tokoh pergerakan nasional Indonesia. Ki Hadjar Dewantara lahir pada tanggal 2 Mei 1889 di Yogyakarta dan meninggal pada tanggal 26 April 1959 di Yogyakarta (Soeratman, Wiryosentono, & Haryadi, 1982). Ki Hadjar Dewantara dikenal sebagai pelopor pendidikan di Indonesia dan pendiri Taman Siswa, sebuah organisasi pendidikan yang bertujuan untuk memberikan pendidikan kepada rakyat Indonesia, terutama pada masa penjajahan Belanda. Visinya adalah memberikan pendidikan yang merdeka, kreatif, dan berdasarkan budaya Indonesia. Selain menuliskan banyak gagasan dalam bidang pendidikan, Ki Hadjar Dewantara juga menuangkan banyak buah pikirnya dalam bidang ilmu jiwa (Dewantara, 2004). Nilai *tringa* merupakan sebuah konsep filosofi yang dicetuskan oleh Ki Hadjar Dewantara, yaitu *ngerti*, *ngrasa*, *nglakoni* sebagai salah satu bentuk integrasi aspek kognitif, afeksi dan psikomotrik.

Dalam konteks kebijaksanaan hidup, ungkapan ini menyoroti pentingnya tidak hanya memahami secara intelektual, tetapi juga merasakan

secara emosional, serta mampu menjalani atau mengimplementasikan pengetahuan dan pengalaman tersebut dalam kehidupan sehari-hari (Soeratman, Wiryosentono, & Haryadi, 1982; Acetylena, 2018, Kamayanti, dkk, 2022). Nilai-nilai Tringa Ki Hadjar Dewantara sejalan dengan konsep belajar abad 21, di mana manusia sebagai subjek utama dari aktivitas belajar menggunakan berbagai pengetahuan (*to know*), memasukkan nilai-nilai karakter yang mulia (*to value*), dan mampu menerapkan pengetahuan tersebut dalam aktivitas nyata dalam kehidupan manusia (*to act*) untuk memecahkan masalah (Bratianu & Bejinaru, 2023).

Istilah *ngerti* mengacu pada pembentukan pemahaman atau konstruksi pengetahuan. Individu tidak hanya menerima informasi secara pasif, tetapi mereka secara aktif menciptakan makna dari pengalaman dan interaksi dengan lingkungan mereka (Kamayanti, dkk, 2022). Proses *ngerti* melibatkan pemikiran, refleksi, dan interpretasi pribadi terhadap informasi yang diterima. Ini juga berkaitan dengan bagaimana individu membentuk kerangka kognitif mereka sendiri. Selanjutnya, istilah *ngrasa* menyoroti dimensi emosional dan afektif dari pengalaman. Emosi dan perasaan tidak dilihat sebagai respons mekanis terhadap stimulus, tetapi sebagai konstruksi subjektif yang terbentuk melalui interpretasi individu terhadap situasi atau peristiwa (Kamayanti, dkk, 2022). Pemahaman terhadap perasaan individu dapat bervariasi tergantung pada interpretasi dan konstruksi pribadi mereka terhadap situasi tersebut. Kemudian, istilah *nglakoni* merujuk pada tindakan atau perilaku yang dihasilkan sebagai respons terhadap pemahaman dan perasaan individu. Individu tidak hanya "merespons" dunia, tetapi mereka juga "bertindak" secara aktif untuk membentuk dan mengubah lingkungan mereka (Kamayanti, dkk, 2022). Tindakan atau perilaku ini dapat dipahami sebagai manifestasi dari konstruksi pengetahuan dan pengalaman subjektif. Individu memilih tindakan berdasarkan pemahaman dan perasaan mereka, yang dapat berubah seiring waktu. Dengan menggabungkan ketiga konsep ini, paradigma konstruktivis menggambarkan bahwa pemahaman, perasaan, dan tindakan individu tidak terpisah satu sama lain, tetapi saling terkait dalam proses konstruksi pengetahuan. Melalui interaksi dengan realitas, individu secara aktif membentuk makna, menafsirkan perasaan, dan merespons melalui tindakan yang mereka pilih (Dewantara, 1964; Dewantara, 2004; Tauchid, 1963).

Integrasi nilai budaya dalam konseling melalui beberapa teknik yaitu dengan analisis perspektif paradigma dari antara FACC dengan Nilai Tringa Ki Hadjar Dewantara. Nilai tringa diintegrasikan ke dalam tahapan FACC. Secara spesifik nilai *ngerti* diintegrasikan ke dalam tahapan open, nilai *ngrasa* diintegrasikan ke dalam tahapan centered, dan nilai *nglakoni* diintegrasikan ke dalam tahapan *pilar engaged*.

METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Systematic Literature Review* (SLR). Dalam metode ini, peneliti melakukan penelitian dengan mengidentifikasi, mengkaji, mengevaluasi, dan menafsirkan penelitian yang relevan dengan topik yang akan dibahas. Proses ini melibatkan review dan identifikasi jurnal-jurnal terkait secara sistematis, yang telah mengikuti langkah-langkah yang telah ditetapkan (Triandini, Jayanatha, Indrawan, Putra, & Iswara, 2019).

