



Sabtu, 20 Desember 2025 Via Zoom

SENJA KKN #6 +PRO SIDING

Seminar Nasional Dalam Jaringan: Kewilayahan Kearsifan Nusantara

Membangun Resiliensi dan Makna Kemanusiaan di Era BANI melalui Integrasi Kompetensi Professional, Kearifan Lokal, dan AI



Terindeks:



ISSN 2810-0239



Scope & Focus Prosiding

1. Bimbingan dan Konseling Multikultural
2. Best Practice Kearifan Lokal untuk Peningkatan Isu Kesehatan Mental
3. Integrasi Kearifan Lokal dengan Layanan BK
4. Best Practice 7 Jurus Hebat BK
5. Peningkatan Permasalahan Generasi Z (Pribadi, Sosial, Akademik & Karir)
6. Asesmen, Evaluasi & Manajemen Layanan BK
7. Peningkatan Nasionalisme dan Kebhinekaan Generasi Z
8. Character Building Berbasis Kearifan Lokal
9. Media dan Inovasi Bermuatan Kearifan Lokal

KONSEP *ELING LAN WASPADA* DALAM SERAT KALATHIDA UNTUK MENUMBUHKAN KEBERMAKNAAN HIDUP GEN Z DI ERA BANI

Nurul Oktafia^{1*}, Aradea Dafa El Haris², Julia Izzati Nurisma³, Anggriani Syabila⁴, Elwas Berdha Krismona⁵
Universitas Sebelas Maret^{1,2,3,4,5}

oktafianurul@student.uns.ac.id¹, aradeadafa@student.uns.ac.id²,
juliaizzabk25@student.uns.ac.id³, syabilarian@student.uns.ac.id⁴, elwas@staff.uns.ac.id⁵

ABSTRACT

The BANI era, characterized by brittle, anxious, non-linear, and incomprehensible conditions, presents serious challenges to mental health and the sense of meaning in life, especially for Gen Z. Digital pressure, uncertainty about the future, and a value crisis contribute to increased anxiety and loss of direction in life. This article aims to examine the relevance of the concept of eling lan waspada (mindfulness and vigilance) in Serat Kalatidha by Raden Ngabehi Ranggawarsita as an ethical and psychological foundation for fostering meaningful life for Gen Z in the BANI era. The discussion is conducted through a conceptual study and a literature analysis that link the teachings of Eling Lan Waspada with Viktor Frankl's theory of a meaningful life. The results of the discussion show that eling represents self-awareness, spirituality, and moral values, while waspada emphasizes prudence and wisdom in responding to change. These two principles complement each other in building psychological resilience, clarifying life goals, and preventing meaninglessness. Thus, eling lan waspada is relevant as a cultural-psychological framework for strengthening the sense of meaning in life among Gen Z amid the complexity of the BANI era.

Keywords: *meaning of life, eling lan waspada, gen z, serat kalatida*

ABSTRAK

Era BANI yang ditandai oleh kondisi rapuh, penuh kecemasan, tidak linier, dan sulit dipahami menghadirkan tantangan serius bagi kesehatan mental dan kebermaknaan hidup, khususnya pada Generasi Z. Tekanan digital, ketidakpastian masa depan, serta krisis nilai berkontribusi pada meningkatnya kecemasan dan kehilangan arah hidup. Artikel ini bertujuan mengkaji relevansi konsep eling lan waspada dalam Serat Kalatidha karya Raden Ngabehi Ranggawarsita sebagai landasan etis dan psikologis untuk menumbuhkan kebermaknaan hidup Gen Z di era BANI. Pembahasan dilakukan melalui kajian konseptual dan analisis literatur yang mengaitkan ajaran eling lan waspada dengan teori kebermaknaan hidup Viktor Frankl. Hasil pembahasan menunjukkan bahwa eling merepresentasikan kesadaran diri, spiritualitas, dan nilai moral, sedangkan waspada menekankan sikap kehati-hatian dan kebijaksanaan dalam merespons perubahan. Kedua prinsip ini saling melengkapi dalam membangun ketahanan psikologis, memperjelas tujuan hidup, serta mencegah kehampaan makna. Dengan demikian, eling lan waspada relevan sebagai kerangka kultural-psikologis dalam memperkuat kebermaknaan hidup Gen Z di tengah kompleksitas era BANI.

Kata Kunci: makna hidup, eling lan waspada, gen z, serat kalatida

PENDAHULUAN

Era baru terus berubah dan sulit diprediksi. Permasalahan muncul dengan sangat pelik dalam dunia politik, ekonomi, sosial, perubahan iklim,



hingga pendidikan (Budiantoro & Martono, 2023). Transformasi dari era VUCA (*Volatility, Uncertainty, Complexity, Ambiguity*) menuju era BANI (*Brittle, Anxiety-Inducing, Non-linear, dan Incomprehensible*) membawa tantangan yang jauh lebih kompleks, tidak terduga, rumit, dan membingungkan dalam menghadapi dunia saat ini (Baskoro, 2023). Dalam situasi seperti ini, individu dituntut untuk memiliki ketahanan diri agar mampu terus bertumbuh dan berkembang. Ketahanan tersebut dapat dibangun melalui berbagai strategi adaptif, seperti kelincihan dalam merespons perubahan, fleksibilitas dalam menghadapi situasi baru, serta kemampuan beradaptasi secara berkelanjutan (Salun & Zaslavskaya, 2024).

Generasi Z menjadi kelompok yang paling banyak dituntut untuk mampu menyesuaikan diri dengan era yang terus berubah dan sulit diprediksi. Berdasarkan Sensus Penduduk tahun 2020, jumlah generasi Z menempati populasi terbesar di Indonesia yang mencapai 74,93 juta jiwa atau setara dengan 27,94% dari total penduduk. Namun, tumbuh di era digital menghadirkan tantangan psikologis dan emosional yang jauh lebih berat dibandingkan generasi sebelumnya (Matilda dkk., 2025). Kondisi ini berdampak signifikan terhadap kesejahteraan mereka, mulai dari kelebihan beban digital, tekanan akademis dan karir, ketidakpastian global, hingga rasa isolasi dan kesepian. Data menunjukkan bahwa 65% generasi Z pernah mengalami setidaknya satu masalah kesehatan mental dalam dua tahun terakhir (Matilda dkk., 2025).

Gambaran keadaan zaman yang penuh ketidakpastian dan kekacauan sejatinya telah diungkapkan oleh Raden Ngabehi Ranggawarsita dalam *Serat Kalatidha*. Serat ini memuat kritikan terhadap situasi penyimpangan dari ajaran moral hingga disebut sebagai zaman edan. Kandungan teks dalam *Serat Kalatidha* menjadi objek kajian yang menarik karena memiliki relevansi yang kuat terhadap realitas sosial pada masa hidup Ranggawarsita dengan kondisi sosial pada zaman sekarang (Yulianto dkk., 2025). Realitas sosial saat ini ditandai dengan maraknya misinformasi, ketidakadilan dalam penegakan hukum, serta merebaknya Korupsi, Kolusi, dan Nepotisme (KKN), yang semakin menegaskan adanya krisis moral dan spiritual dalam kehidupan modern (Amalia dkk., 2025).

