

**KONSEP PERSUJUDAN PENGHAYAT
KEPERCAYAAN *SAPTA DHARMA* DALAM
MENCAPAI KONDISI *SATRIO UTOMO***

SKRIPSI



Oleh:

M. Naufal Firosa Ahda

NIM. 16410187

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM
MALANG
2020**

**KONSEP PERSUJUDAN PENGHAYAT KEPERCAYAAN SAPTA
DHARMA DALAM MENCAPAI KONDISI SATRIO UTOMO**

SKRIPSI

Diajukan kepada:

Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim
Malang untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam memperoleh

Gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)

Oleh:

M. Naufal Firosa Ahda

NIM. 16410187

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM
MALANG
2020**

**KONSEP PERSUJUDAN PENGHAYAT KEPERCAYAAN *SAPTA*
DHARMA DALAM MENCAPAI KONDISI *SATRIO UTOMO***

SKRIPSI

Oleh:

M. Naufal Firosa Ahda

NIM. 16410187

Telah disetujui oleh:

Dosen Pembimbing

Tanggal: 2... November... 2020



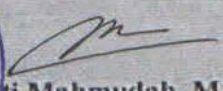
Yusuf Ratu Agung, MA

NIP. 19801020 201503 1 002

Mengetahui:

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang



Dr. Siti Mahmudah, M.Si

NIP. 19671029 1994 03 20001

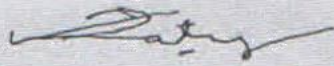
KONSEP PERSUJUDAN PENGHAYAT KEPERCAYAAN *SAPTA*
DHARMA DALAM MENCAPAI KONDISI *SATRIO UTOMO*

SKRIPSI

Telah Dipertahankan Di Depan Dewan Penguji

Susunan Dewan Penguji

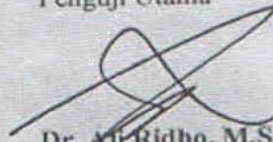
Dewan Pembimbing Skripsi



Yusuf Ratu Agung, MA
NIP. 19801020 201503 1 002

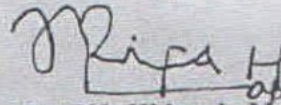
Anggota Penguji Lain

Penguji Utama



Dr. Ali Ridho, M.Si
NIP. 19780429 200604 1 001

Ketua Penguji



Dr. Rifa Hidayah, M.Si
NIP. 19761128 200212 2 001

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu pernyataan untuk memperoleh gelar
Sarjana Psikologi Pada Tanggal 30 November 2020

Mengetahui:

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang



Dr. Siti Mahmudah, M.Si

NIP. 19671029 1994 03 20001

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : M. Naufal Firosa Ahda

NIM : 16410187

Fakultas : Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi yang berjudul *KONSEP PERSUJUDAN PENGHAYAT KEPERCAYAAN SAPTA DHARMA DALAM MENCAPAI KONDISI SATRIO UTOMO* adalah benar merupakan karya sendiri dan tidak melakukan tindak plagiat dalam penyusunan skripsi tersebut. Adapun kutipan-kutipan yang ada dalam penyusunan skripsi ini telah saya cantumkan sumber pengutipannya dalam daftar pustaka. Saya bersedia untuk melakukan proses sebagaimana mestinya sesuai undang-undang jika ternyata skripsi ini secara prinsip merupakan plagiat karya orang lain dan bukan merupakan tanggung jawab Dosen Pembimbing ataupun Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan dapat digunakan dengan sebaik-baiknya.

Malang, 22 Oktober 2020

Penulis,



M. Naufal Firosa Ahda

NIM. 16410187

MOTTO

“Urip Gawe Sinau, Lan Sinau Gawe Urip ”

~hidup untuk belajar dan belajar untuk hidup~

PERSEMBAHAN

Kepada Tuhan yang Maha Esa yang senantiasa melimpahkan nikmat kasih sayang
pada seluruh alam semesta

Ibu, Ayah, dan seluruh keluarga yang selalu memberikan *support*, perjuangan, dan
doanya untuk meraih segala cita-cita.

Kepada Dosen pembimbing Bapak Yusuf Ratu Agung, MA yang dengan sabar,
ikhlas dalam membimbing dan mendidik

Dan tak lupa kepada semuanya yang belum bisa disebutkan satu persatu yang
memberikan sumbangsih dalam bentuk apapun

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Puja dan puji syukur saya haturkan kepada Allah Swt yang telah memberikan nikmat serta karunianya, sehingga kita masih bisa menghirup oksigen di muka bumi ini untuk terus berusaha menjadi makhluk yang bermanfaat bagi lingkungan sekitar. Shalawat serta salam, semoga tetap tercuruhkan kepada junjungan Nabi besar Muhammad saw, karena beliau-lah yang telah membimbing umat manusia dari kegelapan dan kebodohan menuju jalan yang terang benderang seperti yang saat ini dapat kita rasakan.

Karya yang tidak sempurna ini tidak akan pernah sampai pada titik penyelesaian tanpa *support* dari pihak-pihak yang bersangkutan. Oleh karena itu, dengan penuh kerendahan hati, saya selaku peneliti mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Dr. Abdul Haris, M.Ag selaku rektor universitas Islam negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
2. Dr. Siti Mahmudah, M.Si. selaku dekan Fakultas Psikologi Universitas islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
3. M. Jamaluddin Ma'mun, M.Si. selaku ketua jurusan psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
4. Yusuf Ratu Agung, M.A. selaku dosen pembimbing skripsi dan guru yang tak pernah kehilangan rasa sabar serta keikhlasanya dalam mendidik dan membimbing, terima kasih telah membimbing dari awal hingga akhir.

5. Dr. Ali Ridho, Msi. Selalu dosen wali dan guru yang selalu menyempatkan waktunya dalam mendidik dan mendampingi kami selama ini.
6. Segenap sivitas akademika Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, dan seluruh dosen yang telah sudi berbagi ilmu.
7. Kedua orang tua, Ibu dan Ayah yang selalu mendukung impian anak-anaknya.
8. Adik Rachel yang menjadi penyemangat.
9. Keluarga besar Bani Amin
10. Keluarga besar Bani Arfat
11. Dan seluruh makhluk alam semesta baik yang secara langsung turut andil dalam proses tugas akhir maupun yang turut andil secara tidak langsung.

Malang, 22 Oktober 2020

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
.....	ii
.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN	iv
HALAMAN MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR POLA	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
ABSTRAK	xiv
BAB I : PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	13
C. Tujuan Penelitian.....	13
D. Manfaat Penelitian.....	13
1. Manfaat Teoritis	13
2. Manfaat Praktis	13
BAB II : TINJAUAN PUSTAKA	15
A. Persujudan	15
1. Definisi Persujudan	15
2. Tujuan dan Manfaat Persujudan.....	17
B. <i>Satrio Utomo</i>	19
1. Definisi <i>Satrio Utomo</i>	19
2. Aspek <i>Satrio Utomo</i>	26
3. Faktor <i>Satrio Utomo</i>	30
BAB III : METODE PENELITIAN	32
A. Jenis Penelitian	34
B. Jenis Pendekatan	34
C. Metode Penelitian.....	36
D. Pengambilan Subjek.....	38
E. Sumber data.....	40
1. Data Primer	40
2. Data Sekunder	40
F. Analisis Data	40
1. <i>Coding</i>	41
2. Klasifikasi Data	42
3. Eksplorasi	42

4. Kesimpulan dan Verifikasi	42
BAB IV : HASIL DAN PEMBAHASAN	44
A. Pelaksanaan Penelitian	44
B. Temuan Lapangan	50
1. Subyek 1	52
a. Profil Subyek	52
b. Gambaran Konsep Persujudan.....	52
c. Gambaran Efek Persujudan	103
2. Subyek 2	103
a. Profil Subyek	103
b. Gambaran Konsep Persujudan.....	104
c. Gambaran Efek Persujudan	130
3. Gambaran Proses Mencapai <i>Satrio Utomo</i>	143
C. Pembahasan	152
1. Profil Subyek	152
2. Gambaran Konsep Persujudan	155
3. Gambaran Efek Persujudan	180
4. Gambaran Proses Mencapai <i>Satrio Utomo</i>	203
BAB V : KESIMPULAN DAN SARAN.....	211
A. Kesimpulan	211
B. Saran	216
DAFTAR PUSTAKA	217
LAMPIRAN-LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Display Data <i>Meditation</i>	50
Tabel 4.2 Display Data <i>Mindfulness</i>	51

DAFTAR POLA

Gambar 4.1 Pola Efek Persujudan.....	202
Gambar 4.2 Pola Proses Mencapai <i>Satrio Utomo</i>	210

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Panduan Wawancara.....	220
Lampiran 2 Kategorisasi.....	222
Lampiran 3 Dimensi.....	237
Lampiran 4 Dokumentasi.....	355

ABSTRAK

M. Naufal Firosa Ahda, 16410187, Konsep Persujudan Penghayat Kepercayaan *Sapta Dharma* Dalam Mencapai Kondisi *Satrio Utomo*, *Skripsi*, Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, 2020

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui konsep meditasi didalam ajaran *Sapta Dharma*, serta untuk memahami bagaimana efek dan proses dalam mencapai keadaan *Satrio Utomo*. Penelitian menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan Fenomenologi. Subyek pada penelitian ini berjumlah dua orang yang saat ini sedang mendalami aktivitas persujudan (meditasi). Teknik pengumpulan data melalui wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa persujudan dalam ajaran *Sapta Dharma* memiliki beberapa konsep yang mengandung unsur filosofis. Selain itu efek yang ditimbulkan pada kedua subjek ketika mendalami persujudan memberikan efek secara psikologis. Efek psikologis yang dirasakan kedua subjek pada umumnya menunjukkan bahwa memiliki keadaan *mindfulness* setelah mendalami meditasi, namun pada subjek 1 ada beberapa hal psikologis seperti tidak timbulnya kemampuan yang muncul pada dirinya. Dalam mencapai tingkatan *Satrio Utomo* pada umumnya harus melalui beberapa tahapan yang harus dilalui oleh para pelaku persujudan. Tahapan tersebut memiliki kemiripan seperti didalam konsep persujudan antara lain mampu mengendalikan sebelas saudara (nafsu), mampu memahami diri sendiri, *berdharma*, *welas asih*, memiliki *kawaskitaan*, *bijaksana*, *racut*, serta dikehendaki oleh yang maha kuasa.

Kata Kunci: Persujudan, Efek, *Satrio Utomo*

ABSTRACT

M. Naufal Firosa Ahda, 16410187, The Concept of Embodiment of *Sapta Dharma* Belief for Achieving Satrio Utomo Condition, Thesis, Faculty of Psychology, UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, 2020

This study aims to see the concept of meditation in the teachings of Sapta Dharma, and to understand how the effects and processes are in achieving a state of *Satrio Utomo*. This research uses qualitative research methods with a phenomenological approach. The subjects in this study are two people who are currently deepening meditation activities. Technique data through interviews, observation, and documentation. The results showed that the manifestations in the Sapta Dharma teachings had several philosophical concepts. In addition, the effect on the two subjects when studying incarnation has a psychological effect. The psychological effect felt by the second subject generally shows that he has a state after deepening meditation, but in subject 1 there are several psychological things such as the absence of abilities that arise in him. In reaching the Satrio Utomo level, in general, there are several stages that must be passed by the embodiment actors. These stages have similarities as in the concept of manifestation, among others, being able to control eleven brothers (lust), being able to understand oneself, dharma, compassion, possessing clairvoyance, being wise, racut, and being desired by the Almighty.

Keywords: Embodiment, Effect, *Satrio Utomo*

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Negara Indonesia merupakan negara yang memiliki jumlah populasi penduduk terbanyak di dunia dengan menempati urutan ke-4 dengan total 268.074.600 juta jiwa (wikipedia, 2019). Jumlah populasi di Indonesia sendiri lebih banyak berada di pulau Jawa dengan jumlah penduduk 150,4 juta jiwa (databooks.id) dengan jumlah populasi tersebut, pulau Jawa merupakan pulau yang memiliki jumlah paling banyak dibandingkan dengan pulau-pulau lainnya. Hal ini juga memunculkan demografi kependudukan yang juga memiliki berbagai macam latar budaya, etnis, suku, keyakinan, agama, perkonomian, tingkat sosial, dan pendidikan. Adanya hal-hal semacam tersebut tentunya tidak dapat dipungkiri lagi karena dimana pulau Jawa sendiri merupakan pulau yang paling banyak memiliki jumlah populasi di Indonesia yang berasal dari berbagai daerah di Nusantara. Alasan mengapa pulau Jawa merupakan pulau yang memiliki kepadatan penduduk paling tinggi dikarenakan adanya beberapa faktor yang dianggap sebagai penjelasan mengapa pulau Jawa merupakan pulau yang paling banyak populasinya. Faktor yang seringkali menjadi sebuah alasan umum adalah karena pulau Jawa merupakan tempat berjalannya pusat kegiatan perekonomian, infrastruktur yang memadai, pendidikan yang baik, dan tempat yang tanahnya bisa dikatakan subur. Salah satu faktor yang paling vital adalah

perekonomian, dimana perekonomian sendiri merupakan hal yang paling penting bagi masyarakat manusia secara umum. Hal ini dikarenakan perekonomian sendiri merupakan hal yang paling mendasar dalam menunjang berlangsungnya kehidupan seseorang beserta keluarganya. Hal-hal seperti diatas inilah yang melatarbelakangi mengapa pulau Jawa merupakan pulau yang memiliki kepadatan penduduk yang jauh lebih tinggi dibandingkan dengan pulau-pulau lainnya yang ada di Indonesia (Inggar, Kompasiana.com)

Selebihnya daripada itu, hal tersebut secara garis besar juga masih menyisahkan persoalan yang secara umum seringkali terjadi di tengah-tengah masyarakat. Persoalan-persoalan yang paling umum terjadi yaitu adanya sebuah konflik horizontal yang terjadi karena adanya gesekan yang di latarbelakangi oleh sebuah perbedaan yang ada di tengah masyarakat. Perbedaan-perbedaan yang kerap kali menjadi isu sensitif dalam ranah ini adalah soal perbedaan keyakinan ataupun hal lain yang mengenai identitas individu itu sendiri. Beberapa segelintir orang mengambil tindakan reaktif atas perbedaan tersebut tetapi juga ada yang secara *responsibility* dalam menyikapi sebuah perbedaan. Dalam hal kehidupan keberagamaan sendiri seringkali ditemukan hal-hal sedemikian rupa yang menjadi sebuah hal yang biasa tetapi juga memiliki imbas yang cukup besar bagi kemajuan SDM itu sendiri. contoh fenomena yang memiliki intensitas tinggi seperti pada saat mendekati perayaan hari raya sebuah agama atau dalam perbedaan pilihan politik. ketika dalam ranah kehidupan keberagamaan munculah sebuah perbedaan dalam berfatwa atau sebuah himbauan yang mana ada yang secara

gambang memperbolehkan dalam memberikan ucapan selamat pada umat agama lain yang merayakan, namun di sisi lain juga ada yang melarang dengan tegas untuk tidak mengucapkan ucapan selamat tersebut pada agama lain yang di luar dari agamanya. Hal-hal semacam itu tidak muncul secara kebetulan tetapi dikarenakan adanya keputusan yang diawali oleh sebuah *ijtihad* para pemuka agama yang merujuk pada konteks teks atau konsensus secara umum bagi kalangan tersebut. Dari adanya sebuah perbedaan tersebut, maka disana timbulah sebuah konflik yang mana hal ini disebabkan oleh sebuah keyakinan yang mutlak atas apa yang mereka pegang masing-masing. Sejatinya hal tersebut juga memiliki dampak bagi individu baik dari segi mental maupun psikis, dalam segi mental sendiri adanya sebuah konflik yang dipicu oleh hal-hal sensitif semacam itu membuat seorang individu seolah-olah merasa memiliki eksistensi akan dirinya tetapi secara nyatanya individu tersebut kehilangan makna akan jati dirinya dikarenakan mengikuti sosok individu yang dianggapnya memiliki *power* dan *authority* di lingkungannya. Disamping itu dari segi psikis, permasalahan seperti membuat seorang individu memiliki rasa khawatir atau cemas akan apa yang akan dilakukannya dikarenakan individu memiliki rasa takut apabila apa yang dilakukannya merupakan suatu hal yang tidak disetujui oleh kalangan di sekitarnya.

Isu lain dalam ranah politik yang kerap kali muncul di tengah-tengah masyarakat adalah mengenai tentang perbedaan pilihan pasangan calon presiden dan wakil presiden yang terjadi pada pertengahan tahun 2019. Dimana perbedaan dalam pilihan pasangan capres dan cawapres kerap kali

dibenturkan dengan sesuatu hal lain yang memang di Indonesia merupakan hal yang sangat sensitif dan kerap kali menimbulkan pertikaian. seperti halnya pada saat sebelum dan sesudah pemilu 2019 diadakan, ketika antara kubu satu dengan kubu seberang saling melontarkan narasi-narasi yang diangkat di tengah-tengah publik, yang mana di dalam narasi tersebut memuat suatu konten yang isinya mengenai agama, etnis, suku, politik identitas maupun hal-hal lain yang dapat memicu adanya konflik diantara mereka. Seperti contoh, ketika ada kubu yang mengangkat soal agama dan toleransi kemudian mengklaim diri mereka yang seakan-akan paling Pancasila dan paling toleransi, sedangkan kubu sebelah mengangkat soal kewajiban agama yang mengklaim bahwa kelompok mereka yang sangat dekat dengan Tuhan, sehingga menggunakan narasi-narasi yang dipadukan dengan mengambil beberapa teks ayat suci yang mana digunakan untuk memperkuat argumentasi dan mendongkrak suara-suara masyarakat dalam pemilu.

 Seperti contoh sebuah peristiwa yang ditimbulkan dari adanya ketidakpuasan suatu pendukung atas hasil pemilu yang telah dimumumkan serta disahkan oleh BAWASLU (Badan Pengawas Pemilu) pada tanggal 21-22 Mei 2019, dimana ketika hasil tersebut dianggap sebagai sebuah kesalahan atau kecurangan yang terstruktur, sistematis, dan masif. Sehingga disana timbulah beberapa oknum yang kemudian muncul di tengah masyarakat dan membentuk sebuah opini dan narasi yang bertujuan untuk melakukan serangkaian aksi guna menolak hasil pemilu tersebut. Kerusuhan 21-22 Mei merupakan kerusuhan yang diduga ada beberapa oknum dan aktor dalam

memainkan dan merencanakan kejadian tersebut. tidak hanya berhenti disitu, adanya peristiwa tersebut juga merupakan kejadian yang secara tidak langsung negara Indonesia menjadi sorotan dunia hingga diberitakan di luar negeri. Bahkan dengan adanya peristiwa tersebut juga menimbulkan korban jiwa diantara mereka. Seperti contoh yang memperhatikan bagi kita adalah temuan jenazah seorang anak berinisial RF yang meninggal akibat terkena peluru nyasar yang mengenai pelipis kirinya. Selain itu korban luka-luka juga cukup banyak bermunculan di kalangan peserta aksi serta pihak berwajib (detiknews hari rabu, 22 mei 2019). Hal-hal yang sedemikian rupa tersebut menjelaskan bahwasannya kondisi masyarakat Indonesia terutama di pulau Jawa sendiri masih banyak yang mudah termakan oleh isu-isu atau opini yang dihadirkan di tengah mereka tanpa melalui sebuah uji validasi dan uji keberanan terlebih dahulu, sehingga dengan sendirinya menganggap bahwa opini tersebut merupakan sesuatu yang benar adanya.

Dengan adanya isu seperti contoh diatas, secara tidak langsung membuat banyak orang yang terlibat di dalamnya merasakan dampak yang berimbas bagi dirinya terutama dalam aspek mental dan psikis. Dimana dalam dua aspek tersebut seorang manusia merasa bahwa dirinya apabila tidak mengikuti tradisi atau tren yang berkembang di sekitarnya maka akan memiliki sebuah kecemasan atau kekhawatiran akan eksistensi dirinya yang seakan-akan tidak dianggap ada dan jauh dari kata “benar”. Selain itu, sebuah sabda atau ucapan seseorang yang dianggap memiliki kebenaran di masyarakat secara luas juga membentuk sebuah anggapan bahwa orang

tersebutlah adalah bentuk sebuah *role model* yang tepat untuk diikuti. Dengan adanya sebuah opini sedemikian rupa yang tumbuh dan berkembang di tengah masyarakat, sehingga secara perlahan menjadikan masyarakat mulai kehilangan pegangan atau kendali atas dirinya serta menyerahkan sesuatu hal yang sangat berarti bagi dirinya yaitu akal budi, karena mereka secara garis besar telah mentiadakan untuk sementara hal tersebut dan menolak hal-hal yang justru sejatinya dapat menciptakan sebuah kedamaian dan kerukunan demi kepentingan politik yang hanya berlangsung beberapa saat tetapi berimbas pada jangka waktu yang cukup lama.

Di sisi lain juga terdapat orang yang sejatinya ingin mendapatkan sebuah kebermaknaan dan ketentraman di dalam kehidupannya. Orang-orang tersebut secara bertahap melakukan sebuah proses pencarian terhadap sesuatu yang mereka cari agar mampu mengantarkan mereka pada perasaan kedamaian, penemuan jati diri dan ketentraman yang mana hal-hal tersebut muncul tanpa harus menuruti atau mengikuti orang lain seperti pada contoh kasus sebelumnya. Salah satu metode atau cara yang telah dikenal selama ini adalah Yoga. Yoga sendiri merupakan sebuah metode meditasi yang dipercaya mampu untuk mengantarkan manusia menuju ke jalan kedamaian, selain itu yoga juga disebut sebagai teknik yang tidak hanya menimbulkan efek positif pada mental tetapi juga memiliki dampak positif pada kesehatan jasmani. aktivitas yoga meditasi saat ini sedang banyak digemari oleh banyak kalangan, dan yoga sendiri sudah merambah ke ranah industri yang artinya yoga lambat laun sudah mulai dikomersilkan. Yoga memiliki daya tarik

sendiri bagi para pelakunya, dimana banyak sekali kalangan yang mengatakan bahwa setelah melakukan yoga mereka mendapatkan sesuatu yang dicarinya selama ini. Hal-hal demikian rupa tersebut yang akhirnya yoga menjadi sebuah tren atau sesuatu yang dianggap dapat untuk memenuhi ekspektasi bagi para pelakunya, sehingga yoga di era modern sekarang ini banyak digandrungi oleh berbagai macam kalangan (tirto.id/budwining : 2019).

Pada saat yang sama, di Jawa sendiri ada sebuah kelompok atau aliran kerohanian yang mana mereka juga tampak terlihat seperti biasa-biasa saja dan cenderung damai dalam menanggapi atau merespon peristiwa tersebut. jika dalam bahasa Jawanya sendiri lebih dibahasakan dengan istilah “*adem ayem*” yang mana mereka tampak tidak terlihat cemas, khawatir, atau bahkan memiliki emosi yang bersifat negatif dalam menanggapi seputar fenomena sebelum dan sesudah pemilu tersebut terjadi. kelompok tersebut yang dimaksud adalah kelompok kerohanian yang bernama *Sapta Dharma*, dalam literatur sejarahnya, *Sapta dharma* sendiri merupakan sebuah ajaran yang diterima oleh Panuntutn Agung Sri Gautama yang bernama Hardjosapuro pada tanggal 27 Desember 1952, kemudian ajaran tersebut lambat laun meluas dan sekarang memperoleh izin legalitas dari pemerintah Republik Indonesia.

Sapta Dharma sendiri bukanlah sebuah agama, walaupun dalam beberapa sumber buku dan literatur digital mengenai aliran kepercayaan ada yang mengatakan bahwa *Sapta Dharma* merupakan Agama, akan tetapi dalam realitanya warga *Sapta Dharma* sendiri mengatakan bahwa *Sapta Dharma*

merupakan sebuah kepercayaan atau keyakinan (Kerohanian) yang mana merupakan sebuah ajaran mengenai budi pekerti luhur yang dapat membimbing manusia ke arah hidup yang lebih baik secara jasmani maupun secara spiritual yang tertuang dalam ajaran *Wewara Pitu* atau ajaran tujuh, sehingga dari adanya hal tersebut diharapkan warga *Sapta Dharma* dapat merealisasikan konsep "*Hamemayu Hayuning Bawana*" atau dalam istilah bahasa Indonesianya adalah memperindah keindahan dunia, selain itu dalam *Sapta Dharma* juga memiliki sebuah pepatah yang ada kaitannya dengan hal sebelumnya, pepatah tersebut berbunyi "*Ing ngendi bae, marang sapa bae, warga Sapta Darma kudu suminar pindhha baskara*" artinya dimanapun, kepada siapa saja, warga *Sapta Dharma* harus senantiasa bersinar laksana surya. Selain itu, dengan adanya pengalaman dari aliran kerohanian tersebut warga *Sapta Dharma* rata-rata mendapatkan hasil yang dirasakan sangat jelas. Artinya, warga yang telah mempraktekan ajaran tersebut dapat merasakan efek yang didapatkan dari pengamalan ajaran-ajaran *Sapta Dharma*.

Salah satu efek yang sering dirasa bagi salah satu warga *Sapta Dharma* adalah bahwa mereka setelah mengamalkan dan menerapkan ajaran tersebut merasa bahwa dirinya seperti menemukan sebuah ketenangan dan efek yang positif baik dalam hal jasmani maupun rohani. Kendatipun demikian, hal tersebut juga memiliki efek pada cara pandang warga dalam memandang sebuah fenomena dan peristiwa kehidupan yang berada di sekitar mereka. Seperti halnya salah satu seorang warga *Sapta Dharma* yang ditemui pada beberapa waktu lalu oleh peneliti, dimana peneliti menyempatkan diri untuk

berkunjung ke Sanggar Sapta Dharma yang berada di daerah Lawang sekaligus melakukan pra wawancara singkat seputar Sapta Dharma. disini peneliti melakukan sebuah wawancara dengan salah satu subjek yang berasal dari Sapta Dharma. Subjek merupakan seorang warga Sapta Dharma yang kurang lebih selama 10 tahun telah menjalankan ajaran Sapta Dharma. Subjek sendiri sebelumnya menjelaskan bahwasannya dirinya sudah berkali-kali menganut beberapa keyakinan atau agama yang ada di Nusantara ini, dan untuk saat ini beliau merasa mantap dan cocok dengan ajaran Sapta Dharma karena yang dirasa ajaran tersebut memunculkan efek positif yang bagi baginya sulit dijelaskan secara logika atau hal tersebut bersifat *Transedental*. Subjek menjelaskan awal mula tentang bagaimana dirinya kemudian mengenal dan memutuskan untuk menjalankan dan mengamalkan ajaran-ajaran Sapta Dharma. Dalam beberapa pembicaraan tersebut subjek menjelaskan tentang mengapa ketika terjadinya peristiwa atau fenomena seperti yang dijelaskan sebelumnya, bahwa rata-rata warga Sapta Dharma terlihat seperti biasa aja menyikapinya dan cenderung untuk tidak menghiraukan hal-hal demikian. Secara garis besar, warga Sapta Dharma sendiri memegang teguh sebuah prinsip bahwasannya apabila seorang manusia telah mampu dan paham soal dirinya dan tuhanannya maka tidak akan ada yang namanya menjustifikasi satu sama lain dengan sebutan yang kurang baik, apalagi membenturkan suatu hal dengan sebuah Agama agar terlihat yang paling benar (itv/1).

Selain mengenai hal tersebut, warga Sapta Dharma yang sudah mendapatkan sebuah pencerahan dari tuhan akan merasa bahwa sejatinya di dunia ini tidak ada yang abadi atau kekal. Karena bagi warga Sapta Dharma sendiri manusia berasal dari percikan cahaya (*nur*) dari yang maha esa, sehingga bagaimanapun manusia tidak akan terpisah dari tuhan dan akan selalu menyatu dengan tuhan. Kemudian perasaan yang timbul dari hal tersebut memunculkan sebuah pola perilaku dan mental yang membedakan antara warga Sapta Dharma maupun warga lainnya. hal ini bukan berarti warga Sapta Dharma jauh lebih baik daripada manusia lainnya, tetapi warga Sapta Dharma memiliki sebuah akses mengenai bagaimana seorang individu dapat dan mengolah rasanya agar dapat memuwudkan sebuah harmoni dalam kehidupan di tengah-tengah masyarakat, serta memiliki sebuah kesadaran penuh sebagai seorang manusia sejati yang memiliki rasa dan dituntun oleh rasa.

Kesadaran penuh secara harfiah dapat diartikan merupakan sebuah perasasaan seseorang individu yang mana Menurut pendapat Bishop, *mindfulness* lebih diartikan kepada seorang individu yang memiliki kesadaran secara penuh yang berasal dari adanya representasi dari meningkatnya atau mempertahankan keadaan secara sadar dan memiliki atensi terhadap pengalaman saat ini dan sekarang. Hal tersebut juga berasal dari adanya proses observasi dan pemberian atensi sehingga dapat mengalami perubahan pada pemikiran, perasaan, serta sensasi pada individu tersebut. *mindfulness* merupakan pengalaman yang dapat dikatakan sebagai pengalaman

transedental karena peristiwa atau kondisi ini terjadi antara tubuh dan pikiran. Penerimaan terhadap apapun dalam konsep ini terjadi apabila individu tersebut menitikberatkan pada pemikiran, perasaan, dan sensasi sebagai sesuatu yang hadir dan diterima dalam jalan hidupnya dengan kondisi kesadaran yang utuh (Bishop, 2004). Jika dilacak dari beberapa teks-teks sejarah mengenai manusia yang sudah berada dalam fase ini, maka kita sedikitnya akan menemui beberapa manusia yang secara umum diketahui sebagai manusia yang memiliki kesadaran secara penuh sebagai contoh diantaranya Sidharta Gautama, Musa, Isa, Muhammad, Agustinus, dan Aquinas. Dimana mereka mendapatkan atau mencapai kesadaran penuh yang didapatkan dari aktivitas kontemplasi dan meditasi yang dilakukan selama beberapa waktu, kemudian ketika wahyu atau pencerahan tersebut didapatkan dalam aktivitas tersebut maka dengan sendirinya mereka menjadi seorang manusia yang memiliki kesadaran tersebut yang berimbas dalam kehidupan sehari-harinya, baik dalam perilaku maupun dalam olah rasa mereka. Hal tersebut juga diperkuat oleh ajaran-ajaran mereka yang mengenai kemanusiaan dan kasih sayang (Armstrong, 1993).

Dalam hal untuk mendapatkan kesadaran secara penuh tersebut ada beberapa hal yang ditempu oleh individu agar dapat mencapai posisi yang memiliki kesadaran sedemikian rupa salah satunya melalui sebuah meditasi, hal ini jika ditarik ke dalam penjelasan sebelumnya mengenai ajaran Sapta Dharma, maka hal tersebut lebih menitik beratkan pada proses transedental yang diperoleh melalui sebuah aktivitas yang di dalamnya ada unsur

meditasinya. Aktivitas tersebut di dalam ajaran Sapta Dharma yaitu berupa sujud. Pelatihan Sujud sendiri dalam Sapta Dharma merupakan sebuah cara agar setiap penganutnya dapat mencapai *kawaskithan* (kearifan), dimana para penganutnya melakukan sebuah persujudan selama beberapa waktu dan disertai dengan sebuah doa-doa yang dipanjatkan selama proses persujudan tersebut, sehingga dari adanya aktivitas persujudan tersebut seorang individu diyakini mendapatkan sebuah jalan atau pencerahan yang mana dapat menumbuhkan perasaan aman, tentram, mental yang baik, serta memiliki kesadaran secara penuh dalam menyikapi dan menjalani kehidupan.

Berdasarkan dari pemaparan diatas, dari sana peneliti tertarik dengan fenomena-fenomena tersebut dan menimbulkan beberapa pertanyaan yang mana nantinya akan menjadi sebuah dasar pondasi bagi peneliti untuk melakukan penelitian. Salah-satu yang menarik bagi peneliti adalah tentang bagaimana ajaran tersebut dapat merasuk dalam sanubari penganutnya serta bagaimana konsep yang di ada di dalam ajaran tersebut, serta mengapa implementasinya di dalam kehidupan sehari-hari dapat dilihat secara kongkrit. Selain itu, urgensi dari penelitian ini adalah bahwa teknik meditasi merupakan suatu cara yang memiliki kearifan lokal dimana sejak dahulu memiliki fungsi yakni salah satunya dalam mereduksi atau mengatasi suatu permasalahan yang erat kaitannya dengan aspek psikologis. Dengan demikian, dengan adanya penelitian ini diharapkan mampu untuk memperluas wawasan dan khasana pemahaman mengenai seluk-beluk meditasi dalam persujudan Sapta Dharma beserta manfaat yang ada di dalamnya.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana konsep persujudan dalam ajaran Sapta Dharma ?
2. Apa efek secara psikologis yang ditimbulkan pada saat dan setelah melakukan aktivitas persujudan ?
3. Bagaimana proses meditasi membuat individu mencapai *Satrio Utomo* ?

C. Tujuan Masalah

1. Memahami bagaimana konsep persujudan dalam ajaran Sapta Dharma.
2. Mengetahui efek psikologis apa saja yang ditimbulkan pada pelaku persujudan.
3. Untuk mengetahui bagaimana proses persujudan dapat membuat individu mencapai *Satrio Utomo*.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Manfaat dari penelitian secara teoritis diharapkan mampu untuk mengeksplorasi dan menambah pengetahuan yang berkaitan dengan meditasi/persujudan dalam ajaran tersebut secara mendalam maupun komprehensif. sehingga dari adanya penelitian ini dapat memunculkan pengetahuan dan pemahaman mengenai meditasi dalam pengaruhnya secara psikologis.

2. Manfaat Praktis

Manfaat secara praktis diharapkan pengetahuan mengenai meditasi tersebut mampu untuk diaplikasikan dalam realita kehidupan masyarakat, baik sebagai psikoterapi dalam mengatasi berbagai permasalahan secara psikologis, fisik, maupun sebagai alat dalam meningkatkan spiritual.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. . Persujudan

1. Definisi Persujudan

Kata “Persujudan” merupakan bentuk jamak dari kata “sujud”. Sujud sendiri dalam kamus besar bahasa Indonesia memiliki definisi sebuah aktivitas berlutut serta meletakkan dahi ke lantai, selain itu sujud juga memiliki pengertian sebagai bentuk pernyataan hormat. apabila ditarik dalam konteks aktivitas keagamaan, maka persujudan akan masuk kedalam ritual ibadah seperti yang ada didalam agama-agama tertentu seperti *Sapta Dharma*. Persujudan sendiri juga memiliki arti lain sebagai sebuah aktivitas ibadah, kontemplasi, maupun meditasi. Pada ajaran *Sapta Dharma* persujudan merupakan sebuah aktivitas dalam menghubungkan diri sejati dengan yang maha kuasa, yang mana persujudan merupakan sebuah proses *ngeining* atau yang dalam bahasa *sanskirt* nya disebut dengan *Samadhi*. Secara garis besar persujudan memiliki kemiripan dengan aktivitas yang biasa dikenal secara luas yang tidak lain yaitu meditasi. Meditasi sendiri secara umum memiliki aspek-aspek yang sama dengan persujudan, diantara kesamaan tersebut akan dapat dilihat dari aspek spiritual, atensi, kontemplasi, regulasi diri, serta memberikan efek secara psikis bagi para pelakunya. Meditasi juga memiliki

arus yang sama halnya dengan persujudan yakni menitik beratkan pada unsur kontemplatif/perenungan, meskipun dalam ajaran *Sapta Dharma* sendiri persujudan lebih diartikan sebagai proses peribadatan tetapi pada hakikatnya memiliki sebuah tujuan atau arah yang sama dengan aktivitas meditasi.