Penelitian ini mengadopsi langkah-langkah SLR yang dijelaskan oleh Harahap (2019), yaitu:

1. Merumuskan Permasalahan: Memunculkan pokok permasalahan sebagai dasar penelitian dengan pertanyaan-pertanyaan seperti teknik konseling yang digunakan dalam mereduksi kecanduan game online, tingkat efektifitas penggunaan teknik konseling, permasalahan yang dialami oleh konseli, dan sampel serta populasi yang digunakan dalam pelaksanaan konseling.
2. Mencari Literatur: Melakukan pencarian artikel terkait secara online melalui platform seperti *Google Scholar*. Pencarian dilakukan tanpa batasan geografis, tetapi lebih difokuskan sesuai dengan pertanyaan atau hipotesis yang telah dirumuskan.
3. Evaluasi Data: Melibatkan seleksi hasil pencarian untuk menentukan literatur yang sesuai dengan kriteria yang dapat menjawab rumusan masalah. Jumlah literatur yang dipilih dalam penelitian ini adalah 10 artikel atau jurnal.
4. Analisis dan Interpretasi: Mengumpulkan, mengelompokkan, menelaah, dan menyajikan literatur dalam laporan penelitian. Analisis bertujuan untuk merumuskan ringkasan yang memadai sebagai bahan pembahasan hasil studi, sehingga mendapatkan informasi yang lengkap dan tepat.

Selanjutnya, akan dibuat kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi dan eksklusi adalah panduan atau persyaratan yang digunakan untuk menentukan data atau peserta yang akan dimasukkan (inklusi) atau dikecualikan (eksklusi) dalam suatu studi atau evaluasi. Kriteria ini bertujuan untuk memastikan bahwa sampel atau data yang dianalisis sesuai dengan tujuan penelitian atau evaluasi yang sedang dilakukan. Berikut adalah kriteria data inklusi dan eksklusi yang akan digunakan dalam penelitian ini.

Tabel 1. Kriteria Inklusi dan Eksklusi Data

No	Kriteria inklusi	Kriteria Eksklusi
1	Topik relevan	Literatur yang tidak langsung berkaitan dengan topik penelitian yang ditetapkan.
2	Jenis literatur yang digunakan : buku, artikel jurnal, tulisan di surat kabar atau bulletin, data ilmiah atau hasil riset	Jenis literatur yang tidak valid dan tidak relevan (tidak ilmiah)
3	Sumber data yang digunakan adalah data yang diakses melalui basis data ilmiah, repositori, atau sumber informasi lainnya.	jenis literatur tertentu, misalnya, merujuk pada artikel populer, berita, atau literatur yang tidak <i>dipeer-review</i> .

HASIL DAN PEMBAHASAN**Nilai Tringga Ki Hadjar Dewantara**

Ki Hadjar Dewantara, yang lahir dengan nama Raden Mas Soewardi Soerjaningrat pada tanggal 2 Mei 1889 di Yogyakarta, adalah seorang tokoh pendidikan dan pahlawan nasional Indonesia. Ayah beliau bernama Kanjeng Pangeran Harya Suryaningrat dan beliau ini putra Kanjeng Gusti Pangeran Hadipati Harya Suryasastraningrat yang bergelar Sri Paku Alam III. Dari penjelasan tersebut, didapatkan kesimpulan bahwa Raden Mas Suwardi suryaningrat adalah cucu Paku Alam III dan termasuk kerabat Paku Alam (Hariyadi, 1988).

Pendidikan dan awal perjalanan karir Ki Hadjar Dewantara adalah saat menerima pendidikan awal di sekolah ELS (*Europeesche Lagere School*) dan *Hoogere Burger School* (HBS). Belajar di *Nederlandsch Indische Normaal School* (NIS) untuk mendalami pendidikan. Pada awal abad ke-20, Ki Hadjar Dewantara pergi ke Belanda untuk belajar di sekolah guru dan melibatkan diri dalam gerakan sosial. Terinspirasi oleh pemikiran humanis dan demokratis, ia aktif dalam organisasi pergerakan mahasiswa Indonesia di Belanda. Setelah kembali ke Indonesia, ia terlibat dalam kegiatan kebudayaan dan pendidikan. Membantu mendirikan Budi Utomo, organisasi pergerakan kebangsaan yang berfokus pada pendidikan dan kebudayaan.

Pada tahun 1922, Ki Hadjar Dewantara mendirikan Taman Siswa, sekolah model yang mengedepankan pendekatan pendidikan holistik. Taman Siswa mengajarkan pendidikan yang mencakup aspek spiritual, moral, dan keterampilan praktis. Ki Hadjar Dewantara dikenal sebagai penganjur pendidikan yang inklusif dan berdasarkan nilai-nilai keindonesiaan. Selama pendudukan Jepang, ia terus bekerja untuk meningkatkan sistem pendidikan di Indonesia. Setelah kemerdekaan Indonesia, Ki Hadjar Dewantara diakui sebagai Pahlawan Nasional Indonesia pada tahun 1959.

Ki Hadjar Dewantara wafat pada tanggal 26 April 1959 di Yogyakarta, tetapi warisannya dalam bidang pendidikan terus dihormati dan diperjuangkan

hingga hari ini. Ki Hadjar Dewantara dikenal karena kontribusinya yang besar dalam dunia pendidikan Indonesia. Selain dalam dunia Pendidikan, beliau juga pernah berkiprah di dunia jurnalistik, politik, bahkan beberapa tulisannya juga membahas tentang perjuangan Wanita pada saat itu, keluarga, dan ilmu jiwa (Dewantara, 2004).