Untuk menghadapi perubahan era yang tidak terduga dan sulit diprediksi, diperlukan laku yang tepat sebagaimana diajarkan Ranggawarsita dalam *Serat Kalatidha*, yaitu *eling lan waspada*. Laku ini merujuk pada sikap dan tindakan yang dilandasi kewaskitaan, kawicaksanaan, dan kewiryan, sehingga mendorong seseorang untuk senantiasa menjaga kesadaran dan pemahaman yang mendalam terhadap kehidupan, sekaligus berhati-hati terhadap segala sesuatu yang terjadi di sekitarnya (Marsono, 2019). Sikap *eling lan waspada* ini pada akhirnya menjadi fondasi bagi kebermaknaan dalam hidup. Frankl (dalam Ma'ruf, 2019) menyatakan bahwa kebermaknaan hidup menggambarkan sejauh mana seseorang mengalami dan menghayati pentingnya keberadaan dirinya menurut sudut pandangnya sendiri. Selain itu, Nurdin (2021) juga mengatakan bahwa pencapaian *meaningful life* dapat menjadi bekal psikologis dan spiritual bagi individu untuk menghadapi gempuran perubahan zaman yang berpotensi menyeret manusia ke dalam kekosongan makna, stres, ketidakstabilan emosi, dan pola pikir menyalahkan keadaan.



Sabtu, 20 Desember 2025 Via Zoom

SENJA KKN #6 +PRO SIDING

Seminar Nasional Dalam Jaringan: Kearsifan Nusantara

Membangun Resiliensi dan Makna Kemanusiaan di Era BANI melalui Integrasi Kompetensi Professional, Kearifan Lokal, dan AI



Terindeks:



Scope & Focus Prosiding

1. Bimbingan dan Konseling Multikultural
2. Best Practice Kearifan Lokal untuk Peningkatan Isu Kesehatan Mental
3. Integrasi Kearifan Lokal dengan Layanan BK
4. Best Practice 7 Jurus Hebat BK
5. Peningkatan Permasalahan Generasi Z (Pribadi-sosial, Akademik & Karir)
6. Asesmen, Evaluasi & Manajemen Layanan BK
7. Peningkatan Nasionalisme dan Kebhinekaan Generasi Z
8. Character Building Berbasis Kearifan Lokal
9. Media dan Inovasi Bermuatan Kearifan Lokal

Dalam upaya merespon era BANI, pemerintah menerapkan berbagai kebijakan yang bersifat adaptif, inovatif, dan berorientasi pada fleksibilitas. Arah kebijakan ini tercermin dalam Asta Cita, khususnya pada poin ke-4 yang menekankan penguatan pembangunan Sumber Daya Manusia (SDM), sains, teknologi, pendidikan, kesehatan, prestasi olahraga, kesetaraan gender, serta penguatan peran perempuan, pemuda, dan penyandang disabilitas. Selain itu, poin ke-8 juga menegaskan pentingnya penyelarasan kehidupan yang harmonis dengan lingkungan, alam, dan budaya, serta peningkatan toleransi antarumat beragama untuk mewujudkan masyarakat yang adil dan makmur. Seluruh kebijakan tersebut dirancang untuk menjawab tantangan riil masyarakat dengan menghasilkan program yang dapat dihilirisasi menjadi produk siap pakai atau dikomersialkan (Yuliarto, 2025). Hal ini menunjukkan bahwa pemerintah telah menyiapkan kerangka besar yang tidak hanya berorientasi pada ekonomi, tapi juga wawasan kebangsaan.

Walaupun demikian, masyarakat berharap agar pembangunan yang dilakukan pemerintah tidak hanya berfokus pada aspek fisik, seperti infrastruktur dan ketahanan pangan, tetapi juga memperhatikan kesehatan mental. Hingga saat ini, kesehatan mental masyarakat Indonesia masih menghadapi tantangan berupa stigma dan keterbatasan akses layanan. Kondisi tersebut menegaskan bahwa aspek fisik dan psikologis harus berjalan beriringan agar bangsa tidak menjadi rapuh (*brittle*) dan mampu menghadapi ketidakpastian (*non-linear*) dalam era BANI. Berdasarkan hal tersebut, pengkajian terhadap konsep *eling lan waspada* dalam *Serat Kalatidha* menjadi penting untuk dilakukan, guna menunjang kebermaknaan hidup setiap generasi, khususnya generasi Z yang memiliki populasi terbesar.

PEMBAHASAN

A. *Eling lan Waspada*

1. Konsep *Eling lan Waspada*

Serat Kalatidha memiliki ajaran berupa sebuah pedoman etis yang dapat membantu manusia agar tidak kehilangan arah meskipun berada dalam keadaan yang membingungkan. Hal ini selaras dengan penjelasan Marsono (2019) bahwa *Serat Kalatidha* disusun pada masa kekacauan sosial dan moral, ketika Ranggawarsita melihat bahwa masyarakat mulai kehilangan pegangan nilai karena runtuhnya keteladanan pemimpin dan merosotnya moralitas sosial. Salah satu ajaran utamanya adalah prinsip *eling lan waspada*, yang berfungsi sebagai landasan untuk menjaga kejernihan hati dan kewaspadaan nurani. *Eling lan Waspada* adalah prinsip moral yang berasal dari *Serat Kalatidha* karya Raden Ngabehi Ranggawarsita yang berisi nasehat agar manusia tetap sadar, hati-hati, dan tidak ikut terbawa arus keburukan dalam situasi moral yang kacau.

Eling dalam bahasa Jawa memiliki arti ingat atau sadar, dalam *Serat Kalatidha* *Eling* memiliki tiga makna yaitu, ingat kepada Tuhan, ingat pada diri sendiri, dan ingat dengan sesama manusia (Musman, 2021). *Eling* dengan sesama berarti sadar bahwa hidup kita di dunia ini tidak sendirian, sehingga kita harus sadar siapa yang kita hadapi, dan



Sabtu, 20 Desember 2025 Via Zoom

SENJA KKN #6 +PRO SIDING

Seminar Nasional Dalam Jaringan: Kearsifan Kearifan Nusantara

Membangun Resiliensi dan Makna Kemanusiaan di Era BANI melalui Integrasi Kompetensi Profesional, Kearifan Lokal, dan AI



Terindeks:



ISSN 2810-0239



Scope & Focus Prosiding

1. Bimbingan dan Konseling Multikultural
2. Best Practice Kearifan Lokal untuk Peningkatan Isu Kesehatan Mental
3. Integrasi Kearifan Lokal dengan Layanan BK
4. Best Practice 7 Juru Hebat BK
5. Peningkatan Permasalahan Generasi Z (Pribadi-sosial, Akademik & Karir)
6. Asesmen, Evaluasi & Manajemen Layanan BK
7. Peningkatan Nasionalisme dan Kebhinekaan Generasi Z
8. Character Building Berbasis Kearifan Lokal
9. Media dan Inovasi Bermuatan Kearifan Lokal

kewajiban apa yang ada pada diri kita kepada orang lain. *Eling* pada diri sendiri berarti mengetahui dan sadar dirinya itu siapa, bagaimana dirinya, dan dimana dirinya hidup. Serta *eling* kepada Tuhan yang menciptakan manusia dengan mematuhi aturan tertentu. *Eling* juga memberikan makna dua dimensi pada masa lalu dan sekarang. Konsep *eling* pada masa lalu berkaitan dengan budaya yang senantiasa meningkatkan manusia pada nilai-nilai luhur yang sudah dipercaya kekuatannya (Wahyudi et al., 2023). Untuk dimensi sekarang, seseorang harus selalu ingat kepada Tuhan dalam setiap langkah hidupnya. Sedangkan untuk dimensi yang akan datang, manusia harus selalu waspada, karena *sak begja-begjane wong kang lali, luwih begja kang eling lawan waspada* (sebahagia-bahagiaanya orang yang lupa diri, masih lebih bahagia orang yang selalu ingat dan waspada).