Dalam kamus psikologi, meditasi berasal dari bahasa Inggris “*meditation*” yang memiliki arti bahwasannya salah satu upaya berkelanjutan pada kegiatan berfikir, pada umumnya hal ini semacam kontemplasi (perenungan, pemaknaan, dan pertimbangan secara religius) meditasi juga memiliki definisi bahwa refleksi mengenai hubungan antara orang yang tengah bersemedi dengan tuhan (Chaplin, 2001:294). Praktik meditasi sendiri sebenarnya telah dikenal di setiap bangsa atau budaya sejak zaman dulu hingga sekarang. mulai dari bangsa-bangsa besar seperti Mesir kuno, Romawi, Cina, Jepang, India, sampai pada suku bangsa di Afrika, suku Indian di Amerika maupun suku Aborigin di Australia. Demikian juga orang Eskimo kontemporer telah mengenal teknik-teknik meditasi juga (Ornstein, 1985).

Secara harfiah meditasi adalah kegiatan mengunyah-unyah atau memutar-balik dalam konteks pikiran, memikirkan, dan merenungkan. Meditasi memiliki definisi yaitu kegiatan mental yang terstruktur, dilakukan dalam kurun waktu tertentu, yang bertujuan untuk menganalisis, mengambil kesimpulan, serta membuat langkah-langkah lebih dalam untuk menentukan suatu tindakan dan penyelesaian permasalahan dalam kehidupan (Hardjana, 2003).

Walsh (1983) menjelaskan bahwa meditasi sendiri adalah teknik atau metode latihan yang digunakan untuk melatih perhatian untuk dapat meningkatkan taraf kesadaran, yang mana selanjutnya dapat membahas proses-proses mental dapat lebih terkontrol secara sadar. Ornstein (1986) mengemukakan bahwa esensi dari meditasi sendiri adalah usaha untuk membatasi kesadaran pada satu objek stimulasi yang tidak berubah pada waktu tertentu. Sedangkan Maupin (dalam Tart, 1969) menjelaskan bahwasannya meditasi merupakan teknik latihan dalam mengembangkan dunia internal atau dunia batin seseorang, sehingga dari adanya meditasi tersebut seseorang memiliki kekayaan akan makna hidup.

Meditasi merupakan kumpulan atau memusatkan pada objek tertentu. Meditasi sendiri dikenal sebagai disiplin spiritual terhadap latihan-latihan fisik selama beribu-ribu tahun yang lalu. Meditasi juga merupakan sejenis konsentrasi yang langsung berfokus pada pencapaian dalam rana supra kesadaran, meditasi sendiri juga dapat dikatakan sebagai *samadhi*, *tapa*, atau *tapabrata* (Keene, 2006:33). Meditasi secara umum lebih dikenal sebagai bagian dari rana spiritual berbagai agama besar yang ada saat ini, meskipun konsep dan namanya terkadang berbeda.

Meditasi dalam konsep agama berarti menggunakan pikiran secara konsisten untuk merenungkan suatu hal yang memiliki kebenaran, misteri atau objek penghormatan (*Ta'zim*) yang sifatnya keagamaan sebagai latihan dari ibadah (Behbenai, 2003:25-26).

2. Tujuan dan Manfaat Persujudan

Secara umum tujuan melakukan meditasi/persujudan cukup beragam. Dalam tradisi keagamaan tertentu, meditasi dilaksanakan sebagai upaya untuk meningkatkan kehidupan spiritual, mendekatkan diri pada tuhan atau mencapai kesadaran mistik atau penyatuan mistik-transendental dengan tuhan. Dalam sudut pandang psikologi ada 2 tujuan akhir dari praktek meditasi, yaitu pertama agar seseorang dapat memiliki perkembangan *Insight* tentang kesadaran, identitas, dan realitas. Kedua, agar seseorang memperoleh kesejahteraan psikologi dan kesadaran yang optimal. Selain tujuan akhir itu Walsh juga mengatakan bahwa banyak orang yang melakukan meditasi untuk mencapai tujuan-tujuan sementara, misalnya tujuan psikoterapi dan keuntungan psikofisologis yang lain (Walsh, 1983). Banyak orang diseluruh dunia, tak pandang agama apapun yang mulai menyadari manfaat yang diperoleh dari latihan meditasi. Tujuan langsung dari meditasi ialah untuk melatih pikiran dan menggunakannya secara efektif dan efisien dalam kehidupan sehari-hari. Sedangkan tujuan akhir dari meditasi ialah untuk terbebas dari roda *samsara* siklus kelahiran serta kematian. Meskipun meditasi bukan sesuatu yang mudah, namun manfaat positifnya dapat dirasakan jika seseorang berlatih dengan serius dalam bermeditasi (Kirinde, 2003:11).

Dalam menjalankan meditasi sendiri. Terdapat tujuan yang ingin dicapai seseorang, secara umum tujuan dalam melakukan meditasi adalah :

1. Mencari makna hidup, yakni dengan melakukan meditasi setiap orang akan dapat merenungkan proses kehidupan. Dalam hal ini, bagi sebagian orang dirasakan berat untuk diraih. Oleh karena itu meditasi harus dilakukan secara terus menerus dan dengan penuh kesungguhan. Hal ini diarahkan untuk menjawab rasa dan kondisi kehampaan dalam kehidupan manusia.
2. Mencari ketenangan pikiran dan perasaan. Dengan mencapai ketenangan pikiran dan perasaan, orang akan terhindar dari penyakit-penyakit yang muncul dari gangguan jiwa, seperti stress sehingga bisa hidup sehat dan bahagia (Sudirman, 2004:11). Dalam hal ini secara praktis lebih diarahkan untuk menjawab beberapa kebutuhan fisik yang sering mengganggu aktivitas manusia kehidupan manusia, sehingga manusia dapat menjalankan kehidupannya.

B. *Satrio Utomo*

1. Definisi *Satrio Utomo*

Dalam ajaran *Sapta Dharma* terdapat sebuah sebutan atau istilah yang dinamakan *Satrio Utomo*. *Satrio Utomo* memiliki definisi yaitu sebuah capaian seseorang dalam ranah spiritual ketika telah mencapai tingkatan tertentu atau dalam Bahasa umumnya dikenal dengan istilah *enlightment people* atau orang-orang yang mendapat pencerahan. Secara garis besar, orang-orang ini akan memiliki sebuah kemampuan yang ada pada dirinya baik dari segi psikis, perilaku, maupun secara metafisik. Pada umumnya di ajaran

Sapta Dharma, seorang individu akan mencapai tingkatan tersebut ketika telah menekuni laku spiritual baik berupa persujudan maupun pengaplikasiannya di lingkungannya. Selain itu, tingkatan tersebut juga diyakini tidak lepas dari kehendak yang maha kuasa. Bila menggunakan pendekatan secara psikologi, maka salah satu konteks didalam *Satrio Utomo* sendiri memiliki kesamaan dengan salah satu istilah didalam keilmuan psikologi yang biasa disebut dengan *mindfulness* atau kesadaran penuh. Dalam keilmuan psikologi, istilah yang dikenal sebagai kesadaran penuh/*mindfulness* diartikan sebagai orang yang memiliki kecerdasan secara emosi maupun secara kognitif Dimana seseorang tersebut mampu melakukan regulasi terhadap emosi serta memunculkan sebuah perilaku yang sesuai dengan nilai dan norma pada lingkungan yang ditempatinya. Kedua terminology diatas yakni *Satrio Utomo* dan *Mindfulness* sekilas bila dilihat berbeda dikarenakan dalam istilah *satrio utomo* terdapat aspek dalam ranah metafisik, sedangkan aspek tersebut tidak terdapat pada *mindfulness*. akan tetapi dari adanya perbedaan pada kedua istilah tersebut memperlihatkan kemiripan terutama pada sisi-sisi praktis dalam sumbangsinya pada cara social bermasyarakat. Dimana kesamaan dalam konteks tersebut juga tidak terlepas dari bagaimana seorang individu tersebut mampu mengatur emosinya dikarenakan memiliki kecerdasan emosi serta memiliki atensi pada keadaan saat ini yang dimanifestasikan dalam wujud tingkah laku. Istilah *satrio utomo* juga diartikan sebagai seseorang yang dalam bahasa Jawanya disebut dengan

“*nduweni jiwo welas lan asih kanggo wargo bebrayan*” yang artinya memiliki jiwa kasih sayang pada warga masyarakat.

Mindfulness sendiri secara asal muasal, sejatinya merupakan intisari berdasarkan pada filosofi yang bersumber dari Buddha yaitu pada meditasi, dimana secara bahasa sansekerta merupakan dari akar kata “*dharma*” yakni dengan arti “*ketaatan*” sedangkan dalam Cina lebih dikenal dengan sebutan “*Tao*”. *Mindfulness* sendiri secara definisi lebih diartikan sebagai suatu ketrampilan yang bisa membantu individu untuk mendapatkan kesadaran secara penuh dan tidak mudah untuk bersikap reaktif tentang sesuatu yang terjadi pada kehidupannya, selain itu *mindfulness* dapat diartikan sebuah metode untuk bagaimana individu dapat menafsirkan, memaknai sebuah kejadian atau peristiwa baik secara positif, netral, dan negatif. Dari adanya hal ini maka individu mampu untuk mengatasi perasaan yang membuat dirinya merasa terbebani, serta mampu untuk memujudkan perasaan kesejahteraan bagi dirinya (Germer,dkk:2005).

Sementara itu Bishop berpendapat bahwa *mindfulness* lebih diartikan kepada seorang individu yang memiliki kesadaran secara penuh yang berasa dari adanya representasi dari meningkatnya atau mempertahankan keadaan secara sadar dan memiliki atensi terhadap pengalaman saat ini dan sekarang. Hal tersebut juga berasal dari adanya proses observasi dan pemberian atensi sehingga dapat mengalami perubahan pada pemikiran, perasaan, serta sensasi pada individu tersebut. *mindfulness* merupakan pengalaman yang dapat dikatakan sebagai pengalaman *transendental* karena peristiwa atau kondisi ini

terjadi antara tubuh dan pikiran. Penerimaan terhadap apapun dalam konsep ini terjadi apabila individu tersebut menitikberatkan pada pemikiran, perasaan, dan sensasi sebagai sesuatu yang hadir dan diterima dalam jalan hidupnya dengan kondisi kesadaran yang utuh (Bishop, 2004).

Mindfulness adalah bagaimana seorang individu dapat memusatkan perhatiannya (atensi) yang merupakan sebuah dasar dalam seluruh aliran praktek meditasi yang diterapkan oleh orang-orang Budha, lambat laun secara berjalannya zaman tradisi Budha tersebut menyerbar di berbagai belahan dunia Barat, Timur, maupun yang lainnya, selain itu para generasi tiap tahunnya di dunia barat seringkali menerapkan metode *mindfulness* tersebut untuk menjalani aktivitas sehari-hari (Kabat-Zinn, 2003).

Mindfulness merupakan kondisi individu yang mana secara sadar mampu untuk membawa pengalamannya ke arah kondisi saat ini dengan rasa penerimaan dan keterbukaan yang tinggi. Hal tersebut membawa individu untuk menfokuskan pada suatu hal yang menjadi tujuannya, yang mana hal tersebut tidak sampai membuat penghakiman serta tidak berusaha untuk terlepas dari kondisi yang tidak dapat dia kuasai (Harris, 2009). Untuk mencapai dalam kondisi ini, maka individu tersebut sejatinya memiliki keadaan yang sadar akan apapun terhadap kondisinya saat ini, dan tidak memiliki keterikatan terhadap masa lalu serta masa depan, dan sejatinya individu tersebut memang berada dalam kondisi sekarang (Mace,2008).

Synder dan Lopez (2002) memiliki definisi bahwa *mindfulness* adalah keadaan pikiran yang bersifat fleksibel, yakni dapat dan mampu untuk terbuka

terhadap hal-hal yang baru, memiliki penggambaran sesuatu yang baru. Ketika suatu individu dalam kondisi sadar, maka seseorang tersebut akan menjadi lebih peka terhadap sesuatu konteks dan sudut pandang dalam suatu situasi saat ini. Ketika individu memiliki kesadaran penuh secara utuh maka perilaku individu tersebut dapat untuk diatur dan dipandu oleh hal-hal rutinitas di dalam realita sehari-hari.

Damasio (2000) menjelaskan mengenai *mindfulness*, bahwasannya kesadaran diri sejatinya merupakan perasaan yang didasari oleh keadaan yang benar-benar terjaga dan disertai dengan perhatian yang tertuju pada keadaan yang ada dalam dirinya dan lingkungannya. Sehingga *mindfulness* lebih mengarah kepada kualitas dimana individu mengalami kesadaran secara penuh yang berdasarkan pada keadaan saat ini tanpa adanya belenggu dari masa lalu dan masa depan. Memahami dan mengetahui tentang keberadaan diri, dengan maksud agar individu tersebut memungkinkan untuk mampu mengontrol rasa emosinya dengan pemahaman yang dia terima. *Mindfulness* sendiri memiliki keterkaitan dan hubungan dengan aktivitas, pikiran, dan perasaan sehingga arti dan penyebab dari adanya pengalaman dan perilaku pada individu tersebut disadari oleh individu sepenuhnya. Penerimaan secara terbuka memiliki kemungkinan bahwa individu tersebut dapat memunculkan sudut pandang yang jauh lebih luas pada individu tersebut sehingga yang bersangkutan dapat memiliki resiko depresi yang jauh lebih rendah dan dapat dikurangi bersama seiring dengan meningkatnya rasa tentang kesadaran diri akan nilai-nilai positif terhadap hal-hal negatif, sehingga dari adanya hal

tersebut individu merasakan dalam posisi yang penuh kesadaran secara utuh (Lau & McMMain, 2005; Finanucane & Marcer, 2006).

Dalam pandangan lain menjelaskan bahwa *mindfulness* merupakan keadaan dimana seorang individu mampu untuk memahami akan keadaan pada dirinya dan menjelaskan apa yang sejatinya dirasakan oleh dirinya, lalu berangkat dari hal tersebut keadaan ini mampu untuk membuat individu mengobati atau mengatasi suasana perasaannya dengan cara menggunakan fleksibilitas kognitifnya (Hayes & Feldman, 2008). Selain itu berdasarkan penelitian sebelumnya didapatkan hasil bahwa *mindfulness* yang berdasarkan pada cara terapi kognitif, terbukti efektif dalam mereduksi keadaan depresi dan kecemasan pada individu (Finucane & Mercer, 2006).

Mindfulness sendiri dimulai dengan membawa suatu kesadaran yang terjaga pada pengalaman sekarang dan saat ini, dengan meningkatkan kemampuan fokus perhatian pada perubahan yang terjadi pada pikiran, perasaan, dan sensasi dari waktu ke waktu. Dari adanya peningkatan fokus perhatian itu akan menghasilkan kesadaran yang *non elaborasif* serta bersifat *non judgmental* terhadap pikiran, perasaan, dan sensasi yang hadir, sehingga kesadaran yang dimiliki oleh individu tersebut merupakan pengalaman yang sejatinya dirasakan secara langsung pada realitas kehidupan. Keadaan penerimaan dalam konteks *mindfulness* muncul sebagai pengalaman yang terbuka akan realitas yang terjadi sekarang ini (Roemer & Orsillo dalam Bishop, 2004).

Mindfulness diprediksi merupakan salah satu psikoterapi yang dapat berdampak positif dan efektif dalam proses penyembuhannya pada individu ketika dalam kondisi emosi. Pada saat dilakukannya psikoterapi dengan menggunakan teknik yang menekankan pada aspek *mindfulness*, disana berjalan dengan lancar, klien terapi rata-rata akan memunculkan dan mengembangkan sikap penerimaan terhadap berbagai emosi yang dihadapinya, baik itu bersifat positif maupun yang bersifat negatif, seperti perasaan takut, marah, gembira, cemas, stress dan sebagainya. *Mindfulness* sendiri akan berfokus pada pengalaman individu pribadi, seperti sensasi tubuh, perasaan, dan pikiran (Germer, 2009).

Berdasarkan pendapat para ahli diatas maka dapat ditarik kesimpulan bahwasannya, *mindfulness* merupakan kondisi dimana individu memiliki kesadaran secara utuh tentang realitas yang dijalannya dalam kondisi saat ini dan sekarang, tanpa harus terikat atau terkait dengan hal yang bersifat masa lalu dan masa depan. Disamping itu juga individu yang berada dalam tahap ini akan dapat memiliki kendali diri dan tidak mudah untuk memberikan respon reaktif terhadap fenomena-fenomena yang dialami dalam kehidupannya, sehingga dari adanya *mindfulness* ini, mampu menjadikan individu tersebut menjadi pribadi yang tidak mudah dalam kondisi emosi negatif serta mampu untuk menanggulangi perasaan yang mampu membuat dirinya tertekan, selain itu individu tersebut mampu memperoleh rasa kesejahteraan, ketentraman, dan keamanan dalam kehidupannya.

2. Aspek-aspek Mindfulness

Menurut pendapat Umniyah dan Afiati (2009) *mindfulness* memiliki aspek-aspek kriteria yang harus terpenuhi, antara lain :

a) Non Konseptual

Mindfulness diartikan sebagai kesadaran pada individu tanpa adanya proses pemikiran (Germer, Siegel, dan Fulton, 2005; Wallin, 2007; Flores, 2015).

b) Menempatkan Fokus pada Peristiwa Sekarang

Mindfulness sendiri secara substansi adalah bagaimana seorang individu selalu berada pada kondisi sekarang. Di sisi lain individu yang memiliki pemikiran tentang pengalaman yang telah berlalu akan dihapus ketika individu tersebut menghadapi peristiwa yang sedang dialami saat ini. (Germer, Siegel, dan Fulton, 2005).

c) Tanpa penilaian

Individu terlepas dari adanya penilaian terhadap sesuatu yang dihadapinya, baik itu pada pelabelan maupun penafsiran secara positif dan negatif. dengan maksud bahwa kesadaran yang ada pada dalam diri individu pada hakikatnya tidak muncul secara bebas apabila individu

tersebut menghadapi atau mengandaikan pengalaman yang dimilikinya akan menjadi pengalaman yang lain (germer, Siegel, dan Fulton, 2005).

d) Dilakukan dengan sengaja

Mindfulness menjadi sebuah pengingat agar dapat menuntut seseorang secara konsisten untuk menarik atensi seseorang pada sesuatu yang sedang dihadapi, yakni pada peristiwa sekarang, dan saat ini (Flores, 2015).

e) Observasi Subjek

Yakni *mindfulness* tidak dapat dijauhkan atau dipisahkan dengan kesaksian, secara garis besar bahwa *mindfulness* merupakan suatu hal yang dialami individu yang melibatkan seluruh pengalaman pada diri dalam aspek pemikiran dan badan, serta hal tersebut merupakan suatu kesatuan yang utuh (Wallin, 2007).

f) Non Verbal

Individu yang merasakan pengalaman tersebut (*mindfulness*) tentunya memiliki kendala dalam mendefinisikan mengenai sesuatu yang ia alami, sejatinya *mindfulness* dapat dikatakan sebagai pengalaman yang *transendental* karena kesadaran yang dimiliki merupakan kesadaran yang muncul sebelum sebuah kalimat atau perkataan hadir dalam sebuah

pemikiran (Germer, Siegel, dan Fulton, 2005; Wallin, 2007; Flores, 2015).

g) Membebaskan

Berdaasarkan pada pengalaman mengenai *mindfulness*, sejatinya adalah sebuah bentuk kesadaran yang dialami secara penuh dan merupakan sebuah representasi dari pembebasan pada kejadian atau peristiwa yang memilikukan (Germer, Siegel, dan Fulton, 2005; Wallin, 2007).

Sedangkan pada sisi aspek dalam *mindfulness*, Baer, Smith, dan Allen (2004) menjelaskan ada empat aspek, yakni :

a) Observasi

Observasi yang dimaksud dalam *mindfulness* menurut Goodman (2010) ini adalah tentang bagaimana melakukan observasi secara menyeluruh, baik dalam aspek pikiran, perasaan, dan sensasi secara sadar. Pada konteks ini para praktisi memperhatikan beberapa unsur seperti asal, bentuk, intensitas, dan durasi dari stimulus yang muncul (Baer, Smith, dan Allen, 2004)

b) Deskripsi

Ketika mengobservasi stimulus yang muncul, seorang individu membutuhkan kemampuan dalam mendeskripsikan stimulus tersebut. dalam proses deskripsi seseorang memberikan pelabelan pada fenomena atau kejadian mental yang kemudian diobservasi melalui kata-kata

(Goodman, 2010; McCracken, 2011), tanpa adanya langkah elaborasi dan tetap hadir pada keadaan saat itu (Baer, Smith, dan Allen, 2004).

c) Bertindak dengan Kesadaran

Melakukan sebuah tindakan secara sadar merupakan hal yang paling inti dari *mindfulness*. Karena seorang individu melakukan suatu aktivitas dengan tingkat fokus secara penuh/utuh dengan perhatian yang tidak terbagi maupun tereduksi. Seorang individu diharapkan untuk sanggup menyingkirkan atau membuang dirinya secara penuh pada aktivitas tersebut dan menjadi satu kesatuan dengan aktivitas tersebut. hal ini tentunya membuat seseorang mampu untuk melakukan suatu hal secara sadar dan tidak menjadi seperti mesin otomatis terhadap kehidupannya (Baer, Smith, dan Allen, 2004). Ketika seseorang dalam bertindak memiliki kesadaran yang penuh, secara tidak langsung dia memiliki korelasi negatif dengan apa yang disebut *trait disinhibition* (ketidakmampuan menahan impuls yang dibendung), sedangkan ketika dalam bertindak tanpa adanya kesadaran memiliki korelasi positif dengan *trait disinhibition*, bertindak tanpa adanya kesadaran sejatinya merupakan bentuk manifestasi dari impuls pada perilaku impulsivitas (Stanford, dkk, 2009; Lattimore, Fisher, dan Malinowski, 2011).

d) Merima tanpa Menilai

Menerima tanpa memberi suatu penilaian merupakan bentuk pengaplikasian dari adanya pemberian label baik atau buruk pada

pengalaman pada situasi yang terjadi, dan menjadi lebih terbuka dalam seluruh pengalaman, baik pengalaman yang bersifat menyenangkan maupun sebaliknya (Goodman; 2010). Ketika seseorang berada dalam kemampuan ini, mereka mampu untuk menerima suatu keadaan secara apa adanya, tanpa adanya keinginan atau hasrat untuk merubah secara impulsif maupun melihat implikasi dari adanya arti pengalaman yang ia alami. Sehingga ketika seseorang memiliki kemampuan tersebut akan cenderung lebih mudah untuk beradaptasi, dan meminimalisir perilaku impulsif, otomatis, serta perilaku yang bersifat malaptive (Baer, Smith, dan Allen, 2004).

3. Faktor-faktor Mindfulness

Menurut Bishop (2004) *mindfulness* merupakan kemampuan yang memiliki sifat tidak permanen, artinya hal tersebut dapat ditingkatkan melalui cara-cara seperti latihan. Faktor pembentuk dari adanya *mindfulness* ini merupakan hasil prosedur dari meditasi. Menurut Umniyah dan Afiatin (2009) dalam pelaksanaan latihan *mindfulness* dapat dilakukan dengan melalui lima teknik, yakni meditasi menyadari pernafasan (*short breathing/ breath meditation*), pendeteksian tubuh dengan sikap penghargaan (*Compassionate body scan*), latihan menyadari sensasi pada tubuh (*body sensation*), membuka kesadaran (*open awareness*), menerima pikiran, perasaan, serta melepaskan hasrat (*wanting release*).

Caldwell dan Shaver (2013) menjelaskan bahwa kecenderungan yang dimiliki seseorang untuk mendapatkan keadaan *mindfulness*, secara proses baik sosial, kognitif, dan perkembangan sejatinya dibentuk oleh pandangan, skema kognitif terhadap dunia yang aman. Pandangan tersebut hadir dan diraskan ketika bayi pertama kali melakukan proses interaksi dengan orang lain. Sehingga, individu tersebut mampu dan dapat menyadari serta terbuka terhadap pengalaman tanpa adanya perasaan khawatir dalam dirinya, dan hal ini yang akan dapat menimbulkan dan memunculkan *mindfulness*. Di sisi lain apabila seorang individu tidak memiliki kelekatan yang bersifat tidak aman, maka ia akan cenderung untuk melakukan sebuah mekanisme kelekatan agar supaya dirinya tetap merasa aman. Hal ini yang menunjukkan ada kekurangan kontrol terhadap atensi, kesadaran diri maupun rendahnya *mindfulness*. Apabila seorang individu memiliki kelekatan yang sifatnya tidak aman bagi dirinya, maka individu tersebut akan cenderung bias ketika dalam menghadapi sebuah peristiwa, fenomena, pengalaman, dsb. Karena dalam dirinya memiliki rasa ketakutan terhadap dunia.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Dalam penelitian ini, penelitian menggunakan penelitian yang bersifat kualitatif, hal ini menggunakan kualitatif karena mengingat apa yang dikaji dan juga metode kualitatif berfungsi sebagai pendukung sebagai penyedia data kasar (Nyoman, 2010:42). Penelitian kualitatif adalah metode yang berpangkal dari peristiwa-peristiwa sosial, yang pada hakekatnya bersifat eksak (Subyantoro, Suwanto, 2007: 78). Menurut Taylor, dengan menggunakan metode kualitatif maka akan menghasilkan data yang deskriptif, yakni berupa kata-kata tertulis atau secara lisan dari sejumlah sumber dan perilaku yang diamati (Dadang, 2000:97) selain itu, peneliti menggunakan pendekatan kualitatif yang mana akan diarahkan pada latar individu tersebut secara holistik atau menyeluruh (Prastowo, 2011:21). Dalam penelitian kualitatif perlu menekankan pada pentingnya kedekatan dengan orang-orang dan situasi penelitian, agar peneliti memperoleh pemahaman secara jelas tentang realitas dan kondisi kehidupan nyata (Patton, dalam Poerwandari, 1998). Abercrombie, Hill, dan Turner (1984) menjelaskan bahwa penelitian kualitatif merupakan suatu penelitian yang dicirikan oleh tujuan penelitian yang ingin memahami gejala-gejala yang tidak memerlukan kuantifikasi atau gejala-gejala yang tidak memungkinkan untuk diukur secara tepat atau kuantitatif (Darsono, 2005:11).

Penelitian kualitatif juga dapat mengajak orang yang tidak pernah bersuara, menjadi bersuara (Creswell, 2014:63-65).

Penelitian kualitatif juga merupakan pengamatan individu dalam lingkungan, berinteraksi langsung dengan mereka, dan menginterpretasi pendapat mereka tentang dunia sekitar, selain itu Nana Syaodih menyatakan penelitian kualitatif adalah suatu penelitian yang ditujukan agar dapat mendeskripsikan dan menganalisis baik fenomena, peristiwa, aktivitas, perilaku, kepercayaan, dan pemikiran baik perseorangan maupun secara kelompok. suatu metode yang cocok digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan kualitatif, sebab dari metode inilah peneliti dapat melakukan penelitian dan juga mengingat data-data yang dikumpulkan selama melakukan penelitian adalah data-data yang sifatnya non numerik yang sifatnya abstrak, dinamis, utuh, dan penuh dengan makna daripada lebih ke perhitungan secara sistematis.

Kirk dan Miller (dalam Moelong, 2006) menjelaskan bahwasannya penelitian kualitatif merupakan tradisi tertentu dalam ilmu pengetahuan sosial yang secara fundamental bergantung berdasarkan pengamatan pada manusia baik dalam wilayahnya maupun dalam istilahnya. Sedangkan Sugiyono (2008) mendefinisikan bahwa metode kualitatif adalah metode penelitian yang memiliki pondasi pada filsafat *postpositivisme*, penelitian kualitatif juga digunakan untuk meneliti pada objek yang alamiah, dimana peneliti sebagai instrumen kunci, pengambilan sampel sumber data dilakukan dengan cara *purposive* dan *snowball*, teknik triangulasi (gabungan), analisis data bersifat

induktif/kualitatif, dan hasil penelitian kualitatif akan lebih ditekankan pada makna daripada secara generalisasi.

David Williams (dalam Moleong, 2006) bahwasannya penelitian kualitatif adalah pengumpulan data pada suatu latar alamiah, dengan menggunakan metode alamiah, dan dilakukan oleh peneliti yang tertarik secara alamiah. Dari hal ini menjelaskan bahwa penelitian kualitatif mengutamakan latar alamiah, agar hasilnya dapat digunakan untuk menginterpretasi suatu fenomena, dan metode yang biasanya digunakan adalah wawancara, observasi, dan pemanfaatan dokumen. Penelitian kualitatif juga tidak akan pernah lepas dari analisis fenomenologi. Dalam pandangan fenomenologi sendiri berusaha untuk memahami suatu peristiwa atau fenomena serta kaitannya terhadap orang-orang yang berada dalam situasi tertentu (Moleong, 2006).

B. Jenis Pendekatan

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan jenis pendekatan kualitatif fenomenologi yang mana pendekatan tersebut digunakan untuk memperoleh sebuah data yang berorientasi pada pengalaman atau hal-hal yang dialami oleh subjek sendiri. Fenomenologi awalnya dimulai oleh Husserl dan dikembangkan kembali oleh Heidegger yang bertujuan untuk memahami atau mempelajari pengalaman hidup manusia. Pendekatan tersebut lambat laun mengalami evolusi menjadi sebuah pendekatan penelitian kualitatif yang matang. Fokus umum pada pendekatan ini adalah mengenai pemeriksaan

atau meneliti esensi dari pengalaman kesadaran yang dialami oleh individu (Tuffour: 2017).

Menurut Schutz, pendekatan fenomenologi adalah untuk memeriksa dan menganalisa kehidupan secara batiniah individu yang berupa pengalaman mengenai fenomena atau hal yang muncul sebagaimana adanya, yang biasa disebut sebagai kesadaran (Campbell, 233:1994). Sedangkan menurut Alase (2017) pendekatan fenomenologi merupakan sebuah metode yang mana mengizinkan peneliti untuk menerapkan kemampuan subjektivitas dan interpersonalnya dalam proses penelitian eksploratif. Disamping itu, seperti yang dikemukakan oleh Creswell yang dikutip oleh Eddles Hirsch (2015) yang menjelaskan bahwa fenomenologi merupakan penelitian yang bertujuan untuk menganalisis pengalaman sebuah fenomena individu dalam dunia sehari-hari.

Selain beberapa penjelasan diatas tersebut, pendekatan fenomenologi juga memiliki beberapa kelebihan, antara lain : fenomenologi dalam memahami sebuah fenomena membutuhkan adanya pendeskripsian dan penggambaran yang jelas atas fenomena tersebut tanpa adanya manipulasi pada data yang dieproleh, dengan catatan bahwasannya peneliti harus benar-benar mengessampingkan terlebih dahulu pemahaman atau pengetahuannya terkait dengan suatu fenomena yang ditelitinya agar data yang diperolehnya benar-benar objektif. Selain itu, pendekatan ini memandang objek kajiannya memandang sebagai sesuatu yang utuh dan bersifat inheren dengan lainnya, dengan maksud bahwa pendekatan ini melakukan penekanan terhadap

fenomena secara holistik dan tidak parsial, sehingga mampu mendaatkan sebuah pemahaman yang secara menyeluruh terhadap suatu fenomena, subjek, dan objek yang diteliti.

C. Metode Penelitian

1. Observasi

adalah suatu teknik dimana kita sebagai peneliti adalah mengamati secara langsung serta mendeskripsikan secara gamblang tanpa ada dibumbui oleh opini-opini dari akal fikiran diri sendiri, observasi juga merupakan salah satu teknik yang paling banyak dilakukan dalam penelitian, baik kuantitatif maupun kualitatif, baik sosial maupun humaniora. Dalam etnografi teknik observasi dikategorikan sebagai aliran utama. Menurut Adler dan Adler (2009: 523) semua penelitian sosial pada dasarnya menggunakan teknik observasi dan faktor terpenting dalam teknik observasi adalah *observer* (pengamat) dan orang yang diamati yang kemudian juga berfungsi sebagai pemberi informasi, yaitu informan. Selain itu peneliti menggunakan cara partisipasi, yakni peneliti mengikutsertakan dirinya pada kegiatan tersebut dan juga mempraktekan apa yang dilakukan oleh narasumber. Hal ini dilakukan agar peneliti dapat memperoleh data yang bervariasi dan juga memperoleh hasil data yang valid.

2. Wawancara

Interview atau wawancara merupakan teknik dalam pengumpulan data yang dilakukan dengan cara melakukan tanya-jawab dengan narasumber (Dadang, 2000:93). Wawancara adalah proses memperoleh keterangan untuk

tujuan penelitian dengan menggunakan tanya jawab dan bertatap muka antara pewawancara dan narasumber atau informan dengan menggunakan panduan wawancara *Interview guide* (Nazir, 1999). Wawancara (*Interview*) adalah cara-cara memperoleh data dengan berhadapan langsung, bercakap-cakap, baik individu dengan individu maupun individu dengan kelompok. Sebagai mekanismenya komunikasi pada umumnya wawancara dilakukan sesudah observasi, pengamatan menyeluruh terhadap objek diikuti dengan aktivitas tertentu dengan menggunakan instrument tertentu, serta dalam wawancara ini menanyakan secara langsung maupun tidak langsung kepada para narasumber yang sudah dipilih sejak awal dengan memenuhi kriteria yang sudah ditetapkan sebelumnya selain itu dalam melakukan wawancara juga ada beberapa etika yang harus dilaksanakan ketika melaksanakan wawancara semisal pertanyaan tersebut diajukan secara halus, santun, tepat serta akurat sehingga mendapat jawaban yang dibutuhkan tanpa harus ada tutur kata yang menyinggung narasumber.

3. Dokumentasi

Metode dokumentasi yaitu merupakan metode pengumpulan data yang diperoleh melalui dokumen-dokumen yang sudah ada, seperti dokumen yang dieproleh dari surat kabar, catatan harian, biografi, foto-foto, buku yang berkaitan dengan penelitian ini dan sebagainya (Soehadha, 2012:155) Dokumentasi juga merupakan sebuah teknik dimana teknik ini digunakan untuk menangkap informasi yang mana wujudnya biasanya seperti benda-benda, wawancara, bukti penelitian, teks sejarah, foto-foto saat penelitian dsb. Dalam

dokumentasi sendiri sejatinya perlu kita perhatikan aspek aspek dalam pengambilan dokumentasi seperti yang sudah dijelaskan bahwasannya hasil dari dokumentasi tersebut baik video, rekaman, atau foto harus diuji terdahulu ke validitasnya agar dokumentasi ini dapat dijadikan sebuah alat untuk memperkuat penelitian.

D. Pengambilan Subjek

Pada penelitian ini peneliti mengambil teknik sampling dengan berfokus pada *purposive sampling* hal ini mengingat bahwasannya dari penelitian ini sangat dibutuhkan narasumber yang benar-benar tau akan informasi yang kita butuhkan, kredibilitasnya serta keabsahannya sudah tidak bisa diragukan lagi. Selain itu juga menurut (Black dan Champion, 1999:264, 2002: 206) bahwa purposif adalah pertimbangan dari suatu populasi dengan tujuan dapat memperoleh informasi secara selektif. Di sinilah letak kelebihan metode kualitatif dengan teknik purposif. Selain itu, Teknik ini juga mencakup orang-orang yang diseleksi atas dasar kriteria kriteria tertentu yang dibuat periset berdasarkan tujuan riset. Sedangkan orang-orang dalam populasi yang tidak sesuai dengan kriteria tersebut tidak dijadikan sampel (Kriyantono, 2006).