Falsafahnya yang terkenal salah satunya adalah Tringa, yaitu sebuah langkah praktis yang terdiri dari *ngerti*, *ngrasa*, *nglakoni*. Dalam tulisannya, Ki Hajdwar Dewantara menuliskan istilah tiga kekuatan atau "tri-sakti" jiwa. Trisakti jiwa merujuk pada tiga dimensi penting manusia yaitu fikiran, rasa dan kemauan yang kemudian juga memiliki beberapa bagian pula. Konsep trisakti jiwa ini juga sejalan dengan pendapat ilmu jiwa atau psikologi ketimuran yaitu cipta, rasa, dan karsa. (Dewantara, 2004).

Nilai tringa juga berawal dari asas ketaman siswaan. Asas tersebut adalah asas taman siswa yang keempat yaitu mengenai bertumbuh menurut kodrat (*natuurlijke groei*) itulah perlu sekali untuk segala kemajuan (evolusi) dan harus dimerdekakan seluas-luasnya (Soeratman, 1982). Pertumbuhan kodrati adalah pertumbuhan yang tunduk pada hukum alam yang sudah mengaturnya secara rapi. Menurut taman siswa, individu memiliki sifat-sifat kodrati sebagai anugerah Tuhan YME. Setiap anak didik memiliki kemampuan untuk tumbuh, mempunyai sifat-sifat kodrati yang dapat dikembangkan.

Setiap kemajuan merupakan perkembangan kualitatif, yang sifatnya terus menerus dan berkesinambungan (evolusioner). Bagi individu, perkembangan itu meliputi segala aspek kehidupannya, ialah jiwa raganya. Sedang aspek kejiwaannya meliputi cipta, rasa, dan karsa, sehingga individu dapat berkembang secara utuh (Soeratman, 1982). Perkembangan tersebut akan mencapai kesempurnaan, jika tidak maka akan mengalami hambatan dan rintangan.

Istilah "*ngerti*, *ngrasa*, *nglakoni*" merupakan pedoman atau petunjuk operasional praktis yang diajarkan oleh Ki Hadjar Dewantara (Soeratman, Hariyadi, & Boentarsono, 1992). "*Ngerti*" merujuk pada pemahaman atau *pengertian*. Ki Hadjar Dewantara menekankan pentingnya memahami pengetahuan dan nilai-nilai secara mendalam. Pendidikan yang baik dimulai dengan pemahaman yang baik terhadap konsep-konsep dasar. "*Ngrasa*" berhubungan dengan perasaan atau emosi. Ki Hadjar Dewantara percaya bahwa pendidikan tidak hanya sebatas pada pemahaman intelektual, tetapi juga melibatkan pengembangan aspek emosional. Seseorang harus bisa merasakan dan menghayati makna dari apa yang dipahaminya. "*Nglakoni*" mengacu pada tindakan atau pelaksanaan. Tri-nga merupakan ajaran pedoman operasional praktis oleh Ki Hadjar Dewantara yang meliputi *ngerti*, *ngrasa*, dan *nglakoni*. Model pendidikan ini dimaksudkan supaya anak tidak hanya dididik intelektualnya saja (*cognitive*), istilah Ki Hadjar Dewantara '*ngerti*', melainkan harus ada keseimbangan dengan ngroso (*affective*) serta

nglakoni (*psychomotoric*) (Ayem & Hidayat, 2021). Ki Hadjar Dewantara menekankan pentingnya melibatkan diri dalam tindakan nyata. Ilmu yang dipahami dan dirasakan seharusnya tercermin dalam tindakan yang positif dan konstruktif.

Istilah "*ngerti*," "*ngrasa*," dan "*nglakoni*" sebenarnya merupakan hasil penyelidikan Panitia Mangunsarkoro, yang ditemukan berdasarkan lima dasar, yang selanjutnya diikuti oleh asas Pantja-darma (Dewantara, 1964). Dengan Pantja-darma, orang dapat segera memahami dasar-dasar dari upaya dan tidak lagi meragukan atau mencari-cari lagi keberadaan lima dasar tersebut. Terlebih lagi, istilah atau nama "Pantja-darma" memasuki telinga kita sebagai semboyan, dan meresap ke dalam hati dan pikiran kita sebagai asas. Penggunaan kata "Pantja-darma" dengan lebih tegas menciptakan semangat atau tekad yang mendorong dan mendorong untuk bertindak dan berenergi sesuai dengan asas-asas dan dasar-dasar yang sejati.

Ki Hadjar Dewantara (1964) menyampaikan bahwa asas-asas atau dasar mengenai ketamansiswaan meliputi rasa, fikiran, dan kemauan. Adanya Pantjadarma atau lima asas ketamansiswaan memudahkan kita untuk *mengerti*, *menginsyafi* serta menetapkan sikap laku kita sebagai orang taman siswa yang sejati. Dari pernyataan itulah muncul istilah *ngreti-ngrasa-nglakoni*. Ki Hadjar Dewantara menyatakan bahwa jangan hanya *mengerti*, jangan pula cukup merasai, dalam arti membenarkan, namun seharusnya kita melakukan apa yang sudah dibenarkan dan dianggap baik oleh akal budi kita (Dewantara, 1964).