Kata *waspada* yang dimaksud disini adalah *waspada* terhadap keadaan dan tuntutan orang lain, sebab kehadiran orang lain secara positif juga akan memanusiakan dirinya. Dalam Serat Kalatidha, manusia tidak hanya dituntut untuk *eling* saja tetapi juga harus selalu *waspada* dalam menghadapi sesuatu, serta dalam menghadapi segala cobaan yang muncul dari dalam dirinya maupun yang datang dari luar. Berdasarkan hal tersebut, konsep *eling lan waspada* dalam Serat Kalatidha dapat dinyatakan sebagai konsep normatif yang sifatnya mendorong dan membatasi tindakan manusia. Segala kemungkinan penyimpangan dibatasi oleh norma-norma tersebut. Konsep ini juga menegaskan bahwa manusia memiliki sifat ketergantungan, baik kepada Tuhan, maupun pada tatanan moral yang mengarahkan perilakunya.

2. Urgensi *Eling lan Waspada* di Era BANI

Pada abad ke-19, Raden Ngabehi Ranggawarsita menulis Serat Kalatidha sebagai refleksi atas zaman yang penuh kegelisahan. Ia menggambarkan kondisi masyarakat Jawa yang dilanda kebingungan moral dan politik akibat kolonialisme. Dalam salah satu baitnya, Raden Ngabehi Ranggawarsita menulis: "*Zaman edan, yen ora melu edan ora keduman, nanging kalis ing edan, begja begjaning kang eling lan waspada.*" (Serat Kalatidha, pupuh 12). Pupuh tersebut mempunyai arti "Zaman gila, jika tidak ikut gila maka tidak akan mendapat bagian, tetapi jika terhindar dari kegilaan, beruntunglah orang yang ingat dan waspada." (Mahmudi & Zaidah, 2012).

Zaman Edan dalam Serat Kalatidha mencerminkan bahwa zaman tersebut tengah mengalami kekacauan, penuh keraguan, dan kemerosotan moral. Raden Ngabehi Ranggawarsita memberikan nasihat bahwa meskipun dunia sedang mengalami *zaman edan*, orang-orang yang tetap *eling* (ingat kepada Tuhan dan nilai-nilai luhur) dan *waspada* (hati-hati dalam bertindak) akan memperoleh keselamatan. Filosofi ini menjadi pegangan moral bagi masyarakat Jawa untuk tetap teguh menghadapi tekanan kolonial dan kemerosotan sosial (Najmddin, 2025).

Di era BANI yang mencerminkan zaman tidak linier dan sulit untuk dipahami, ditambah dengan arus modernisasi yang cepat membuat masyarakat semakin mudah untuk merasa rapuh dan cemas (Setyabudianto, 2025). Dengan adanya falsafah *eling lan waspada* yang ada pada Serat Kalatidha, mengajarkan bahwa kesadaran penuh (*eling*) dan kewaspadaan (*waspada*) dalam menghadapi ketidakpastian dapat



Sabtu, 20 Desember 2025 Via Zoom

SENJA KKN #6 +PRO SIDING

Seminar Nasional Dalam Jaringan: Kearsifan Nusantara

Membangun Resiliensi dan Makna Kemanusiaan di Era BANI melalui Integrasi Kompetensi Profesional, Kearifan Lokal, dan AI



Terindeks:



ISSN 2810-0239



Scope & Focus Prosiding

1. Bimbingan dan Konseling Multikultural
2. Best Practice Kearifan Lokal untuk Peningkatan Isu Kesehatan Mental
3. Integrasi Kearifan Lokal dengan Layanan BK
4. Best Practice 7 Jurus Hebat BK
5. Peningkatan Permasalahan Generasi Z (Pribadi-sosial, Akademik & Karir)
6. Asesmen, Evaluasi & Manajemen Layanan BK
7. Peningkatan Nasionalisme dan Kebhinekaan Generasi Z
8. Character Building Berbasis Kearifan Lokal
9. Media dan Inovasi Bermuatan Kearifan Lokal

menjaga masyarakat agar tidak terlarut dalam arus modernisasi yang serba cepat.

Eling (ingat) yang dapat dimaknai sebagai kesadaran terhadap jati diri, nilai budaya, dan tujuan hidup untuk tetap berpegang pada nilai etika moral dan spiritual, sehingga tidak larut dalam materialisme atau konsumerisme. Kesadaran ini juga membantu masyarakat, terutama Gen Z, untuk menghadapi kecemasan (*anxious*) yang disebabkan oleh ketakutan ketinggalan tren dan fokus pada hal-hal yang esensial.

Sama halnya dengan *eling*, filosofi waspada juga relevan untuk menghadapi dunia yang tidak linier dan sulit dipahami di era BANI ini. Dengan sikap waspada, masyarakat tidak mudah terjebak dalam arus perubahan yang serba cepat dan membingungkan. Kewaspadaan ini juga menciptakan kemampuan untuk menimbang resiko-resiko secara sadar, sehingga saat mengambil keputusan bersifat bijak dan tidak didasarkan pada ketakutan ketinggalan akan tren.

B. Kebermaknaan dalam Hidup

1. Konsep Kebermaknaan Hidup

Kebermaknaan hidup atau biasa disebut *Meaning of Life* pertama kali dikenalkan oleh Viktor Emile Frankl. Menurutnya, kebermaknaan hidup didefinisikan sebagai pemahaman bahwa hidup setiap manusia memiliki tujuan yang spesifik, unik, dan tidak dapat disamaratakan. Frankl menegaskan bahwa makna hidup tidak dapat didefinisikan secara umum karena sifatnya berbeda bagi setiap orang, berubah sesuai waktu, situasi, dan tantangan yang dihadapi. Dalam pandangannya, manusia bukan bertanya “*apa makna hidup saya?*”, tetapi menyadari bahwa hiduplah yang mengajukan pertanyaan kepada manusia. Setiap individu harus menjawab pertanyaan itu melalui pilihan dan tanggung jawabnya dalam menghadapi situasi sehari-hari (Frankl, 1985).