Dalam penelitian ini, peneliti mengambil beberapa subjek yang berasal dari kelompok penghayat kepercayaan Sapta Dharma, Sapta Dharma sendiri merupakan salah satu penghayat kepercayaan yang ada di Indonesia sejak tahun 1952 dan sekarang merupakan salah satu kepercayaan yang mendapatkan legalitas dari pemerintah. Sapta Dharma dalam sejarahnya pada awalnya

merupakan sebuah wahyu dari sang maha kuasa yang diterima oleh seorang yang bernama Hardjosapoero atau dalam warga penghayat kepercayaan Sapta Dharma lebih dikenal dengan gelar Bapa Panuntun Agung Sri Gutomo. Sapta Dharma pada awal munculnya hingga saat ini berkembang dan memiliki pengikut yang cukup banyak dan tersebar di berbagai wilayah di Nusantara. Dalam ibadahnya, penganut Sapta Dharma biasanya melakukan sebuah persujudan dan jika dilihat secara sejarah maka persujudan tersebut bisa dikatakan sebagai sebuah aktivitas meditasi. Dalam penelitian ini dikarenakan adanya keterbatasan subjek yang dimiliki oleh peneliti, maka peneliti hanya mengambil 3 subjek saja dalam pelaksanaannya yang berasal dari sanggar kerohanian Sapta Dharma yang bertempat di daerah Lawang Kabupaten Malang. Untuk kriteria subjek, peneliti memilih subjek yang memang berpengalaman dalam menjalankan aktivitas persujudan serta memiliki pengalaman transenden yang mana sudah sering subjek alami. hal ini dilakukan dikarenakan agar data/informasi yang diperoleh benar-benar murni dari pengalaman individu sendiri, valid, serta memiliki banyak varian sehingga diharapkan hasil yang diperoleh cukup beragam dan memiliki corak yang khas di setiap datanya.

E. Sumber Data

Sumber data penelitian yang akan dianalisis peneliti merupakan data primer dan sekunder.

1) Data Primer

Yakni data yang diperoleh langsung dari lapangan. Data ini juga dapat diperoleh melalui pengamatan secara langsung (observasi) serta dapat melalui wawancara terhadap informan berdasarkan pada panduan wawancara yang telah dibuat oleh peneliti.

2) Data Sekunder

Yaitu data penelitian yang diperoleh melalui berdasarkan tulisan yang terdapat pada buku-buku, dokumen, serta tulisan yang dianggap memiliki keterkaitan serta relevansi dengan permasalahan atau fenomena yang diteliti.

F. Analisis Data

Analisis data pada penelitian kualitatif berdasarkan pada hasil temuan secara mendalam melalui pendekatan bukan angkat atau nonstatistik (Istijanto, 2008). Jadi pada hakekatnya penelitian kualitatif sejatinya tidak memiliki rumus yang mutlak atau aturan-aturan yang bersifat abolut dalam mengolah dan menganalisis data. Penelitian kualitatif menggunakan analisis data secara induktif karena adanya beberapa alasan, Pertama, proses secara induktif dapat menemukan kenyataan atau fakta yang bersifat jamak pada data. Kedua, analisis induktif lebih bisa membuat hubungan peneliti menjadi

eksplisit, dapat dikenal, serta akuntabel. Ketiga, analisis yang seperti demikian akan lebih dapat menguraikan dan mendeskripsikan latar secara penuh dan dapat membuat keputusan-keputusan tentang dapat atau tidaknya pengalihan suatu latar lainnya. Keempat, analisis induktif lebih dapat menemukan pengaruh bersama yang mempertajam hubungan-hubungan. Kelima, analisis demikian dapat memperhitungkan nilai-nilai secara eksplisit sebagai bagian dari struktur analitik.

Metode analisis data juga lebih banyak dilakukan bersamaan dengan pengumpulan data. Menurut pendapat Miles dan Huberman dalam Sugiyono (2008), analisis data kualitatif dilakukan secara interaktif melalui proses *data reduction*, *data display*, dan *verification*. Teknik dalam pengolahan data juga ada beberapa hal yaitu :

1. Coding

Saldana (2009) menguraikan bahwa coding merupakan cara dalam mendapatkan kata atau frase yang menentukan adanya fakta psikologi yang menonjol, menangkap esensi dari fakta, atau menandai atribut psikologi yang muncul kuat dari sejumlah kumpulan bahasa atau data secara visual. Data yang diperoleh dapat berupa transkrip wawancara, catatan lapangan, observasi partisipan, jurnal, dokumen, literatur, artefak, dan lain sebagainya. Kode seperti demikian merupakan proses transisi antara koleksi data dan analisis data yang lebih luas (Saldana, 2009). Coding yaitu mengidentifikasi dan membaca topik penting dari seluruh hasil wawancara. Peneliti juga melakukan proses tersebut

terhadap istilah-istilah atau penggunaan kalimat yang bersifat relevan, dalam pemberiannya koding memerlukan catatan nama pada konteks dimana hal itu muncul.

2. Klasifikasi data

Klasifikasi yang dilakukan pada koding dilakukan dengan melihat sejauh mana satuan makna berhubungan. Klasifikasi ini dilakukan untuk membangun kategori dari setiap klasifikasi, sehingga tujuan dari pengklasifikasian ini adalah untuk memudahkan dan mengelompokkan agar data yang didapatkan dapat dikumpulkan menurut kategori yang berhubungan tersebut.

3. Eksplorasi

Data yang sudah diperoleh dan diklasifikasi kemudian diperdalam dan digali secara komprehensif dengan cara melakukan penggalian data melalui metode-metode sebelumnya seperti observasi dan wawancara guna menemukan hal-hal yang lebih variatif serta memiliki pola yang jauh lebih detail dari sebelumnya. Sehingga data yang didapatkan akan jauh lebih luas dan bervariasi.

4. Kesimpulan dan *Verifikasi*

Data yang sudah diperoleh kemudian ditarik kesimpulan dengan menggunakan metode deduktif. Kemudian kesimpulan yang belum sempurna segera *diverifikasikan* selama penelitian berlangsung, guna dari proses tersebut adalah untuk memperoleh kesimpulan yang kredibel dan obyektif. Peneliti melakukan verifikasi data menggunakan

triangulasi data, yakni menggali data sedalam dan seluas mungkin. Sehingga data yang diperoleh dalam penelitian ini merupakan data yang obyektif, beragam, serta memiliki validitas.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Pelaksanaan Penelitian

Penelitian ini pada awalnya dilakukan dengan menentukan tema yang akan diteliti beserta rumusan masalah, metode penelitian, pengumpulan data yang meliputi (Wawancara, Observasi, dan Dokumentasi), analisis data, serta penulisan hasil penelitian. Pada proses penentuan tema, peneliti mengambil tema mengenai meditasi atas dasar beberapa pertimbangan serta fenomena yang kerap kali ditemui oleh peneliti. Awal mula peneliti mengambil tema mengenai meditasi didapatkan berdasarkan temuan peneliti pada salah satu essay pada tahun 2018 yang mana menjelaskan mengenai meditasi yang dilakukan oleh para biksu di daerah Himalaya. Dalam essay tersebut menjelaskan para biksu ketika melakukan proses meditasi hanya mengenakan selembar kain berwarna hijau atau yang biasa disebut dengan nama *Ciwara* pada suhu – derajat celcius tetapi para biksu tidak merasa kedinginan serta suhu badan mereka stabil seperti suhu badan normal pada umumnya. Selain itu peneliti kerap kali melihat sikap para pelaku meditasi yang ada Indonesia yang seolah-olah biasa saja atau dalam bahasa Jawanya *Ayem Tentrem* serta tidak terlalu reaktif ketika adanya agenda 5 tahunan di Indonesia yang mana agenda tersebut pada tahun 2019 kerap kali memunculkan beberapa sentiment negative atau hal-hal yang dapat memicu sebuah pertikaian diantara para

pendukung dua calon pasangan presiden dan wakil presiden. Berdasarkan pada kejadian-kejadian tersebut, sehingga peneliti merasa penasaran dan ingin mengetahui apa sebenarnya yang ada dibalik konsep meditasi serta bagaimana efek yang ditimbulkan pada orang-orang yang melakukan aktivitas meditasi baik dari segi fisik maupun psikologis.

Proses penelitian ini dilakukan pada warga penghayat kepercayaan *Sapta Dharma* yang berlokasi di daerah Lawang, Kabupaten Malang. *Sapta Dharma* merupakan sebuah kepercayaan yang ada di Indonesia yang awalnya diturunkan pada tahun 1952 oleh seorang yang bernama Bapak Hardjosapoero yang bertempat tinggal di Desa Pare Kota Kediri. Kepercayaan ini telah ada dan mendapatkan pengesahan oleh pemerintah, sehingga keberadaannya telah mengantongi izin resmi dari pemerintah dan berhak untuk menjalankan aktivitas peribadatannya seperti masyarakat pada umumnya. Peribadatan yang biasa dilakukan oleh warga *Sapta Dharma* meliputi Persujudan dan Persujudan Penggalian. Persujudan biasanya dilakukan setiap malam jumát yang bertempat di Sanggar *Sapta Dharma* atau dalam istilah mereka disebut dengan *Sanggaran*. Sedangkan Penggalian adalah sebuah persujudan secara khusus yang waktu dan tempatnya berbeda dari sanggaran setiap minggunya, yang mana sujud penggalian dilakukan di sanggar pusat *Sapta Dharma* yang berlokasi di desa Pare, Kota Kediri.

Peneliti mengambil data dari 2 subjek dan 3 informan yang digunakan dalam proses penelitian. 2 subjek merupakan warga *Sapta Dharma* yang berjenis kelamin berbeda dan memiliki latar belakang berbeda serta menekuni

persujudan dengan durasi waktu yang berbeda satu sama lain. Subjek pertama merupakan seorang bapak yang baru menekuni persujudan pada tahun 2012, sedangkan subjek kedua merupakan seorang ibu berusia tahun dan telah menekuni persujudan sejak masa mudanya serta merupakan ketua dari para wanita *Sapta Dharma* Lawang. Berdasarkan dari latar belakang yang didapat, peneliti memilih 2 warga tersebut untuk dijadikan sebagai subjek dalam melakukan penelitian. Sementara tiga informan merupakan seseorang yang dekat dengan dua subjek yang mana informan pertama merupakan istri dari subjek pertama dan informan kedua merupakan anak dari subjek kedua. didalam tiga informan tersebut juga terdapat seorang tuntunan yang mana merupakan ketua atau pemuka agama dari penghayat kepercayaan sehingga penjelasan atau keterangan dari para informan sangat dibutuhkan guna mencocokkan antara pernyataan subjek dan informan mengenai konsep persujudan dan efek persujudan agar data yang diperoleh valid.

Dalam mendapatkan data, peneliti menggunakan tiga teknik pengumpulan data yang sebelumnya telah dicantumkan pada bab tiga, yaitu melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi. Sebelum melakukan proses pengambilan data di lapangan, peneliti pada awalnya menyempatkan diri untuk berkunjung ke sanggar dalam rangka *sowan*, memperoleh gambaran umum, serta menyampaikan maksud kedatangan terlebih dahulu agar memperoleh izin dari warga penghayat untuk melakukan penelitian mengenai persujudan. Setelah berkunjung dan ikut dalam beberapa kegiatan, peneliti

mendapatkan gambaran sekilas yang nantinya digunakan untuk menyusun panduan wawancara dan menggali lebih dalam data yang diperlukan.

Sebelum melakukan penelitian, peneliti terlebih dahulu memberikan *inform consent* kepada para subjek dan informan agar dalam proses penelitian tersebut peneliti mendapatkan izin untuk merekam wawancara, mencatat observasi, serta mendokumentasikan data yang berasal dari para subjek dan informan. Disisi lain hal tersebut sangat diperlukan didalam prosedur penelitian dikarenakan *inform consent* termasuk kode etik didalam melaksanakan proses penelitian.

Pengumpulan data menggunakan wawancara dilakukan sebanyak tujuh kali dengan perincian dua kali pada masing-masing subjek, serta satu kali pada masing-masing informan. Wawancara dilakukan di tempat dan waktu berbeda satu sama lain serta memiliki jangka waktu yang berbeda-beda antara wawancara pertama dan selanjutnya. Pada subjek pertama dilakukan di tempat tinggal subjek yang berada di Kalianyar kecamatan Lawang, sedangkan pada subjek kedua dilakukan di Melaten kecamatan Lawang. Wawancara pada dua informan dilakukan sebanyak dua kali dalam waktu yang berbeda melalui *chat* via *Whatsapp* dikarenakan peneliti memiliki kendala dalam menemui para informan. Lalu untuk informan ketiga, peneliti melakukan wawancara langsung yang dilakukan di rumah informan yang bertempat di Patal kecamatan Lawang.

Proses wawancara pada subyek pertama dilakukan sebanyak dua kali di waktu yang beda dan bertempat di rumah subyek, wawancara pertama

dilakukan pada tanggal 12 April 2020 dan 16 Juli 2020. Sementara proses wawancara subyek kedua juga berlangsung sebanyak dua kali, wawancara pertama dilaksanakan pada 3 Mei 2020 dan wawancara kedua pada 26 Agustus 2020. Wawancara pada informan pertama dilakukan pada 27 September 2020, wawancara informan kedua dilakukan pada tanggal 26 September 2020, dan pada informan ketiga wawancara secara langsung dilakukan pada tanggal 7 Oktober 2020.

Dalam proses observasi, peneliti melakukannya sebanyak enam kali. Empat kali dilakukan ketika bersamaan dengan wawancara kedua subjek, sedangkan dua observasi lainnya dilakukan pada saat mengikuti acara ruwatan dan sanggaran. Observasi ketika mengikuti acara ruwatan dilakukan pada hari minggu tanggal 7 Januari 2020 yang bertempat di Sanggar kerohanian *Sapta Dharma* yang bertempat di Kecamatan Ponggok, kabupaten Blitar. Sedangkan observasi kedua dilakukan pada saat mengikuti acara sanggaran yang dilakukan pada hari minggu malam tanggal Februari 2020 yang berlokasi di rumah salah satu tuntunan di Kecamatan Lawang, Kabupaten Malang.

Pengambilan dokumentasi oleh peneliti dilakukan dengan mengambil melalui kegiatan persujudan pada saat sanggaran, serta literature dari *Sapta Dharma* yang berupa buku sejarah, *dasawarsa*, *sesanti*, dan *wewarah pitu* yang terdapat di dalam sanggar. Proses dokumentasi sendiri merupakan suatu proses pengambilan data pendukung yang berupa gambar atau foto melalui alat digital berupa kamera ponsel yang mana dokumentasi tersebut digunakan

sebagai data pendukung untuk data-data sebelumnya seperti wawancara dan observasi. Dalam melakukan proses dokumentasi, peneliti sebelumnya meminta izin kepada warga *Sapta Dharma* agar memperoleh izin untuk mendapatkan gambar seperti yang sudah dijelaskan diatas. Proses pengambilan dokumentasi dilakukan sebanyak dua kali yakni ketika sanggaran yang diadakan pada hari minggu tanggal... februari 2020 dan ketika berada dirumah salah subjek penelitian pada saat melakukan wawancara pada hari tanggal maret 2020.

B. Temuan Lapangan

Display Data Temuan

No	Kata Kunci <i>Meditation</i> Temuan Lapangan	Subjek 1	Subjek 2
1	<i>Manembah</i>	++	++
2	Mengosongkan Pikiran		++
3	Mengatur Nafas	+	
4	Merasakan Getaran	++	+++
5	Rasa	+++	+
6	Penyucian	++	++
7	Mengendalikan Sebelas Saudara	+++	++
8	<i>Diwejang</i>	++	+
9	Pembelajaran	+++	+
10	Penggalian	+++	++

11	<i>Racut</i>	+	++
12	<i>Manunggal Kawulo Lan Gusti</i>	+	++
13	<i>Satrio Utomo</i>	++	++
14	Saudara Sebelas	++	+
15	<i>Kawaskitaan</i>	+	

Tabel 4.1 Display Data *Meditation*

NO	Kata Kunci <i>Mindfulness</i> Temuan Lapangan	Subjek 1	Subjek 2
1	Ikhlas	+	+++
2	Mengendalikan Emosi dan Perilaku negatif	+++++	++
3	Bahagia	++	+
4	Perubahan Perilaku	++	
5	Perilaku baik	+++++	+++++
6	<i>Ayem Tentrem</i>	++++	++++
7	Percaya Diri	+++	+++

8	Kemampuan		+
---	-----------	--	---

Tabel 4.2 Display Data *Mindfulness*

1. Subyek 1

a. Profil Subyek

Nama	: Budi
Jenis kelamin	: Laki-laki
Ttl	: Malang,
Agama	: Kepercayaan Terhadap Tuhan YME
Pekerjaan	: Pengusaha kuliner

Subjek 1 merupakan seorang bapak yang berusia.... dan memiliki pekerjaan sebagai pengusaha kuliner berupa nasi goreng, subjek adalah seorang penghayat kepercayaan yang telah menganut ajaran *Sapta Dharma* sejak tahun 2012. Dalam pernyataan informan subjek 1 yang menyupukan istrinya menjelaskan bahwa subjek 1 pertama kali mengikuti dan menekuni persujudan sejak tahun 2012 dan selalu berusaha menekuni serta medalaminya.. Dalam kesehariannya, subjek 1 pada umumnya melakukan persujudan ketika pada malam hari di jam-jam tertentu yang pada umumnya dilakukan oleh para warga penghayat *Sapta Dharma*..

b. Gambaran Konsep Persujudan Subjek 1

1. *Mamenmbah*

subjek 1 juga menjabarkan mengenai beberapa konsep didalam persujudan dalam *Sapta Dharma*. Konsep persujudan didalam *Sapta Dharma* sendiri memiliki beberapa macam hal yang mengandung arti tersendiri. Persujudan secara umum diartikan sebagai proses beribadah atau dalam Bahasa *Jawanya* lebih disebut dengan *Manembah*. Cara beribadah seperti ini diyakini oleh para penganut *Sapta Dharma* sebagai cara menyembah secara langsung melalui terhubungnya antara roh suci dan rasa yang ada didalam badan individu tersebut. Seperti penjelasan subjek terkait dengan persujudan dalam hal *menembah* :

Sujud adalah cara Bagaimana orang itu bisa Manembah kepada yang maha kuasa. Iha disini adalah proses proses itu adalah hubungan antara manusia dengan yang maha kuasa. Iha didalam hal ini, sujud itu memang adalah sujud rasa di dalam sapta dharma. karena manusia itu terdiri dari 2 unsur antara jasmani dan rohani.(WIS1/508)

kalau di dalam ajaran ini ada yang disebut itu tentang sujud atau tentang menyembah kepada yang maha kuasa itu sebenarnya konsepnya sangat mendalam Mas kalau kita kita kaji tentang Satrio Utomo Satrio Utomo itu adalah manusia yang mampu yang di dalam konsep Manembahnya

atau di dalam konsep sujud Iya mencapai Satria Utama itu adalah proses sujud Mas itu sebenarnya. (W2S1/34)

persujudan merupakan cara beribadah yang orientasinya mengenai hubungan antara manusia dengan yang maha kuasa. Didalam persujudan terdapat dua hal cara *menembah*, yakni secara jasmani yang berupa sujud dan secara rohani yang meliputi hubungan antara roh suci yang mampu merasakan rasa didalam jagad pribadi yang terhubung dengan yang maha kuasa. Pernyataan subjek 1 juga memiliki keselarasan dengan pernyataan tuntunan, tuntunan sendiri merupakan seorang yang secara umum dipandang sebagai pemuka agama didalam *Sapta Dharma*. Tuntunan memberikan penjelasan bahwa persujudan memiliki arti sebagai sebuah sujud mengenai asal-mula manusia, atau dalam bahasanya disebut dengan *sujud tes dumadining manungso*, dimana dalam sujud tersebut yang berhubungan adalah *hyang moho suci* dengan *hyang moho kuoso* (Tuhan).

Sapto Darmo adalah sujud tes Dumadining menungso sujud asal mula manusia maka dari itu proses sujud itu sendiri disebut wujud rasa ya atau disebut belajar mati sak jeroning Urip atau sujud sing Dumadi atau bisa disebut sujud asal mula manusia. maka dari itu sujudnya itu adalah tidak tidak tidak tidak kehendak tidak kehendaknya fisik,

tapi kehendaknya oleh dituruni oleh rasa maka dari itu Wadag diwejang oleh rasa, rasa diwejang oleh cahaya, dan cahaya diwejang oleh yang maha kuasa. (W113/12)

disebut sujud asal mula manusia sujud Kawitan manu manungso. maka dari itu dalam proses sujud itu sendiri adalah wadah digerakkan oleh rasa rasa diwejang oleh cahaya dan cahaya diwejang oleh Yang Mahakuasa. (W113/44)

tuntunan menjelaskan bahwa dalam sujud sejatinya merupakan sujud yang memiliki tujuan untuk mencari tahu asal muasal manusia. Asal usul manusia sendiri dapat ditemukan melalui proses sujud pada umumnya maupun melewati proses khusus sujud yang biasa disebut dengan sujud penggalian. Selain mengenai asal muasal manusia, persujudan sendiri juga memiliki sebuah pembelajaran yakni belajar mati didalam kehidupan, dimana jargon atau istilah tersebut pada umumnya populer dikalangan para pelaku spiritual dalam mendalami mengenai kehidupan.

2. Mengatur Pernafasan

Konsep selanjutnya dalam persujudan menurut pernyataan subjek 1 adalah pernafasan. Pernafasan didalam persujudan merupakan hal yang sangat penting dan vital dikarenakan nafas adalah sesuatu hal yang

esensial serta merupakan salah satu unsur penting didalam kehidupan manusia. Ketika melakukan persujudan, para pelaku sujud diharuskan pertama kali memandang ujung kainsanggar atau dalam bahasa umumnya dalam *Sapta Dharma* dikenal dengan pandangan satu meter. Kemudian secara bersamaan diikuti dengan mengatur nafas, meneliti, dan memusatkan perhatian pada nafas hingga merasakan adanya getaran atau rasa yang menyelimuti seluruh tubuh. Seperti halnya yang diungkapkan oleh subjek pertama dan informan tuntunan terkait dengan pernafasan yang menyatakan bahwa :

Dengan cara bersujud itu tadi itu adalah kita meneliti atau merasakan keluarnya keluar masuknya nafas. (WIS1 / 555)

Subjek menjelaskan bahwa pada awalnya sebelum melakukan sujud, para warga terlebih dahulu membawa kain mori yang mana memiliki fungsi sebagai tempat sujudnya, kemudian para warga duduk diatas dengan posisi bersila (untuk laki-laki) dan menduduki kedua kakinya dengan posisi menyilang (untuk perempuan). Kemudian para warga terlebih dahulu untuk memusatkan konsentrasi pada ujung kain sanggar yang berjarak 1 meter dengan diiringi tarikan nafas dan mengerluarkan nafas secara berulang. Setelah mendapatkan sebuah rasa maka

kemudian mengucapkan kalimat “Allah Hyang Moho Agung, Allah Hyang Moho Rokhim, Allah Hyang Moho Adil” kemudian warga menutup kedua matanya dan tetap mengolah nafasnya. Setelah mengolah nafas maka merasakan sebuah getaran yang bergerak dari tulang ekor dan perlahan naik secara bertahap pada ruas-ruas tulang yang nantinya akan membuat pelaku sujud secara perlahan membungkuk dengan sendirinya. Ketika dalam keadaan membungkuk yang akan menyentuh kain sanggar, kemudian warga menahan gerakan tersebut dan mengulang ucapan tersebut tadinya hingga dalam posisi sujud. (OBS1/86)

dalam proses sujud itu awalnya adalah merasakan Mas masuk keluar masuknya udara melalui lubang hidung terus dirasakan terus ya Ya kami ulangi yaitu dalam sujud itu sendiri adalah bersimpuh ya atau katakan bahasa Jawanya tuh silo menghadap ke timur atau Wiwitan Kawitan ya ya tangan sedakep selalu tunggal yang mata memandang satu titik ke bawah ya selalu merasakan keluar masuknya udara yang ada di dalam itu terus dirasakan itu berputar ya udara yang masuk di dalam jagat pribadi manusia itu yaitu untuk mensuplai kebutuhan oksigen

manusia itu terus dirasakan sampai halus juga merasakan di dalam ubun-ubun pun terus dirasakan rasa itu dirasakan terus di situlah nanti ada suatu getaran yang terjadi.
(WII3/54)

selain hal tersebut, pernafasan yang berasal dari oksigen juga diyakini sebagai jalan pertama atau langkah pertama didalam melakukan sujud, sehingga pada saat agenda rutin mingguan yakni *sanggaran*, seringkali membahas mengenai pernafasan didalam persujudan. Hal ini sebagaimana hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti pada saat melakukan observasi pertama ketika mengikuti acara subjek 1 yang mana acara tersebut merupakan acara *Ruwatan* yang saat itu sebelumnya dilakukan dengan persujudan terlebih dahulu.

Mengenai konsep ajaran Sapta Dharma, tuntunan pada awalnya menjelaskan mengenai tentang konsep persujudan. Didalam penjelasan tersebut tuntunan mengingatkan bahwasannya dalam melakukan sujud perlu diperhatikan tentang keluar masuk nafas dan getaran tuyo purwitosari dikarenakan pondasi dalam melakukan persujudan terdapat pada hal tersebut.(OBS1/24)

3. Merasakan Getaran

Adanya sebuah getaran atau hal yang dirasakan pada tubuh mendakan seorang yang melakukan persujudan telah mampu dalam mengatur dan meneliti nafas, sehingga seseorang yang melakukan persujudan akan merasakan adanya sebuah getaran yang kemunculan dapat dirasakan dibagian-bagian tertentu pada tubuh. Secara umum, getaran yang dirasakan dimulai dari bagian bawah tubuh tepatnya pada pangkal tulang ekor atau dalam bahasa jawanya disebut dengan *silit kodok*, dimana seseorang yang melakukan persujudan merasakan adanya sebuah gerak atau getaran dari suatu hal yang biasa disebut dengan *tuyo perwitosari*. *Tuyo perwitosari* atau yang pada umumnya disebut mereka sebagai air suci, merupakan sesuatu yang dapat memulai suatu kehidupan atau sumber asal mula kehidupan. Selain sebagai asal muasal manusia, *tuyo perwitosari* diyakini sebagai sesuatu yang dapat melunturkan nafsu-nafsu atau hal-hal negative yang ada pada tubuh manusia. Seperti yang dijelaskan oleh subjek pertama mengenai getaran dari adanya *tuyo perwitosari* bahwa :

Menunggu datangnya getaran jadi timbulnya rasa itu adalah sebuah getaran Getaran yang yang yang meliputi untukku kita itu ada yang disebut getaran halus dan kasar. (W2S1/83)

Toyo purwatasari itu yang hubungannya dengan naik Turunnya getaran tadi karena getaran tadi adalah proses untuk pelunturan dari nafsu nafsu atau atau negatif yang negatif yang terdapat di dalam tubuh kita karena di dalam tubuh kita ini ada yang disebut atom berjiwa jadi disitu hubungannya dengan Toyo purwitosari (W2S1/289)

Hal ini juga diperkuat dengan pernyataan informan yang merupakan seorang tuntunan yakni menerangkan bahwasannya :

nanti ada suatu getaran yang terjadi awalnya ya itu ada ada cahaya masuk ya ya ya dari atas melalui ubun-ubun ke bawah lalu mata terpejam dengan sendiri-sendiri Nya. maka terus proses jangan lepas masuk keluaranya udara di dalam hidup ini terus dirasakan di atas ubun-ubun ya istilah nanti terjadi kalau sudah napas halus terjadilah suatu getaran yang terjadi yaitu yang disebut Di saliro Soto atau kalau bahasa Jawanya silit kodok yaitu tali Roso iki lah di situlah maka di situlah ada suatu getaran yang terjadi pada suatu dorongan dengan sendirinya getaran mendorong kita ya itulah nanti langsung dirasakan getaran itu naik dari tahap ke tahap mulai kalau di bahasa Jawanya

itu taliroso yang disilet kodok ini lalu ke terus naik tiap tahap sampai 33 tahapan Lalu ada di tengah-tengah berhenti ya sekarang itu di tali Roso, Lalu naik lagi getaran itu sampai ditarik lho yang ada di punggung ini Nah itulah nanti terus kita tuh kan saja getaran itu yang mendorong kita sampai membungkuk itu Iya terus dirasakan terus ada suatu rasa yang terjadi dari taliroso to yang ada di punggung ini nanti masuk ke otak kecil nggak Itulah nanti ada suatu rasa yang terjadi yaitu rasanya sangat dingin.

(W113/64)

dalam keterangan wawancara tersebut, tuntunan menjelaskan bahwa ketika sujud nantinya akan muncul sebuah getaran pada tulang ekor yang nantinya getaran tersebut akan naik setahap-demi setahap hingga melewati 33 tahapan. Ketika getaran tersebut bergerak maka nantinya getaran tersebut akan mendorong individu yang melakukan persujudan hingga membungkuk secara perlahan hingga pada akhirnya akan pada posisi bersujud. Pada saat getaran tersebut bergerak maka akan diikuti dengan munculnya rasa dingin yang umumnya dirasakan oleh para pelaku persujudan.

4. Rasa

Subjek menyatakan bahwa sujud didalam ajaran *Sapta Dharma* merupakan sujud rasa. Sujud rasa diartikan sebagai cara beribadah atau cara berhubungan langsung dengan yang maha kuasa. Subjek menjelaskan bahwa ketika seseorang melakukan persujudan, maka seseorang tersebut sedang melakukan cara beribadah secara jasmani maupun secara rohani. Mengenai beribadah secara jasmani, subjek menjelaskan pada hasil sebelumnya bahwa gerak dalam sujud merupakan peribadatan secara jasmani. Sedangkan secara rohani yaitu sujud yang didasari atas adanya rasa pada dalam diri individu yang melakukan.

sujud itu memang adalah sujud rasa di dalam sapta dharma.

(WIS1/513)

*proses sujud itu kita menunggu datangnya rasa kembali tadi saja
dekat di depan tadi bawa rasa kita di dibimbing oleh cahaya.*

(WIS1/619)

*Kenapa kau sudutnya tidak sama? Kenapa sudutnya ada ya
sebentar? kadang ada yang lama? yang lama sekali? karena dia ada
di dalam proses pencucian ini adalah menunggu rasa. (WIS1/630)*

Pada pernyataan subjek diatas juga menjelaskan bahwa proses sujud juga merupakan persujudan yang nantinya merasakan rasa dan kemudian rasa

tersebut akan dibimbing oleh yang maha kuasa. Dalam keterangan subjek pada pernyataan terakhir juga menjelaskan bahwasannya setiap individu yang melakukan sujud memiliki durasi yang berbeda-beda antara satu dengan lainnya. Hal ini menurut subjek dikarenakan didalam persujudan pada dasarnya dilakukan atas dasar munculnya rasa, dan rasa antara satu individu yang lainnya berbeda. Sehingga durasi atau rasa yang dirasakan masing-masing pelaku persujudan berbeda satu sama lain.

5. Penyucian

Setelah adanya atau munculnya rasa ketika melakukan persujudan, maka pada saat yang bersamaan juga terjadi proses lain yang biasa dikenal dengan proses penyucian. Proses penyucian merupakan proses dimana seorang individu yang melakukan sujud akan melalui proses pembersihan dimana hal-hal yang diyakini sebagai sesuatu negative akan dilunturkan, sehingga hal-hal tersebut pada tubuh yang tidak lain berupa nafsu akan dibimbing atau dalam istilah bahasa *Jawanya dileremkan* agar tidak kembali bergejolak.

Kenapa kau sudutnya tidak sama? Kenapa sudutnya ada ya sebentar? kadang ada yang lama? yang lama sekali? karena dia ada di dalam proses pencucian ini adalah menunggu rasa. (WIS1/630)

Toyo purwatasari itu yang hubungannya dengan naik Turunnya getaran tadi karena getaran tadi adalah proses untuk pelunturan dari nafsu nafsu atau atau negatif yang negatif yang terdapat di dalam tubuh kita karena di dalam tubuh kita ini ada yang disebut atom berjiwa jadi disitu hubungannya dengan Toyo purwitosari (W2S1/289)

Pada keterangan subjek tersebut menjelaskan adanya proses penyucian tersebut dikarenakan adanya getaran dari *tuyo perwitosari* yang mana sebelumnya telah dijelaskan pada pernyataan subjek sebelumnya. Secara umum *tuyo perwitosari* berfungsi sebagai penyucian dan juga penyembuhan bagi seseorang yang melakukan persujudan tersebut. Pernyataan subjek tersebut juga selaras dengan pernyataan informan tuntunan pada pernyataannya :

Memang itu juga ada proses kita untuk belajar sekaligus untuk penyucian itu yang bagaimana yang dimaksud apa fisik maupun cara memang sujud itu adalah merupakan proses penyucian diri juga sujud itu menangkal segala sesuatu yang berbentuk negatif. sujud itu sendiri menangkal segala bentuk penyakit itu sudah jelas maka dari itu sujud itu sendiri juga akan menjadi manusia yang tanggap tanggap ing Sasmita karena sudah mengenali diri karena manusia telah diberi

wasisyo atau bahasa Jawa Diberi Kuasa oleh Allah untuk mengatur hidup hidupnya di antara salah dan benar baik dan buruk itu terserah karena sudah manusia diberi Wahyu oleh yang mengaku Diberi Kuasa oleh yang maha kuasa kuasa untuk mengatur hidup hidupnya baik dan buruk manusia itu tergantung daripada yang mengendalikan atau sopirnya, yaitu itulah maka dari itu kalau kita selalu sujud yang sumeleh menyerahkan diri kepada yang maha kuasa di setelah dengan sendiri akan mendapatkan suatu petunjuk dan bimbingan dari Allah Yang Mahakuasa menjadi manusia yang tanggap Sasmito karena Allah Maha rohim. Allah tidak jauh dari kita, segala sesuatu yang kita lakukan Allah itu akan tahu. (WII/193)

Tuntunan tersebut menjelaskan bahwa seseorang yang melakukan proses sujud sejatinya juga melakukan proses penyucian, pembersihan, dan pembelajaran. Hal ini yang nantinya akan membuat seseorang yang melakukan sujud akan mampu membimbing sebelas saudaranya atau dalam bahasa umumnya disebut nafsu, serta akan menjadikan seseorang yang melakukan sujud menjadi seseorang *tanggap ing sasmita* atau mampu mengontrol dan membimbing hawa nafsunya.

6. Mengendalikan Sebelas Saudara

Dalam konsep persujudan juga terdapat sebuah konsep yang biasa disebut dengan mengendalikan sebelas saudara. Mengendalikan saudara sebelas jika memakai bahasa umumnya maka memiliki arti sebagai mengendalikan nafsu atau keinginan yang tidak sesuai dengan kaidah kehidupan pada umumnya. Sehingga para warga khususnya penghayat kepercayaan *Sapta Dharma* mengendalikan sebelas saudara, salah satunya melalui proses sujud.

bagaimana cara manembah kita dengan dengan Rohani yaitu adalah kita itu mengendalikan hawa nafsu yang terdapat di dalam jiwa raga kita itu Yang mana nafsu itu dikendalikan oleh rasa. Dengan cara bersujud itu tadi itu adalah kita meneliti atau merasakan keluarnya keluar masuknya nafas. Karena kalau manusia itu adalah manusia itu rasa yang kita kendalikan Jadi kita itu belajar. (WISI/551)

Makane kita berat dalam menjalani ibadah ini kalau kita harus mengendalikan 11 nafsu yang bermacam-macam watak dan karakternya seperti itu. (WISI/1222)

jadi di dalam sebuah proses terjadi itu Tujuannya adalah untuk mengendalikan hawa nafsu yang terdapat di dalam jiwa manusia (WISI/677)

subjek dalam pernyataan menjelaskan bahwa persujudan atau *manembah* secara rohani adalah sebuah proses dalam mengendalikan hawa nafsu yang

terdapat di setiap manusia. Mengendalikan sebelas saudara menurut subjek merupakan ssesuatu hal yang berat dikarenakan manusia harus mengendalikan sebelas saudara yang memiliki watak dan karakter yang berbeda-beda satu sama lain agar mampu bertindak sesuai kebaikan. Pernyataan subjek tersebut juga memiliki kecocokan dengan pernyataan informan tuntunan yang menjelaskan :

sebenarnya tidak mau yang dimandatkan oleh Tuhan itu sendiri yang ada tujuan itu adalah tidak ada lain yaitu istilahnya mengarahkan saudara yang sebelah disini kalau di bahasa agama nafsu, yaitu saudara yang sebelah situ kalau di bahasa kita adalah yang disebut Permono, Endro, Bayu, Bromo, Nogo tahun, sukmore, jatingarang, mayanggoro, Sukmo kencono untuk mengarahkan saudara Ini ke arah tujuan yang yang baik dan benar. itulah maka disitulah mandat yang diberikan oleh tuhan kepada roh manusia atau yang mau suci itu sendiri itu ya maka dari itulah yang disebut sujud sujud asal mula manusia manusia ya maka dari itu sujud yang Sapto Darmo adalah sujud racut tuh mati. sujud asal manusia itu hakekatnya utuh untuk pengenalan diri secara individu individu mengenal hidupnya mengenali hidupnya itu mustahil kita bisa bertemu Tuhan bertemu yang maha kuasa yang tanpa didasari pengenalan diri secara individu. (W113/105)

penjelasan yang berasal dari tuntunan juga menerangkan bahwa sejatinya manusia pada dasarnya tidak mau dimandatkan sebelas saudara oleh tuhan, dikarenakan nantinya manusia akan memiliki tugas yakni mengarahkan dan membimbing sebelas saudara tersebut agar memiliki tujuan yang baik. Saudara sebelas juga memiliki sebutan yang berbeda antara lain : *Permono, Endro, Bayu, Bromo, Nogo tahun, sukmo, jatingarang, mayangkoro, Sukmo kencono, gandarwaraja, dan baginda kilir*. Selain itu tuntunan juga menjelaskan bahwa sujud pada hakikatnya merupakan cara untuk melakukan pengenalan terhadap diri dan kehidupannya agar nantinya mampu untuk bertemu atau mengenali tuhan.