Dalam upaya mengintegrasikan *ngerti*, *ngrasa*, *nglakoni*, Ki Hadjar Dewantara memiliki tujuan untuk menciptakan pendidikan yang holistik. Pendekatan ini melibatkan pemahaman intelektual yang mendalam, pengembangan aspek emosional, dan penerapan nilai-nilai dalam tindakan sehari-hari. Pendekatan ini mencerminkan pandangan menyeluruh terhadap pendidikan sebagai sarana untuk mengembangkan individu secara menyeluruh. Tujuan tersebut tidak hanya terfokus pada kecerdasan intelektual, tetapi juga mencakup kecerdasan emosional dan perilaku yang sejalan dengan nilai-nilai luhur. Dalam merancang konsepnya, Ki Hadjar Dewantara memperhitungkan berbagai dimensi kehidupan individu. Melalui evaluasi beberapa penelitian sebelumnya dan kajian mendalam terkait nilai-nilai Ki Hadjar Dewantara, dapat disimpulkan bahwa banyak konsep beliau masih relevan dengan kondisi masyarakat saat ini. Meskipun konsepsi tersebut pertama kali muncul pada masa penjajahan, perlu diakui bahwa suasana dan semangat lingkungan pada saat itu turut memengaruhi pembentukan konsep tersebut.

Meskipun situasi penjajahan dan kondisi kemerdekaan memiliki perbedaan yang signifikan, beberapa konsep dasar, jiwa, dan misi Ki Hadjar Dewantara tetap memiliki relevansi yang tinggi. Sebagai pedoman untuk

perjuangan bangsa menuju cita-cita Masyarakat adil-makmur, tertib-damai, salam-bahagia (Soeratman, Hariyadi, & Boentarsono, 1992), konsep-konsep tersebut tetap sangat mendasar. Meskipun diterapkan pada zaman yang berbeda, nilai-nilai yang diakomodasi dalam konsepsi Ki Hadjar Dewantara tampaknya memiliki sifat universal.

Beberapa penjelasan tersebut dengan jelas menunjukkan bahwa konsep Ki Hadjar Dewantara memiliki daya tahan atau relevansi yang cukup kuat melintasi tiga zaman, termasuk dalam konteks perkembangan masyarakat yang terus berkembang dan ilmu pengetahuan serta teknologi yang terus maju. Oleh karena itu, tidak mengherankan bahwa konsep tersebut masih mempertahankan relevansinya dalam menghadapi perkembangan masyarakat yang terus berkembang.

Ngerti merupakan Bahasa Jawa yang dalam Bahasa Indonesia yaitu *mengerti*, diartikan sebagai (telah dapat) menangkap (memahami, tahu) apa yang dimaksud oleh sesuatu. Pengetahuan tidak disimpulkan dari pengalaman akan tetapi ditemukan secara langsung dari pengalaman yang disadari (*conscious experience*) (Littlejohn et al., 2011). Pengetahuan juga tidak hanya disimpulkan sebagai pengalaman yang disadari (*conscious experience*), sehingga dapat disimpulkan bahwa pengetahuan adalah kesadaran. Pengetahuan tidak hanya membantu manusia mengasah keterampilan berpikir mereka. Pengetahuan sebenarnya membuat belajar lebih mudah. Pengetahuan tidak hanya kumulatif, tetapi tumbuh secara eksponensial. Mereka yang memiliki dasar pengetahuan factual yang kaya merasa lebih mudah untuk belajar lebih banyak karena yang kaya pengetahuan akan semakin kaya.

Meskipun mengetahui dan memahami adalah konsep yang terkait, keduanya memiliki perbedaan. Kedua konsep tersebut mencerminkan keadaan mental yang berbeda yang melibatkan pemahaman kognitif. Mengetahui bersifat statis, berkaitan dengan fakta-fakta diskrit, sementara pemahaman aktif mencakup kemampuan menganalisis dan menempatkan fakta-fakta tersebut dalam konteks untuk membentuk gambaran keseluruhan. Mosunova (2017) menyatakan bahwa penting untuk mengembangkan pemahaman yang mendalam terhadap informasi yang sedang dipelajari, termasuk pemahaman akan kedalaman dan relevansinya.

Konsep "*ngerti*" (*understand*), "*ngrasa*" (*feel*), dan "*nglakoni*" (*act*) dalam konteks paradigma konstruktivis mengacu pada pemahaman dan pengalaman subjektif individu terhadap dunia. Dalam paradigma konstruktivis, keyakinan bahwa individu secara aktif mengonstruksi pengetahuan mereka tentang dunia sangat menonjol, dan konsep ini dapat diaplikasikan ke dalam dimensi "*ngerti*", "*ngrasa*", dan "*nglakoni*". Dalam paradigma konstruktivis, "*ngerti*" mengacu pada pembentukan pemahaman atau konstruksi pengetahuan. Individu tidak hanya menerima informasi secara pasif, tetapi

mereka secara aktif menciptakan makna dari pengalaman dan interaksi dengan lingkungan mereka. Proses *ngerti* melibatkan pemikiran, refleksi, dan interpretasi pribadi terhadap informasi yang diterima. Ini juga berkaitan dengan bagaimana individu membentuk kerangka kognitif mereka sendiri.