Frankl menjelaskan bahwa makna hidup harus ditemukan, bukan diciptakan sesuka hati, karena makna itu sudah ada dalam realitas dan menunggu seseorang untuk menemukannya. Ia menyatakan bahwa manusia dapat menemukan makna melalui tiga jalur utama : (1) lewat tindakan atau karya yang ia ciptakan, (2) lewat pengalaman mendalam seperti keindahan, kebenaran, atau cinta, (3) lewat sikap terhadap penderitaan yang tidak dapat dihindari. Jalur ketiga ini merupakan ciri khas Frankl, yaitu bahwa sekalipun seseorang berada dalam kondisi paling menderita, ia tetap dapat memilih sikap yang bermartabat dan menemukan makna melalui perjuangannya.

Bagi Frankl, motivasi terdalam manusia adalah *will to meaning*, yaitu dorongan eksistensial untuk memahami mengapa ia hidup dan untuk apa ia menjalani dunia ini (Purnama, 2021). Ketika seseorang kehilangan kebermaknaan hidupnya, ia mudah mengalami kehampaan, kebingungan, atau frustrasi eksistensial yang kemudian dapat berkembang menjadi masalah psikologis. Sebaliknya, seseorang yang memiliki tujuan yang jelas akan memiliki daya tahan mental yang kuat, bahkan dalam situasi sulit.



Sabtu, 20 Desember 2025 Via Zoom

SENJA KKN #6 +PRO SIDING

Seminar Nasional Dalam Jaringan: Kewilayahan Nusantara
Membangun Resiliensi dan Makna Kemanusiaan di Era BANI melalui
Integrasi Kompetensi Profesional, Kearifan Lokal, dan AI



Terindeks:



ISSN 2810-0239

772810 023005

Scope & Focus Prosiding

1. Bimbingan dan Konseling Multikultural
2. Best Practice Kearifan Lokal untuk Peningkatan Isu Kesehatan Mental
3. Integrasi Kearifan Lokal dengan Layanan BK
4. Best Practice 7 Juru Hebat BK
5. Peningkatan Permasalahan Generasi Z (Pribadi, Sosial, Akademik & Karir)
6. Asesmen, Evaluasi & Manajemen Layanan BK
7. Peningkatan Nasionalisme dan Kebhinekaan Generasi Z
8. Character Building Berbasis Kearifan Lokal
9. Media dan Inovasi Bermuatan Kearifan Lokal

Frankl mengatakan bahwa orang yang memiliki tujuan dan alasan untuk hidup dapat bertahan menghadapi berbagai kondisi apapun.

Pada akhirnya, kebermaknaan hidup menurut Frankl menegaskan bahwa setiap individu memiliki tugas hidup yang unik dan tidak dapat digantikan oleh orang lain. Makna hidup muncul ketika seseorang mengambil tanggung jawab penuh atas dirinya, relasinya dengan orang lain, serta sikapnya ketika mengalami kesulitan (Wati, 2025). Dengan kata lain, makna hidup tidak ditentukan oleh kondisi luar, melainkan bagaimana seseorang merespon kenyataan tersebut. Berdasarkan gagasan tersebut, Frankl menegaskan bahwa hidup senantiasa menyimpan peluang untuk dimaknai, bahkan dalam pengalaman yang berat sekalipun. Ia juga menekankan bahwa setiap individu memiliki keleluasaan batin untuk menentukan dan menemukan makna itu sendiri.

2. Kebermaknaan Hidup di Era BANI

Dalam masyarakat modern, pencarian kebermaknaan hidup menjadi salah satu perjalanan yang panjang dan berliku, apalagi dihadapkan oleh era BANI yang rapuh, penuh kecemasan, tidak linier, dan sulit dipahami. Makna hidup merupakan sebuah kebermanfaatan, proses, dan ibadah, artinya kebermaknaan hidup tidak hanya bersifat personal, tetapi juga terkait dengan kontribusi sosial dan spiritualitas.

Dalam masyarakat modern, kebermaknaan hidup merupakan persoalan eksistensial yang tak terpisahkan dari kehidupan manusia. Remaja yang memiliki makna hidup lebih mampu menghadapi tekanan dan bangkit dari kesulitan. Hal ini menunjukkan bahwa makna hidup berfungsi sebagai *buffer* psikologis yang melindungi individu dari dampak negatif Era BANI. Kebermaknaan hidup tidak hanya memberi arah pada individu, tetapi juga memperkuat keterlibatan sosial dan solidaritas. Karena dalam proses mencari kebermaknaan hidup, orientasi intrinsik menjadi konsekuensi dan memperkuat interaksi manusia dengan lingkungan sekitarnya (Sumanto, 2020).

Jika kebermaknaan hidup hilang, risiko yang muncul sangat besar. Individu lebih rentan terhadap kecemasan kronis, disorientasi nilai, dan nihilisme. Masyarakat yang gagal dalam menemukan makna hidup di tengah perubahan sosial cenderung memiliki kecemasan eksistensial yang serius. Oleh karena itu, mencari dan membangun kebermaknaan hidup bukan sekedar kebutuhan filosofis, melainkan strategi adaptif yang vital bagi kesehatan mental dan sosial di era BANI.

C. Keterkaitan *Eling lan Waspada* dengan Kebermaknaan Hidup

Prinsip *Eling lan Waspada* dari Serat Kalatidha mengajarkan kepada individu bahwa seorang individu harus selalu sadar dan berhati-hati dalam menjalani kehidupan. Sadar kepada Tuhan, sadar pada diri sendiri, dan sadar terhadap adanya keberadaan untuk hidup bersama. Dengan kesadaran terbentuklah suatu landasan moral bagi individu yang tujuannya agar individu tidak mudah tergerus oleh



situasi yang kacau, dan senantiasa memegang nilai luhur yang menuntun perilakunya (Nugroho, 2019).

Dalam konteks kebermaknaan hidup menurut Frankl, sikap *eling lan waspada* itu sesuai dengan usaha individu dalam memahami siapa dirinya, tujuan dari keberadaannya, serta bagaimana individu bertanggung jawab dari setiap keputusan dalam hidupnya. Sementara sikap *waspada* berkaitan dengan mampunya individu dalam merespon tantangan maupun penderitaan hidup secara bermartabat. Frankl mengatakan bahwa makna hidup bisa ditemukan melalui sikap terhadap penderitaan yang tak terhindarkan (Fitriani, 2024).

Kesadaran diri, hubungan dengan Tuhan, serta kepedulian kepada sesama yang tersisip dalam *eling lan waspada* membantu individu dalam proses menemukan makna melalui sikap, pengalaman, dan tindakan. Dengan demikian, *eling lan waspada* tidak hanya membantu individu dalam menghadapi kondisi moral yang tidak menentu, namun juga menguatkan dorongan eksistensial dengan akhir menemukan tujuan hidup bertanggung jawab dan bermakna dalam hidupnya.