7. Wejangan

Wejangan atau yang biasa disebut dengan petunjuk merupakan suatu hal yang menurut pernyataan subjek sebagai sebuah hal yang mengandung petunjuk agar manusia dituntun dan dibimbing oleh yang maha kuasa menuju sesuatu yang memiliki kebaikan. *Wejangan* sendiri diperoleh melalui proses sujud yang nantinya akan diterima oleh para individu, pada umumnya *wejangan* tidak langsung diterima secara langsung oleh individu, melainkan terkadang suatu wejangan diterima melalui perantara hal-hal lain disekeliling individu.

Ketika cahaya itu jadi rasa kang dalam bahasa Jawanya itu wadag atau rogo diwejang roso, roso dijewang Cahyo, lan Cahyo diwejang hyang moho kuoso. (WIS1/569)

sujud rohani yang sebenarnya yang ada dalam artian rasa tadi yang di yang di wejang dirasa tadi rasa yang diwejang oleh Yang Mahakuasa tadi jadi ketika sujud ke sujud penggalan itu adalah sujud yang sakral yang mana itu langsung Ditunjukkan oleh Yang Maha Kuasa, Bagaimana Sebuah sujud yang benar secara rohani dan itu yang di Bimbing langsung Yang Mahakuasa sendiri.(WIS1/970)

dalam pernyataan subjek diatas memiliki sebuah istilah yang berbunyi *wadag diwejang roso, roso diwejang cahyo, lan cahyo diwejang hyang moho kuoso*. Istilah tersebut memiliki arti bahwa raga diberi petunjuk oleh rasa, rasa diberi petunjuk oleh cahaya, dan cahaya diberi petunjuk oleh hyang maha kuasa.

Sementara menurut informan tuntunan menyatakan sebagai berikut :

mendapatkan wejangan dari yang maha kuasa kuasa itu tidak jelas ya maka dari itu sujud hakikat atau dasarnya adalah mendekati diri memohon kepada yang maha kuasa agar diberikan petunjuk dan bimbingan, yaitu kembali mampu mengenali dirinya secara individu secara individu itu tadi ada

yang kita sebut saudara yang 11 itu. Nah itu pengenalan diri nah diantara saudara yang sebelas itu mempunyai sifat dan watak yang berbeda-beda itu kita kenali Iya karena telah mendapatkan petunjuk dan bimbingan dari yang kuat Bagaimana sifat-sifat dan sikapnya yang maka dengan demikian saudara 11 itu memang sudah merupakan kodrat dari Tuhan yang tidak bisa terpisahkan selama kita masih ada di duni dunia. maka dari itu sujud hakekatnya kita supaya bisa mengenali saudara 11 itu iya bahasa agama yang disebut nafsu sifatnya Permono itu gimana sifatnya Sumber Kencono itu bagaimana ya Bromo itu bagaimana yang kita ya ya Bayu itu bagaimana yang itu itu kita kenali. suatu contoh saja, Mengapa orang itu senang berbuat zina itu saudara siapa yang bergejolak kan itu kalau kita kenal kita memohon kepada yang maha kuasa supaya saudaranya yang bergejolak itu ya akan menjadi lerem dan tidak terkecuali karena kita sudah kenal Ini saudara kita yang akan bergejolak jika memohon kepada yang maha kuasa sehingga terkenal terkendali. (W113/214)

dalam pernyataan tuntunan, *wejangan* adalah sebuah bimbingan agar para pelaku persujudan yang mendapatkan mampu untuk mengenali dan memahami sebelas saudara yang ada pada dalam diri masing-masing

individu. Mengenali sebelas saudara berarti mengenali berbagai macam bentuk, perilaku, dan watak pada masing-masing saudara agar nantinya saudara tersebut tidak bergejolak serta mampu untuk dikendalikan.

8. Pembelajaran

Konsep didalam persujudan pada dasarnya tidak lain merupakan konsep pembelajaran pada individu yang melakukan sujud, konsep pembelajaran dalam sujud *Sapta Dharma* adalah pembelajaran dalam mengenal, memahami, dan mengendalikan para nafsu. Seperti halnya dalam pernyataan subjek 1 bahwasannya sujud tidak lain untuk mengendalikan nafsu yang terdapat didalam jiwa manusia.

tentang sebuah proses sujud itu semua orang di dalam proses sujud ini disini adalah proses pembelajaran, Apa artinya? proses pembelajaran menuju pada sesuatu yang terbaik sesuatu kebaikan. jadi di dalam sebuah proses terjadi itu Tujuannya adalah untuk mengendalikan hawa nafsu yang terdapat di dalam jiwa manusia. (WIS1/672)

sujud penggalian itu adalah sujud peningkatan kualitas rohani yang mana itu bener-bener sujud.

Yang didasari dengan ini “ngunduh wohing pakarti Neng Roso” jadi-jadi ketika di Sujud penggalian itu adalah sujud

yang sangat sakral yang mana memang sujud itu benar-bener kita totalitas bener-bener kita Melakukan hal ritual yang sangat mendalam. (WIS1/962)

kita merasakan seluruh badan itu akan sakit bila rasa sakit itu lah yang akan menimbulkan rasa bahwa kita mengingat tuh ya tadi tadi siang saya melakukan kesalahan ternyata badan saya menjadi sakit semua kayak gini gitu jadi gitu maksudnya ngunduh wohing pakarti roso gitu. (W2S1/108)

selain mengendalikan nafsu, dalam persujudan juga merupakan proses untuk belajar dari buah perbuatan yang telah dilakukan oleh para manusia. Dalam istilah bahasa *Jawa* dikenal sebagai *Ngunduh Wohing Pakartining Roso*, yang tidak lain adalah proses pembelajaran dari sesuatu perbuatan yang sudah pernah dilakukan. Sedangkan menurut pernyataan informan tuntunan, pembelajaran memiliki makna bahwa manusia yang melakukan akan melalui proses penyucian serta pembelajaran yang mana manusia secara hakikat diibaratkan sebagai sopir untuk mengemudikan para sebelas saudara sebelas agar memiliki perilaku yang baik.

9. Sujud Penggalian

Persujudan secara umum dibagi menjadi dua hal, yaitu persujudan yang dilakukan secara umum serta tidak terikat waktu, dan persujudan penggalian yang mana merupakan sebuah proses khusus dalam persujudan yang waktu serta tempat telah ditentukan. Dalam pernyataan subjek dijelaskan bahwa sujud penggalian merupakan sujud yang bertujuan untuk meningkatkan kualitas rohani serta nantinya akan mendapatkan sebuah *wejangan-wejangan* dalam melakukan sujud.

sujud penggalian itu adalah sujud peningkatan kualitas rohani yang mana itu benar-bener sujud. Yang didasari dengan ini “ngunduh wohing pakarti Neng Roso” (WIS1/962)

kita sebagai sebagai pemeluk Ajaran sapta dharma karena kewajiban sebagai seorang warga itu adalah 1 sujud, 2 sanggaran, dan 3 Penggalian. (WIS1/942)

sujud penggalian itu adalah sujud yang sakral yang mana itu langsung Ditunjukkan oleh Yang Maha Kuasa, Bagaimana Sebuah sujud yang benar secara rohani dan itu yang di Bimbing langsung Yang Mahakuasa sendiri. (WIS1/972)

sujud penggalian pada dasarnya merupakan sebuah kewajiban bagi para penghayat kepercayaan *Sapta Dharma* dimana kewajiban tersebut antara lain : Sujud, Sanggaran, dan melakukan penggalian. Sujud penggalian memiliki orientasi untuk *Ngunduh Wohing Pakartining Roso*, tetapi dalam konteks lebih mendalam dan kompleks.

Sedangkan menurut pernyataan informan tuntunan dalam sujud penggalian terdapat hal sebagai berikut :

triwikromo adalah telu telu Neng atunggal nyawiji antara nuroso nurbuat Nurcahyo itu yang disebut sujud asal mula mana dia maka di situlah ada suatu proses yang terjadi bila itulah tidak bisa diceritakan secara apa itu Ya itu merupakan dasar untuk penggalian itu ada suatu kedamaian yang terjadi itulah yang disebut Tritunggal telur-telurnya atunggal nyawiji itulah awal manusia menerima mandat dari itu Tuhan.
(W113/77)

dalam keterangan wawancara diatas, tuntunan menjelaskan bahwa dalam sujud penggalian memiliki dasar bahwa ketika melakukan sujud akan terjadi suatu hal yang disebut dengan *triwikromo* yang tak lain merupakan *telu-telune atunggal* yaitu bersatunya antara *nuroso*, *nurbuat*, dan *nurcahyo* yang merupakan bersatunya rasa, asal muasal manusia, dan *hyang moho suci*.

10. *Racut*

Konsep persujudan lainnya adalah *Racut*, *racut* secara definisi dalam pernyataan subjek merupakan suatu kejadian yang dialami individu dimana roh yang berada dalam badannya keluar kemudian mampu untuk menyaksikan *alam langgeng* atau secara umum disebut sebagai surga. *Racut* juga termasuk dalam *mati sajroning urip* karena *hyang moho suci* sowan dengan yang maha kuasa.

racut itu sendiri manusia atau roh Suci manusia itu sendiri sang manusia asal atau individu itu sendiri ditentukan oleh Yang Maha Kuasa untuk mengetahui alam surge. Lha itu bukan hal yang mudah, Belum tentu warga itu mampu mencapai ke arah sana karena itu adalah dataran tertinggi. Jadi dalam bahasa Jawa itu ngerti Urip sajroning pati jadi dia sebenarnya hidup tapi dia sudah paham ngerti dan tahu akan kematian lha itu tidak bisa dirasional. (WIS1/1044)

dalam pernyataan informan juga menyatakan bahwasannya *wayu racut* merupakan sebuah fenomena yang dialami manusia tertentu yang mana mampu untuk bertemu dengan yang maha kuasa sekaligus menyaksikan secara langsung mengenai alam *akhirat*.

Wahyu racut itu adalah merupakan tata cara manusia mengetahui alam langgeng atau bahasa-bahasa umumnya adalah alam akhirat. (W113/33)

itu sujud yang Sapto Darmo adalah sujud racut tuh mati. sujud asal manusia itu hakekatnya utuh untuk pengenalan diri secara individu individu mengenal hidupnya mengenali hidupnya itu mustahil kita bisa bertemu Tuhan bertemu yang maha kuasa yang tanpa didasari pengenalan diri secara individu yang inilah merupakan yang disebut Sejuta Cinta. (W113/113)

selain mengetahui alam akhirat, *racut* juga merupakan bagaimana seorang individu lebih mendalami mengenai pemahaman terkait dengan diri sendiri.

11. Manunggal Kawulo Lan Gusti

Konsep *manunggal kawulo gusti* merupakan konsep yang disebut dengan *triwikromo*. *Triwikromo* adalah bersatunya antara tiga hal yaitu : *nurbuat*, *nuruso*, dan *nurchahyo* yang merupakan asal muasal terciptanya manusia. Hal tersebut diyakini didapatkan melalui proses persujudan asal muasal manusia. Dalam pernyataan subjek juga menjelaskan bahwa manusia mampu untuk menyatu antara dzat percikkan sinar yang maha kuasa (roh) dengan yang maha kuasa. Sehingga dalam konteks tersebut yang berhubungan bukanlah badan fisik, melainkan badan rohani.

Manunggaling kawulo Gusti itu berarti ketika kita mampu menyatu antara zat apa ya antara rohnya manusia katakan percikkan sinar Yang sudah diberikan oleh kepada yang maha kuasa ke manusia kepada sang Maha Pencipta jadi ketika kita Manunggaling kawulo Gusti itu berarti kita mampu berhubungan dengan yang maha kuasa bukan fisik kita yang berhubungan (W2S1/239)

Hal ini juga ditegaskan oleh tuntunan bahwa konsep *manunggal kawulo gusti* merupakan adanya kejadian yang pada umumnya disebut dengan *triwikromo* yaitu menyatunya *nur buat*, *nuroso*, dan *nurcahyo*. Ketika seseorang telah berada pada kondisi tersebut maka akan merasakan sebuah kedamaian.

setelah kepala kita kita letakkan di kain mori itu tadi dia maka di situlah yang disebut triwikromo Apa arti triwikromo adalah telu telu Neng atunggal nyawiji antara nuroso nurbuat Nurcahyo itu yang disebut sujud asal mula mana dia maka di situlah ada suatu proses yang terjadi bila itulah tidak bisa diceritakan secara apa itu Ya itu merupakan dasar untuk penggalan itu ada suatu kedamaian yang terjadi itulah yang disebut Tritunggal telur-telurnya atunggal nyawiji itulah awal manusia menerima mandat dari itu Tuhan. (W1I3/76)

12. *Satrio Utomo*

Dalam ajaran *Sapta Dharma* terdapat sebuah hal yang disebut dengan *Satrio Utomo*. *Satrio Utomo* jika diambil berdasarkan dari pernyataan subjek dan informan adalah sebuah hal yang akan didapat ketika seorang individu mampu melakukan dan memiliki efek pada kehidupannya. Secara umum *satrio utomo* digambarkan memiliki watak welas asih, tidak membenci, luhur, dan *sumeleh* pada semua makhluk hidup. Selain ketiga hal tersebut, mereka telah mampu untuk memahami serta mengendalikan sebelas saudaranya yang berupa nafsu-nafsu yang berada dalam jagad pribadinya.

saudara itu kita kendalikan agar dia mempunyai jiwa ksatria atau yang dalam bahasa Jawa itu dia punya sifat Adi Luhung Kang nduweni jiwa Satrio Utomo. Satrio utomo sendiri pengertiannya adalah manusia yang berbudi luhur manusia yang baik dan bijaksana mungkin seperti itu penjelasan dari saya. (WIS1/912)

Jejer satrio Utama itu adalah manusia yang yang berbudi luhur manusia yang mempunyai perilaku yang baik atau yang punya perilaku yang mulia. Jadi segala sifat tindakan perbuatan itu didasari dengan sesuatu yang baik jadi ucapan yang baik perilaku yang baik tata kehidupan yang baik itu yang disebut Satrio Utomo karena yang manusia yang berwatak Mulia lho Mas itu yang disebut Satrio Utomo jadi orang yang bijaksana

orang yang lemah lembut orang yang mampu menghargai orang lain dan sebagainya Itu yang disebut manusia yang Satrio Utomo. (W2S1/9)

Pernyataan subjek 1 selaras dengan penjelasan tuntunan mengenai konsep *Satrio Utomo* bahwa yang dimaksud dengan *Satrio Utomo* merupakan sebuah capaian dimana seorang individu mampu untuk membimbing sebelas saudaranya melalui proses persujudan dengan dasar *sumeleh*.

mencapai Satrio Utomo itu apa yang disebut Satrio Utomo itu adalah sifat sifat-sifat yang luhur maka dari itu pada dasarnya untuk menjadi Satrio Utomo itu tidak ada lain dasarnya itu adalah sujud sumeleh ya itu tadi mengenali diri secara individu kita kembali lagi mengenali saudara itu sehingga bisa mengarahkan saudara yang 11 itu yang kalau bahasa agama lain disebut nafsu yang 11 itu ke arah tujuan yang baik dan benar. itulah termasuk yang disebut Satrio Utomo itu adalah ya kita sudah mengenal diri kita secara individu itu siapa ya roh itulah cahaya Anda. (W1I3/269)

di dalam jagad pribadi manusia roh anda itu yang menerima suatu mandat dari itu Tuhan maka dari itu kalau sudah yang mau jadi kita tuh yang berfungsi anda sudah mampu mengembala daripada

Saudara atau nafsu. Katakanlah gitu mengembala saudara yang ada di jagat pribadi anda ya ke arah tujuan yang baik dan benar itulah wujud daripada Satrio Utomo, Utomo yang mempunyai sifat inilah maka dengan demikian kita sebagai warga Sapto Darmo tidak diperkenankan membeda-bedakan di antara satu dengan yang lain karena orientasinya warga sebagai seorang pelajar ini bahwa manusia di muka bumi di bawah langit ini dikodratkan oleh Tuhan dengan unsur yang sah yaitu kalau pitutur Luhur itu sedulur papat lima Pancer. Satu dari tanah 2 dari api 3 air 4 howo udara 1 cahaya Tuhan. Urip itu tidak ada di antara 1 unsur dari 5 ini manusia tidak janggankan manusia hewan pun tidak akan mungkin bisa. itu manusia di muka bumi di bawah langit ini unsurnya sa sama, tidak diperkenankan membeda-bedakan di antara satu dengan yang lain lainnya nanti pada saatnya kembalinya adalah sa sama yang dari tanah yang menyatu ke tanah dari artinya tetapi Mengapa macam membedakan di antara satu dengan yang lainnya sebagai warga, tidak diperkenankan maka dari itu apa yang disebut Jawa itu bukan Jawa suku bukan bukan Jawa etnis Jawa pernah ngerti marang Urip Urip Urip e. inilah sehingga kita tidak mempunyai rasa apa rasa benci kepada sesama makhluk hidup. Maka itulah wujud dalam suatu kedamaian kedamaian.

(W113/283)

dalam pernyataan diatas, tuntunan juga menjelaskan ketika seseorang telah mencapai tingkatan tersebut, maka sejatinya telah menjadi apa yang disebut dengan *Jawa Jawi*, yaitu sebutan orang yang mampu mengenali dan memahami diri dan kehidupannya.

13. Sebelas Saudara

Saudara sebelas atau yang biasa disebut dengan nafsu diyakini sebagai sebuah mandat yang diberikan oleh yang maha kuasa agar dikendalikan dan dibimbing. Saudara yang berjumlah sebelas memiliki watak yang berbeda antara satu sama lain sehingga perlunya manusia untuk mengendalikannya. Ketika peneliti menanyakan lebih lanjut mengenai macam-macam jenis, watak, dan bentuk dari sebelas saudara tersebut, subjek dan informan secara tidak langsung berkenan untuk menjelaskan, dikarenakan pada dasarnya hal tersebut diwajibkan diperoleh hanya melalui proses sujud penggalian. Alasan tersebut dikatakan karena itu merupakan pengertian dari rasa pada masing-masing individu, sehingga tidak diperkenankan untuk diceritakan pada orang lain.

*sebenarnya nafsu itu ada ada 11 unsur yang itu mempunyai sifat mempunyai tugas dan watak yang berbeda-beda.
(W2S1/44)*

disebut nafsu 11 tadi dan itu ada nanya namanya semua nafsu sebelah situ lah konsep untuk menuju Satrio Utomo itu kita

harus mampu menundukkan 11 nafsu yang terjadi pada jagad pribadi kita kalau nafsunya di situ misalnya ada yang disebut namanya itu kayak Sukmo Roso, sukmo Kencono, mayangkoro. itu saya salah satunya aja gandarawa raja itu nafsu nafsu yang terdapat di dalam jaga pribadi kita ketika kita mau ke satrio utomo kita harus bisa mampu menundukkan 11 nafsu itu jadi di sini ada pengertian ada telu telune atunggal, Limo Limo ATunggal pitu-pitu Atunggal, songo-songone aTanggal, dan sewelas-welase atunggal baru kita akan mencapai dua belas yang disebut jejer Satrio Utomo (W2S1/62)

subjek lebih lanjut menjelaskan bahwa manusia diharuskan untuk menundukkan para sebelas saudara agar mampu mencapai yang disebut dengan *sewelas-welas e atunggal* atau secara umum diartikan sebagai pribadi yang mampu mengontrol dan membimbing nafsunya. Selain subjek, informan tuntunan menerangkan mengenai sebelas saudara secara umum dan tidak dapat menjelaskan secara detail dikarenakan adanya alasan seperti pernyataan sebelumnya.

saudara yang sebelah disini kalau di bahasa agama nafsu, yaitu saudara yang sebelah situ kalau di bahasa kita adalah yang disebut Permono, Endro, Bayu, Bromo, Nogo tahun,

sukmoro, jatingarang, mayangkoro, Sukmo kencono untuk mengarahkan saudara Ini ke arah tujuan yang yang baik dan benar. (W113/107)

secara garis besar, tuntunan hanya menjelaskan bahwa sebelas saudara diartikan sebagai nafsu dengan nama seperti *permono, endro, bayu, bromo, nogo tahun, sukmosoro, jatingarang, mayangkoro, dan sukmo kencono*. Semua itu menurut pernyataan informan harus diarahkan kearah tujuan yang baik dan benar.

14. Kawaskitaan

Dari data yang diperoleh, *kawaskitaan* memiliki definisi bahwa ketika seorang yang mendalami sujud merasa dapat merasakan sesuatu yang ada didalam dirinya maupun dilingkungan sekitarnya. *Waskito* sendiri meliputi : *waskithaning Roso, waskitaning Pagondo, pangucap, pangroso, dan pangrungu*. Mengetahui disini memiliki contoh seperti dapat mengetahui mengapa seseorang berbuat baik, dan mengapa berbuat sesutau yang negative. Selain hal tersebut, seseorang yang memiliki *waskito* diyakini mampu merasakan kedamaian.

orang Sapta Darma itu diberi yang disebut Radar kewaspadaan keadaan itu kita diberi petunjuk oleh Yang

Maha Kuasa untuk mengetahui sesuatu misalnya nanti akan ada terjadi sesuatu yang tidak mengenakkan misalnya ada saudara yang akan meninggal misalnya itu ada tanda ada tanda bahwa ini ternyata ada ada sesuatu yang tidak baik. Yang akan terjadi hal itu diberi diberi tanda oleh Yang Mahakuasa itu yang berat yang disebut di Radar kewaspadaan tadi itu akan yang yang bisa dikajih itu adalah rasa rasa mana yang muncul begitu jadi nanti kalau itu memang agak mendalam ya kita karena itu tidak bisa di rasional susah juga kita jabarkan ya tapi intinya cuman kita jadi misalnya kita akan mendapatkan rezeki gitu misalnya itu ada tanda bawah ini pasti akan dapat rezeki kita itu tahu kalau kita mau mau dapat rezeki kita akan mendapatkan kesenangan itu. (W2S1/210)

pernyataan subjek diatas secara umum menggambarkan bahwa yang disebut dengan *kawaskitaan* tidak lain merupakan radar kewaspadaan. Dalam konteks ini, subjek menjelaskan bahwasannya yang dimaksud dengan radar kewaspadaan merupakan suatu hal yang ada pada diri individu yang berguna untuk mengetahui sesuatu yang akan terjadi. Disini subjek mencotohkan ketika ada orang yang akan meninggal, maka seseorang yang memiliki *kawaskitaan* akan merasakan hal tersebut terjadi. Hal ini diyakini bahwa

kawaskitaan merupakan pemberian dari yang maha kuasa. Disisi lain, tuntunan menjelaskan dalam pernyataan berikut :

Kawaskitaan itu adalah yang disebut wasiat maka dari itu manusia sebenarnya sudah diberikan Kawaskitaan, diberikan oleh Yang Mahakuasa ini tinggal kita yang belum mampu Dan kalau kita sudah mampu mengenali diri kita secara individu atau mengenali saudara II itu tadi maka dengan sendirinya kita bisa membacasi kap orang yang disebut Waskita. itu ya ya ini orang ini kalau begini sifatnya berarti saudaranya yang bekerja Lah ini kan kita sudah tahu yang sombong nih siapa yang akan tahu maka dari itu ada yang di mana Di situ ada lima unsur yang disebut Waskito itu ya waskithaning Roso, waskitaning Pagondo, pangucap, pangroso, dan pangrungu. semua manusia sudah diberi oleh Tuhan oleh Yang Maha Kuasa tapi tinggal manusianya yang menggunakan bahan itu sendiri kalau kita sudah mampu mengenali diri kita secara individu maka dengan sendirinya Tuhan akan memberikan suatu mukjizat nya makan tahu sebagai pengalaman kami saya bukan menyatakan kesombongan dalam hal ini kita Sebelum karena tugas kita itu juga sebagai staff tuntunan Kabupaten juga sebagai tugas pangrukti layon di situ segala sesuatunya sebelum terjadi itu kita sedih sudah diberitahu akan tahu itu kenyataan yang terjadi yang kita alami pada saat itu kita ada saudara kita yang meninggal di situ nanti di sini ya kurang

satu minggu sudah diberi tahu itu kenyataan yang terjadi memang tidak semudah ya yang menghayati ajaran ini, tapi dasarnya hanyalah suatu keikhlasan sumeleh Iya sehingga terjadilah kalau sudah kita mengenal diri kita atau mengenal saudara setelah itu maka hidup akan mendapatkan sesuatu Kedamaian. (W113/239)

Pernyataan sebagaimana diatas menjelaskan bahwa *kawaskitaan* menurut tuntunan adalah sebuah wasiat yang berasal dari tuhan. Dimana fungsi dan tujuannya tidak lain sebagaimana seperti dijelaskan oleh subjek 1. Akan tetapi, informan tuntunan tersebut lebih mencotohkan kegunaan *kawaskitaan* ketika seorang individu lebih merasa terhadap diri pribadi maupun pada orang lain. Dalam konteks ini semisal apabila menemui seseorang yang memiliki perilaku yang tidak sesuai, maka seseorang yang memiliki *kawaskitaan* akan peka mengenai saudara siapa yang bergejolak, serta karena apa perilaku tersebut muncul.

c. Gambaran Efek Persujudan Subjek 1

1. Ikhlas

Berdasarkan dari data beserta keterangan yang diperoleh, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa subjek 1 merasa lebih bisa menerima dan berbuat atas dasar ikhlas. Hal ini dibuktikan dengan pernyataan subjek pada wawancara kedua serta pernyataan informan.

jadi kita dalam bermasyarakat kita mempunyai jiwa toleransi saling menolong mempunyai Welas Asih terhadap sama saling menghormati manusia satu dengan yang lain atau kalau misalnya kita berada di dalam ajaran yang berbeda kita mampu duduk bersama kita mampu saling menghormati bahwa kita mempunyai Kepercayaan dan keyakinan yang berbeda. (W2S1/23)

Ya memang begitu kadang ada rasa kwawatir was-was dan juga ragu2 namun sekarang percaya diri bahwa hidup dan kehidupan ini sudah ada yg mengatur dgn sedemikian rupa yg penting kita bersandar kepada yg maha kuasa. (W111/43)

Disini informan juga mengatakan bahwa subjek 1 merasa bahwa sekarang percaya diri pada hidup dikarenakan semua sudah diatur sedemikian rupa dan yang terpenting bersandar pada tuhan.

d. Pengendalian Emosi dan Perilaku Negatif

Subjek 1 merasa dapat lebih mengendalikan emosinya dibandingkan sebelumnya. Dalam hal ini subjek 1 sebelum melakukan persujudan diketahui seringkali belum mampu mengendalikan amarah dan perilakunya. Sedangkan ketika telah melakukan sujud dan mendalami

persujudan, subjek menunjukkan perubahan pada emosi dan perilakunya. Data tersebut juga selaras dengan pernyataan informan melalui wawancara yang tidak lain merupakan istri subjek.

bagaimana cara manambah kita dengan dengan Rohani yaitu adalah kita itu mengendalikan hawa nafsu yang terdapat di dalam jiwa raga kita itu Yang mana nafsu itu dikendalikan oleh rasa. Dengan cara bersujud itu tadi itu adalah kita meneliti atau merasakan keluarnya keluar masuknya nafas. Karena kalau manusia itu adalah manusia itu rasa yang kita kendalikan Jadi kita itu belajar. (WISI/551)

Makane kita berat dalam menjalani ibadah ini kalau kita harus mengendalikan 11 nafsu yang bermacam-macam watak dan karakternya seperti itu. (WISI/1222)

jadi di dalam sebuah proses terjadi itu Tujuannya adalah untuk mengendalikan hawa nafsu yang terdapat di dalam jiwa manusia (WISI/677)

Jadi fungsi sujud itu mengendalikan hawa nafsu untuk Manusia itu berbuat baik atau perbuatan Luhur tidak keluar dari rel aturan main di dalam sebuah kehidupan. Jadi mungkin kalau dalam bahasa dulu dalam orang Jawa Itu ada yang disebut kalau orang Jawa Itu harus menghindari molimo : main, maling, madon, madat, minum, dan sebagai seperti itu

itu hanya sebagai pola pikir bagaimana kita harus menghindari sifat yang jelek harus berbuat baik. (WIS1/713)

lah di dalam sebuah sujud ini adalah proses untuk merubah perilaku yang kurang baik tetapi menjadi baik dengan prosesnya kita mengendalikan hawa nafsu itu tadi yang dikendalikan oleh rasa. yang rasanya dikendalikan oleh cahaya itu tadi secara otomatis kita dibimbing oleh Yang Mahakuasa itu sendiri dari cahaya itu sendiri Begitu. (WIS1/731)

dalam gambaran pernyataan diatas, subjek menekankan bahwa sejatinya manusia dalam kehidupannya memiliki tugas berat, yaitu mengendalikan dan membimbing sebelas saudara yang wujudnya berupa emosi dan perilaku yang tidak baik. Perilaku tidak baik yang dijelaskan subjek secara umum yaitu mengenai konsep *Molimo* yaitu *madat, madon, minum, main, dan maling*. Selain itu, subjek menjelaskan bahwa sujud juga merupakan salah satu cara dalam proses pengendalian sebelas saudara. Perubahan subjek dari sebelum dan sesudah melakukan sujud juga dinyatakan oleh informan subjek yakni istrinya yang mentakan sebagai berikut :

*Di antaranya adalah perubahan perilaku dari yg dulunya pemaarah sekarang menjadi penyabar yg dulu suka emosi sekarang mampu mengontrol juga berubah menjadi pemaaf.
(WIII/35)*

Informan subjek menyatakan bahwa sebelum mendalami persujudan, subjek adalah orang yang suka emosi dan tidak bias mengontrol. Namun setelah melakukan persujudan, sekarang informan merasa bahwa subjek lebih menjadi pribadi yang mampu mengontrol emosi dan pemaaf.

e. Bahagia

Subjek 1 merasa menemukan *ayem tentrem*, bahagia, dan yakin terhadap hidupnya. Selian itu subjek merasa selalu bersyukur atas segala sesuatu yang didapatkan karena meyakini bahwa tuhan yang menentukan kehidupan manusia. Hasil kesimpulan diperoleh berdasarkan data wawancara subjek serta wawancara informan subjek. Subjek juga merasa bahwa mendapatkan sebuah petunjuk atas apa yang akan terjadi menghampirinya, dalam hal ini subjek menyebut hal tersebut dengan nama “radar kewaspadaan” yang diyakini memberikan isyarat atas apa yang terjadi pada hidupnya termasuk kebahagiaan.

Jadi kalau kita yang namanya kita sudah sujud itu yang kita temukan itu hanya ayem Tentrem, atau kebahagiaan. Karena apa? Nafsu yang terdapat di dalam jiwa raga kita sudah terkendali jadi sudah tidak apa ya tidak mengembara lagi nafsu itu tidak melonjak lagi karena kita sudah ditekan Oleh yang disebut rasa tadi yang sudah dibimbing oleh cahaya itu tadi jadi memang sangat sangat beda ini Mas, dari ketika Gimana saya sebelum sujud dan Gimana saya setelah sujud. (WIS1/794)

Yang akan terjadi hal itu diberi diberi tanda oleh Yang Mahakuasa itu yang berat yang disebut di Radar kewaspadaan tadi itu akan yang yang 91ias dikajih itu adalah rasa rasa mana yang muncul begitu jadi nanti kalau itu memang agak mendalam ya kita karena itu tidak 91ias di rasional susah juga kita jabarkan ya tapi intinya cuman kita jadi misalnya kita akan mendapatkan rezeki gitu misalnya itu ada tanda bawah ini pasti akan dapat rezeki kita itu tahu kalau kita mau mau dapat rezeki kita akan mendapatkan kesenangan itu tahu diberi tanda orang yang ada tandanya. W2S1/219)

Penjelasan subjek diatas menggambarkan bahwa ketika melakukan persujudan, subjek merasa memperoleh rasa *ayem tentrem* dan kebahagiaan dikarenakan nafsu yang terdapat pada diri pribadi mampu untuk dikendalikan. Selain hal itu subjek juga menjelaskan mengenai radar kewaspadaan seperti yang telah dijelaskan pada hasil temuan lapangan sebelumnya. Disini informan juga menambahkan bahwa subjek saat ini merasa mampu untuk mensyukuri atas kehidupan yang sudah ditentukan oleh yang maha kuasa.

Yang saya maksud bawasannya beliau bahwa hidup ini kita haruslah selalu bersyukur karena dlm semua aspek kehidupan ini Tuhanlah yg menentukan manusia hanya menjalankan apa yg jadi kehendaknya. (WIII/49)

f. Perubahan Perilaku

Subjek 1 mengalami perubahan yang signifikan dalam hal mengatur emosi maupun perilaku dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini diperoleh berdasarkan temuan terhadap data wawancara subjek dengan data wawancara informan. temuan pada data informan menjelaskan bahwa sebelumnya subjek merupakan seseorang yang pemaarah dan susah dalam hal mengatur emosi, sedangkan setelah melakukan sujud, informan mengatakan bahwa subjek mengalami perubahan perilaku dan emosi.

kita sudah menjadi orang baik kalau kita sudah menjadi orang yang benar perilaku kita perbuatan kita terus ucapan kita itu semua baik otomatis kita akan menjadi contoh oleh orang-orang yang di sekitar kita perilaku kita baik ucapan kita santun semua yang kita lakukan itu baik kita suka menolong orang Ya, Siapa yang kesusahan kita tolong Siapa yang butuh bantuan kita bantu Siapa yang butuh apa aja kita berusaha untuk untuk mampu menjadi penerang itu maksudnya kita menjadi seorang kita bisa menjadi penerang orang lain itu yang di maksud hidup Jadi kita itu sebagai intinya itu pindah Baqarah itu kita sebagai penerang kita sebagai seorang penolong kita akan menjadi apa ya itu orang itu bisa senang. (W2S1/136)

Persujudan itu adalah tergantung melihat dari perubahan perilaku Orang yang sujud itu sendiri jadi Setelah dia sujud Bagaimana perilaku orang itu tetap Atau kurang baik atau lebih baik. Atau seperti apa. Jadi di situ untuk menentukan berhasil nggak proses sujud itu kalau dia memang sujud nya dia sudah bisa atau belajarnya bisa, secara otomatis perilaku manusia itu akan lebih baik dari dulu yang dia jelek menjadi baik dari dia menjadi lebih baik dari yang lebih baik, yang lebih akan menjadi lebih sempurna.(W1S1/694)

Sementara pernyataan informan juga menjelaskan bahwa sujud yang dilakukan subjek berpengaruh pada perubahan sebelum dan sesudah melakukan sujud.