Nga yang kedua dalam terminologi tringa adalah *ngrasa*. *Ngrasa* yang dimaksud adalah merasakan tentang unsur-unsur obyek yang diteliti saat ini (*existing, presence*) (Kamayanti, 2022). Proses *ngrasa* bisa didapatkan dari hasil studi literatur dan refleksi. Untuk dapat mengetahui apa yang tidak ada dalam suatu obyek maka dilakukan proses *ngrasa*. Proses tersebut dapat terlebih dahulu dilakukan dengan proses memahami dengan mengamati obyek terlebih dahulu, kemudian merasakan obyek tersebut baik dari sisi keberadaannya kini maupun dari sudut pandang yang tiada.

"*Ngrasa*" dalam paradigma konstruktivis menyoroti dimensi emosional dan afektif dari pengalaman. Emosi dan perasaan tidak dilihat sebagai respons mekanis terhadap stimulus, tetapi sebagai konstruksi subjektif yang terbentuk melalui interpretasi individu terhadap situasi atau peristiwa. Pemahaman terhadap perasaan individu dapat bervariasi tergantung pada interpretasi dan konstruksi pribadi mereka terhadap situasi tersebut.

Dalam Bahasa Indonesia, *nglakoni* dapat diartikan sebagai mempraktikkan atau menjalankan. Dalam konteks penelitian yang dimaksud dengan *nglakoni* ialah mempraktikkan. *Nglakoni* menurut Ki Hadjar Dewantara merupakan terminologi ketiga setelah *ngerti* dan *ngrasa*. Menurut Ki Hadjar Dewantara (1964):

"Djangan hanja mengerti, djangan pula tjukup merasai, dalam arti membenarkan, namun seharusnya kita melakukan apa jang sudah dibenarkan dan dianggap baik oleh akal budi kita"

Dari pernyataan tersebut didapatkan bahwa dalam mencapai tujuan hidup maka tidak hanya memahami atau merasakan, tetapi juga untuk bertindak sesuai dengan apa yang telah dipahami dan dianggap benar oleh akal budi. Pesan ini menekankan pentingnya tindakan yang konsisten dengan pemahaman dan nilai-nilai yang diyakini sebagai baik. Jangan hanya terpaku pada pemahaman dan perasaan saja, tetapi lakukanlah apa yang dianggap benar dan baik menurut akal budi.

"*Nglakoni*" merujuk pada tindakan atau perilaku yang dihasilkan sebagai respons terhadap pemahaman dan perasaan individu. Konstruktivisme menekankan bahwa individu tidak hanya "merespons" dunia, tetapi mereka juga "bertindak" secara aktif untuk membentuk dan mengubah lingkungan mereka. Tindakan atau perilaku ini dapat dipahami sebagai manifestasi dari konstruksi pengetahuan dan pengalaman subjektif. Individu memilih tindakan berdasarkan pemahaman dan perasaan mereka, yang dapat

berubah seiring waktu. Dengan menggabungkan ketiga konsep ini, paradigma konstruktivis menggambarkan bahwa pemahaman, perasaan, dan tindakan individu tidak terpisah satu sama lain, tetapi saling terkait dalam proses konstruksi pengetahuan. Melalui interaksi dengan dunia, individu secara aktif membentuk makna, menafsirkan perasaan, dan merespons melalui tindakan yang mereka pilih.

Integrasi Nilai Tringa dalam pendekatan *Focused Acceptance and Commitment Counseling (FACC)*

Menurut Surya (2013), kesadaran akan kenyataan bahwa Indonesia merupakan negara yang kaya akan keberagaman etnis dan budaya memiliki dampak signifikan pada peran konselor. Konselor di Indonesia dihadapkan pada tugas mengakomodasi klien dengan latar belakang etnis dan budaya yang beragam. Tentunya, situasi ini memberikan pengaruh yang besar terhadap proses, strategi, dan hasil dari layanan konseling. Oleh karena itu, penting bagi konselor untuk mempertimbangkan nilai-nilai dari berbagai budaya sebagai faktor utama dalam memberikan layanan konseling di masyarakat yang memperlihatkan keragaman etnis dan budaya, terutama dalam era modern dan globalisasi ini. Setiap budaya memiliki nilai-nilai khasnya, dan nilai-nilai ini merupakan bagian integral dari budaya Indonesia secara keseluruhan, yang diperkaya oleh kearifan lokal yang dimiliki oleh berbagai budaya yang ada.

Diversitas budaya seharusnya tidak dipandang sebagai hambatan, melainkan sebagai referensi dan panduan dalam melaksanakan bimbingan dan konseling di Indonesia. Ki Hadjar Dewantara dalam menyikapi asosiasi antara kultur timur dan barat juga memiliki pemikiran bahwa : zaman sekarang adalah zaman asosiasi antara timur dan barat, yakni zaman adanya hubungan dan percampuran kultur timur dan kultur barat. Ki Hadjar Dewantara (1967) menyampaikan bahwa tidak ada evolusi (kemajuan) yang tidak disertai kemunduran dalam sesuatu hal, baik lahir maupun batin. Evolusi (kemajuan) tersebut adapun sisi baik dan tidaknya tergantung pada jalannya asosiasi. Percampuran budaya yang kurang teguh budi dayanya artinya hanya meniru belaka semua keadaan baru, niscayalah buah asosiasi itu akan bersifat denasionalisasi. Denasionalisasi memiliki arti hilang sifat kebangsaan sendiri. Pertukaran budaya juga merupakan asosiasi dua bangsa (Dewantara, 1967).