D. Peran *Eling lan Waspada* dalam Mengembangkan Kebermaknaan Hidup

Menurut Ronggowarsito, pemahaman terhadap ajaran *eling lan waspada* mendorong manusia untuk hidup dengan penuh kesadaran dan kehati-hatian dalam menghadapi berbagai situasi yang terjadi di sekitarnya (Bhilawa, 2024). Ajaran ini menuntun individu untuk senantiasa hadir secara utuh, baik secara fisik maupun batin, sehingga mampu merespons setiap peristiwa kehidupan dengan ketenangan serta kejernihan berpikir. Kesadaran tersebut membentuk sikap mawas diri dan kewaspadaan dalam menghadapi berbagai godaan dan tantangan zaman (Marsono, 2019). Selain itu, *eling lan waspada* memungkinkan terciptanya keseimbangan relasi, yaitu keselarasan hubungan dengan diri sendiri, sesama manusia, dan Tuhan (Amalia dkk., 2025). Nilai-nilai ini menjadi pedoman penting dalam mengembangkan kebermaknaan hidup, karena membantu individu mengendalikan pikiran, ucapan, dan tindakan, sehingga terhindar dari perilaku yang merugikan diri sendiri maupun orang lain.

Sejalan dengan nilai *eling lan waspada*, Viktor Frankl dalam karyanya *Man's Search for Meaning* menegaskan bahwa makna hidup merupakan kekuatan utama yang mendorong individu untuk membangun diri dan meningkatkan kualitas kehidupannya (Khoirudin, 2021). Individu yang memiliki kebermaknaan hidup cenderung menunjukkan kesejahteraan mental yang lebih baik, karena makna hidup membantu mengurangi gangguan psikologis serta menuntun individu menjalani kehidupan secara lebih terarah dan adaptif. Pada kelompok lansia, penelitian tentang makna hidup teruji mampu mendukung kesejahteraan mental pada tahap akhir kehidupan (Afrashteh dkk., 2024). Hal tersebut ditunjukkan dengan semakin tinggi makna hidup yang dimiliki seseorang, semakin rendah tingkat kesepian yang dirasakan, sehingga berkontribusi pada penurunan gejala depresi dan kecemasan terhadap kematian.



Sabtu, 20 Desember 2025 Via Zoom

SENJA KKN #6 +PRO SIDING

Seminar Nasional Dalam Jaringan: Kearsifan Nusantara

Membangun Resiliensi dan Makna Kemanusiaan di Era BANI melalui Integrasi Kompetensi Profesional, Kearifan Lokal, dan AI



Terindeks:



ISSN 2810-0239



Scope & Focus Prosiding

1. Bimbingan dan Konseling Multikultural
2. Best Practice Kearifan Lokal untuk Peningkatan Isu Kesehatan Mental
3. Integrasi Kearifan Lokal dengan Layanan BK
4. Best Practice 7 Jurus Hebat BK
5. Peningkatan Permasalahan Generasi Z (Pribadi-sosial, Akademik & Karir)
6. Asesmen, Evaluasi & Manajemen Layanan BK
7. Peningkatan Nasionalisme dan Kebhinekaan Generasi Z
8. Character Building Berbasis Kearifan Lokal
9. Media dan Inovasi Bermuatan Kearifan Lokal

Makna hidup juga berperan penting bagi generasi Z yang hidup di tengah derasnya arus informasi, paparan media sosial, serta tantangan psikologis seperti krisis identitas dan kecemasan terhadap masa depan (Najmi dan Ismail, 2025). Kebermaknaan hidup membantu individu menentukan arah hidup, mengambil keputusan yang selaras dengan tujuan, serta menghadapi dinamika kehidupan secara lebih adaptif. Selain itu, makna hidup berkaitan erat dengan *subjective well-being*, dimana apabila seseorang memiliki makna hidup yang tinggi cenderung memiliki tingkat kebahagiaan dan kepuasan hidup yang lebih tinggi, ditandai dengan dominasi afek positif dibandingkan afek negatif (Victoriana dkk., 2023). Lebih lanjut, kebermaknaan hidup memungkinkan individu memahami pengalaman hidup secara teratur, memandang kehidupannya bermakna dan bernilai, serta menjalani berbagai tantangan hidup dengan fungsi psikologis yang optimal (King & Hicks, 2021).

Frankl, melalui gagasannya yang ada dalam "*Man's Search for Meaning*", menekankan bahwa makna hidup dapat dijadikan kekuatan individu untuk membangun diri dan menjalani hidup dengan lebih terarah (Khoirudin, 2021). Didukung dengan temuan Afrasteh, dkk. (2024) yang memperlihatkan semakin tinggi makna hidup, maka semakin rendah tingkat kecemasan, kesepian, serta gejala depresi terhadap kematian pada kelompok lansia. Najmi & Ismail (2025) juga menegaskan pentingnya makna hidup terhadap generasi Z yang berguna untuk menghadapi media sosial, arus informasi, serta tantangan psikologis yang hadir seperti krisis identitas. Selain itu, kebermaknaan hidup turut berkontribusi dalam meningkatkan *subjective well-being*. Victoriana dkk. (2023) dalam penelitiannya yang mendapati seorang mahasiswa yang memiliki makna hidup yang tinggi akan cenderung merasakan banyak kepuasan hidup serta afek positif.

Terdapat pula pernyataan bahwa makna hidup terbentuk melalui beberapa aspek diantaranya ialah *conherence*, *purpose*, dan *existential mattering* yang membuat seorang individu memahami hidup dengan masuk akal, mempunyai arah yang jelas, serta yakin terhadap keberadaan dirinya bernilai (King & Hicks, 2021). Sebaliknya, hilangnya makna hidup akan memicu dampak negatif. Asbanu (2025) memaparkan kondisi hilangnya makna hidup akan menimbulkan disorientasi tujuan serta krisis eksistensial yang menjadikan perasaan hampa dan kehilangan arah bagi individu. Ketidadaan makna hidup akan mendorong timbulnya stres psikologis, konflik internal, serta anomie, yakni situasi individu kehilangan norma sebagai pedoman hidup. Bahkan perasaan keterasingan dan kehampaan yang diakibatkan oleh hilangnya makna hidup akan membuat individu menjadi lebih rentan terhadap tindakan bunuh diri (Kurniawan dkk, 2023). Dengan beberapa temuan ini kebermaknaan hidup dipahami bukan hanya sumber kekuatan psikologis namun juga menjadi faktor yang mencegah (menjaga stabilitas mental individu).

Dalam hal ini prinsip *Eling lan Waspada* memiliki peran yang sangat penting untuk mendorong individu mengembangkan dan mempertahankan kebermaknaan dalam hidup. *Eling*, berarti dengan



Sabtu, 20 Desember 2025 Via Zoom

SENJA KKN #6 +PRO SIDING

Seminar Nasional Dalam Jaringan: Koneksi Kearifan Nusantara

Membangun Resiliensi dan Makna Kemanusiaan di Era BANI melalui Integrasi Kompetensi Profesional, Kearifan Lokal, dan AI



Terindeks:



ISSN 2810-0239



Scope & Focus Prosiding

1. Bimbingan dan Konseling Multikultural
2. Best Practice Kearifan Lokal untuk Peningkatan Isu Kesehatan Mental
3. Integrasi Kearifan Lokal dengan Layanan BK
4. Best Practice 7 Jurus Hebat BK
5. Peningkatan Permasalahan Generasi Z (Pribadi-sosial, Akademik & Karir)
6. Asesmen, Evaluasi & Manajemen Layanan BK
7. Peningkatan Nasionalisme dan Kebhinekaan Generasi Z
8. Character Building Berbasis Kearifan Lokal
9. Media dan Inovasi Bermuatan Kearifan Lokal

penuh kesadaran, menjadikan individu memahami dirinya, pengalaman, serta arah hidup lebih dalam yang sesuai dengan aspek *coherence* dan *purpose* yang membuat hidup terasa memiliki tujuan serta masuk akal. Sementara, *waspada* mendorong individu untuk berhati-hati dalam bersikap dan adaptif dalam menjalani pasang surut dinamika kehidupan, sehingga individu tidak mudah terbawa arus negatif yang mendekatkan dalam keburukan yang akan menghilangkan makna hidupnya. Sikap *waspada* akan membantu merawat *existential mattering* dimaknai individu yang tetap menyadari bahwa keberadaanya bernilai.