Ya adanya perubahan yg signifikan sebelum dan sesudah melakukan sujud. (W111/31)

Di antaranya adalah perubahan perilaku dari yg dulunya pemarah sekarang menjadi penyabar yg dulu suka emosi sekarang mampu mengontrol juga berubah menjadi pemaaf. (W111/35)

g. Perilaku Baik

Hasil wawancara pada Subjek 1 dan informan menunjukkan bahwa saat ini memiliki perilaku baik pada keluarga, orang tua, maupun terhadap lingkungan sekitar. Baik data yang diperoleh dari subjek maupun informan memiliki kecocokan. Subjek juga merasa bahwa sebagai manusia harus menjadi *obor pepadahing umat*, yang tidak lain bahwa manusia harus memiliki perilaku baik, *welas asih*, dan menolong terhadap sesama. Disamping itu informan juga merasakan atas perilaku subjek yang berorientasi pada perilaku baik.

secara otomatis perilaku manusia itu akan lebih baik dari dulu yang dia jelek menjadi baik dari dia menjadi lebih baik dari yang lebih baik, yang lebih akan menjadi lebih sempurna. dari dari tutur kata dari perilaku dari perbuatan dari tindakan dia akan mencerminkan nilai-nilai keluhuran atau nilai-nilai kebaikan di situ.
(WIS1/711)

harus berbuat baik seperti itu (3) lah di dalam sebuah sujud ini adalah proses untuk merubah perilaku yang kurang baik tetapi menjadi baik dengan prosesnya kita mengendalikan hawa nafsu itu tadi yang dikendalikan oleh rasa (WIS1/726)

kita harus mempunyai perilaku yang luhur, perbuatan yang baik, kita suka menjadi seorang penolong, kita harus jadi seorang Dermawan, kita harus mampu mengayomi orang, ibaratnya kita harus jadi sering jjadi obor pepadhanging umat jadi kita harus ber kalau kita ingin seperti itu kita harus selalu berbuat kebaikan berbuat kebaikan selalu berlomba berlomba dan perlombaan Melakukan kebaikan seperti itu
(WIS1/1153)

manusia yang yang berbudi luhur manusia yang mempunyai perilaku yang baik atau yang punya perilaku yang mulia. Jadi segala sifat tindakan perbuatan itu didasari dengan sesuatu yang baik jadi ucapan yang baik perilaku yang baik tata kehidupan yang baik itu yang disebut Satrio Utomo karena yang manusia yang berwatak Mulia lho Mas itu yang disebut Satrio Utomo jadi orang yang bijaksana orang yang lemah lembut orang yang mampu menghargai orang lain dan sebagainya Itu yang disebut manusia yang Satrio Utomo. (W2S1/9)

secara secara umum jadi kita dalam bermasyarakat kita mempunyai jiwa toleransi saling menolong mempunyai Welas Asih terhadap sama saling menghormati manusia satu dengan yang lain atau kalau misalnya kita berada di dalam ajaran yang berbeda kita mampu duduk bersama kita mampu saling menghormati bahwa kita mempunyai Kepercayaan dan keyakinan yang berbeda Karena hanya keyakinan yang yang membedakan kita tapi semua pada akhirnya kan kita semua itu juga sama-sama ciptaannya maha kuasa. (W2S1/23)

gini kita akan bisa menyinari. pindah Baskoro itu kita adalah kita akan menjadi sebuah Sinar kita akan mampu menerangi sesuatu yang berada disekitar kita. Apa artinya kalau kita sudah menjadi orang baik kalau kita sudah menjadi orang yang benar perilaku kita perbuatan kita terus ucapan kita itu semua baik otomatis kita akan menjadi contoh oleh orang-orang yang di sekitar kita perilaku kita baik ucapan kita santun semua yang kita lakukan itu baik kita suka menolong orang Ya, Siapa yang kesusahan kita tolong Siapa yang butuh bantuan kita bantu Siapa yang butuh apa aja kita berusaha untuk untuk mampu menjadi penerang itu maksudnya kita menjadi seorang kita bisa menjadi penerang orang lain itu yang di maksud hidup Jadi kita itu sebagai intinya itu pindah Baqarah itu kita sebagai penerang kita sebagai seorang penolong kita akan menjadi apa ya itu orang itu bisa senang Apa yang pernah kita perbuat yang yang dia butuh bantuan kita bisa bantu Jadi itu maksudnya jadi pindah Baskoro itu kita menjadi bisa menyinari orang lain. (W2S1/136)

Kita juga harus berbuat apa pun yang terbaik untuk orang lain selama kita mampu kita menolong orang lain yang kita harus menolong Karena itu bagian dari

ibadah. Lha sujud itu juga bagian dari ibadah juga untuk kita mampu kembali kepada yang maha kuasa jadi sebenarnya kita punya tugas di dunia ini punya tugas berbuat baik untuk kelestarian dunia menjaga kedamaian dunia ini juga membangun sebuah keluarga yang bahagia kalau di sini sudah dapat baru kita juga punya tugas lagi. (W2S1/164)

Ibadah itu ada dua ibadah secara jasmani berarti kita mencari sandang pangan di duniawi ini dengan kita mampu bertoleransi dengan manusia satu dengan lainnya, sementara untuk ibadah secara rohaninya kita sujud kepada yang maha kuasa. (W2S1/172)

Sementara pendapat informan menjelaskan bahwa subjek saat ini lebih peduli pada keluarga maupun pada lingkungan disekitarnya.

Untuk saat ini yg saya tahu bapak sekarang lebih peduli sama keluarga orang tua dan juga lebih peduli sama lingkungan sekitar dan rasa welas asih itu mulai terlihat dan itu saya rasakan. (W111/56)

h. Ayem Tentrem

Subjek 1 pada awalnya merasa khawatir dan ragu atas kehidupannya. Tetapi ketika melakukan sujud dan mendalaminya, subjek merasa menemukan perasaan *ayem tentrem* dan kebahagiaan. Informan juga menjelaskan bahwa subjek 1 sekarang lebih percaya diri karena meyakini bahwa kehidupan sudah diatur oleh tuhan hyang maha kuasa.

Jadi kalau kita yang namanya kita sudah sujud itu yang kita temukan itu hanya ayem Tentrem, atau kebahagiaan. karena apa? nafsu yang terdapat di dalam jiwa raga kita sudah terkendali jadi sudah tidak apa ya tidak mengembara lagi nafsu itu tidak melonjak lagi karena kita sudah ditekan Oleh yang disebut rasa tadi yang sudah dibimbing oleh cahaya.
(WIS1/794)

tujuan manusia itu kan mencari ayem Tentrem dalam bahasa Jawa itu ayem Tentrem atau kebahagiaan. Lha Di dalam sebuah persujudan itu saya menemukan sebuah ketentraman kedamaian yang luar biasa. (WIS1/762)

seperti itu tapi ketika saya ke di sini sini saya mengalami ayem Tentrem karena Jiwa Saya selalu dibimbing oleh Yang Maha Kuasa dengan cara proses proses sujud tadi. (WIS1/813)

tapi minimal setelah saya ini saya sudah mampu menemukan yang disebut ayem Tentrem nanti jadi walaupun kita belum mampu tapi kita sudah mendapatkan ayem Tentrem Artinya kita sudah mampu mengendalikan sebagian dari 11 nafsu atau 11 saudara tadi Seperti itu. (WIS1/1257)

pada pernyataan wawancara diatas, subjek menyatakan pada saat dirinya melakukan sujud merasa bahwa dirinya merasakan *ayem tentrem* dan bahagia. Hal tersebut menurut subjek dikarenakan dirinya merasa telah mampu untuk mengendalikan sebelas saudaranya, sehingga mencapai pada kondisi *ayem tentrem* dan bahagia. Hal ini juga diperkuat dengan pernyataan informan bahwa sebelumnya subjek dalam kehidupannya sering merasa *was-was* dan ragu-ragu. Namun setelah melakukan persujudan, subjek merasa lebih yakin pada diri dan kehidupannya.

Ya memang begitu kadang ada rasa kwawatir was-was dan juga ragu2 namun sekarang percaya diri bahwa hidup dan kehidupan ini sudah ada yg mengatur dgn sedemikian rupa yg penting kita bersandar kepada yg maha kuasa. (WIII/43)

i. Percaya Diri

Subjek 1 merasa percaya dan yakin terhadap hidupnya. Pada awalnya subjek mengaku bahwa sebelum dirinya menjadi penganut *Sapta Dharma*, kehidupannya tidak teratur, serba khawatir, dan tidak tenang. Tetapi setelah melakukan sujud, subjek merasa dibimbing dan kemudian yakin percaya akan kehidupannya sehingga sekarang tidak lagi sering merasakan hal tersebut. Hal ini memiliki penjelasan bahwa subjek merasa mendapatkan petunjuk atau bimbingan yang dieprolehnya melalui proses persujudan.

Jadi ketika dulu saya Sebelum menjadi penganut Sapta Darma ini kehidupan saya itu tidak teratur kehidupan saya itu acak-acakan saya itu serba khawatir was-was, Terus tidak tenang. selalu ya pikiran itu selalu Ini gimana Ini gimana Terus nanti bakal nanti kayak apa seperti itu , tapi setelah saya melakukan proses persujudan ini, ternyata bisa

dibimbing benar-bener oleh rasa. Jadi yang dulunya saya itu ada padahal yang khawatir, sedih, terus, gunda dan semuanya sekarang tidak.(W1S1/771)

kita mendapat pengertian mendapat wejangan atau mendapat Ilham atau mendapat petunjuk dari yang maha kuasa itu yang dimaksud pengertian. pengertian itu Tidak bisa dikaji secara umum karena sifatnya pengertian itu adalah petunjuk dari yang maha kuasa lah itu hubungannya dengan rasa jadi rasa yang terdapat di naluri (W2S1/184)

jadi kalau kita kaji itu susah karena itu bentuknya Ilham itu banyak petunjuk yang anu jadi secara umum enggak bisa dituliskan itu masih tapi pengertiannya intinya bahwa pengertian itu adalah petunjuk rasa begitu (W2S1/197)

disisi lain informan juga menyatakan bahwa sebelum melakukan persujudan, subjek tampak khawatir dan ragu-ragu akan kehidupan kedepannya sehingga pada saat melakukan persujudan, informan menyatakan bahwa subjek saat ini sudah merasa percaya diri dan yakin atas semua yang diatur oleh tuhan

*Ya memang begitu kadang ada rasa khawatir was-
was dan juga ragu2 namun sekarang percaya diri
bahwa hidup dan kehidupan ini sudah ada yg
mengatur dgn sedemikian rupa yg penting kita
bersandar kepada yg maha kuasa. (WIII/43)*

2. Subjek 2

a. Profil Subjek 2

Nama : Endah
Jenis kelamin : Perempuan
Ttl : Malang,
Agama : Kepercayaan Terhadap Tuhan YME
Pekerjaan : Ibu Rumah Tangga

Subjek 1 merupakan seorang ibu yang berusia.... dan memiliki pekerjaan sebagai ibu rumah tangga. Dalam kesehariannya subjek juga mengisi kegiatannya dengan melayani pengobatan alternative dikarenakan dirinya sebagai seorang *pangusadan*. *Pangusadan* merupakan orang yang dalam ajaran *Sapta Dharma* diyakini memiliki sebuah kelebihan yang diberikan oleh yang maha kuasa berupa mampu untuk mengobati melalui cara-cara tertentu. subjek adalah seorang penghayat kepercayaan yang telah

menganut ajaran *Sapta Dharma* sejak kecil pada tahun....hingga sekarang. Dalam pernyataan informan subjek 2 yang merupakan anak dari subjek 2 menjelaskan bahwa subjek pertama kali mengikuti dan menekuni persujudan pada saat kecil yang mana mengikuti orang tuanya yang merupakan seorang penghayat kepercayaan *Sapta Dharma*. Subjek juga sering mengikuti proses penggalan yang telah dilakukan berulang kali hingga saat ini. Subjek 2 pada umumnya melakukan persujudan setiap hari ketika pada malam hari di jam-jam tertentu seperti yang dilakukan oleh para warga penghayat *Sapta Dharma* pada umumnya.

c. Gambaran Konsep Persujudan Subjek 2

a. *Manembah*

Proses beribadah dalam *Sapta Dharma* secara umum adalah persujudan. Persujudan secara umum merupakan suatu aktivitas yang dilakukan oleh warga (sebutan untuk orang *Sapta Dharma*) yang pada umumnya dilakukan setiap hari di jam-jam tertentu. Dalam pernyataan subjek mengenai persujudan, subjek menjelaskan bahwa persujudan merupakan cara *manembah* secara cepat dan secara rohani. Dalam melakukannya subjek menyatakan bahwa persujudan diperlukan kesabaran, yaitu kesabaran dalam merasakan dan menunggu rasa serta getaran yang terjadi pada tubuh individu yang melakukannya.

sujud itu manembah dengan cara rohani. Cara rohani itu yang Sabar untuk menanti untuk merasakan getaran itu butuh kesabaran Betul, butuh kejujuran betul, kalau orang tidak jujur tidak akan bisa merasakan getaran-getaran dalam tubuh. (WIS2/41)

ya ini aja acaranya menyembah kepada yang maha kuasa secara cepat. sujud rohani sujud cahaya sinar kita yang badan ini terlalu kotor saya bisa bohong Ya saya juga suka makan kadang mungkin makanan tuh enggak halal, saya juga nggak tahu saya makan mau makan tapi kalau roh kita akan setia sama kita. (WIS2/1028)

sedangkan menurut pendapat informan tuntunan dalam wawancara menyatakan bahwa sujud merupakan sujud asal muasal manusia. Sujud tersebut juga digerakkan dari adanya getaran dan rasa yang *diwejang* oleh yang maha kuasa.

disebut sujud asal mula manusia sujud Kawitan manu manungso. maka dari itu dalam proses sujud itu sendiri adalah wadah digerakkan oleh rasa rasa diwejang oleh cahaya dan cahaya diwejang oleh Yang Mahakuasa. (W113/44)

b. Mengosongkan Pikiran

Konsep persujudan yang didalamnya terdapat proses mengosongkan pikiran memiliki kesamaan antara data yang diperoleh dari pernyataan subjek pertama dengan data yang didapat melalui tuntunan. Dari data tersebut dapat diketahui bahwa dalam melakukan awal mula sujud, seorang individu pertama-tama harus memandangi satu titik yakni pandangan 1 meter pada ujung kain sanggar serta memfokuskan perhatian pada nafas hingga sampai pada kondisi kosong yang tidak lain dapat mengesampingkan pikiran dan hal-hal lain.

memusatkan perhatian yang memusatkan seluruh konsentrasi kita dan mengosongkan pikiran (WIS2 / 15)

*pada dasarnya orang sujud itu bukan konsentrasi, ngening ngening itu mengosongkan pikiran pikiran kita kosongkan kita fokus ke atas kalau yang sudah biasa ya merasakan getaran itu sampai bisa naik ke ubun-ubun getaran tuyo suci.
(W2S2/70)*

pendapat subjek juga diperkuat dengan pernyataan dari tuntunan yang menyatakan bahwa dalam melakukan sujud perlunya pandangan satu meter yang merupakan langkah awal dalam melakukan persujudan. Pandangan satu meter adalah memandangi ujung kain sanggar dengan diiringi pengaturan

nafas dan meneliti nafas hingga mampu untuk mengesampingkan pikiran-pikiran dan gagasan lain dalam pikiran. Jika telah mencapai kondisi tersebut maka orang yang melakukan persujudan akan merasakan sebuah getaran dan rasa pada dirinya.

maka dari itu pandangan satu meter itulah merupakan dasar awal untuk mencapai suatu ketenangan maka dari itu tadi kita katakan juga awal pandangan 1 M itu merasakan keluar masuknya udara menghilangkan segala maaf bukan menghilangkan, mengesampingkan yaitu itu angan angan dan pikiran bukan menghilangkan. mengesampingkan jadi pikiran dan angan-angan kita fokus pada keluar masuknya udara yang meliputi di dalam jagat pribadi atau di seluruh tubuh kita itu ya maka dari itu nanti terjadilah ya kalau kita sudah kosong tidak memikirkan akan merasa hanya merasakan suatu keluar masuknya udara di dekat di dalam tubuh ini ya maka ada suatu getaran yang terjadi.
(W113/144)

c. Merasakan Getaran

Merasakan getaran dalam pernyataan subjek merupakan tanda bahwa seseorang sudah benar dalam melakukan sujud. Hal ini dinyatakan subjek pada pernyataan yang menjelaskan bawah sujud merupakan *manembah* secara

rohani dan apabila seseorang benar dalam melakukan sujud, maka akan merasakan sebuah getaran pada tubuhnya. Gerak getaran juga dijelaskan oleh subjek bahwa getaran pada mulanya terjadi pada tulang ekor, kemudian naik secara perlahan seruas demi seruas hingga sampai otak kecil atau dalam bahasa jawanya disebut dengan *jemurin calaka*

jadi sujud itu manembah dengan cara rohani. Cara rohani itu yang Sabar untuk menanti untuk merasakan getaran itu butuh kesabaran. (W1S2/42)

kalau kita bisa sujud bener itu kita bisa merasakan getaran naiknya Tuyo Suci Perwitasari. (W1S2/118)

ya merasakan getaran itu sampai bisa naik ke ubun-ubun getaran tuyo suci itu mulai dari tulang ekor itu bisa dirasakan. ketika kita sudah eNing betul sudah bisa mengosongkan dari pikiran kita dari angan-angan dari gagasan. Itu akan bisa dirasakan naiknya getaran Toyo suci itu seruas demi seruas sampek masuk di terakhir di sini terus naik lagi ke otak kecil jemurin calaka. (W2S2/72)

pernyataan subjek juga memiliki kecocokan dengan pernyataan tuntunan mengenai getaran. Dalam penjelasannya, tuntunan menjelaskan bahwa getaran dimulai dari tali roso *tho* sehingga mengakibatkan terasanya sebuah

getaran yang nantinya akan menggerakkan badan untuk membungkuk hingga pada akhirnya berakhir pada posisi sujud dan merasakan rasa dingin.

nanti ada suatu getaran yang terjadi awalnya ya itu ada ada cahaya masuk ya ya ya dari atas melalui ubun-ubun ke bawah lalu mata terpejam dengan sendiri-sendiri Nya. maka terus proses jangan lepas masuk keluarnya udara di dalam hidup ini terus dirasakan di atas ubun-ubun ya istilah nanti terjadi kalau sudah napas halus terjadilah suatu getaran yang terjadi yaitu yang disebut Di saliro Soto atau kalau bahasa Jawanya silit kodok yaitu tali Roso iki lah di situlah maka di situlah ada suatu getaran yang terjadi pada suatu dorongan dengan sendirinya getaran mendorong kita ya itulah nanti langsung dirasakan getaran itu naik dari tahap ke tahap mulai kalau di bahasa Jawanya itu taliroso yang disilet kodok ini lalu ke terus naik tiap tahap sampai 33 tahapan Lalu ada di tengah-tengah berhenti ya sekarang itu di tali Roso, Lalu naik lagi getaran itu sampai ditarik lho yang ada di punggung ini Nah itulah nanti terus kita tuh kan saja getaran itu yang mendorong kita sampai membungkuk itu Iya terus dirasakan terus ada suatu rasa yang terjadi dari taliroso to yang ada di punggung ini nanti masuk ke otak kecil nggak Itulah nanti ada suatu rasa yang terjadi yaitu rasanya sangat dingin.

(W113/64)

d. Rasa

Pada data wawancara ini diperoleh bahwa subjek menyatakan bahwa dirinya merasakan suatu hal pada tubuhnya. Rasa yang dimaksud dalam pernyataannya adalah rasa ketika getaran tersebut muncul pada dirinya, kemudian subjek merasakan rasa dingin pada ubun-ubunnya.

saat kita sujud itu jadi enak banget awalnya terus kita ikhlas sabar tadi menunggu getaran getaran turun naik ya Sampai akhirnya getaran kita dan itu bisa rasakan di ubun-ubun ini ubun-ubun ini akan terasa seperti itu kayak apa ya istilahnya gremet apa di situ kan buka plum dIngin rasanya dingin, (W2S2/215)

sedangkan menurut tuntunan, rasa yang dimaksud merupakan rasa yang menandakan bahwa sedang terjadi proses pengenalan pada diri pribadi manusia serta rasa yang merupakan awal mula terbentuknya manusia. Kedua

pernyataan tersebut memiliki perbedaan antara pernyataan subjek dengan pernyataan tuntunan.

Sapto Darmo adalah sujud tes Dumadining menungso sujud asal mula manusia maka dari itu proses sujud itu sendiri disebut wujud rasa ya atau disebut belajar mati sak jeroning Urip atau sujud sing Dumadi atau bisa disebut sujud asal mula manusia. maka dari itu sujudnya itu adalah tidak tidak tidak tidak kehendak tidak kehendaknya fisik, tapi kehendaknya oleh dituruni oleh rasa maka dari itu Wadag diwejang oleh rasa, rasa diwejang oleh cahaya, dan cahaya diwejang oleh yang maha kuasa. Maka dari itu disebut karena disebut sujud rasa karena rata-rata itu sendiri adalah merupakan wujud adalah saksi hidup manusia manusia Karena manusia Kalau ditinggal rasa dikatakan tidak hidup, inilah wujud yang disebut itu mati atau sujud asal mula manusia. (WII3/12).

e. Penyucian

Menurut pernyataan subjek, proses penyucian merupakan proses dimana pembersihan pada suatu hal negative yang ada pada manusia. Lebih lanjutnya, proses pembersihan berpengaruh pada rasa enak atau tidaknya sujud yang dilakukan pada individu dikarenakan tergantung pada dosa yang

telah dilakukan pada individu tersebut. Subjek juga menjelaskan tentang proses terjadinya proses penyucian tersebut, dimana proses penyucian berasal dari *tuyo perwitosari* yang naik pada otak kecil kemudian memunculkan atom berjiwa yang mana berfungsi sebagai pengobatan penyakit dan membuat diri sehat.

Nah itu kan memang harus dibersihkan lha pembersihan itu tergantung dari orang itu segigi apa untuk membersihkan dosanya membersihkan bolotnya itu tadi jadi itu yang membuat orang itu cepat bisa jujur Enak atau tidak. (W1S2/175)

Toyo suci itu seruas demi seruas sampek masuk di terakhir di sini terus naik lagi ke otak kecil jemurin calaka. Kalau kau ini menuju pudak sinumpet disini berputar berputar naik membersihkan di dalam tubuh kita jadi disitulah adanya yang dinamakan atom berjiwa itu dari getaran tuyo yang suci itu yang manfaatnya luar biasa yang itu bisa untuk kekuatan kita mengobati menghilangkan virus-virus itu mengobati sakit dan menghilangkan virus yaitu getaran-getaran suci-tuyo suci perwitosari yang membuat kita sehat. (W2S2/78).

Penjelasan subjek juga diperkuat dengan pernyataan tuntunan yang mengatakan bahwa dalam proses sujud juga terjadi proses penyucian / pembersihan.

Memang itu juga ada proses kita untuk belajar sekaligus untuk penyucian itu yang bagaimana yang dimaksud apa fisik maupun cara memang sujud itu adalah merupakan proses penyucian diri juga sujud itu menangkal segala sesuatu yang berbentuk negatif. sujud itu sendiri menangkal segala bentuk penyakit itu sudah jelas maka dari itu sujud itu sendiri juga akan menjadi manusia yang tanggap tanggap ing Sasmita karena sudah mengenali diri karena manusia telah diberi wasisyo atau bahasa Jawa Diberi Kuasa oleh Allah untuk mengatur hidup hidupnya di antara salah dan benar baik dan buruk itu terserah karena sudah manusia diberi Wahyu oleh yang mengaku Diberi Kuasa oleh yang maha kuasa kuasa untuk mengatur hidup hidupnya baik dan buruk manusia itu tergantung daripada yang mengendalikan atau sopirnya, yaitu itulah maka dari itu kalau kita selalu sujud yang sumeleh menyerahkan diri kepada yang maha kuasa di setelah dengan sendiri akan mendapatkan suatu petunjuk dan bimbingan dari Allah Yang Mahakuasa menjadi manusia yang tanggap Sasmito karena Allah Maha rohim. Allah tidak

jauh dari kita, segala sesuatu yang kita lakukan Allah itu akan tahu. (W11/193)

f. Mengendalikan Sebelas Saudara

Tujuan sujud didalam *Sapta Dharma* salah satunya adalah belajar mengenali serta mengendalikan saudara sebelas yang ada didalam diri masing-masing manusia. Setelah mampu mengendalikan, kemudian para saudara ini diarahkan agar mampu untuk tujuan yang baik. Dalam pernyataan subjek pada wawancara, subjek mengatakan bahwa seorang yang sudah melakukan sujud seharusnya memiliki budi pekerti yang baik dan mampu untuk mengendalikan sebelas saudaranya. Disisi lain subjek menyatakan bahwa apabila ingin menjadi *Satrio Utomo*, maka seseorang harus mampu terlebih dahulu untuk menundukkan sebelas saudaranya.

Jadi semua manusia yang sudah sujud harusnya seperti itu berwatak budi, pekerti luhur bisa Jejer Satrio Utomo ketemu semua saudara 11 saudara itu tadi dan bisa mengendalikan sebelas saudara. Mengendalikan sebelah saudara itu berarti bisa mengendalikan hawa nafsu karena darah inilah yang mempunyai nafsu macam-macam dari saudara ini kalau yang maha suci otomatis dia karena dari percikan Sinar hyang Mahakuasa pasti. (W2S2/127)

konsep untuk menuju Satrio Utomo itu kita harus mampu menundukkan 11 nafsu yang terjadi pada jagad pribadi kita kalau nafsunya di situ misalnya ada yang disebut namanya itu kayak Sukmo Roso, sukmo Kencono, mayangkoro. (WIS2/63)

pernyataan subjek juga sesuai dengan apa yang disampaikan oleh informan tuntunan, yang mana manusia sejatinya harus mampu untuk mengendalikan sebelas saudaranya agar dapat diarahkan kearah tujuan yang baik dan benar.

nah sebenarnya tidak mau yang dimandatkan oleh Tuhan itu sendiri yang ada tujuan itu adalah tidak ada lain yaitu] istilahnya mengarahkan saudara yang sebelah disini kalau di bahasa agama nafsu, yaitu saudara yang sebelah situ kalau di bahasa kita adalah yang disebut Permono, Endro, Bayu, Bromo, Nogo tahun, sukmo, jatingarang, mayangkoro, Sukmo kencono untuk mengarahkan saudara Ini ke arah tujuan yang yang baik dan benar. itulah maka disitulah mandat yang diberikan oleh tuhan kepada roh manusia atau yang mau suci itu sendiri itu ya maka dari itulah yang disebut sujud sujud asal mula manusia manusia ya maka dari itu sujud yang Sapto Darmo adalah sujud racut tuh mati. sujud asal manusia itu hakekatnya utuh

untuk pengenalan diri secara individu individu mengenal hidupnya mengenali hidupnya itu mustahil kita bisa bertemu Tuhan bertemu yang maha kuasa yang tanpa didasari pengenalan diri secara individu yang inilah merupakan yang disebut Sejuta Cinta. (W113/105)

g. Wejangan

Pernyataan subjek dan informan mengenai *wejangan* memiliki arti bahwa yang dimaksud *wejangan* merupakan sebuah petunjuk yang diberikan oleh yang maha kuasa. *Wejangan* sendiri merupakan sebuah bimbingan bagi para individu dalam mengenali diri dan sebelas saudaranya. Selain hal tersebut, subjek menekankan bahwasannya ketika seseorang mampu mengeluarkan *hyang moho sucinya* (roh), maka disitulah akan mendapatkan sebuah petunjuk dari tuhan. Sementara wujud dari petunjuk tersebut menurut subjek berbeda-beda antara satu individu dengan idnividu lainnya yang melaksanakan sujud.

kalau kita bisa keluar mengeluarkan yang moho suci itu yang mau sucinya bisa sujud dan bisa sampai di situlah kita bisa nanti diwejang langsung itu dipegang langsung oleh Yang Mahakuasa menjadi setiap orang tidak sama ilmunya, pengertiannya tidak sama, Tapi pada dasarnya ini ini ini Tahapan yang harus dilewati. (WIS2/132)

sementara pendapat informan menjelaskan bahwa *wejangan* diperoleh ketika seorang individu mendekati diri pada yang maha kuasa sehingga disana nantinya ia akan mendapatkan sebuah bimbingan yang digunakan untuk mengenali diri dan sebelas saudaranya.

mendapatkan wejangan dari yang maha kuasa kuasa itu jelas ya maka dari itu sujud hakikat atau dasarnya adalah mendekati diri memohon kepada yang maha kuasa agar diberikan petunjuk dan bimbingan, yaitu kembali mampu mengenali dirinya secara individu secara individu itu tadi ada yang kita sebut saudara yang 11 itu. Nah itu pengenalan diri nah diantara saudara yang sebelas itu mempunyai sifat dan watak yang berbeda-beda itu kita kenali Iya karena telah mendapatkan petunjuk dan bimbingan dari yang kuat Bagaimana sifat-sifat dan sikapnya yang maka dengan demikian saudara 11 itu memang sudah merupakan kodrat dari Tuhan yang tidak bisa terpisahkan selama kita masih ada di duni dunia. maka dari itu sujud hakekatnya kita supaya bisa mengenali saudara 11 itu iya bahasa agama yang disebut nafsu sifatnya Permono itu gimana sifatnya Sumber Kencono itu

bagaimana ya Bromo itu bagaimana yang kita ya ya Bayu itu bagaimana yang itu itu kita kenali. suatu contoh saja, Mengapa orang itu senang berbuat zina itu saudara siapa yang bergejolak kan itu kalau kita kenal kita memohon kepada yang maha kuasa supaya saudaranya yang bergejolak itu ya akan menjadi lereem dan tidak terkecuali karena kita sudah kenal Ini saudara kita yang akan bergejolak jika memohon kepada yang maha kuasa sehingga terkenal terkendali. (W113/214)

h. Pembelajaran

Dalam temuan pada data wawancara dengan subjek 2, ditemukan penjelasan bahwa sujud pada dasarnya merupakan suatu proses pembelajaran bagi seseorang yang sedang melakukannya. Lebih jelasnya, subjek menyatakan bahwa manusia setiap hari melakukan sebuah kesalahan baik disadari maupun tidak. Sehingga dalam proses sujud tidak ada istilah berhasil, karena sejatinya manusia selalu belajar.

yang dikatakan berhasil tidak ada karena kita selalu belajar setiap hari selalu belajar. Kenapa kok belajar manusia itu setiap hari melakukan kesalahan setiap hari melakukan kesalahan baik itu kata-kata kalau menurut kita kita tidak

salah bicara agak keras dikit sudah berdosa sudah salah.

(WIS2/98)

pernyataan subjek tersebut memiliki kecocokan dengan pernyataan informan bahwa sujud adalah proses manusia dalam belajar maupun penyucian diri. Pembelajaran dalam konteks tersebut menurut pernyataan informan merupakan pembelajaran untuk mengenali dan mengendalikan sebelas saudara yang terdapat pada diri manusia.

Memang itu juga ada proses kita untuk belajar sekaligus untuk penyucian itu yang bagaimana yang dimaksud apa fisik maupun cara memang sujud itu adalah merupakan proses penyucian diri juga sujud itu menangkal segala sesuatu yang berbentuk negatif. sujud itu sendiri menangkal segala bentuk penyakit itu sudah jelas maka dari itu sujud itu sendiri juga akan menjadi manusia yang tanggap tanggap ing Sasmita karena sudah mengenali diri karena manusia telah diberi wasisyo atau bahasa Jawa Diberi Kuasa oleh Allah untuk mengatur hidup hidupnya di antara salah dan benar baik dan buruk itu terserah karena sudah manusia diberi Wahyu oleh yang mengaku Diberi Kuasa oleh yang maha kuasa kuasa untuk mengatur hidup hidupnya baik dan buruk manusia itu tergantung daripada

yang mengendalikan atau sopirnya, yaitu itulah maka dari itu kalau kita selalu sujud yang sumeleh menyerahkan diri kepada yang maha kuasa di setelah dengan sendiri akan mendapatkan suatu petunjuk dan bimbingan dari Allah Yang Mahakuasa menjadi manusia yang tangkep Sasmito karena Allah Maha rohim. Allah tidak jauh dari kita, segala sesuatu yang kita lakukan Allah itu akan tahu. (W113/193).

i. Penggalian

Penggalian menurut pernyataan subjek merupakan sujud yang isinya mengenai pembuktian terhadap ajaran *Sapta Dharma*. Selain itu, dalam melaksanakan sujud penggalian memiliki ketentuan tertentu seperti tempat dan waktu yang harus diikuti oleh peserta penggalian. Pada umumnya sujud dilaksanakan setiap tahun sebanyak dua kali.

penggalian itu adalah pembuktian ajaran ini biasanya diadakan di sanggar itu mungkin satu tahun dua kali atau sekali seperti itu. (W1S2/140)

kalau penggalian itu ditentukan waktu ditentukan dan harinya kita ditentukan pesertanya ditentukan dan harus dijalankan ya di sanggar tidak di rumah. (W1S2/581)

sedangkan menurut pernyataan informan, sujud penggalian adalah sujud yang termasuk sujud asal muasal manusia, yang didalam prosesnya akan terjadi *Triwikromo* yang mana merupakan dasar dalam melakukan sujud penggalian. Data antara subjek dan tuntunan memiliki perbedaan, subjek menjelaskan mengenai definisi secara umum dan tata pelaksanaannya, sedangkan tuntunan menjelaskan mengenai definisi secara ringkas dan memasukkan unsur dasar dalam pelaksanaan sujud penggalian.

triwikromo adalah telu telu Neng atunggal nyawiji antara nuroso nurbuat Nurcahyo itu yang disebut sujud asal mula mana dia maka di situlah ada suatu proses yang terjadi bila itulah tidak bisa diceritakan secara apa itu Ya itu merupakan dasar untuk penggalian itu ada suatu kedamaian yang terjadi itulah yang disebut Tritunggal telur-telurnya atunggal nyawiji itulah awal manusia menerima mandat dari itu Tuhan. (W1I3/77)

j. Racut

Subjek mengemukakan bahwa *racut* merupakan pisahnya roh dengan jasmani dan kemudian menghadap pada yang maha kuasa. Ketika menghadap yang maha kuasa maka akan melakukan perjalanan di *alam langgeng*. Selain hal itu, subjek juga menyatakan bahwa dirinya pernah merasakan *racut*. Dalam penjelasannya, subjek enggan untuk memberi tahu peneliti mengenai hal apa saja yang ditemui pada saat *racut* dikarenakan itu merupakan rahasia dan tidak boleh diceritakan pada orang lain. Subjek juga menyatakan bahwa dalam mencapai *racut* tidaklah muda, perlunya belajar sujud hingga tataran *racut*.

pisahnya Roh dengan jasmani Prosesnya orang rajut itu tidak mudah Tidak semua orang bisa rajut, tapi kita harus bisa jadi belajar sujud itu yang bisa kita sampai ke tataran racut. rajut Itu pisahnya roh dengan dan arahnya ke mana arahnya menghadap pada Yang Maha Kuasa nah tentang perjalanan racut itu sendiri rohnya itu kan keluar lewat ubun-ubun dan di sana setiap orang tidak sama hasilnya yang didapat dari racut iku Neng kunu iku opo wae itu nggak sama dan itu rahasia tapi yang jelas itu membuktikan bahwa Allah itu ada rajut itu bahwa Allah itu ada dan roh kita bisa keluar dari raga kita yang namanya racut dalam tempo berapa Jam berapa menit berapa itu tergantung dari yang maha kuasa dan bergantung dari perjalanan Kita diwejang pada saat racut itu, dan isinya

*racut itu rahasia tidak boleh diceritakan karena setiap manusia tidak sama-sama kita pakartine dewe-dewe.
(W2S2/12)*

*Saya pernah racut, Isinya intinya itu seperti apa ya itu tadi perjalanan Roh perjalanan ke membuktikan bahwa Yang maha kuasa itu ada dan manusia mati kelak itu seperti apa itu tanpa kita sadari tanpa kita minta kita mengerti Tak bisa di rekayasa istilahnya itu mengalir dengan sendirinya.
(W2S2/31)*

Pernyataan subjek diatas juga selaras dengan apa yang dikemukakan oleh tuntunan. Pada pernyataannya, informan juga menjelaskan bahwa *racut* merupakan tata cara manusia dalam mengetahui *alam langgeng* serta memiliki hakikat untuk proses pengenalan diri dan kehidupannya.