Istilah tringa juga dipandang sebagai inti ajaran hidup tamansiswa. Yang dimaksud dengan ajaran hidup Tamansiswa ialah nilai-nilai budaya yang dijadikan pedoman tingkah laku para anggota tamansiswa. Sumber pedoman tingkah laku tadi berasal dari Asas Tamansiswa 1922, ciri khas Pancadarma, Pancasila, dan nilai-nilai budaya bangsa Indonesia lainnya. Nilai tringa sebagai teori pembinaan dan kebudayaan yang dimaknai sebagai pedoman untuk belajar dengan *ngerti (mengerti)*, memilih yang sesuai dan diselaraskan dengan kepribadian (kebudayaan) sendiri (Hariyadi, 1988).

Nilai tringa dimuatkan pada pendekatan konseling merupakan sebuah upaya untuk melaksanakan konseling bermuatan nilai kearifan lokal. Nilai tringa sebagai sebuah panduan praktis dalam menyikapi segala keinginan dan cita-cita (Dewantara, 1992). Memuatkan nilai luhur dari tokoh nasional tertentu dalam konseling merupakan suatu pendekatan yang menggambarkan pengakuan terhadap warisan moral, etika, dan nilai-nilai yang diwakili oleh tokoh nasional tersebut. Hal ini mencakup integrasi nilai-nilai yang dianggap mulia dan inspiratif dari tokoh nasional ke dalam prinsip-prinsip dan praktik konseling.

Integrasi nilai tringa dalam konseling telah diteliti sebelumnya oleh Saputra (2022) dengan judul pengembangan media *self-help* konseling realita bermuatan nilai tringa berbasis website untuk meningkatkan *self-regulated learning* mahasiswa program MBKM. Penelitian lain yang membahas tentang pemanfaatan nilai tringa Ki Hadjar Dewantara adalah penelitian dengan judul optimalisasi konseling adlerian berbasis nilai-nilai tringa (*ngerti, ngeroso, ngelakoni*) Ki Hadjar Dewantara sebagai model konseling pada permasalahan *inferiority complex* remaja korban *cyberbullying*.

Focused Acceptance and Commitment Therapy atau FACT, adalah sebuah bentuk terapi singkat yang merupakan versi yang sangat ringkas dari *acceptance and commitment therapy* (ACT) (Hayes, Strosahl, & Wilson, 1999). FACT menggunakan strategi penerimaan dan kesadaran untuk membantu konseli mengubah cara mereka berhubungan dengan pengalaman-pengalaman yang tidak diinginkan dan mengganggu, seperti pikiran yang mengganggu, emosi yang tidak menyenangkan, kenangan yang menyakitkan, atau gejala fisik yang tidak nyaman. FACT dapat diterapkan dalam setting layanan konseling di lingkup pendidikan, sehingga dapat disebut *Focused Acceptance and Commitment Therapy* (FACC). Istilah tersebut tanpa mengubah prosedur treatment dari aktivitas terapi. Dalam penelitian ini model FACC dimuati Nilai Tringa Ki Hadjar Dewantara yang bersifat kuratif, pun dengan muatan nilai budaya maka menjadi lebih kaya dan dapat dimanfaatkan untuk mengatasi masalah individu terlebih terkait dengan kesejahteraan psikologis. Istilah konseling dikonsepsikan sebagai suatu proses yang berkaitan dengan membantu individu yang berfungsi normal atau sehat untuk mencapai tujuan mereka atau berfungsi lebih sesuai (Smith et al., 2011). Dari landasan teori tersebut maka digunakan istilah konseling, sehingga FACT menjadi FACC (*Focused Acceptance & Commitment Counseling*).