Dengan demikian, prinsip *Eling lan Waspada* membantu memperkuat dampak positif dari hadirnya kebermaknaan hidup Pada individu serta mengurangi potensi timbulnya dampak negatif hilangnya seperti anomie, konflik internal, disorientasi, maupun kehampaan. *Eling lan Wapada* menjadi petunjuk yang relevan dalam menjaga kebermaknaan hidup sekaligus mempertahankan psikologis yang stabil bagi individu.

E. Urgensi Konsep *Eling lan Waspada* bagi Gen Z di era BANI

Generasi Z berada dalam situasi sosial yang penuh tekanan, baik secara mental maupun emosional, akibat kebiasaan saling membandingkan, arus informasi yang sangat cepat, serta meningkatnya tuntutan akademik dan karir. Kehidupan media sosial membuat mereka sering merasa tidak cukup baik, tertinggal, atau tidak berharga akibat membandingkan diri dengan hidup orang lain yang terlihat lebih sempurna. Kondisi ini memicu FOMO, kecemasan, hingga depresi, sekaligus meningkatkan risiko terhadap *cyberbullying* yang dapat memperburuk kesehatan mental. Pada saat yang sama, Gen Z harus berhadapan dengan tuntutan untuk berprestasi, unggul dalam akademik, masuk perguruan tinggi kompetitif, dan memiliki banyak pengalaman untuk bersaing di dunia kerja. Tekanan tersebut memunculkan stres, burnout, kelelahan emosional, serta penurunan kepercayaan diri. Ketidakpastian global mulai dari ekonomi yang tidak stabil, krisis iklim, bencana alam, hingga konflik politik juga mendorong meningkatnya kecemasan masa depan pada generasi ini, sehingga mereka semakin kehilangan arah dan kebermaknaan hidup.

Kondisi ini menjelaskan bahwa media sosial menjadi salah satu faktor terbesar yang membentuk krisis identitas, kecemasan, dan kehilangan makna hidup. Menurut penelitian Keles menunjukkan bahwa interaksi digital yang berlebihan meningkatkan risiko depresi, kecemasan, dan tekanan psikologis, terutama akibat perbandingan sosial dan kebutuhan untuk memperoleh validasi (Keles dkk., 2020). Selain itu, ruang digital yang dipenuhi hidup ideal dan standar perfeksionisme menjadikan Gen Z semakin sulit dalam membedakan antara identitas di kehidupan nyata dan kehidupannya di sosial media sehingga memicu kebingungan arah hidup (Williams, 2020).

Dalam kondisi seperti ini, konsep *eling lan waspada* menjadi sangat penting untuk diterapkan. Ajaran *eling* mengarahkan individu untuk kembali kepada kesadaran diri, nilai-nilai spiritual, dan pemahaman mengenai jati diri, sehingga mereka tidak mudah terbawa



Sabtu, 20 Desember 2025 Via Zoom

SENJA KKN #6 +PRO SIDING

Seminar Nasional Dalam Jaringan: Kearsifan Nusantara

Membangun Resiliensi dan Makna Kemanusiaan di Era BANI melalui Integrasi Kompetensi Professional, Kearifan Lokal, dan AI



Terindeks:



ISSN 2810-0239



Scope & Focus Prosiding

1. Bimbingan dan Konseling Multikultural
2. Best Practice Kearifan Lokal untuk Peningkatan Isu Kesehatan Mental
3. Integrasi Kearifan Lokal dengan Layanan BK
4. Best Practice 7 Jurus Hebat BK
5. Peningkatan Permasalahan Generasi Z (Pribadi, Sosial, Akademik & Karir)
6. Asesmen, Evaluasi & Manajemen Layanan BK
7. Peningkatan Nasionalisme dan Kebhinekaan Generasi Z
8. Character Building Berbasis Kearifan Lokal
9. Media dan Inovasi Bermuatan Kearifan Lokal

arus digital maupun tekanan sosial yang mengurangi rasa kebermanaknaan dalam hidup. Sedangkan waspada membentuk sikap kritis, hati-hati, dan kemampuan dalam mengendalikan diri dalam menghadapi arus informasi yang semakin rumit pada era BANI. Kedua nilai ini dapat menjadi alat mengendalikan diri yang efektif, terutama saat Gen Z dihadapkan pada gangguan digital, manipulasi sosial media, dan tekanan kompetitif yang ekstrem sebagaimana digambarkan dalam penelitian Najmi dan Ismail (2025), yang menegaskan pentingnya literasi digital, kesadaran diri, serta dukungan keluarga dan lingkungan sosial dalam menjaga makna hidup remaja (Najmi dan Ismail, 2025). Oleh karena itu, penerapan konsep *eling lan waspada* menjadi sangat penting bagi Gen Z bukan sekadar sebagai nilai moral, tetapi juga sebagai cara untuk menjaga kesehatan mental, memperjelas tujuan hidup, serta membangun ketahanan psikologis. Sikap *eling* membangun kesadaran diri sedangkan waspada memberikan perlindungan dari dampak negatif era digital yang penuh kekacauan dan kecemasan. Keduanya menjadi kebutuhan dasar agar Gen Z mampu bertahan, berkembang, dan menemukan kembali makna hidup di tengah era BANI yang semakin rapuh dan sulit diprediksi.

KESIMPULAN DAN SARAN

Konsep *eling lan waspada* yang ada pada Serat Kalatidha karya Raden Ngabehi Ranggawarsita memiliki relevansi dan dapat diterapkan untuk menghadapi era BANI, terutama bagi Gen Z. Dengan menerapkan konsep *eling lan waspada* di era BANI, kesadaran akan nilai-nilai dan tujuan hidup, serta kewaspadaan terhadap ancaman dari sikap-sikap yang mengaburkan makna hidup dapat diatasi dengan baik dan tepat tanpa adanya ketakutan soal ketinggalan tren, sikap konsumtif dan hedonisme, serta disinformasi di dalam perkembangan internet dan digital. Kesadaran dan kewaspadaan ini membantu menemukan meaning of life atau makna hidup sebagai perjalanan panjang menuju kebijaksanaan dan ketenangan batin, bukan hanya pencapaian individual dan material.