Wahyu racut itu adalah merupakan tata cara manusia mengetahui alam langgeng atau bahasa-bahasa umumnya adalah alam akhirat. (W113/33)

itu sujud yang Sapto Darmo adalah sujud racut tuh mati. sujud asal manusia itu hakekatnya utuh untuk pengenalan diri secara individu individu mengenal hidupnya mengenali hidupnya itu mustahil kita bisa bertemu Tuhan bertemu yang maha kuasa

yang tanpa didasari pengenalan diri secara individu yang inilah merupakan yang disebut Sejuta Cinta. (W113/113)

k. *Manunggal Kawulo Lan Gusti*

Dalam persujudan juga memiliki konsep dengan istilah *manunggal kawulo lan gusti*. Konsep tersebut jika mengambil pernyataan pada subjek 2 maka memiliki definisi bahwa ketika manusia mampu untuk sujud sasinar maka akan mampu untuk menyatu dengan tuhan atau berhadapan langsung dengan tuhan. Pada saat seseorang sudah mampu merasakan hal tersebut maka dipastikan bahwa dia akan memiliki pribadi yang baik serta hal yang ada dalam hidupnya tidak ada yang tidak mungkin untuk tidak terlaksana.

kita bisa sujud sasinar dengan yang Mahakuasa Sinar kita (roh) kita itu bisa Manunggal antarane kawulo Lan Gusti. disitu jadi kalau kita sudah bisa berhadapan langsung dengan yang Mahakuasa mana mungkin kita akan menjadi orang-orang yang Katakanlah punya pribadi yang baik jelas itu tidak akan Mungkin. (W1S2/79)

Kalau kita sudah manunggal, sudah bisa berhadapan langsung dengan yang maha kuasa kita bisa menunduk langsung di depan cahaya besar di dunia Apa yang nggak mungkin di dunia ini?. (W1S2/759)

sementara pada data wawancara dengan informan didapatkan hasil bahwa konsep *manunggal kawulo gusti* merupakan yang didalamnya terdapat *triwikromo* atau tiga unsur menyatu dalam satu. Kedua pernyataan antara subjek dan informan memiliki perbedaan yaitu subjek menjelaskan mengenai definisi sujud serta efek manusia ketika mengalami hal tersebut, sedangkan tuntutan yang sebagai informan menjelaskan suatu istilah yang terdapat dalam *manunggal kawulo gusti*.

setelah kepala kita kita letakkan di kain mori itu tadi dia maka di situlah yang disebut triwikromo Apa arti triwikromo adalah telu telu Neng atunggal nyawiji antara nuroso nurbuat Nurcahyo itu yang disebut sujud asal mula mana dia maka di situlah ada suatu proses yang terjadi bila itulah tidak bisa diceritakan secara apa itu Ya itu merupakan dasar untuk penggalian itu ada suatu kedamaian yang terjadi itulah yang disebut Tritunggal telur-telurnya atunggal nyawiji itulah awal manusia menerima mandat dari itu Tuhan. (W113/76).

1. Satrio Utomo

Dalam ajaran Sapta Dharma terdapat sebuah hal yang disebut dengan Satrio Utomo. Satrio Utomo jika diambil berdasarkan dari pernyataan subjek dan informan adalah sebuah hal yang akan didapat ketika seorang individu mampu melakukan dan memiliki efek pada kehidupannya. Secara umum

satrio utomo digambarkan memiliki watak *adi luhung*, *welas asih*, tidak membenci, luhur, dan *sumeleh* pada semua makhluk hidup. Selain ketiga hal tersebut, mereka telah mampu untuk memahami serta mengendalikan sebelas saudaranya yang berupa nafsu-nafsu yang berada dalam jagad pribadinya. Pencapai ini dapat diperoleh melalui sujud dan proses pengendalian yang terus menerus.

lah kalau sudah dipimpin sudah bisa sudah bisa menembak bisa sujud di sinilah akan Terbentuk Satrio Utomo, wanita Utomo yang berbudi pekerti luhur dengan sendirinya manusia itu terbimbing untuk menjadi orang yang baik. karena apa?, kita bisa sujud sasinar dengan yang Mahakuasa Sinar kita (roh) kita itu bisa Manunggal antarane kawulo Lan Gusti. disitu jadi kalau kita sudah bisa berhadapan langsung dengan yang Mahakuasa mana mungkin kita akan menjadi orang-orang yang Katakanlah punya pribadi yang baik. (WIS2/72)

satrio Utomo itu adalah watak kita bisa menjadi Satrio Utomo apabila rohani saudara kita yang mau suci itu bisa mengasuh bisa membimbing bisa mendidik 11 saudara ini tadi jadi 11 saudara. Ini yang pastinya pada saat kita ingin sujud dia itu menghalang-halangi supaya tidak patuh lah ini tugasnya yang mau suci itu membimbing saudaranya

untuk ingat akan kewajiban kita menghadap pada Yang Maha Kuasa ngabekti sujud itu tadi lah kalau kita sudah bisa Membina dan kita bisa sujud dan kita mempunyai budi pekerti luhur nah disitu itu nanti bisa Jajar satriotomo sifat kita tingkah laku kita adalah manusia yang berbudi pekerti luhur. (W2S2/94)

hasil wawancara diatas juga diperkuat dengan pernyataan informan tuntunan yang kurang lebih dalam penjelasan membahas yang sama mengenai konsep *satrio utomo*.

mencapai Satrio Utomo itu apa yang disebut Satrio Utomo itu adalah sifat sifat-sifat yang luhur maka dari itu pada dasarnya untuk menjadi Satrio Utomo itu tidak ada lain dasarnya itu adalah sujud sumeleh ya itu tadi mengenali diri secara individu kita kembali lagi mengenali saudara itu sehingga bisa mengarahkan saudara yang II itu yang kalau bahasa agama lain disebut nafsu yang II itu ke arah tujuan yang baik dan benar. itulah termasuk yang disebut Satrio Utomo itu adalah ya kita sudah mengenal diri kita secara individu itu siapa ya roh itulah cahaya Anda. (W1I3/269)

di dalam jagad pribadi manusia roh anda itu yang menerima suatu mandat dari itu Tuhan maka dari itu kalau sudah yang mau jadi kita tuh yang berfungsi anda sudah mampu mengembala daripada Saudara atau nafsu. Katakanlah gitu mengembala saudara yang ada di jagat pribadi anda ya ke arah tujuan yang baik dan benar itulah wujud daripada Satrio Utomo, Utomo yang mempunyai sifat inilah maka dengan demikian kita sebagai warga Sapto Darmo tidak diperkenankan membeda-bedakan di antara satu dengan yang lain karena orientasinya warga sebagai seorang pelajar ini bahwa manusia di muka bumi di bawah langit ini dikodratkan oleh Tuhan dengan unsur yang sah yaitu kalau pitutur Luhur itu sedulur papat lima Pancer. satu pasal dari tanah 2 dari api 3 air 4 howo udara 1 cahaya Tuhan. Urip itu tidak ada di antara 1 unsur dari 5 ini manusia tidak janggankan manusia hewan pun tidak akan mungkin bisa. itu manusia di muka bumi di bawah langit ini unurnya sa sama, tidak diperkenankan membeda-bedakan di antara satu dengan yang lain lainnya nanti pada saatnya kembalinya adalah sa sama yang dari tanah yang menyatu ke tanah dari artinya tetapi Mengapa macam bedakan di antara satu dengan yang lainnya sebagai warga, tidak diperkenankan maka dari itu apa yang disebut Jawa itu bukan Jawa suku bukan bukan Jawa etnis Jawa pernah ngerti marang Urip Urip Urip iku rasane opo. inilah sehingga kita tidak

*mempunyai rasa apa rasa benci kepada sesama makhluk hidup.
Maka itulah wujud dalam suatu kedamaian kedamaian.
(WII3/283)*

m. Sebelas Saudara

Saudara sebelas atau yang biasa disebut dengan nafsu diyakini sebagai sebuah mandat yang diberikan oleh yang maha kuasa agar dikendalikan dan dibimbing. Saudara yang berjumlah sebelas memiliki watak yang berbeda antara satu sama lain sehingga perlunya manusia untuk mengendalikannya. Dalam pernyataan subjek menjelaskan bahwa para sebelas saudara semuanya *waskita* atau dalam istilah umumnya disebut dengan sakti. Para sebelas saudara tersebut juga berada pada bagian-bagian tertentu didalam tubuh. Seperti contoh saudara yang bernama *gandarwaraja* berada pada sisi pundak sebelah kiri dan memiliki watak yang paling jahat, Kemudian saudara yang bernama *jatingarang* yang berada pada pundak sebelah kanan.

*waskita semua saudara 11 itu Waskito pinter Sakti semua
Hampir semuanya seperti itu, habis itu yang di pundak
kanan kiri ya ada gandarwarajo ada jatingarang, Terus di
payudara kanan kiri ada indro dan Ayu, Terus yang ada di
kejar Ulu hati itu bromo saudara yang namanya Promo,
terus bawahnya lagi di pusar itu namanya mayangkoro.
Terus dibawanya lagi ada di belakang bawah belakang itu
namanya kencono, kencono itu lingkupnya dari bawah ini*

badugan sampai tulang ekor lingkupnya di situ nonton karena itu biasanya nafsu birahi, katanya terus di punggung diatas di tengkuk ini namanya sukmonogo nogo tahun terus di tangan itu laki-laki lihat terus di lempeng kanan kiri kanan kiri itu sukmaroso di sebelah semuanya 12 sama yang moho suci. cuman kayak mayangkoro itu rakus suka makan itu ya karena di perut tempatnya, promo itu gampang muring-muring, kalau Indra itu males ngantukan kan, kalau Bayu itu biasanya orangnya orangnya sifatnya ini apa sih Apa ya Mas lagi, sifat ayu Mengada-ada membualah kayak apa gitu ya masing-masing itu beda-beda sifatnya tapi rupane podo.

Seperti kayak tadi saya bilang bromo kan muring-muring and ya itu penyakitnya darah tinggi. (W2S2/47)

Pernyataan subjek diatas juga selaras dengan apa yang dikatakan oleh informan pada wawancara berikut. Informan menjelaskan secara ringkas mengenai pengertian dari sebelas saudara, nama-namanya, serta tugas manusia pada sebelas saudara sebelas tersebut..

saudara yang sebelah disini kalau di bahasa agama nafsu, yaitu saudara yang sebelah situ kalau di bahasa kita adalah

yang disebut Permono, Endro, Bayu, Bromo, Nogo tahun, sukmo, jatingarang, mayanggoro, Sukmo kencono untuk mengarahkan saudara Ini ke arah tujuan yang yang baik dan benar. (W113/107).

c. Gambaran Efek Persujudan Subjek 2

1. Ikhlas

Pada data yang diperoleh melalui wawancara dengan subjek didapatkan hasil bahwa Subjek 2 sebelumnya merasa khawatir was-was dan sebagainya. Namu ketika sudah melakukan sujud, subjek lebih merasa dapat menerima, damai, tentram, dan ikhlas dalam melakukan kebaikan tanpa pamrih. dalam pernyataanya, disini subjek 2 merasa mendapatkan perubahan yang signifikan sesudah melakukan persujudan dibandingkan dengan sebelumnya. Selain itu subjek sempat menyinggung mengenai persujudan, dimana subjek mengatakan bahwa dalam melakukan sujud diperlukan yang namanya *sumeleh sumara pasrah* yang memiliki arti bahwa ketika melakukan sujud tidak berhadap aneh-aneh ketika melakukan persujudan.

tapi begitu saya sujud saya nggak pernah merasa ragu ndak pernah khawatir tidak perasa was was, engko mene aku yopo

*Aku di cita-cita dikarepke yo opo yo ndak ada! dirimu ikhlas
ayem Tentrem ndak bingung bingung (W1S2/814)*

*Jadi kita itu berdarma tidak menunjuk menunjukkan jadi kita
berbuat memohon kepada yang maha kuasa dengan sepenuh
hati dengan suatu keikhlasan tanpa pamrih tanpa pamrih
nggak perlu kita itu dipuji Orang. dan kita inginnya berbuat
baik ya itu ya sumunar pinda baskoro Di mana saja terjadi
pada kondisi seperti ini kita terpanggil dengan sendirinya Ayo
bersama-sama jadi kita nggak usah khawatir dan ragu-ragu
ya (W1S2/465)*

*karena itu memang modal dasar dasar orang iku kudu
sumeleh Semara Pasrah enggak berharap yang aneh-aneh,
tapi kita merasa itu adalah kewajiban kita sebagai manusia
ciptaanNya. kita harus menambah marang yang menciptakan
kita itu jadi nggak onok pikiran opo Aku kepingin pinter dan
lain sebagainya yang langsung yang maha kuasa dan
sebagainya ndak ada yang ada kita adalah kewajiban kita
nantu kalau kita memang Pak artinya bagus yang maha kuasa
itu sendiri sudah memberi apa yang memang kita harus
dapatkan Wis jatahe gitu loh jadi setiap orang juga nggak
sama jatahnya. (W2S2/195)*

sementara itu menurut pernyataan informan yang tidak lain merupakan anak dari subjek menceritakan bahwa subjek dalam menjalani kehidupan selalu berusaha untuk ikhlas, nerimo, dan bersyukur atas anugerah tuhan.

Ya seperti yg saya katakan sebelumnya. Beliau dalam menjalani kehidupannya. Selalu berusaha ikhlas. Nerimo dan bersyukur. Atas apa yg di anugraahkan tuhan. Baik berupa. Kesehatan. Rejeki. Dll. (W112/90)

2. Pengendalian Emosi dan Perilaku Negatif

Data yang ditemukan pada subjek 2 yaitu subjek merasa bahwa lebih dapat mengontrol emosi serta mampu untuk mempertimbangkan keputusan yang akan diambil dalam menjalani kehidupannya. Disisi lain subjek juga menyatakan bahwa manusia yang sudah melakukan sujud seharusnya memiliki watak budi pekerti luhur, *welas asih*, dan mampu mengendalikan sebelas saudaranya.

konsep untuk menuju Satrio Utomo itu kita harus mampu menundukkan 11 nafsu yang terjadi pada jagad pribadi kita kalau nafsunya di situ misalnya ada yang disebut namanya itu kayak Sukmo Roso, sukmo Kencono, mayangkoro. (W1S2/63)

Jadi semua manusia yang sudah sujud harusnya seperti itu berwatak budi, pekerti luhur bisa Jejer Satrio Utomo ketemu semua saudara 11 saudara itu tadi dan bisa mengendalikan sebelas saudara. Mengendalikan sebelas saudara itu berarti bisa mengendalikan hawa nafsu karena darah inilah yang mempunyai nafsu macam-macam dari saudara ini kalau yang maha suci otomatis dia karena dari percikan Sinar hyang Mahakuasa pasti. (W2S2/127)

Dalam pernyataan informan juga memiliki keselarasan terkait dengan subjek, yang mana informan menceritakan bahwa saat ini subjek lebih mampu untuk mengontrol emosinya dan tidak terburu-buru dalam mengambil keputusan.

Ya tenang. Dalam artian. Bisa mengontrol emosi. Dan untuk problem solving dalam hal apa pun. Beliau selalu bisa berfikir panjang. Tidak grusa grusu dalam ambil keputusan dan kesimpulan. (W1I2/34)

3. Bahagia

Subjek 2 merasa mendapatkan kebahagiaan ketika telah melakukan dan mendalami persujudan, dimana kebahagiaan yang dirasakan antara lain kebahagiaan dalam berumah tangga serta dalam hal perekonomian. Subjek juga merasa bahwa merasa telah terbimbing secara rohani. Disamping itu, data yang diperoleh melalui informan menyatakan bahwa

subjek 2 percaya akan kehidupannya dikarenakan meyakini bahwa kehidupan sudah ada yang mengatur.

Kamudian saya belajar sama suami saya kok Kok merasakan kebahagiaan rumah tangga ketentraman kecukupan ya? Bukan berarti kaya Ya. Tapi saya mau apa saja cukup belum rezeki itu betul-betul yang sudah mencukupi betul-betul luar biasa luar biasa luar biasa seperti itu dari situ Akhirnya saya rohani saya sudah terbimbing rohani (WIS2/736)

Kalau untuk menjalani kehidupan ya di jalan I saja karena beliau percaya hidup sudah ada yg mengatur. Termasuk dalam hal rejeki. Tapi tetap berusaha tentunya. (WII2/78)

4. Perubahan Perilaku

Dari hasil data yang diperoleh melalui wawancara dengan subjek tidak didapatkan hasil yang mengarah pada perubahan perilaku, tetapi dalam data wawancara yang dilakukan pada informan ditemukan bahwa

subjek mengalami sebuah perubahan perilaku seperti lebih tenang dan mampu untuk menyelesaikan permasalahan.

*Klo sebelum sujud saya tidak tau sperti apa sifat beliau.
Tp setelah sujud. Banyak perubahan. Klo dalam psikologis. Salah satunya yaitu. Lebih tenang dan bisa berfikir panjang dalam problem solfing. Itu yg pernah beliau ceritakan. Ke saya. Dulu saat mengajari sujud. Dan hal itu saat saya perhatikan memang benar adanya. (W112/25)*

5. Perilaku Baik

Pada subjek 2 ditemukan hasil bahwa subjek memiliki keinginan untuk selalu melakukan kebaikan, yang mana juga mendasarkan alasannya pada *sesanti* dan *wewarah pitu* yang berisi bahwa para warga harus selalu berbuat baik dan menjadi *sumunar pindah baskoro* bagi sekelilingnya. Subjek 2 juga menunjukkan perilaku baiknya baik pada keluarga maupun ketika bersosialisasi dengan lingkungan sekitar. Walaupun pada data informan bagian akhir menjelaskan bahwa subjek terkadang masih emosi dikarenakan informan yang susah diatur.

kita inginnya berbuat baik ya itu ya sumunar pinda baskoro Di mana saja terjadi pada kondisi seperti ini kita terpanggil dengan sendirinya Ayo bersama-sama jadi kita nggak usah khawatir dan ragu-ragu ya. (WIS2/472)

manusia itu terbimbing untuk menjadi orang yang baik. karena apa?, kita bisa sujud saSinar dengan yang Mahakuasa Sinar kita (roh) kita itu bisa Manunggal antarane kawulo Lan Gusti. disitu jadi kalau kita sudah bisa berhadapan langsung dengan yang Mahakuasa mana mungkin kita akan menjadi orang-orang yang Katakanlah punya pribadi yang baik. (WIS2/77)

kita itu berdarma tidak menunjuk menunjukkan jadi kita berbuat memohon kepada yang maha kuasa dengan sepenuh hati dengan suatu keikhlasan tanpa pamrih tanpa pamrih nggak perlu kita itu dipuji Orang. (WIS2/466)

kita inginnya berbuat baik ya itu ya sumunar pinda baskoro Di mana saja terjadi pada kondisi seperti ini kita terpanggil dengan sendirinya Ayo bersama-sama jadi kita nggak usah khawatir dan ragu-ragu ya. (WIS2/472)

Valentine sayang ya kita wujudkan kasih sayang Seperti apa Mau kemana kita nggak tahu ini ini kita harus menyebarkan

*kasih sayang kepada siapa saja yang membutuhkan.
(WIS2/1075)*

*di warga Sapta Dharma khususnya itu sudah menjadi tanggung jawab dan kewajiban kita sebagai warga sabar-sabar tanpa dimintai bantuan tanpa harus ditegur tanpa harus diingatkan kita mempunyai kewajiban untuk membangun negeri ini untuk menyelamatkan negeri ini .
(WIS2/422)*

lah kalau kita sudah bisa Membina dan kita bisa sujud dan kita mempunyai budi pekerti luhur nah disitu itu nanti bisa Jajar satriotomo sifat kita tingkah laku kita adalah manusia yang berbudi pekerti luhur.(W2S2/101)

Tingkah laku selalu baik ucapan selalu baiknya tindakan selalu baik rendah hati suka menolong welas asih seperti itu berbudi pekerti luhur. ora ngelamak, ngajeni Wong Sing lebih sepuh dan kita selalu berjalan seperti apa yang di anggarkan apa yang sudah menjadi petunjuk di Sapta Darma yaitu wewarah pitu kita bisa melaksanakan kita harus bisa dan harus mampu menjalankan wewarah pitu karena itu sudah ditetapkan dari yang maha kuasa. Wewarah 7 itu tidak boleh kita lepas dari situ jadi berat seberat apapun yang kita harus bisa Nah itu bisa terjadi

kalau roh kita itu sudah mampu membimbing 11 saudara tadi yang mempunyai sifat dan watak yang berbeda itu tadi untuk bersatu manambah marang yang moho kuoso kalau sudah terpilih, sudah jadi manusia yang pilihan manusia yang baik. (W2S2/107)

seluruh tubuh dan itu itulah yang membuat manusia itu merasakan kedamaian yang luar biasa, jadi dari situ kita dibimbing terbentuk untuk menjadi manusia yang berbudi luhur. Kenapa begitu? karena orang sujud itu sangune harus pas, Harus sesuai. (W1S2/25)

menurut pernyataan informan, subjek dalam kesehariannya berusaha untuk menerapkan apa yang ada didalam *Sesanti* setiap kali bersosialisasi dengan lingkungan sekitarnya maupun dengan keluarga. Subjek juga memiliki perilaku yang sabar walaupun menurut informan terkadang subjek sesekali marah terhadap mereka dikarenakan perilaku yang diperbuat oleh anaknya.

Untuk prilaku. Beliau selalu berusaha. Untuk. Menerapkan. Sesanti di setiap kali bersosialisasi di lingkungan sekitar, kalau ke keluarga ya saya rasa ya selalu. Sayang dan sabar kepada semua anak" nya.

Meskipun kadang ya emosi tp kan wajar karena anak" nya kadang salah dan susah di atur. (W112/41)

6. Ayem Tentrem

Efek persujudan yang dialami oleh subjek antara lain salah satunya adalah *ayem tentrem*. Dalam pernyataannya, subjek menjelaskan bahwa dirinya sebelumnya belajar dan mengajak suaminya untuk menekuni persujudan. Pada saat menekuninya, subjek merasakan kebahagiaan dan ketentremen didalam rumah tangganya. Selain itu subjek merasa bahwa kehidupannya dicukupi dan merasa terbimbing secara rohani. Subjek juga menceritakan bahwa saat ini yang dirasakan hanya ikhlas dan ayem tentrem.

Kamudian saya belajar sama suami saya kok bisa ya Kok merasakan kebahagiaan rumah tangga ketentraman kecukupan ya? bukan berarti kaya Ya. tapi saya mau apa saja cukup belum rezeki itu betul-betul yang sudah mencukupi betul-betul luar biasa luar biasa luar biasa seperti itu dari situ Akhirnya saya rohani saya sudah terbimbing rohani. (W1S2/736)

tapi begitu saya sujud saya nggak pernah merasa ragu ndak pernah khawatir tidak perasa was was, engko mene aku yopo Aku di cita-cita dikarepke yo opo yo ndak ada!

dirimu ikhlas ayam Tentrem ndak bingung bingung.

(WIS2/809)

saya ikut kejuaraan dan bacaannya apa ya udah pede gitu loh tenang gitu loh, kok bisa gitu loh, maksudnya punya power punya ketenangan punya rasa percaya diri dan saya bisa mengerjakan kayak gitu itu bedanya .

(WIS2/659)

saya ndak bingung kenapa suami saya apa nggak Nggak jadi tenang aja enak aja gitu loh di Jalani seperti air mengalir. Saya sendiri kok yo mikir kok bisa ya.

(WIS2/864)

sementara menurut informan, informan menyatakan bahwa dirinya tidak terlalu mengetahui kehidupan subjek sebelum melakukan persujudan dikarenakan pada saat itu subjek belum lahir. Sehingga informan tidak mengetahui secara pasti kehidupan subjek sebelum mendalami persujudan. Namun disisi lain informan menjelaskan bahwa saat ini subjek mengalami perubahan seperti merasa lebih tenang kemudian mampu menyelesaikan permasalahan serta tidak terburu-buru dalam mengambil keputusan.

Klo sebelum sujud saya tidak tau sperti apa sifat beliau. Tp setelah sujud. Banyak perubahan. Klo dalam psikologis. Salah satunya yaitu. Lebih tenang dan bisa berfikir panjang dalam problem solfing. Itu yg pernah beliau ceritakan. Ke saya. Dulu saat mengajari sujud. Dan hal itu saat saya perhatikan memang benar adanya. (W112/25)

Ya tenang. Dalam artian. Bisa mengontrol emosi. Dan untuk problem solving dalam hal apa pun. Beliau selalu bisa berfikir panjang. Tidak grusa grusu dalam ambil keputusan dan kesimpulan. (W112/34)

7. Percaya Diri

Subjek merasa dirinya percaya dan yakin atas apa dihadapi. Berdasarkan data yang diperoleh melalui wawancara, subjek menyatakan bahwa dirinya sebelumnya ragu atas cita-cita dan ngerengsang pada kehidupan kedepannya. Namun ketika telah mendalami persujudan, subjek merasa tidak ada perasaan seperti dahulu. Subjek juga merasa tenang ketika menghadapi sesuatu yang akan dihadapinya.

tapi begitu saya sujud saya nggak pernah merasa ragu ndak pernah khawatir tidak perasa was was, engko mene aku yopo Aku di cita-cita dikarepke yo opo yo ndak ada! dirimu ikhlas ayem Tentrem ndak bingung bingung. (W1S2/809)

saya ikut kejuaraan dan bacaannya apa ya udah pede gitu loh tenang gitu loh, kok bisa gitu loh, maksudnya punya power punya ketenangan punya rasa percaya diri dan saya bisa mengerjakan kayak gitu itu bedanya . (WIS2/659)

jadi saya merasakan diri saya hati saya batin saya itu tenang tentram aman. saya nggak pernah bingung. dulu waktu saya belum sujud itu ada yang punya perasaan nggerengseng (WIS2/767)

pernyataan subjek juga memiliki kesamaan dengan pernyataan informan bahwa subjek percaya dan yakin bahwa kehidupan sudah diatur oleh tuhan, walaupun usaha tetap diperlukan.

8. Kemampuan

Subjek secara garis besar merasa memiliki power dan kemampuan dalam menghadapi tugas atau mengerjakan sesuatu yang dilakukan. Akan tetapi disisi lain data informan yang didapatkan memiliki sebuah penjelasan lain dimana informan menyatakan bahwa dirinya tidak mengetahui hal apa saja yang dihadapi oleh subjek secara detail. Namun secara gamblang informan menyatakan yakin bahwa subjek selama aktif melakukan sujud tidak pernah ada masalah yang tidak dapat diselesaikan.

saya ikut kejuaraan dan bacaannya apa ya udah pede gitu loh tenang gitu loh, kok bisa gitu loh, maksudnya punya power punya ketenangan punya rasa percaya diri dan saya bisa mengerjakan kayak gitu itu bedanya .
(WIS2/659)

Kalau sebelum aktif sujud saya tidak tau ya. Mas.. Setau saya. Setiap orang pasti punya problem sendiri" yg dimana orang itu pada suatu masa merasa sudah tidak ada jalan keluar lagi. Dan saya yakin pasti nya beliau pastinya meraskan hal yang demikian itu. Tp selama ini yg saya ketahui. Dengan belau rutin sujud pastinya tidak ada masalah yg tidak bisa terselesaikan. (WII2/101)

3. Gambaran Proses Mencapai Satrio Utomo Subjek 1 dan 2

Pencapaian didalam ajaran *Sapta Dharma* adalah menjadi *Satrio Utomo* dan *wanita utomo*. *Satrio utomo* atau *wanita utomo* sendiri dalam pernyataan subjek 1 dan 2, memiliki definisi sebagai manusia yang mampu mengerti, paham, dan mengendalikan saudara sebelasnya hingga menghasilkan perilaku budi pakarti yang luhur. Dalam proses pencapaian tersebut tidak lain salah satunya berupa sujud, yang mana sujud dengan *sumeleh* merupakan dasar dari sebuah proses agar seorang manusia mampu mencapai tatanan tersebut.

Ketika melakukan sujud, individu diharuskan mampu untuk belajar, memahami, serta mengenali dan mengendalikan para sebelas saudara tersebut. Saudara sebelas secara umum digambarkan sebagai nafsu manusia yang memiliki watak perilaku yang berbeda-beda. Pada saat melakukan persujudan, seorang individu akan awalnya memperhatikan keluar masuknya nafas hingga mampu mengosongkan pikiran dari gagasan dan hal lain serta merasakan sebuah getaran dari *tuyo perwitosari*. *Tuyo perwitosari* sendiri merupakan air kehidupan yang dalam pernyataan para subjek dan informan adalah air yang mampu untuk menyucikan hal-hal negative yang terdapat didalam diri manusia.

Pada saat yang sama, individu yang melakukan sujud juga melalui proses pembelajaran rasa yang berasal dari saudara sebelas. Dari sanalah para pelaku persujudan mulai melakukan proses wejangan dari yang maha kuasa serta pembelajaran dalam mengenali, memahami, maupun untuk mengendalikan sebelas saudaranya. sehingga ketika seorang individu mampu untuk melakukan semua hal tersebut maka disebut dengan *sewelas-welas e atunggal jejer satrio utomo* yang mana tidak lain sebagai seorang manusia yang memiliki *welas asih, dharma, ayem tentrem*, berperilaku luhur, merasa penuh kedamaian serta memiliki *kawaskitaan*.

Kawaskitaan dalam ajaran *sapta dharma* merupakan wahyu yang diyakini mampu untuk membuat seseorang merasakan sesuatu pada dirinya maupun orang lain. Secara sekilas, orang yang memiliki *kawaskitaan* digambarkan sebagai pribadi yang peka terhadap diri serta lingkungannya.

Ketika seseorang telah melewati proses tersebut maka akan terbentuk dengan sendirinya hal yang disebut dengan *Satrio Utomo* dan *wanito utomo*.

pada dasarnya orang sujud itu bukan konsentrasi, ngening ngening itu mengosongkan pikiran pikiran kita kosongkan kita fokus ke atas kalau yang sudah biasa ya merasakan getaran itu sampai bisa naik ke ubun-ubun getaran tuyo suci. (W2S2/70)

Menunggu datangnya getaran jadi timbulnya rasa itu adalah sebuah getaran Getaran yang yang yang yang meliputi untukku kita itu ada yang disebut getaran halus dan kasar. (W2S1/83)

Toyo purwatasari itu yang hubungannya dengan naik Turunnya getaran tadi karena getaran tadi adalah proses untuk pelunturan dari nafsu nafsu atau atau negatif yang negatif yang terdapat di dalam tubuh kita karena di dalam tubuh kita ini ada yang disebut atom berjiwa jadi disitu hubungannya dengan Toyo purwitosari (W2S1/289)

bagaimana cara manambah kita dengan dengan Rohani yaitu adalah kita itu mengendalikan hawa nafsu yang terdapat di dalam jiwa raga kita itu Yang mana nafsu itu dikendalikan oleh rasa. Dengan cara bersujud itu tadi itu adalah kita meneliti atau merasakan keluarnya keluar masuknya nafas. Karena kalau manusia itu adalah manusia itu rasa yang kita kendalikan Jadi kita itu belajar. (WIS1/551)

Makane kita berat dalam menjalani ibadah ini kalau kita harus mengendalikan 11 nafsu yang bermacam-macam watak dan karakternya seperti itu. (WIS1/1222)

jadi di dalam sebuah proses terjadi itu Tujuannya adalah untuk mengendalikan hawa nafsu yang terdapat di dalam jiwa manusia (WIS1/677)

konsep untuk menuju Satrio Utomo itu kita harus mampu menundukkan 11 nafsu yang terjadi pada jagad pribadi kita kalau nafsunya di situ misalnya ada yang disebut namanya itu kayak Sukmo Roso, sukmo Kencono, mayangkoro. (WIS2/63)

disebut nafsu 11 tadi dan itu ada nanya namanya semua nafsu sebelah situ lah konsep untuk menuju Satrio Utomo itu kita harus mampu menundukkan 11 nafsu yang terjadi pada jagad pribadi kita kalau nafsunya di situ misalnya ada yang disebut namanya itu kayak Sukmo Roso, sukmo Kencono, mayanggoro. itu saya salah satunya aja gandarawa raja itu nafsu nafsu yang terdapat di dalam jaga pribadi kita ketika kita mau ke satrio utomo kita harus bisa mampu menundukkan 11 nafsu itu jadi di sini ada pengertian ada telu telune atunggal, Limo Limo ATunggal pitu-pitu Atunggal, songo-songone aTanggal, dan sewalas-welase atunggal baru kita akan mencapai dua belas yang disebut jejer Satrio Utomo (W2S1/62)

lah kalau sudah dipimpin sudah bisa sudah bisa menembak bisa sujud di sinilah akan Terbentuk Satrio Utomo, wanita Utomo yang berbudi pekerti luhur dengan sendirinya manusia itu terbimbing untuk menjadi orang yang baik. karena apa?, kita bisa sujud sasinar dengan yang Mahakuasa Sinar kita (roh) kita itu bisa Manunggal antarane kawulo Lan Gusti. disitu jadi kalau kita sudah bisa berhadapan langsung dengan yang Mahakuasa mana mungkin kita akan menjadi orang-

*orang yang Katakanlah punya pribadi yang baik.
(W1S2/72)*

*Jejer satrio Utama itu adalah manusia yang yang
berbudi luhur manusia yang mempunyai perilaku yang
baik atau yang punya perilaku yang mulia. Jadi segala
sifat tindakan perbuatan itu didasari dengan sesuatu
yang baik jadi ucapan yang baik perilaku yang baik tata
kehidupan yang baik itu yang disebut Satrio Utomo
karena yang manusia yang berwatak Mulia lho Mas itu
yang disebut Satrio Utomo jadi orang yang bijaksana
orang yang lemah lembut orang yang mampu
menghargai orang lain dan sebagainya Itu yang disebut
manusia yang Satrio Utomo. (W2S1/9)*

*orang Sapta Darma itu diberi yang disebut Radar
kewaspadaan keadaan itu kita diberi petunjuk oleh Yang
Maha Kuasa untuk mengetahui sesuatu misalnya nanti
akan ada terjadi sesuatu yang tidak mengenakkan
misalnya ada saudara yang akan meninggal misalnya itu
ada tanda ada tanda bahwa ini ternyata ada ada sesuatu
yang tidak baik. Yang akan terjadi hal itu diberi diberi
tanda oleh Yang Mahakuasa itu yang berat yang disebut
di Radar kewaspadaan tadi itu akan yang yang bisa*

dikajih itu adalah rasa rasa mana yang muncul begitu jadi nanti kalau itu memang agak mendalam ya kita karena itu tidak bisa di rasional susah juga kita jabarkan ya tapi intinya cuman kita jadi misalnya kita akan mendapatkan rezeki gitu misalnya itu ada tanda bawah ini pasti akan dapat rezeki kita itu tahu kalau kita mau mau dapat rezeki kita akan mendapatkan kesenangan itu. (W2S1/210)

kita mendapat pengertian mendapat wejangan atau mendapat Ilham atau mendapat petunjuk dari yang maha kuasa itu yang dimaksud pengertian. pengertian itu Tidak bisa dikaji secara umum karena sifatnya pengertian itu adalah petunjuk dari yang maha kuasa lah itu hubungannya dengan rasa jadi rasa yang terdapat di naluri (W2S1/184)

pernyataan subjek 1 dan 2 diatas diperkuat dengan data wawancara yang diperoleh melalui informan tuntunan, dimana informan menjelaskan mengenai proses seseorang dalam mencapai tingkatan *satrio utomo*. Secara singkat dalam pernyataannya, tuntunan menceritakan tahap demi tahap apa saja yang dilalui untuk sampai pada tingkatan tersebut. Disisi lain informan juga menjelaskan mengenai hakikat manusia serta tujuan manusia dalam

menjalani kehidupan terutama dalam konteks pengendalian sebelas saudara dan pengenalan diri pribadi

untuk mencapai Satrio Utomo itu apa yang disebut Satrio Utomo itu adalah sifat sifat-sifat yang luhur maka dari itu pada dasarnya untuk menjadi Satrio Utomo itu tidak ada lain dasarnya itu adalah sujud sumeleh ya itu tadi mengenali diri secara individu kita kembali lagi mengenali saudara itu sehingga bisa mengarahkan saudara yang 11 itu yang kalau bahasa agama lain disebut nafsu yang 11 itu ke arah tujuan yang baik dan benar. itulah termasuk yang disebut Satrio Utomo itu adalah ya kita sudah mengenal diri kita secara individu itu siapa ya roh itulah cahaya Anda yang di dalam anda itulah karena hidup ini adalah ibaratnya kita sebagai pengembala ini kita berikan contoh kejadian kita sebagai pengembala terus kita menggambar domba-domba ini ya kita di dalam mengawasi sehari-hari tidak mengawasi untuk mengembala domba ini kita teledor sehingga domba-domba kita ini makan tanamannya Pak Lurah. katakan bila kita tanya yang Dimarahi Pak Lurah ini dombanya atau sebagai pengembala nya lagi apa pengembala domba ini? di dalam jagad pribadi manusia

roh anda itu yang menerima suatu mandat dari itu Tuhan maka dari itu kalau sudah yang mau jadi kita tuh yang berfungsi anda sudah mampu mengembala daripada Saudara atau nafsu. Katakanlah gitu mengembala saudara yang ada di jagat pribadi anda ya ke arah tujuan yang baik dan benar itulah wujud daripada Satrio Utomo, Utomo yang mempunyai sifat inilah maka dengan demikian kita sebagai warga Sapto Darmo tidak diperkenankan membeda-bedakan di antara satu dengan yang lain karena orientasinya warga sebagai seorang pelajar ini bahwa manusia di muka bumi di bawah langit ini dikodratkan oleh Tuhan dengan unsur yang sah yaitu kalau pitutur Luhur itu sedulur papat lima Pancer. satu pasal dari tanah 2 dari api 3 air 4 howo udara 1 cahaya Tuhan. Urip itu tidak ada di antara 1 unsur dari 5 ini manusia tidak janggankan manusia hewan pun tidak akan mungkin bisa. itu manusia di muka bumi di bawah langit ini unurnya sa sama, tidak diperkenankan membeda-bedakan di antara satu dengan yang lain lainnya nanti pada saatnya kembalinya adalah sa sama yang dari tanah yang menyatu ke tanah dari artinya tetapi Mengapa macam bedakan di antara satu dengan yang lainnya sebagai warga, tidak diperkenankan maka dari

itu apa yang disebut Jawa itu bukan Jawa suku bukan bukan Jawa etnis Jawa pernah ngerti marang Urip Urip Urip iku rasane opo. inilah sehingga kita tidak mempunyai rasa apa rasa benci kepada sesama makhluk hidup. Maka itulah wujud dalam suatu kedamaian.
(W113/269)

C. Pembahasan

1. Profil Subjek

Subjek 1 baru mengenal, melakukan, dan mendalami persujudan dimulai ketika tahun 2012. Sedangkankan subjek 2 telah melakukan sujud dan mendalaminya sejak tahun 1970 an. Kedua subjek memiliki latar belakang yang berbeda satu sama lain. Subjek 1 memiliki latar belakang dari lahir sebagai pemeluk islam namun ketika menginjak dewasa ia melakukan pencarian pada jati dirinya hingga menganut beberapa agama dan berakhir dengan menganut ajaran *Sapta Dharma*, sedangkan subjek 2 sejak kecil sudah menekuni ajaran *Sapta Dharma* dan rutin melakukan persujudan hingga sekarang.