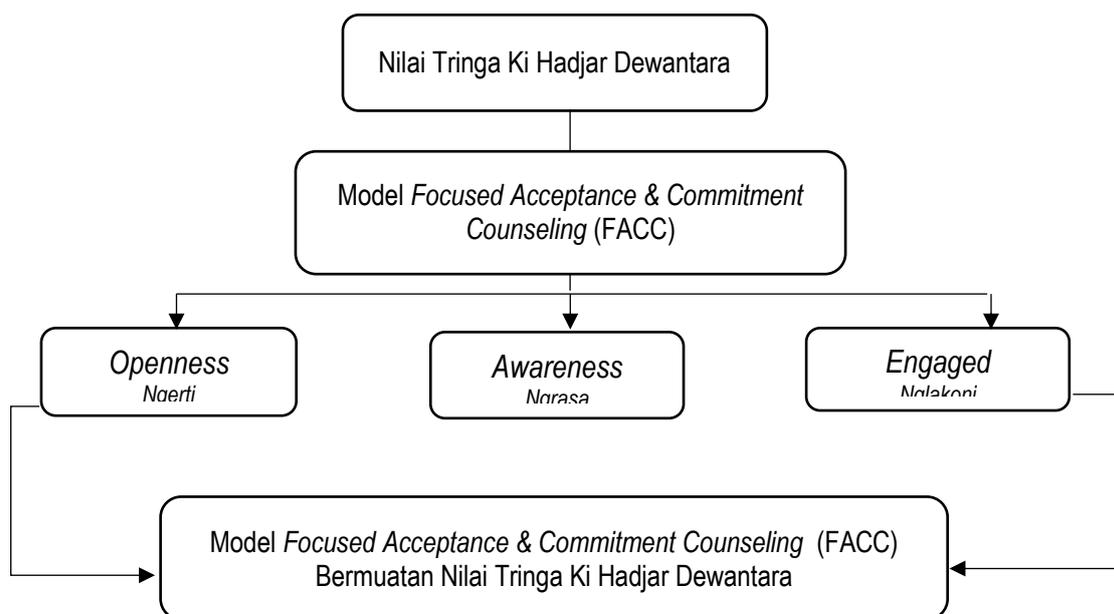
FACC tidak berusaha mengubah substansi dari pengalaman pribadi, seperti usaha untuk mengubah, menekan, menghilangkan, atau mengendalikan pengalaman-pengalaman yang dianggap sebagai masalah. Ketika konseli terlalu fokus pada mengelola emosi mereka, menghindari pengalaman yang menyakitkan, atau mencoba menggantikan pikiran negatif dengan pikiran positif, mereka kehilangan kemampuan untuk mengatasi kebutuhan segera dalam situasi kehidupan mereka. Oleh karena itu, mereka



menjadi solusi masalah yang kaku dan tidak efektif. FACC mengajarkan konseli untuk sekadar mengamati dan menerima keberadaan pengalaman-pengalaman ini. Pendekatan baru ini memungkinkan mereka untuk melihat emosi sebagai sesuatu yang hanyalah emosi, kenangan sebagai sesuatu yang hanyalah kenangan, pikiran sebagai sesuatu yang hanyalah pikiran, dan sensasi sebagai sesuatu yang hanyalah sensasi.

FACC menekankan pada bantuan kepada konseli untuk mengaitkan diri dengan nilai-nilai pribadi dan terlibat dalam tindakan yang konsisten dengan nilai-nilai tersebut. Berbeda dengan memusatkan perhatian pada pengendalian emosi, FACC membimbing konseli untuk fokus pada perbaikan kualitas hidup yang diinginkan. Mengingat kita tidak memiliki kontrol atas kedatangan emosi, pikiran, kenangan traumatis, atau gejala fisik yang tidak menyenangkan yang sering terkait dengan mereka, kita seharusnya memusatkan energi pada hal-hal yang dapat kita kendalikan, yaitu perilaku langsung kita.

Nilai-nilai hasil pemikiran Ki Hadjar Dewantara yang dianut secara nasional adalah sistem among, tri pusat pendidikan, nilai asah asih asuh, dan tringa (Agus, 2020). Model FACC dikaji dan dirumuskan melalui pemberian muatan nilai tringa Ki Hadjar Dewantara pada bagian-bagian prosedur pelaksanaan pada tahapan FACC. Tahap *openness* dimuati nilai *ngerti*, tahap *awareness* dimuati nilai *ngrasa*, dan tahap *pilar engaged* dimuati nilai *nglakoni*. Proses pengkajian dan perumusan model FACC bermuatan nilai tringa tersaji dalam gambar berikut.



Gambar 1 Proses Pengkajian dan Perumusan Nilai Tringa Ki Hadjar Dewantara dalam Model Focused Acceptance & Commitment Counseling (FACC)

KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai tringa (*ngrasa, ngerti nglakoni*) adalah nilai yang dicetuskan oleh Ki Hadjar Dewantara sebagai sebuah langkah praktis yang syarat nilai bahwa: (1) Dalam mencapai tujuan hidup kita perlu pengetahuan dan kemudian *mengerti (ngerti)*; (2) Tahu dan *mengerti* saja tidak cukup apabila tidak hadir dan menyadari (*ngrasa*); (3) *Ngerti* dan *ngrasa* juga tidak berarti apabila tidak bertindak dan tidak memperjuangkan (*nglakoni*). Hal-hal tersebut lalu dimuatkan pada pendekatan *Focused Acceptance & Commitment Counseling (FACC)* khususnya pada tahapan konseling sebagai teknik atau Langkah praktis yang syarat akan nilai luhur bangsa.