Generasi Z, sebagai kelompok yang memiliki kerentanan tinggi terhadap permasalahan kesehatan mental, perlu memahami secara mendalam konsep *eling lan waspada* sebagai landasan dalam menjalani kehidupan. Pendekatan pembelajaran berbasis pemaknaan mendalam (*deep learning*) dapat menjadi strategi yang efektif untuk menjembatani Generasi Z dalam memperoleh kebermanaknaan hidup secara lebih reflektif dan kontekstual. Oleh karena itu, institusi pendidikan perlu mengembangkan kebijakan dan praktik pembelajaran yang mendukung implementasi nilai-nilai *eling lan waspada*, sehingga mampu meningkatkan kebermanaknaan hidup peserta didik dan mengantarkan mereka pada kesejahteraan psikologis yang lebih autentik.

DAFTAR RUJUKAN

Afrashteh, M. Y., Majzoobi, M. R., Janjani, P., & Forstmeier, S. (2024). The relationship between the meaning of life, psychological well-being, self-care, and social capital, with depression and death anxiety in the



Sabtu, 20 Desember 2025 Via Zoom

SENJA KKN #6 +PRO SIDING

Seminar Nasional Dalam Jaringan: Kearsifan Kearifan Nusantara

Membangun Resiliensi dan Makna Kemanusiaan di Era BANI melalui Integrasi Kompetensi Profesional, Kearifan Lokal, dan AI



Terindeks:



Scope & Focus Prosiding

1. Bimbingan dan Konseling Multikultural
2. Best Practice Kearifan Lokal untuk Peningkatan Isu Kesehatan Mental
3. Integrasi Kearifan Lokal dengan Layanan BK
4. Best Practice 7 Jurus Hebat BK
5. Peningkatan Permasalahan Generasi Z (Pribadi, Sosial, Akademik & Karir)
6. Asesmen, Evaluasi & Manajemen Layanan BK
7. Peningkatan Nasionalisme dan Kebhinekaan Generasi Z
8. Character Building Berbasis Kearifan Lokal
9. Media dan Inovasi Bermuatan Kearifan Lokal

- elderly living in nursing homes: The mediating role of loneliness. *Heliyon*, 10(9).
- Amalia, F., Aryanto, A., & Nurbasith, A. I. (2025). Diskursus Spiritualitas dalam Serat Kalatidha Karya Raden Ngabehi Ranggawarsita: Analisis Wacana Kritik Norman Fairclough. *Kawruh: Journal of Language Education, Literature and Local Culture*, 7(2), 117-128.
- Ardi. 2025. Konsep Kebahagiaan Perspektif Ki Ageng Suryomentaram di Era Modern. Unpublished Undergraduate Thesis. Palu: Universitas Islam Negeri (UIN) Datokarama Palu.
- Asbanu, N.R., & Iswanto. 2020. Perubahan peran sosial dan kehilangan makna hidup: Analisis antropologi budaya terhadap bunuh diri di era globalisasi. *Matheteuo*, Vol. 1(1): 25–36. <http://ejournal.staknkupang.ac.id/ojs/index.php/teuo>
- Baskoro, G. 2023. From VUCA to BANI: A Challenge of Strategic Environment for Higher Education in Indonesia. In G. W. Bhawika et al. (Eds.), IConBEM 2022, AEBMR 249 (pp. 229–235). Atlantis Press. https://doi.org/10.2991/978-94-6463-216-3_18
- Bhilawa, L. (2024). Skeptisisme Profesional Auditor dari Sudut Pandang Filsafat Jawa “Ojo Dumeh, Eling lan Waspodo”. *Akuntansi: Jurnal Akuntansi Integratif*, 10(1), 45-54.
- Budiantoro, B. & Martono, B.A. 2023. Penerapan Teknologi IoT sebagai Strategi Menghadapi Era BANI. Prosiding Manajerial dan Kewirausahaan VII: Call for Papers dan Seminar “Management and Technology as Strategies for Developing Business Innovation in the BANI Era”, 24 November 2023. Jakarta: LP2M Universitas IPWIJA.
- Fitriani, S. G. (2024). *Penerapan Islamic Logotherapy untuk Mengurangi Kecemasan Generasi Sandwich di Kampung Dakwah Srisawahan Kecamatan Punggur Kabupaten Lampung Tengah*.
- Frankl, V. E. (1985). *Man's Search For Meaning*. Simon & Schuster.
- Haryono, T. (2014). Serat Kalatidha: A Javanese philosophical text in modern context. Dalam A. Setiawan (Ed.), Indonesian philosophy and culture (hlm. 55–72). Springer. https://doi.org/10.1007/978-1-4939-0308-5_4
- Keles, B., McCrae, N., & Grealish, A. (2020). A systematic review: the influence of social media on depression, anxiety and psychological distress in adolescents. *International journal of adolescence and youth*, 25(1), 79-93.
- Keles, B., McCrae, N., & Grealish, A. 2020. A systematic review: The influence of social media on depression, anxiety and psychological distress in adolescents. *International Journal of Adolescence and Youth*, 25(1): 79–93. <https://www.tandfonline.com/toc/rady20/25/1>
- Khoirudin, A. (2021). *Menemukan makna hidup*. CV Jejak (Jejak Publisher).
- King, L. A., & Hicks, J. A. (2021). The science of meaning in life. *Annual review of psychology*, 72(1), 561-584.
- Kurniawan, M. R. N., Dharen, H., Rajibah, S., & Syarief, A. 2023. Globalisasi: Krisis identitas dan bela negara pada generasi muda. *Jurnal Arjuna: Publikasi Ilmu Pendidikan, Bahasa dan Matematika*, 2(1): 221–230. <https://doi.org/10.61132/arjuna.v2i1.494>
- Lues, E., & Nonci, N. 2022. Motif sosial tindakan bunuh diri (studi terhadap kasus bunuh diri remaja di Kabupaten Manggarai). *Jurnal Sosial dan Humaniora*, 2(2): 57–61



Sabtu, 20 Desember 2025 Via Zoom

SENJA KKN #6 +PRO SIDING

Seminar Nasional Dalam Jaringan: Kewilayahan Nusantara

Membangun Resiliensi dan Makna Kemanusiaan di Era BANI melalui Integrasi Kompetensi Profesional, Kearifan Lokal, dan AI



Terindeks:



ISSN 2810-0239

772810 023005

Scope & Focus Prosiding

1. Bimbingan dan Konseling Multikultural
2. Best Practice Kearifan Lokal untuk Peningkatan Isu Kesehatan Mental
3. Integrasi Kearifan Lokal dengan Layanan BK
4. Best Practice 7 Jurus Hebat BK
5. Peningkatan Permasalahan Generasi Z (Pribadi-sosial, Akademik & Karir)
6. Asesmen, Evaluasi & Manajemen Layanan BK
7. Peningkatan Nasionalisme dan Kebhinekaan Generasi Z
8. Character Building Berbasis Kearifan Lokal
9. Media dan Inovasi Bermuatan Kearifan Lokal