Subjek 1 bertemu pertama kali dengan peneliti pada saat peneliti mengunjungi sanggar dengan tujuan untuk meminta izin dalam melakukan melaksanakan penelitian. Ketika itu subjek menceritakan secara singkat tentang perjalanan hidupnya sebelum dan sesudah mengenal serta mendalami persjudan. Kisah hidup yang diceritakan oleh

subjek antara lain mengenai pencarian jati diri serta ketentraman batinnya yang mana merujuk pada keyakinan yang ia anut sebelumnya. Diketahui bahwa sebelumnya subjek menganut beberapa agama antara lain Islam, Budha, dan Kristen, tetapi subjek pada saat itu merasa bahwa belum menemukan sesuatu yang cocok dengan dirinya sehingga terus melakukan pencarian. Pada tahun 2012 subjek mulai belajar dan mencoba memahami mengenai persujudan *Sapta Dharma*. Ketika belajar sujud subjek merasakan sesuatu yang aneh dimana badannya terasa amat sakit sehingga pada saat melakukan sujud ia tampak bergerak-gerak tak beraturan dikarenakan menahan rasa sakit yang dirasakan. Bila merujuk pada pernyataan subjek dalam obrolan pertama kali dengan peneliti, subjek mengaku bahwa sebelumnya dirinya memiliki perilaku dan kehidupan yang jauh dari kebaikan, seperti contoh bahwa dahulu subjek mengaku merupakan seorang peminum (pemabuk) dan juga sebagai seseorang yang selalu bermain perempuan. Selain itu subjek juga seringkali memiliki perilaku yang merugikan orang lain, serta pernah memperlakukan kedua orang tuanya kurang baik. Subjek juga mengaku bahwa ketika telah belajar dan mendalami ajaran *Sapta Dharma* mengalami banyak perubahan pada dirinya dan kehidupannya terutama pada perasaannya, seperti sebelumnya subjek mengaku gampang marah dan kemudian mampu lebih merasa sabar. Selain itu subjek merasa mampu untuk mensyukuri kehidupannya.

Subjek 2 merupakan seseorang yang telah lama menganut ajaran *Sapta Dharma* dan sering rutin mengikuti persujudan baik sujud sehari-hari maupun sujud penggalian. Peneliti mengenal subjek pertama kali ketika mengikuti agenda 1000 hari kematian suami beliau dan peneliti diperkenalkan subjek 2 oleh subjek 1 pada saat selesai acara tersebut. dalam beberapa penjelasan yang disampaikan oleh subjek 2 ketika melakukan wawancara ke-1 subjek mengaku bahwa ia sejak dari kecil telah belajar sujud dikarenakan ingin mengikuti orang tuanya. Namun pada penjelasan lainnya diketahui subjek juga menganut agama Islam dan sempat belajar mendalaminya sehingga pada saat peneliti selesai melakukan wawancara pertama peneliti sempat berbincang beberapa hal dengan memakai sudut pandang Islam dengan subjek 2. Subjek dilingkungan sekitar dan dikalangan masyarakat dikenal sebagai seorang *pangusadan* yaitu orang yang melayani pengobatan alternative, dimana dalam beberapa kesempatan peneliti mendapat beberapa cerita tentang subjek, baik dari subjek 1 maupun dari warga lain mengenai pengobatan yang dilakukan oleh subjek. Dari hasil wawancara dan observasi yang telah dilakukan oleh peneliti, ditemukan fakta bahwa subjek 2 sangat rutin melakukan persujudan, baik dalam persujudan sehari-hari maupun sujud penggalian. Subjek melakukan sujud setiap hari rata-rata dilakukan empat kali yakni pada jam 7, 9, 11, dan 1 malam. Selain itu subjek sudah seringkali melakukan penggalian di sanggar Kediri dan sanggar *Sapto Renggo* yang berada di Yogyakarta. Dalam temuan yang diperoleh

peneliti, subjek menyatakan bahwa dirinya merasakan hal-hal yang hampir sama dengan apa ditemukan pada subjek 1 yaitu perubahan pada aspek psikologis maupun pada aspek perilaku.

2. Gambaran Konsep Persujudan *Sapta Dharma*

a. *Manembah*

Konsep persujudan secara umum jika dilihat menggunakan perspektif psikologi yang diambil pada kamus psikologi memiliki definisi bahwa persujudan atau yang biasa dikenal dengan meditasi merupakan suatu proses hubungan antara seorang individu dengan tuhan (Chaplin, 2001:294). Disini dapat dilihat bahwa persujudan juga merupakan proses hubungan antara hamba dengan tuhan yang dalam tradisi *Jawa* dikenal dengan *Manembah* (beribadah). Pada pernyataan subjek 1 maupun subjek 2 memiliki kesamaan mengenai pandangan atau definisi tentang aktivitas persujudan tersebut dimana subjek sama-sama menyatakan bahwa sujud merupakan cara *Manembah* orang *Sapta Dharma* dan juga proses hubungan secara rohani antara *Hyang Moho suci* (roh) dengan *Hyang Moho Kuoso* (tuhan).

Aktivitas meditasi pada umumnya sudah dikenal sejak ribuan tahun oleh bangsa-bangsa yang ada di dunia seperti contoh Mesir kuno, Cina, India, Romawi, Afrika, dan orang Eksimo serta memiliki cara dan teknik meditasi yang beragam antara satu dengan yang lainnya (Ornstein, 1985).

Jika mengambil dalam konteks yang ada di Nusantara pada dahulu kala, maka akan menemukan sedikitnya beberapa macam meditasi yang sudah lama ditekuni oleh orang-orang di Nusantara, Seperti contoh meditasi yang dilakukan oleh orang *Jawa* kuno yang menganut agama *Kapitayan*, dimana hal tersebut juga merupakan cara dalam beribadah pada tuhan. Selain itu ada meditasi dalam tradisi *Tantrayana* dimana para *Tantrika* (sebutan bagi penganut *Tantrayana*) melakukan meditasi selain bertujuan sebagai ritual peribadatan, juga sebagai cara untuk mencapai pencerahan. (Yaquene,)

Dari beberapa informasi diatas, dapat kita artikan bahwa salah satu fungsi meditasi adalah untuk melakukan hubungan dengan tuhan dalam konteks ritual keagamaan. Walaupun demikian, aktivitas meditasi tidak dapat selalu diidentikkan dengan suatu ritual keagamaan karena meditasi pada dasarnya merupakan aktivitas yang berfokus untuk menyelami diri pribadi serta mengenali kondisi pada diri, Sehingga meditasi pada umumnya juga dikenal sebagai aktivitas spiritual. Temuan antara tokoh dengan hasil yang diperoleh di lapangan juga memiliki kesamaan meskipun memiliki penyebutan atau bahasa yang berbeda. Kesamaan tersebut terletak pada proses meditasi yang mana merupakan sebuah aktivitas hubungan antara seorang individu dengan tuhannya.

b. Mengosongkan Pikiran

Dalam melakukan meditasi para orang yang melakukan perlu melalui beberapa tahapan. Salah satu tahapan pertama yang biasanya akan dilalui oleh pelaku meditasi adalah memusatkan perhatian pada objek tertentu dan dengan waktu tertentu. Pada teori yang dikemukakan oleh Ornstein (1986) menjelaskan bahwa esensi dari meditasi sendiri adalah usaha untuk membatasi kesadaran pada satu objek stimulasi yang tidak berubah pada waktu tertentu. Yang dimaksud dengan membatasi kesadaran adalah mengenai tentang atensi seorang pelaku meditasi pada suatu objek yang digunakan pada proses meditasi. Seperti contoh dalam meditasi secara umum, kebanyakan para orang yang melakukan meditasi memusatkan perhatian pada suatu hal disekitarnya maupun pada dirinya seperti memandang lilin yang ada didepannya, memerhatikan nafasnya, dan juga membayangkan suatu objek dalam konsentrasinya.

Persujudan *Sapta Dharma* juga memiliki proses yang hampir sama dengan teori diatas, akan tetapi pernyataan mengenai hal tersebut antara subjek 2 dengan teori memiliki perbedaan. Subjek 2 menyatakan bahwa meditasi dengan persujudan berbeda. meditasi menurut subjek memusatkan pikiran, sedangkan persujudan diawali dengan proses *ngening* atau konsentrasi pada nafas hingga mampu untuk mengosongkan pikiran (menyingkirkan pikiran-pikiran, gagasan, dan angan-angan terkait

dengan dirinya maupun kehidupannya). Secara ringkas tahapan dalam mengosongkan pikiran seperti berikut :

- 1) *Bersila* dan *Bersindakep*
- 2) Pandangan satu meter pada ujung kain sanggar
- 3) Menfokuskan dan mengatur pernafasan
- 4) *Ngening* (tahapan dimana seorang individu mampu untuk menyingkirkan pikiran-pikiran dan angan-angannya)

Proses *ngening* memiliki kesamaan dengan meditasi pada Budha dan Hindu, dimana proses tersebut sama-sama akan mencapai kondisi *Samadhi*. Dalam istilah psikologi, kondisi tersebut sama dengan keadaan *Trans* yang dirasakan oleh seseorang pada waktu tertentu. Kondisi demikian jika dilihat pada konteks *Sufism* maka akan ditemukan pada sufi sebagai contoh ketika melakukan tarian sufi yang berputar-putar dalam kurun waktu yang lama.

Temuan teori diatas jika dibandingkan dengan temuan dilapangan maka memiliki sebuah perbedaan. Pada temuan teori, proses meditasi adalah untuk memusatkan perhatian pada unsur tertentu. Sedangkan didalam persujudan *Sapta Dharma*, pada umumnya lebih memandang bahwa persujudan merupakan aktivitas untuk mengosongkan pikiran. Maksud dari “mengosongkan pikiran” bukan berarti memiliki arti yang eksplisit dimana bahwa pikiran para pelaku kosong total. Mengosongkan pikiran yang dimaksud adalah bahwa seseorang yang melakukan

persujudan tidak lain tetap menyadari hal-hal baik pada dirinya maupun pada lingkungannya namun tidak memerhatikan atau menjadi focus utamanya. Sehingga ketika seseorang mampu berada pada tahap ini maka akan disebut dengan *Ngening*.

c. Mengatur Pernafasan

Nafas merupakan salah satu hal yang esensial bagi kehidupan makhluk hidup. Pada umumnya semua makhluk yang ada dimuka bumi melakukan pernafasan agar dapat hidup dan memenuhi kebutuhan hidup. Demikianpun juga dengan manusia, dimana manusia setiap hari bahkan setiap saat bernafas agar mampu memenuhi kadar oksigen pada tubuhnya.

Pernafasan juga merupakan unsur penting dalam aktivitas meditasi, kebanyakan meditasi dengan berbagai macam bentuknya tentunya akan selalu melakukan proses tersebut. jika mengambil pernyataan dari Umniyah dan Afiatin (2009) bahwa dalam melakukan *mindfulness meditation* maka dilakukan dengan lima teknik. Dalam lima teknik tersebut salah satunya merupakan menyadari pernafasan (*short breathing/ breath meditation*).

Dalam aktivitas persjudan *Sapta Dharma*, pernafasan bahkan termasuk unsur yang paling utama dan penting. Temuan peneliti yang diperoleh melalui wawancara pada subjek 1, informan tuntunan, dan hasil observasi juga memunculkan sebuah fakta bahwa didalam persujudan tidak lain hal yang paling penting dan paling utama merupakan pernafasan

selama melakukan sujud. Alasan mengenai pernafasan merupakan hal yang penting pada persujudah adalah aktivitas pernafasan diyakini sebagai jalan masuknya kehidupan serta awal mula kehidupan. Pada hasil observasi peneliti menemukan bahwa *tuntunan* (sebutan pemuka agama *sapta dharma*) menjelaskan bahwa nafas memiliki unsur yang sangat filosofis terutama pada sujud *tes dumadining menusngso*. Selain itu, pada tahap-tahapan ketika melakukan aktivitas persujudan juga dimulai dengan memandang ujung kain sanngar serta menfokuskan pada keluar masuknya nafas. Hal tersebut dilakukan agar seorang individu yang sedang melakukan persujudan mampu dan dapat mencapai kondisi dimana pikiran dan angan-angan tidak menjadi perhatian utama. Apabila seseorang sudah mampu pada tahap tersebut maka akan merasakan sensasi-sensasi pada dirinya ketika melakukan sujud.

Sekilas pernyataan teori dengan temuan lapangan memiliki kesamaan satu sama lain, dimana jika teori menyatakan bahwa tahap dalam meditasi *mindfulness* adalah nafas maka dalam temuan data lapangan juga menunjukkan kesamaan. Hal ini memiliki kesamaan dikarenakan secara umum proses pernafasan merupakan suatu hal yang sulit untuk dibantah karena bagaimanapun sebagai makhluk tentu membutuhkan apa yang disebut dengan nafas. Baik pada kehidupan sehari-hari ketika melakukan aktivitas yang dimulai dari bangun hingga tidur kembali tak akan lepas dari apa yang disebut dengan nafas.

d. Merasakan Getaran

Umniyah dan Afiatin (2009) menjelaskan bahwa seseorang yang melakukan aktivitas meditasi *mindfulness* juga melalui tahapan dimana tahapan tersebut salah satunya adalah dengan menyadari sensasi tubuh (*body sensation*). Sensasi pada tubuh yang dirasakan pelaku meditasi dapat berbeda-beda. Seperti contoh ketika seseorang melakukan meditasi dia merasakan bahwa tubuhnya seolah-olah berputar-putar, selain itu ada seorang meditasi yang merasakan bahwa badannya terasa amat ringan.

Temuan peneliti pada persujudan juga memiliki hal yang hamper sama, yaitu dalam persujudan ketika melakukan sujud maka akan bersabar untuk merasakan sebuah getaran yang dirasakan pada tubuhnya. Getaran disini yang dimaksud adalah getaran dari *tuyo perwitosari* yang merupakan air kehidupan yang berfungsi untuk membersihkan penyakit serta untuk penyucian pada jiwa manusia. Getaran dari air suci tersebut secara umum dirasakan melalui bagian belakang tubuh yang dimulai tepat pada *silit kodok* (tulang ekor) kemudian secara perlahan akan naik setahap demi setahap hingga berhenti pada tubuh bagian belakang sebelas atas. Kemudian akan naik lagi hingga masuk kedalam *jemurin cilaka* atau otak kecil yang nantinya diyakini akan membuat *hyang moho suci* (roh) akan mampu berhubungan secara langsung dengan hyang maha kuasa.

Gambaran mengenai getaran diatas bila dibandingkan dengan teori sebelumnya maka memiliki kesamaan, kesamaan tersebut berada pada konteks sensasi yang dirasakan oleh tubuh ketika melakukan meditasi/persujudan, dimana seorang yang melakukan persujudan kebanyakan merasakan getaran dari *tuyo perwitosari*. Getaran tersebut juga termasuk dalam konsep persujudan selanjutnya yaitu mengenai rasa yang mana rasa memiliki pembahasan yang lebih detail dan lebih dalam mengenai hal tersebut.

e. Rasa

Manusia yang melakukan aktivitas pada waktu dan kondisi tertentu terkadang merasakan suatu hal yang terjadi pada dirinya baik pada aspek psikologis maupun aspek fisik. Dalam bahasa psikologi, hal tersebut pada umumnya disebut dengan sensasi, dimana seseorang merasakan suatu hal ketika melakukan pekerjaan, berinteraksi, atau dalam kondisi beristirahat. Didalam proses meditasi juga ditemukan bahwa ada individu yang ketika melakukan meditasi merasakan sesuatu pada tubuh maupun pikirannya. Jika mengacu pada pernyataan Umniyah dan Afiatin (2009) bahwa seseorang yang melakukan aktivitas meditasi *mindfulness* juga melalui tahapan dimana tahapan tersebut salah satunya adalah dengan menyadari sensasi tubuh (*body sensation*). Sensasi tubuh tersebut jika memakai perspektif pada *neuroscience* maka adanya sensasi tersebut muncul

diakrenakan adanya suatu mekanisme yang terjadi di otak pada seseorang yang sedang melakukan meditasi (Rukasa, 2019).

Temuan peneliti pada para subjek juga menunjukkan bahwa baik pada subjek 1 dan subjek 2 mengatakan ketika melakukan aktivitas persujudan mereka merasakan sebuah rasa yang terjadi pada dirinya. Seperti contoh pada subjek 2 dimana dia merasakan kedamaian dan ketentraman yang menurutnya tidak bisa dijelaskan melalui kata-kata. Kemudian menurut pernyataan subjek 1 bahwa dirinya waktu awal mula melakukan persujudan merasakan sakit yang luar biasa disekujur tubuhnya sampai tidak kuat menahan rasa sakit tersebut. menurut keterangan melalui informan tuntunan, rasa tersebut akibat dari adanya gejala dari pada sebelas saudara (nafsu) yang terdapat pada setiap manusia. Setiap manusia yang melakukan persujudan akan merasakan rasa yang berbeda-beda antara satu dengan yang lainnya. Hal ini dikarenakan bahwa rasa yang dirasakan merupakan interpretasi dari proses didalam sujud yang disebut dengan *ngunduh wohing pakartining roso*, dimana proses tersebut bertujuan untuk mengenali dan memahami para saudara agar nantinya mampu untuk dikendalikan dan diarahkan kearah yang baik.

Pengertian rasa antara pendapat tokoh dan subjek sejatinya memiliki kesamaan, namun jika memandang melalui konsep rasa dalam ajaran *Sapta Dharma* tentu hal yang terkait dengan rasa merupakan hal abstrak dan kompleks, sedangkan menurut teori rasa diartikan secara *universal*

dalam meditasi yang memiliki arti sebagai sensasi pada tubuh. Alasan tersebut dikarenakan bahwa sejatinya rasa merupakan suatu hal yang dalam sudut pandangan *Sapta Dharma* sulit untuk diungkapkan pada orang lain, sehingga yang mampu memahami rasa tidak lain adalah individu yang merasakannya. Prosesnya pun dalam *Sapta Dharma* salah satunya dikenal dengan istilah *wadag diwejang roso, roso diwejang cahyo, lan cahyo diwejang hyang moho kuoso*. Dalam kultur Jawa biasanya ditemukan bahwa manusia harus bisa merasa. Konteks merasa dalam hal ini tidak lain merupakan rasa yang bersemayam pada jagat pribadinya (*jagad alit/bhuana alit*) yang bersifat sebagai rasa yang eksklusif bagi individu yang merasakannya sehingga mampu memahai dan mengenali dirinya lebih dalam.

f. Penyucian

Penyucian merupakan salah-satu tujuan seseorang ketika melakukan persujudan. Penyucian didalam persujudan merupakan suatu proses yang diyakini sebagai pembelajaran sekaligus pembersihan pada individu yang sedang melakukannya. Dalam ajaran *Sapta Dharma*, penyucian tidak terlepas dari poin sebelumnya yaitu tentang rasa. Secara ringkas, proses penyucian terjadi dikarenakan adanya suatu hal negative yang ada didalam tubuh manusia yang meliputi nafsu sebelas saudara maupun suatu yang buruk yang dipercaya mampu menghambat individu itu sendiri. Proses Penyucian terjadi ketika *tuyo perwitosari* atau yang biasa dikenal

dengan air kehidupan bereaksi dalam wujud getaran rasa pada badan individu sehingga *tuyo perwitosari* bergerak untuk membersihkan hal-hal yang kurang baik pada pelaku persujudan. Menurut keterangan subjek dan informan tuntunan, persujudan tidak lain adalah sebuah proses dimana seseorang akan belajar untuk mengenali serta memahami kehendak para saudaranya. Selain itu proses tersebut juga diyakini oleh Warga *Sapta Dharma* sebagai sesuatu yang mampu untuk penyembuhan secara fisik bagi para pelakunya.

Jika dilihat menggunakan pandangan yang dimukakan oleh Hardjana (2003) maka dapat dilihat bahwa meditasi merupakan kegiatan dalam memutar-balik dalam konteks pikiran dan merenungkannya. Disini jika dibandingkan dengan temuan di lapangan maka memiliki sedikit corak yang menunjukkan perbedaan pada keduanya. Seperti contoh ketika melihat pada pendapat tokoh diatas maka akan ditemukan bahwa meditasi adalah suatu kegiatan yang ujungnya adalah perenungan. Sedangkan temuan pada subjek dan informan menjelaskan bahwa persujudan tidak hanya menuju pada perenungan, tetapi juga merupakan suatu proses penyucian, pembelajaran, dan penyembuhan bagi individu yang melakukannya.

Perbedaan pada keduanya bisa dikatakan berbeda pada sisi-sisi lanjutnya. Namun secara keseluruhan, keduanya memiliki kesamaan pada aspek perenungan pada kegiatan meditasi. Perenungan yang dimaksud lebih mengacu pada bagaimana seseorang yang melakukan meditasi

nantinya mampu untuk merenungkan terkait dengan kehidupan dan perilaku yang telah diperbuat. Penyucian didalam persujudan juga bertujuan agar mampu untuk mengenali, belajar, dan mengendalikan para sebelas saudara.

g. Pengendalian Sebelas Saudara

Didalam aktivitas meditasi terdapat sebuah proses yang dinamakan dengan control diri. Control diri dalam dalam perspektif meditasi secara umum yaitu sebuah upaya atau kegiatan yang memiliki output dalam bentuk pengendalian. Pengendalian pada meditasi lebih ditujukan pada hal-hal seputar emosi maupun dalam bentuk perilaku agar nantinya ketika seseorang individu telah melakukan meditasi, maka diharapkan akan memiliki kesadaran terutama pada sisi-sisi emosinya (Walsh,1983)

Pada persujudan *Sapta Dharmamajuga* ditemukan mengenai hal yang serupa, dimana hal tersebut akan langsung mengacu pada proses didalam persujudan maupun pada kehidupan sehari-hari. Ketika seseorang melakukan sujud, pada hakikatnya tidak lain melakukan proses untuk mengenali, memahami, dan mengendalikan para sebelas saudara. Seperti halnya yang telah dijelaskan oleh subjek dan informan bahwa sekatinya sujud tidak lain sebagai proses pengenalan diri sekaligus untuk mengendalikan sebelas saudara. Mereka meyakini bahwa sejatinya mengendalikan sebelas saudara merupakan hal yang mendasar dan wajib untuk dilakukan bagi para warga. Hal ini tidak terlepas dari adanya pengaruh pada keyakinan mereka yang tidak lain berasal dari *sesanti* dan

juga *wewarah pitu* yang mana salah satu isinya menekankan bahwa mereka harus mampu berperilaku baik dan menjadi sinar bagi sekitarnya. Agar mereka mampu mengamalkan dan mempraktekkan isi dari *sesanti* dan *wewarah pitu*, salah satu caranya melalui pengendalian dan mengarahkan agar para saudara (nafsu) bertindak sesuai porsi serta berorientasi pada kebaikan. Semua itu dapat diperoleh melalui aktivitas persujudan yang mana salah satu inti dari persujudan adalah proses untuk mengenali dan mengendalikan sebelas saudara. Sehingga mereka yang melakukan sujud dan mendalaminya diharapkan mampu untuk menuaikan amalan tersebut dan bertindak untuk mewujudkan konsep *hamemayu hayuning bagya bawana*.

Proses pengendalian secara garis besar memiliki titik temu antara temuan teori dengan teori lapangan, walaupun secara spesifik jika diamati lebih lanjut maka akan ditemukan bahwa proses pengendalian pada temuan lapangan lebih menindaklanjuti dari sesuatu yang ditemukan pada temuan teori. Tindak lanjut yang dimaksud adalah mengenai pengendalian yang juga menekankan pada aspek perilaku. Sehingga konsep pengendalian tidak hanya berhenti pada taraf kesadaran diri dan emosi tetapi lebih jauh temuan pada subjek dan informan menunjukkan bahwa proses pengendalian diri memiliki unsur filosofis yang secara langsung menyinggung serta mengalami penekanan pada aspek social bermasyarakat. Dimana hal tersebut yang sudah ditemukan baik pada *sesanti* , *wewarah pitu*, maupun pada aktivitas persujudan *Sapta Dharma*.

h. *Wejangan*

Secara bahasa, *wejangan* dalam bahasa Indonesia lebih diartikan sebagai nasehat atau petunjuk. Namun jika memakai pengertian dalam kultur *Jawa* maka *wejangan* lebih memiliki arti definisi sebagai hal yang diperoleh melalui *laku* tertentu. *Wejangan* secara umum dipandang sebagai suatu hal yang mengandung unsur filosofis dan positif yang bersifat pribadi maupun bersifat secara kolektif (Dewantoro, 2017).

Pada temuan berdasarkan hasil lapangan, persujudan yang dilakukan individu memang secara umum memiliki tujuan dalam mengenali kehidupan maupun para sebelas saudara. Disisi lain aktivitas persujudan menyisakan suatu hal yang sekilas dapat dibilang lebih mengarah ke hal yang bersifat mistik. Hal mistik yang dimaksud merupakan hasil yang didapatkan seorang pelaku persujudan pada saat melakukan sujud. Bentuk dari hasil tersebut biasanya disebut dengan *wejangan*. Secara umum *wejangan* diyakini oleh para pelaku persujudan sebagai bentuk bahwa diri pribadi mereka mendapat sebuah pencerahan dari yang maha kuasa agar nantinya *wejangan* tersebut berfungsi sebagai pegangan serta petunjuk dalam mengambil sebuah keputusan dan menjalani kehidupan.

Didalam proses meditasi secara umum dapat dikatakan bahwa sedikit atau sulit untuk menemukan temuan dari para tokoh yang menyatakan bahwa didalam proses meditasi akan mendapat sebuah petunjuk. Hal ini terjadi tidak lain bahwa temuan mereka pada meditasi lebih bersifat pada meditasi yang memiliki orientasi sebagai ranah perenungan diri yang berawal dari adanya proses yang ada pada otak, sehingga dari sana seseorang yang melakukan meditasi sering dianggap memiliki *output* berupa pengendalian diri secara emosi. Bila dibandingkan dengan persujudan, maka memiliki sebuah perbedaan yang cukup kompleks. Dimana didalam persujudan nanti akan mendapatkan suatu hal yang biasa disebut dengan *wejangan*. *Wejangan* didalam ajaran *Sapta Dharma* secara umum lebih ditegaskan sebagai perolehan diri yang bersifat pribadi dan tidak semestinya diajarkan atau diberitakan pada orang lain. Mereka meyakini bahwa adanya sebuah *wejangan* muncul dikarenakan berasal dari latar belakang kehidupan serta laku seseorang didalam kehidupannya. Sehingga antara satu orang dengan lainnya pada umumnya memiliki *wejangan* yang berbeda-beda.

i. Pembelajaran

Meditasi selain sebagai proses untuk memusatkan perhatian pada objek-objek tertentu juga sebagai salah satu proses internalisasi diri yang berwujud menjadi aktivitas perenungan. Perenungan didalam meditasi

memiliki makna sebagai suatu aktivitas yang nantinya memiliki efek pada taraf kesadaran manusia (Chaplin, 2001).

Konsep perenungan jika ditarik lebih luas dalam persujudan *Sapta Dharma* maka memiliki definisi sebagai proses pembelajaran. Proses pembelajaran ini merupakan dimana seseorang pada saat melakukan sujud merasakan suatu sensasi pada yang nantinya akan memicu individu tersebut mengenali dan memahami mengapa rasa tersebut muncul pada dirinya. Dalam hal ini pembelajaran merupakan suatu proses yang diyakini mampu untuk membuat seorang yang melakukan proses persujudan dan mendalaminya mengalami sebuah pengalaman pembelajaran yang disampaikan oleh tuhan melalui sebuah rasa. Pembelajaran juga sebagai salah satu yang menjadi proses terpenting pada persujudan *Sapta Dharma* dikarenakan pembelajaran tidak lain merupakan suatu proses yang mana bertujuan agar seseorang yang melakukannya lebih mengenal akan diri dan hidupnya.

bila kedua temuan tersebut dipertemukan maka tidak lain akan memiliki alur yang menuju kearah yang sama yaitu perenungan untuk mendapatkan pandangan, makna, maupun pembelajaran dalam mengambil sikap dan tindakan dikehidupannya. Oleh karenanya kedua hal ini lebih mengarah pada proses pembeduan yang berorientasi pada moral dan nilai kemanusiaan. Hal ini tentunya didasari bahwa sujud merupakan aktivitas dalam pengenalan diri agar individu tersebut dapat memberikan makna pada diri dan lingkungan sekitarnya. Proses ini yang nantinya akan

membentuk pola pikir maupun tindakan seseorang pelaku sujud untuk menciptakan suatu perilaku yang selaras atau dalam bahasa *Jawa* disebut dengan *luhur kang duwe jiwa satrio utomo*.

j. Penggalian

Meditasi secara umum dipandang sebagai proses untuk pengembangan dunia internal seseorang. Disisi lain meditasi juga sebagai corak peribadatan yang biasanya digunakan oleh penganut agama Hindu dan Budha. Dalam pandangan masyarakat secara umum, meditasi lebih dilihat sebagai aktivitas seperti duduk *bersila*, memejamkan mata dan kemudian mengatur nafas. Namun meditasi pada hakikatnya merupakan suatu kondisi seseorang yang mana memiliki ciri-ciri seperti berfokus pada keadaan *here and now* dan kemudian tidak terikat pada masa lalu maupun masa depan (Dewantoro, 2017).

Sujud didalam *Sapta Dharma* dapat dikategorikan sebagai proses ibadah seseorang maupun proses khusus untuk mengenali lebih dalam alam semesta dalam wujud diri pribadi. Proses khusus pada *Sapta Dharma* biasa dikenal dengan sujud penggalian. Sujud penggalian merupakan aktivitas persujudan khusus yang pada umumnya dilaksanakan dua kali setiap tahun dan ditentukan waktu dalam melakukan sujudnya. Berdasarkan dari data yang dikemukakan oleh subjek dan informan,

proses sujud penggalian ini memiliki tujuan untuk menggali lebih dalam lagi terkait dengan rasa maupun terkait hal-hal yang memiliki sifat metafisik. Akan tetapi pada dasarnya sujud ini lebih mengedepankan pada aspek pendalaman pribadi manusia dan nanti individu yang melakukan sujud ppenggalian pada umumnya akan menemukan suatu *wejangan* yang bersifat privasi pada dirinya. *Wejangan* seperti yang sudah dijelaskan sebelumnya merupakan suatu petunjuk dan pegangan mereka yang nantinya akan digunakan dalam mewujudkan konsep *hamemayu hayuning bawana*. *Wejangan* secara umum berupa nasehat-nasehat atau ilmu yang biasanya hanya diketahui oleh individu itu sendiri.

k. *Racut*

Racut merupakan suatu fenomena yang dirasakan individu ketika dia selesai sujud atau dalam posisi tidur seperti orang meninggal. Secara umum *racut* memiliki penjelasan sebagai suatu fenomena yang bersifat metafisik dimana roh seseorang terlepas dari jasadnya dan melakukan perjalanan untuk mengetahui *alam langgeng*. Menurut subjek dan informan, *racut* merupakan suatu fenomena yang sulit untuk ditemui, hal ini dikarenakan hal ini bersifat istimewa dan hanya orang-orang tertentu yang mampu untuk merasakannya. Subjek 2 dalam pernyataannya mengaku bahwa dia pernah mengalami kondisi tersebut, akan tetapi subjek secara gambling tidak menjelaskan secara detail mengenai perjalanannya ketika mengalami *racut*. Hal ini jika dilihat pada pernyataannya maka akan menemukan

bahwa isi dari kejadian tersebut secara garis besar merupakan kejadian yang bersifat rahasia, alasan tersebut dikatakan bahwa isi pada racut hanya biasa diketahui oleh pelaku sekaligus rasa yang dirasakannya.