DAFTAR RUJUKAN

- Acetylena, S. 2018. *Pendidikan Karakter Ki Hajar Dewantara*. Malang: Madani Kelompok Intrans Publishing.
- Agus, C. 2020. *Penerapan Konsep Pendidikan Ki Hadjar Dewantara di Indonesia*. Yogyakarta: Universitas Gajah Mada.
- Ayem, S. & Hidayat, R. 2021. The Effect Of Motivation, Self Efficacy, Tringa And Understanding Of PMK Number 111/PMK.03/2014 On Career Interest Of Accounting Students As Tax Consultants. *Accounting Research Journal of Sutaatmadja (ACCRUALS)*, 05 (02): 14-28.
- Bratianu, C., & Bejinaru, R. (2023). From Knowledge to Wisdom: Looking beyond the Knowledge Hierarchy. *Knowledge*, 3, 196–214. <https://doi.org/10.3390/knowledge3020014>
- Dewantara, K. H. 1964. *Asas-asas dan Dasar-dasar Taman Siswa (Tjetakan III)*. Jogjakarta: Majelis Luhur Tamansiswa Jogjakarta.
- Dewantara, K.H. 1967. *Karya Ki Hajar Dewantara (Bagian II: Kebudayaan Cetakan II)*. Yogyakarta: Majelis Luhur Persatuan Tamansiswa.
- Dewantara, K.H. 2004. *Karya Ki Hajar Dewantara (Bagian I: Pendidikan Cetakan III)*. Yogyakarta: Majelis Luhur Persatuan Tamansiswa.
- Harahap, A. Z. S. N. (2019). *Strategi Dan Teknik Penulisan Karya Tulis Ilmiah Dan Publikasi*. Deepublish. <https://books.google.co.id/books?id=Vr2iDwAAQ BAJ>
- Hariyadi, K. 1988. *Buku Ketamansiswaan untuk Taman Dewasa*. Yogyakarta: Majelis Luhur Persatuan Tamansiswa.
- Hayes, S., Stroshal, K., & Wilson, K. 2012. *Acceptance and Commitment Therapy: The Process and Practice of Mindful Change*. New York: Guilford Press.

- Kamayanti, A., dkk, 2022. *Metodologi Paradigma Nusantara*. Malang: Penerbit Peneleh.
- Littlejohn, S., Foss, K., & Utomo, endhar priyo. (2011). *Theories of Human Communication*.<https://doi.org/https://doi.org/10.1002/jclp.20757>
- Moni, W., Hidayah, N., & Wahyuni, F. 2022. Penerapan Konseling Berbasis Budaya Minangkabau. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 13(3).
- Mosunova, L. A. 2017. Theoretical Approaches to Defining The Concept of The "Perception of The Meaning Of Information". *Scientific and Technical Information Processing*; Dordrecht, 44(3): 175-183.
- Saputra, N. M. A. 2022. Pengembangan Media Self-Help Konseling Realita Bermuatan Nilai Tringa Berbasis Website Untuk Meningkatkan Self-Regulated Learning Mahasiswa Program MBKM. *Tesis: Tidak Dipublikasikan*. Universitas Negeri Malang.
- Saputra, W. N., Supriyanto, A., Astuti, B., & Ayriza, Y. 2020. *Konseling Kedamaian Berbasis Kearifan Lokal: Strategi Konselor Mereduksi Perilaku Agresi*. Yogyakarta: Penerbit K-Media.
- Setyoningsih, Y. D. 2022. Internalizazi Nilai Cinta Damai Serat Wulangreh Pada Konseling Rational Emotive Behavioral Therapy (REBT). *Jurnal Konseling Gusjigang*, 8(2): 65-77.
- Smith, T. B., Rodríguez, M. D., & Bernal, G. (2011). Culture. *Journal of Clinical Psychology*, 67(2), 166–175.
- Soeratman, K. 1982. *Selayang Pandang Asas-asa Tamansiswa*. Yogyakarta: Majelis Luhur Persatuan Taman Siswa.
- Soeratman, K., Wiryosentono, K. M., & Haryadi, K. 1982. *60 Tahun Taman Siswa*. Yogyakarta: Majelis Luhur Persatuan Taman Siswa.
- Soeratman, K., Wiryosentono, K. M., & Haryadi, K. 1992. *70 Tahun Taman Siswa*. Yogyakarta: Majelis Luhur Persatuan Taman Siswa.
- Suratman, K. 1987. *Pokok - Pokok Ketamansiswaan*. Yogyakarta: Majelis Luhur Persatuan Tamansiswa Yogyakarta.
- Surya, M. (2013). Bimbingan Karir Berbasis Kearifan Lokal dan Nilai Keluarga: Pengembangan Karir Peserta Didik Melalui Pelayanan Konseling Bermartabat Dalam Membentuk Karakter Budaya Antar Bangsa Dalam Masyarakat Multikultural dan Modern. Makalah dalam Kongres XII dan Konvensi Internasional ABKIN, diselenggarakan tanggal 14-16 November 2013 di Hotel ASTON Denpasar Bali.
- Tauchid, M. 1963. *Perjuangan dan Adjaran Hidup Ki Hadjar Dewantara*. Yogyakarta: Majelis Luhur Taman Siswa Jogjakarta.

Sub-Tema Prosiding

- 1 Pembelajaran Berbasis Kearifan Lokal
- 2 Best Practice Penanganan Bullying
- 3 Best Practice Penanganan Intolerance
- 4 Best Practice Penanganan Sexual Harrashment
- 5 Best Practice Students Wellbeing
- 6 Kompetensi Konselor Mutibudaya
- 7 Assessment, Inovasi, Dan Manajemen BK



SENJA KKN #4

13 Januari 2024

(SEMINAR DALAM JARINGAN KONSELING KEARIFAN NUSANTARA)

Implementasi Bimbingan Dan Konseling Berbasis Kearifan Lokal (Local Wisdom)
Dalam Penanganan "Tiga Dosa Besar" Pendidikan

link pendaftaran: <https://s.id/senja-kkn>



Zamroni, E. (2016). *Counseling Model Based On Gusjigang Culture: Conceptual Framework Of Counseling Model Based On Local Wisdoms In Kudus*. GUIDENA: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan dan Konseling, 6(2), 116-125. doi:10.24127/gdn.v6i2.426