- Mahmudi, & Zaidah. (2012). *Nilai moral dalam Serat Kalatidha karya Ranggawarsita*. *Jurnal Pendidikan Bahasa dan Sastra*, 12, 45–56. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnalpendidikanbahasadanSastara/article/view/2012>
- Mahmudi, & Zaidah. (2012). *Nilai moral dalam Serat Kalatidha karya Ranggawarsita*. *Jurnal Pendidikan Bahasa dan Sastra*, 12, 45–56. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnalpendidikanbahasadanSastara/article/view/2012>
- Marsono, . (2019). *Ajaran Moralitas Dalam Serat Kalatidha: Perspektif Pendidikan Agama Hindu*. *Jayapangus Press Books*, i–95. Retrieved from <http://book.penerbit.org/index.php/JPB/article/view/162>
- Ma'ruf, M. G. (2019). Hubungan Konsep Diri dan Self Control dengan Kebermaknaan Hidup. *Indonesian Psychological Research*, 1(1), 11–24.
- Matilda, A. M., Wulandari, B. P. A. I., & Darmanto, D. (2025). UNDERSTANDING GEN Z'S MENTAL HEALTH CHALLENGES. *PHENOMENON: Multidisciplinary Journal Of Sciences and Research*, 3(01), 38–52.
- Musman, A. (2021). *Belajar Bijak Ala Orang Jawa: Anak Hebat Indonesia*.
- Najmi, A., & Fattah, A. 2025. Implementasi pemanfaatan teknologi dalam pendidikan formal di pesantren (studi kasus di SMP Mathlaul Ulum Tambuko Sumenep). *As-Sulthan Journal of Education*, 1(4): 816–822. <https://journal.as-sulthan.ac.id/index.php/education>
- Najmi, A., & Ismail, I. (2025). Eksplorasi Makna Hidup Anak Gen Z di Era Digital. *Abdurrauf Journal of Education and Islamic Studies*, 2(1), 25–35.
- Nanda Maya. (2021). Kontribusi literasi kesehatan mental dan persepsi stigma publik terhadap sikap mencari bantuan profesional psikologi. *Gadjah Mada Journal of Psychology*, 7(1), 22–32. <https://jurnal.ugm.ac.id/gamajop/article/viewFile/58470/pdf>
- Nugroho, S. S. (2019). *Wedaring Laku Memayu Hayuning Bawana*. Uwais Inspirasi Indonesia.
- Nurdin, M. (2021, September). Meraih meaningful life: perspektif psikologi positif dan tasawuf positif. In *Proceeding of Conference on Strengthening Islamic Studies in The Digital Era* (Vol. 1, No. 1, pp. 386–401).
- Purnama, D. A. (2021). *Pembaruan Logoterapi Viktor Frankl: Pencarian Makna Hidup Melalui Interpretasi Hemeneutika Naratif Restoratif*. PT Kanisius.
- Ranggawarsita, R. N. (n.d.). *Serat Kalatidha*. Wikisource. https://wikisource.org/wiki/Jv/Serat_Kalatidha
- RMOL. (2025, Oktober 23). Prof. Brian Yulianto perlu tegaskan aspek legal dan kelembagaan. RMOL Publika. <https://rmol.id/publika/read/2025/10/23/684215/prof-brian-yulianto-perlu-tegaskan-aspek-legal-dan-kelembagaan>
- Routledge, C., Fiorito, T. A., & Routledge, C. 2021. Why meaning in life matters for societal flourishing. *Frontiers in Psychology*, 11: 2020–2022. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.601899>
- Salun, M., & Zaslavskaya, K. (2024). *Strategies for Resilience in a Dynamic World: from VUCA to BANI*.



- Setyabudianto. (2025, April 11). *Menyelami era BANI: Brittle, anxious, non-linear*, *incomprehensible*.
<https://www.setyobudianto.com/2025/04/menyelami-era-bani-brittle-anxious-non.html>
- Setyabudianto. (2025, April 11). *Menyelami era BANI: Brittle, anxious, non-linear*, *incomprehensible*.
<https://www.setyobudianto.com/2025/04/menyelami-era-bani-brittle-anxious-non.html>
- Sumanto. (2020). *Kajian psikologis kebermaknaan hidup*. Buletin Psikologi, Universitas Gadjah Mada.
<https://jurnal.ugm.ac.id/buletinpsikologi/article/download/7490/5824>
- Sumanto. (2020). *Kajian psikologis kebermaknaan hidup*. Buletin Psikologi, Universitas Gadjah Mada.
<https://jurnal.ugm.ac.id/buletinpsikologi/article/download/7490/5824>
- Victoriana, E., Manurung, R. T., Azizah, E., Teresa, M., & Gultom, Z. A. (2023). Makna hidup dan subjective well-being mahasiswa. *Humanitas (Jurnal Psikologi)*, 7(2), 225-244.
- Wahyudi, D., Rijal, S., & Silahuddin, S. (2023). Nilai Eco-Theology Serat Kalatidha Karya Raden Ngabehi Ranggawarsita. *Tapis: Jurnal Penelitian Ilmiah*, 7(1), 10–18.
- Wati, N. S. (2025). *Analisis Konsep Makna Hidup dalam Buku “Man’s Search for Meaning” dan Relevansinya dengan Konseling Islam*. UIN Palopo
- Williams, A. (2020). Twenge, JM (2017). *iGen: Why Today's Super-Connected Kids Are Growing Up Less Rebellious, More Tolerant, Less Happy and Completely Unprepared for Adulthood*. New York, NY: Atria. ISBN: 978-1-5011-5201-6 paperback. 342 pp.
- Yulianto, M. E., Kuswanjono, A., & Utomo, A. H. (2025). Serat Kalatidha Sebagai Kritik Ronggowarsito Terhadap Paradigma Relativisme. *Ganaya: Jurnal Ilmu Sosial dan Humaniora*, 8(1), 306-323.
- Yuliarto, B. (2025). Kebijakan hilirisasi riset untuk menjawab tantangan masyarakat. RMOL Publika.
<https://rmol.id/publika/read/2025/10/23/684215/prof-brian-yuliarto-perlu-tegaskan-aspek-legal-dan-kelembagaan>



Sabtu, 20 Desember 2025 Via  Zoom

SENJA KKN #6 **+PRO SIDING**

Seminar Nasional Dalam Jaringan: Koneksi Kearifan Nusantara

Membangun Resiliensi dan Makna Kemanusiaan di Era BANI melalui Integrasi Kompetensi Professional, Kearifan Lokal, dan AI



Terindeks:



ISSN 2810-0239



Scope & Focus Prosiding

1. Bimbingan dan Konseling Multikultural
2. Best Practice Kearifan Lokal untuk Penanganan Isu Kesehatan Mental
3. Integrasi Kearifan Lokal dengan Layanan BK
4. Best Practice 7 Jurus Hebat BK
5. Penanganan Permasalahan Generasi Z (Pribadi-sosial, Akademik & Karir)
6. Asesmen, Evaluasi & Manajemen Layanan BK
7. Peningkatan Nasionalisme dan Kebhinekaan Generasi Z
8. Character Building Berbasis Kearifan Lokal
9. Media dan Inovasi Bermuatan Kearifan Lokal