Jika mengacu pada teori setidaknya ada sedikit dari para tokoh yang menjelaskan mengenai fenomena semacam ini, bila dilihat dengan menggunakan pendekatan sains, maka kejadian semacam ini biasa disebut dengan adanya bentukan-bentukan persepsi atau bayangan seorang individu yang sudah terstruktur sejak awal. Sehingga dari sini dia mampu melihat hal-hal tersebut seperti konsep yang sudah dibuat. Namun pendapat para tokoh ini tidak bisa langsung diterima begitu saja. Kejadian-kejadian semacam ini bila mengambil pada ajaran *Sapta Dharma* maka kejadian ini dialami oleh manusia karena telah mampu untuk membimbing dan mengarahkan sebelas saudaranya. Namun perlu diingat bahwa seseorang yang mampu untuk membimbing dan mengarahkan sebelas saudara tidak semua dapat merasakan *racut*. Fenomena semacam ini dalam psikologi biasa disebut dengan *Transcendental Experience* dimana seseorang mengalami kejadian yang hanya biasa dirasakan oleh dirinya sekaligus akan sulit untuk diungkapkan melalui kata-kata.

1. *Manunggal Kawulo Gusti*

Konsep ini pada dasarnya akan memiliki kesamaan dengan teori temuan tokoh, Dimana meditasi adalah proses internal batin hubungan antara manusia dengan tuhan (Chaplin, 2001). Bila diamati lebih lanjut,

kalimat hubungan antara manusia dengan tuhan memiliki arti yang bisa ditindaklanjuti seperti hubungan yang khusus dan bersifat privat. Namun jika melihat melalui *persujudan Sapta Dharma*, maka konsep tersebut biasanya dikenal sebagai suatu proses yang terjadi karena menyatunya tiga unsur yang biasa disebut *telu telune atunggal nyawiji* antara *nurbuat*, *nurasa*, dan *nurcahyo* yang terjadi ketika seseorang melakukan sujud pada posisi sujud dengan mengucapkan *hyang moho suci sujud hyang moho kuoso*. kondisi tersebut diyakini terjadi dikarenakan sinar roh suci pada tubuh individu tersebut keluar dan langsung berhubungan dengan sinar tuhan yang nantinya akan memberikan suatu rasa atau sebuah sensasi tersendiri bagi para pelakunya.

Pada hakikatnya konsep mengenai *manunggal kawulo gusti* secara umum sudah dikenal di bumi nusantara. Bila dilacak dalam kajian sejarah, maka konsep tersebut sudah dikenal oleh orang *Jawa* pada masa lalu lebih tepatnya ketika orang *Jawa* menganut agama yang dikenal dengan sebutan *kapitayan* (Jaquene,2019). Selain itu, konsep mengenai *manunggal kawulo gusti* pada umumnya dikenal pada masa Syech Siti Jenar. Pada masa lalu ajaran mengenai konsep ini terbilang memiliki konsekuensi yang sangat besar apabila disebarkan, dikarenakan konsep ajaran ini lebih dianggap sebagai ajaran yang sudah pada tingkatan *ma'rifat* atau *maqam* yang lebih teinggi. Sehingga dalam menyampaikan hal tersebut diperlukan kebijaksanaan serta kehatian-hatian dikarenakan konsep ini bisa memiliki

multitafsir dan kesalahpahaman bagi mereka yang belum mengetahui konsep tersebut (Chodjim, 2013).

m. *Satrio Utomo*

Meditasi memiliki efek yang beragam bagi para orang yang melakukannya. Secara umum meditasi dianggap memiliki dampak pada aspek psikis maupun aspek fisik. Secara psikis, meditasi diyakini dapat membuat seseorang memiliki kondisi ketenangan batin, serta mampu untuk lebih mengontrol emosinya (Sudirman, 2004), dalam aspek fisik meditasi diyakini mampu untuk membuat orang lebih mampu untuk mengontrol pernafasan dengan baik sekaligus memberikan dampak kebugaran pada tubuhnya (Damasio, 2000).

Efek pada persujudan diyakini juga memiliki arah yang sama seperti pada teori diatas. Efek persujudan antara lain mampu mengontrol sebelas saudara (nafsu), merasakan *ayem tentrem*, memunculkan sifat *welas asih*, serta memberikan kesehatan. Bila seseorang telah mencapai semua itu dan mampu memunculkan perilaku serta emosi seperti demikian, maka orang tersebut secara istilah dikenal dengan sebutan *Satrio Utomo*. *Satrio Utomo* sendiri memiliki definisi sebagai seorang manusia yang memiliki budi pekerti luhur, *welas asih*, *sumeleh*, senantiasa ber*Dharma*, *ayem tentrem*, serta kehadirannya mampu sebagai tempat teduh yang meneduhkan bagi orang-orang sekitarnya. Orang-orang yang mencapaia pada tingkatan ini sangat sulit ditemui dikarenakan orang-orang yang menjadi *satrio utomo*

merupakan orang-orang sudah terbebas dari roda *samsara* serta kondisi pada dirinya tidak terikat pada konsep hitam dan putih. Sehingga dalam implementasi pada kehidupan bermasyarakat seseorang yang mempunyai sifat ini cenderung berperilaku semua makhluk ciptaan tuhan secara *welas asih* dan adil.

Konsep *Satrio Utomo* bila dilihat dalam ajaran Islam mungkin bisa dikenal dengan sebutan *Insanul kaamil* atau seseorang yang memiliki sifat-sifat Allah seperti *Ar Rohman* dan *Ar Rochim*. Pada umumnya *insanul kaamil* ini ditemukan pada nabi dan rasul. Namun dalam beberapa pandangan lain disebutkan bahwa semua makhluk memiliki potensi untuk mencapai tingkatan seperti ini. Dalam psikologi hal ini dikenal dengan seseorang yang mampu mengontrol dua kecenderungan. Seperti bagaimana yang dijelaskan oleh tokoh psikologi Erich Fromm dalam bukunya yang berjudul *The Heart Of Men* dimana ia mengemukakan bahwasannya manusia memiliki dua kecenderungan yaitu *Biophilia* dan *Necrophilia*. Kedua hal tersebut ada pada setiap manusia dimana seseorang yang mampu untuk menyeimbangkan kedua hal tersebut maka akan mampu untuk mewujudkan konsep dunia yang mengarah pada kedamaian atau baik secara konteks social (Fromm, 1964).

n. Sebelas Saudara

Nafsu atau yang biasa disebut dalam ajaran *Sapta Dharma* sebagai sebelas saudara merupakan suatu hal yang terdapat pada setiap diri manusia.

Sebelas saudara ada dan muncul pada diri individu dikarenakan merupakan amanah dari *hyang maha kuasa* agar dikenali sekaligus dibimbing agar memiliki sifat yang luhur dan *welas asih*. Apabila seorang manusia tidak mampu mengendalikannya, maka para saudara akan mengendalikan individu tersebut sehingga ia akan memiliki perilaku dan sifat yang kurang baik. Para saudara yang memiliki jumlah sebanyak sebelas tersebut digambarkan memiliki nama, watak, dan rupa yang berbeda-beda satu sama lain. Sebelas saudara tersebut antara lain memiliki nama sebagai berikut :

1. *Premano*
2. *Jatingarang*
3. *Nogotahun*
4. *Gandarwarojo*
5. *Endro*
6. *Bromo*
7. *Bayu*
8. *Mayangkoro*
9. *Sukmaroso*
10. *Sukma kencono*
11. *Baginda kilir*

Para saudara tersebut ada yang memiliki watak dan kurang baik. Watak yang baik dimiliki oleh Hyang Moho Suci atau Ruh. Sedangkan watak yang kurang baik dimiliki oleh saudara seperti endro, bromo, bayu dst. Dari sekian saudara, yang paling memiliki watak paling jahat yaitu gandarwaraja dimana ia memiliki sifat seperti berbuat kejam, membunuh, dan menfitnah. Secara keseluruhan baik watak dan bentuk dari para saudara pada umumnya tidak diperkenankan diberitahukan pada orang lain dikarenakan hal tersebut harus

ditempuh melalui proses sujud yang tekun dan mendalam agar nantinya seorang individu mampu untuk memahami sendiri tentang bagaimana sifat para sebelas saudaranya.

Hasil diatas ini secara keseluruhan tidak menemukan kesamaan atau titik temu pada teori-teori mengenai meditasi. Secara umum meditasi menurut para tokoh hanya berhenti pada proses perenungan yang membuahkan hasil sebagaimana keterangan diatas. Sedangkan didalam persujudan, ditemukan konsep mengenai sebelas saudara yang masing-masingnya memiliki watak dan bentuk yang beraneka ragam. Sehingga dari sini antara temuan lapangan dan temuan tokoh dikatakan belum mengalami titik temu yang membahas mengenai hal yang memiliki unsur kesamaan dengan konsep sebelas saudara.

o. *Kawaskitaan*

Selama melakukan aktivitas meditasi, seseorang pada umumnya akan memusatkan perhatiannya pada suatu hal dengan rentan waktu tertentu. Secara bersamaan proses tersebut juga memunculkan aktivitas lain dalam meditasi berupa sebuah peningkatan kesadaran pada diri pribadi manusia. Pada konsep persujudan muncul sesuatu hal yang disebut dengan radar kewaspadaan. Radar kewaspadaan yang mana didalam ajaran *Sapta Dharma* disebut dengan *kawaskitaan* merupakan suatu perasaan atau kepekaan seseorang terhadap sesuatu pada diri dan lingkungannya. Wujud dari sebuah kepekaan tersebut berupa meningkatnya rasa sensasi (*sense*) yang dialami individu pada pribadi dirinya serta pemaknaan hidupnya. Selain itu dalam bentuk kepekaan terhadap

lingkungan dapat berupa kepekaan social dalam mewujudkan kebersamaan dalam konteks social.

Dalam konsep meditasi secara umum, hal semacam ini belum ditemukan pada teori-teori yang dipakai oleh peneliti. Sehingga dalam hal ini mungkin dapat muncul pada teori meditasi lain pada konteks efek meditasi. *Kawaskitaan* bila diperhatikan secara teliti menggunakan pendekatan psikologi maka akan memiliki definisi kepekaan seseorang pada dirinya mengenai perasaan, perilaku, tindakan serta terhadap lingkungannya. Selain itu kepekaan memiliki arti bahwa seorang individu mampu untuk membaca sebuah pola kehidupan yang berwujud prediksi-prediksi tertentu agar nantinya dapat digunakan untuk mengambil sebuah keputusan yang tepat.

3. Gambaran Efek Persujudan Pada Subjek

a. *Ikhlas*

Secara umum melakukan meditasi dipercaya memiliki efek yang dapat dirasakan terutama pada sisi emosi. Para pelaku meditasi dan yoga melakukan aktivitas tersebut dikarenakan ada beberapa manfaat yang mampu mereka rasakan. Manfaat tersebut antara lain mampu membuat mereka merasa tenang, lebih bahagia, dan juga merasa jauh lebih sehat ketimbang sebelumnya. Dalam sudut pandang psikologi, ada 2 tujuan akhir dari praktek meditasi, yaitu pertama agar seseorang dapat memiliki perkembangan *Insight* tentang kesadaran, identitas, dan realitas. Kedua, agar seseorang memperoleh kesejahteraan psikologi dan kesadaran yang optimal. Selain tujuan akhir itu Walsh juga mengatakan bahwa banyak orang yang melakukan meditasi untuk mencapai tujuan-tujuan sementara, misalnya tujuan psikoterapi dan keuntungan psikofisologis yang lain (Walsh, 1983). Maupin (dalam Tart, 1969) berpendapat bahwa meditasi merupakan teknik latihan dalam mengembangkan dunia internal atau dunia batin seseorang, sehingga dari adanya meditasi tersebut seseorang memiliki kekayaan akan makna hidup. Penerimaan terhadap apapun dalam konsep ini terjadi apabila individu tersebut menitikberatkan pada pemikiran, perasaan, dan sensasi sebagai sesuatu yang hadir dan diterima dalam jalan hidupnya dengan kondisi kesadaran yang utuh (Bishop, 2004). Individu juga terlepas dari adanya penilaian terhadap sesuatu yang

dihadapinya, baik itu pada pelabelan maupun penafsiran secara positif dan negatif. dengan maksud bahwa kesadaran yang ada pada dalam diri individu pada hakikatnya tidak muncul secara bebas apabila individu tersebut menghadapi atau mengandaikan pengalaman yang dimilikinya akan menjadi pengalaman yang lain (germer, Siegel, dan Fulton, 2005)

Subjek 1 mulai belajar dan mendalami persujudan dimulai pada tahun 2012, dimana dirinya pertama kali melakukan sujud yang diawali dengan dibukanya 20 *tali roso* yang berada pada tubuhnya. Subjek 1 pertama kali melakukan sujud dia merasakan bahwa badannya penuh dengan rasa sakit, namun se usai melakukannya ia merasa jauh lebih tenang dan damai. Tidak hanya sampai pada titik tersebut, selain merasa tenang subjek menjelaskan bahwa dirinya jauh lebih bisa menerima berbagai macam hal yang muncul dikehidupannya. suatu hal yang dimaksudkan oleh subjek adalah bahwa dirinya seringkali merasakan cobaan kurang mengenakan yang dialaminya namun apa yang dirasakan mampu dia diterima dengan *legawa* dan *ikhlas*. Pernyataan subjek tersebut juga diceritakan oleh informan subjek 1 yang tak lain merupakan istrinya, dimana informan mengatakan bahwa subjek sebelum menekuni persujudan dia tampak seringkali kurang dapat menerima hal-hal yang tidak diharapkan. Selain itu subjek juga sebelumnya belum mampu untuk mengontrol emosi dalam wujud kemarahan. Namun saat ini subjek merasa jauh lebih mampu untuk menerima semua hal yang dirasakannya, serta subjek meyakini bahwa semua itu pemberian tuhan yang terbaik bagi diri dan keluarganya.

Subjek 2 sudah menekuni persujudan semenjak menginjak usia anak-anak dimana dirinya mengikuti kedua orang tuanya yang merupakan seorang penghayat kepercayaan *Sapta Dharma*. Namun disisi lain ia juga menganut agama Islam dan belajar untuk mendalaminya. Subjek 2 mengaku bahwa dirinya melakukan persujudan dikarenakan penasarannya, dimana kedua orang tuanya setiap malam hari melakukan aktivitas seperti demikian sehingga ia memutuskan untuk belajar bersujud. Pada awal mula menekuni persujudan, dirinya merasakan suatu hal kedamaian yang belum pernah dirasakan sebelumnya. Pada saat itu yang dirasakan olehnya hanya perasaan tenang dan bahagia. Selain itu subjek ketika menginjak dewasa menyadari bahwa dirinya merasa jauh lebih ikhlas dan *sumeleh*. Subjek menceritakan bagaimana apa yang ia rasakan ketika kehilangan suaminya dikarenakan sakit yang dideritanya, pada saat kehilangan tersebut subjek menerangkan bahwa dirinya sama sekali tak merasakan kehilangan, kesedihan, maupun kesenangan ketika mengetahui suaminya meninggal. Keterangan yang didapatkan pada informan juga menjelaskan bahwa subjek 2 dalam kesehariannya senantiasa untuk menerima dinamika kehidupan baik dalam konteks keluarga, kesehatan, rejeki, dan sebagainya.

Dalam falsafah *Jawa* terdapat sebuah hal disebut dengan *nrimo ing pandum*. *Nerimo ing pandum* kurang lebih memiliki istilah yang hampir sama dengan *ikhlas* dan menerima keadaan. Falsafah ini sudah dikenal lama oleh orang *Jawa* sejak masa dahulu kala. Dalam praktiknya sehari-

hari falsafah ini sudah menjadi bagian dari masyarakat *Jawa* dan sulit untuk dipisahkan (Amri, 2008). Biasanya keyakinan ini diterapkan oleh orang *Jawa* agar kehidupannya terbebas dari apa yang disebut dengan kesedihan dan duka. Tidak hanya berhenti sampai disitu, falsafah ini juga terdapat pada pemikiran R.M.P Sosrokartono yang digubah dalam bentuk lagu oleh *Sujiwo Tedjo* yang didalam liriknya mengandung kalimat ”*nerima mawi pasrah sepi pamrih tebih ajrih*”. Konsep tersebut pada temuan lapangan merupakan kelanjutan dari para tokoh mengenai tujuan dari meditasi atau persujudan, dimana hasil dari oleh rasa yang dilakukan selama aktivitas persujudan akan memunculkan konsep penerimaan yang terbuka bagi individu yang melakukan. Sehingga individu tersebut memiliki rasa kebermaknaan hidup yang diperoleh dari laku aktivitas persujudan.

b. Mengendalikan Emosi dan Perilaku Negatif

Ouput lain dari melakukan meditasi adalah lebih mampu untuk mengendalikan diri. Meditasi sendiri adalah sebuah metode yang dikenal dalam psikologi sebagai aktivitas yang didalamnya memuat unsur pengendalian. Dimana pengendalian tersebut menitik beratkan pada sisi emosional individu sehingga dapat lebih ditekan agar tidak menjadi sebuah perilaku yang berdampak buruk bagi seorang individu maupun sekitarnya. Meditasi sendiri saat ini telah digemari berbagai kalangan mulai dari anak muda maupun para orang tua. Wujud dalam meditasi

sendiri memiliki berbagai macam hal seperti yoga, *semedi*, buteyko, maupun seperti olah pernafasan yang lain. Damasio (2000) menjelaskan bahwasannya kesadaran diri sejatinya merupakan perasaan yang didasari oleh keadaan yang benar-benar terjaga dan disertai dengan perhatian yang tertuju pada keadaan yang ada dalam dirinya dan lingkungannya. Sehingga mindfulness lebih mengarah kepada kualitas dimana individu mengalami kesadaran secara penuh yang berdasarkan pada keadaan saat ini tanpa adanya belenggu dari masa lalu dan masa depan. Memahami dan mengetahui tentang keberadaan diri, dengan maksud agar individu tersebut memungkinkan untuk mampu mengontrol rasa emosinya dengan pemahaman yang dia terima.

Pada awalnya sebelum melakukan persujudan subjek 1 mengaku bahwa dirinya merupakan sosok manusia yang jauh dari apa yang disebut dengan baik. Pengalaman tersebut seperti diceritakan olehnya bahwa dirinya dahulu kala pernah berbuat kurang baik pada orang-orang sekitar terutama pada orang tuanya. Selain itu subjek mudah sekali tersulut emosinya ketika ada seseorang yang awalnya berniat bercanda namun subjek menganggapnya sebagai sesuatu yang serius sehingga dirinya tidak dapat mengontrol emosi negatifnya. Disisi lain Informan menjelaskan bahwa subjek juga berperilaku seperti demikian pada keluarganya sebelum mendalami persujudan seperti selalu marah-marah dan tidak mampu mengontrol emosinya. Tetapi hal-hal seperti demikian tersebut seakrang jarang sekali ditemui dan dirasakan dikarenakan subjek saat ini

telah menekuni dan mendalami persujuda yang mana didalamnya bertujuan agar mampu untuk mengendalikan para sebelas saudara atau yang biasa disebut nafsu.

Berbeda dengan subjek 1, pada subjek 2 ditemukan bahwa dirinya sudah lama merasakan mampu untuk mengendalikan para sebelas saudara tersebut walau terkadang menurut keterangan dari informannya bahwa subjek 2 sesekali terkadang masih mudah untuk marah. hal tersebut terjadi menurut informan dikarenakan dari adanya tindakan yang kurang baik dari para anak-anaknya sehingga informan secara tidak langsung menganggapnya bahwa itu merupakan hal yang wajar terjadi pada dirinya.

Pendapat yang dikemukakan Damasio dengan temuan lapangan mengindikasikan bahwa aktivitas meditasi memiliki efek yang dapat dikatakan riil. Alasan tersebut dikarenakan wujud dari efek meditasi tersebut adalah dapat membuat seseorang untuk memunculkan control diri yang lebih baik. Disamping itu proses control diri menjadi kunci utama pada seseorang agar mampu untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitarnya. Dalam ajaran *Sapta Dharma* sendiri diyakini, bahwa manusia dalam kehidupannya memiliki tugas yang diamanahkan oleh tuhan dalam wujud sebelas saudara. Sebelas saudara jika dilihat menggunakan perspektif agama maka akan memiliki makna yang sama dengan nafsu. Dimana nafsu merupakan suatu hal dasar pada manusia yang memiliki sifat positif maupun negative. Sisi positif dari nafsu adalah manusia mampu untuk memenuhi hal-hal terkait dengan kebutuhannya dalam

konteks yang baik. Namun bila seseorang tidak mampu mengendalikan hal tersebut, maka nafsu tersebut akan berubah menjadi sesuatu yang negative dan merugikan baik diri pribadi maupun sekitarnya.

c. Bahagia

Pada masa kini kebahagiaan merupakan salah tujuan ambisi umat manusia selain menghindarkan diri dari kematian dan menuju derajat ilahi. Kebahagiaan juga memiliki peranan penting pada kehidupan manusia tentang agar bagaimana manusia mampu memberikan sebuah gairah dalam menjalani kehidupan (Harari, 2016). perasaan bahagia secara umum dapat muncul karena dua factor yaitu factor internal maupun eksternal. Factor internal dapat berupa bentukan konsep rasa aman terhadap diri dan dunia sekitarnya, sedangkan factor eksternal dapat berupa hal diluar pribadinya yang men *trigger* individu tersebut untuk merasakan kebahagiaan. Caldwell dan Shaver (2013) menjelaskan bahwa kecenderungan yang dimiliki seseorang untuk mendapatkan keadaan mindfulness, secara proses baik sosial, kognitif, dan perkembangan sejatinya dibentuk oleh pandangan, skema kognitif terhadap dunia yang aman.

Persujudan yang telah lama dilakukan oleh para subjek juga mengindikasikan bahwa mereka setelah melakukan persujudan merasakan hal-hal yang mengarah pada kebahagiaan. Subjek sendiri secara garis besar melakukan sujud tidak berniat untuk mendapatkan

sebuah kebahagiaan, tetapi mereka melakukan persujudan atas dasar keikhlasan dan *sumeleh*. Namun pada saat mereka telah menekuni persujudan selama ini, justru mereka merasakan hal tersebut. pada subjek 1 ditemukan fakta bahwa Subjek merasa menemukan *ayem tentrem*, bahagia, dan yakin terhadap hidupnya. Selain itu subjek merasa selalu bersyukur atas segala sesuatu yang didapatkan karena meyakini bahwa tuhan yang menentukan kehidupan manusia. Subjek juga merasa bahwa dirinya mendapatkan sebuah petunjuk atas apa yang akan terjadi menghampirinya, dalam hal ini subjek menyebut hal tersebut dengan nama “radar kewaspadaan” yang diyakini memberikan isyarat atas apa yang terjadi pada hidupnya termasuk kebahagiaan. Perbandingan kebahagiaan subjek sebelum dan setelah melakukan sujud juga memiliki perbedaan yakni subjek merasa bahagia daripada sebelum melakukan persujudan.

Sementara subjek 2 menjelaskan bahwa dirinya merasa mendapatkan kebahagiaan ketika telah melakukan dan mendalami persujudan, dimana kebahagiaan yang dirasakan antara lain kebahagiaan dalam berumah tangga serta dalam hal perekonomian. Subjek juga merasa bahwa merasa telah terbimbing secara rohani. Sehingga mampu mengambil langkah-langkah yang tepat untuk menyelesaikan berbagai macam permasalahan yang dia hadapi. Disamping itu, data yang diperoleh melalui informan menyatakan bahwa subjek 2 kebahagiaan diperoleh diakrenakan sujud

dan percaya akan kehidupannya bahwa kehidupan sudah ada yang mengatur.

Kedua pandangan diatas baik pada teori maupun temuan lapangan memiliki perbedaan. Perbedaan tersebut terletak pada proses kebahagiaan yang mengakibatkan seseorang merasakan kebahagiaan. Didalam teori tersebut menjelaskan bahwa kebahagiaan muncul dikarenakan adanya suatu bentukan konsep pada sisi kognitif seseorang dalam membentuk dunia yang aman agar memperoleh kebahagiaan. Sedangkan pada temuan lapangan menunjukkan kebahagiaan diperoleh para subjek dikarenakan melakukan sujud secara tekun dan mendalaminya. Jika merujuk pada neuroscience, maka kebahagiaan adalah sebuah hasil yang berasal dari mekanisme otak pada bagian-bagian tertentu terlebih pengaruh dari endorphin, dopamine, serta oksitosin (Harari,2011). Bahkan dalam pandangan yang jauh lebih ekstrem mengemukakan bahwa kebahagiaan seseorang dapat dimanipulasi atau bahkan diciptakan secara instan melalui manipulasi menggunakan obat-obatan tertentu agar para manusia mampu merasakan perasaan bahagia. Namun jika memakai sudut pandang dalam tradisi *Jawa*, Maka kebahagiaan bukanlah tujuan dari manusia dan tidak perlu dicari. Bahkan dalam suatu istilah mengatakan bahwa “jika ingin merasakan kebahagiaan maka jangan mencari kebahagiaan” secara garis besar disini memiliki arti yang sangat filosofis dimana kebahagiaan bukan merupakan tujuan akhir dari umat manusia yang diperoleh melalui laku ibadah maupun laku lainnya. Dalam ajaran *Sapta Dharma* sendiri

sudah jelas bahwa tujuan melakukan sujud tidak lain adalah untuk *manembah* dengan didasari *ikhlas, sumeleh*, dan pasrah. Selain itu tujuan dari sujud juga sebagai upaya pengenalan diri pribadi agar lebih dekat dan paham terhadap jagat pribadinya (*Jagad Alit*). Sehingga para pelaku persujudan rata-rata melakukan sujud didasari atas hal tersebut. namun disisi lain kebahagiaan yang didapatkan melalui persujudan tidak dapat disangkal karena hal tersebut diyakini sebagai hadiah pemberian dari yang maha kuasa.

d. Perubahan Perilaku

Perilaku manusia secara umum terbentuk dari adanya pengaruh determinasi baik dari lingkungannya (konstruk social), genetika, maupun dari pengalaman hidupnya. Perilaku manusia juga merupakan suatu hal yang sulit untuk diprediksi dikarenakan manusia setiap saat memiliki berbagai macam pola perilaku yang beragam serta dinamis. Hal ini tentunya menjadikan manusia sebagai makhluk yang unik tetapi tidak istimewa, sehingga masing-masing pada manusia memiliki keistimewaanya masing-masing. Berangkat dari adanya pengaruh berbagai variable kehidupan, maka tentunya manusia juga dapat mengalami perubahan terutama pada sisi perilaku. Meditasi selain sebagai aktivitas dunia internal juga disisi lain sebagai suatu proses untuk menumbuhkan rasa kesadarannya terhadap diri dan sekitarnya. Sehingga meditasi juga pada hakikatnya mampu untuk membuat seseorang

mengalami perubahan terutama pada sisi perilaku. ada 2 tujuan akhir dari praktek meditasi, yaitu pertama agar seseorang dapat memiliki perkembangan Insight tentang kesadaran, identitas, dan realitas. Kedua, agar seseorang memperoleh kesejahteraan psikologi dan kesadaran yang optimal. Selain tujuan akhir itu Walsh juga mengatakan bahwa banyak orang yang melakukan meditasi untuk mencapai tujuan-tujuan sementara, misalnya tujuan psikoterapi dan keuntungan psikofisiologis yang lain (Walsh, 1983).

Seperti yang ditemukan pada subjek 1 dan 2 bahwa keduanya mengalami perubahan setelah melakukan persujudan secara rutin. Dimana kedua subjek ini mengalami perubahan baik pada sisi emosi maupun pada sisi perilaku. Hal ini seperti yang telah diterangkan oleh informan dimana mereka menyatakan bahwa subjek 1 sebelumnya memiliki perilaku yang dapat dikatakan kurang baik serta tidak berorientasi pada kebenaran. Ketika subjek 1 melakukan sujud, lambat laun perilaku tersebut berubah hingga pada akhirnya tidak sering lagi melakukan hal-hal seperti dahulu kala. Sama halnya seperti yang dilakukan oleh subjek 2, dimana informan yang merupakan anaknya mengaku bahwa dirinya secara keseluruhan tidak mengetahui perilaku subjek sebelum melakukan sujud karena pada saat itu subjek 2 telah melakukan persujudan pada saat anak-anak. Namun pengamatan dari informan subjek 2 disisi lain menyatakan bahwa subjek sekarang semakin mengalami perubahan perilaku maupun emosinya, seperti contoh lebih tenang serta lebih bijak dalam mengambill

keputusan. Selain itu perilaku subjek pada masyarakat sekitar juga menunjukkan bahwa mereka berdua memiliki perilaku yang baik dan sesuai dengan apa yang menjadi pegangan para warga *Sapta Dharma* yaitu *welas asih* dan baik. Dalam pernyataan subjek 1 juga menekankan bahwa seseorang dikatakan berhasil dalam melakukan sujud yaitu dapat dilihat dari perubahan terhadap perilakunya yang mana perilakunya berorientasi pada *Dharma*.

Temuan di lapangan merupakan pengembangan dari teori mengenai tujuan meditasi dan *mindfulness*, dimana salah satu tujuan adalah untuk pengembangan diri tentang kesadarannya terhadap identitas dan realitas pada diri dan sekitarnya. Sehingga temuan lapangan secara tidak langsung menindaklanjuti dari teori sebelumnya dalam bentuk pengimplementasian konsep *mindfulness* pada diri dan lingkungannya.

e. Perilaku Baik

Baik buruknya suatu perilaku bergantung pada ruang dan waktu. Dimana perilaku baik pada tempat tertentu tidak selalu dapat diterapkan pada kondisi di tempat yang lain. Sekilas pandangan manusia mengenai konsep perilaku baik seakan-akan memunculkan sebuah anggapan bahwa sejatinya perilaku baik adalah sebuah kontrak dan produk social yang disepakati secara bersama. Terlebih konsep tersebut pada akhirnya menjadi sebuah nilai dan hukum yang harus ditaati dan dilaksanakan oleh semua orang. Perilaku baik secara umum dapat dibentuk melalui berbagai

macam cara, salah satunya yaitu melalui aktivitas meditasi yang dilakukan secara mendalam dan terus-menerus. Pada saat seseorang melakukan meditasi, maka secara bersamaan akan terjadi sebuah proses dimana individu tersebut merasakan proses pengembangan internal diri, identitas, dan kesadaran terhadap realitas pada dirinya maupun sekitarnya. Sebagaimana yang dijelaskan oleh Kirinde (2003) bahwa Tujuan langsung dari meditasi ialah untuk melatih pikiran dan menggunakannya secara efektif dan efisien dalam kehidupan sehari-hari. Sedangkan tujuan akhir dari meditasi ialah untuk terbebas dari roda *samsara* siklus kelahiran serta kematian. Meskipun meditasi bukan sesuatu yang mudah, namun manfaat positifnya dapat dirasakan jika seseorang berlatih dengan serius dalam bermeditasi (Kirinde, 2003:11).

Para warga *Sapta Dharma* secara keseluruhan selalu berusaha untuk menerapkan sebuah kewajiban yang terkandung pada *sesanti* maupun yang ada didalam *wewarah pitu*. Kewajiban tersebut tidak lain berupa keharusan para warga agar memiliki perilaku yang budi pekerti luhur serta segala perilakunya berorientasi pada *dharma*. Tidak hanya sampai disitu, kewajiban tersebut merupakan hal yang paling esensial pada ajaran *Sapta Dharma* dalam konteks social. Dimana seluruh warga diharapkan untuk mampu menerapkan perilaku yang demikian. Namun untuk memunculkan sebuah perilaku yang demikian diperlukan sebuah proses yang mana salah satunya berupa persujudan. Seperti apa yang dilakukan oleh subjek 1 dan 2, dimana mereka pada awalnya melakukan persujudan dikarenakan

berniat hanya untuk *manembah*. Namun yang mereka dapatkan justru sebaliknya, mereka merasakan hal-hal yang belum pernah mereka rasakan sebelumnya. Selain itu, data yang ditemukan pada subjek juga menunjukkan bahwa para subjek lambat laun memiliki perilaku yang berorientasi pada kebaikan.

Pada subjek 1 ditemukan fakta bahwa setelah menekuni persujudan, dia menjadi senantiasa lebih baik pada keluarga, teman –teman, dan lingkungan sekitarnya. Hal ini juga memiliki kesamaan pada apa yang disampaikan oleh informan subjek. Selain itu subjek 1 juga mengaku bahwa sering menolong orang yang kesusahan dan membantunya hingga memiliki sebuah penghasilan. Subjek juga merasa bahwa dirinya saat ini jauh lebih memiliki rasa toleransi pada semua orang tanpa terkecuali. Dalam pernyataannya, subjek menyatakan bahwa berbuat atau *berdharma* merupakan sebuah ibadah yang harus diterapkan oleh semua makhluk. Selain itu subjek menekankan bahwa sejatinya didalam kehidupan terdapat dua jenis ibadah. Yakni ibadah jasmani dan ibadah rohani. Ibadah jasmani meliputi perilaku baik, *welas asih*, dan menolong sesama makhluk tuhan. Sementara ibadah rohani merupakan perilaku *mamenmbah* kepada tuhan yang wujudnya dapat bermacam-macam salah satunya adalah sujud. Sehingga ketika manusia mampu untuk melaksanakan dua jenis ibadah tersebut, maka ia akan menjadi manusia yang memiliki istilah *obor pepadhanging umat*.

Subjek 2 juga memiliki kesamaan yang hamper serupa dengan subjek 1 dimana ia menekankan bahwa ketika seseorang sudah mampu untuk sujud maka dia seharusnya mampu untuk memiliki sifat *welas asih*, *budi pakarti luhur*, *ayem tentrem*, dan sebagainya. Dalam konteks hubungan dengan makhluk juga harus menerapkan semua hal diatas tanpa harus membandingkan antara satu dengan yang lainnya. Subjek menceritakan bahwa dirinya sudah berulang kali membantu seseorang baik dalam hal kesehatan dan finansial. Namun subjek mengatakan bahwa semua itu atas kehendak tuhan yang maha kuasa. Disini subjek menceritakan bahwa dahulu dirinya pernah merayakan hari *valentine* dengan suaminya tapi dengann cara yang berbeda dari yang lainnya. Subjek merayakan hari kasih sayang tersebut dengan cara menolong seseorang yang mana pada saat itu mengalami kecelakaan yang amat fatal sehingga salah satu tulang pada bagian kakinya retak. Pada saat itu tanpa berpikir panjang subjek dan suaminya langsung bergegas untuk menolong orang tersebut dengan cara pengobatan ala *Sapta Dharma*. Bagi subjek 2, berperilaku baik tidak harus seperti demikian, namun yang pasti dia menekankan bahwa berbuat baiok harus didasari atas *welas asih* dan ikhlas tanpa harus mengharapkans ebuah imbalan.

Dari apa yang disampaikan oleh tokoh melalui teorinya, dan juga temuan dari lapangan. Semua itu akan saling berkaitan satu sama lain. Hal ini didasarkan atas apa yang terdapat pada teori kemudian dilengkapi dengan data yang diperoleh melalui lapangan. Sehingga kedua temuan

tersebut memiliki sifat saling melengkapi satu sama lain. Dalam tradisi-tradisi agama-agama yang ada di dunia, konsep mengenai perilaku baik seringkali diajarkan dan terdapat pada semua agama-agama besar. Baik agama abrahamik (yahudi, nasrani, dan islam) maupun diluar agama abrahamik. Konsep mengenai perilaku baik biasanya lebih dikenal dengan istilah *the golden rule* yang mana secara umum menekankan manusia agar berbuat baik pada orang lain sebagaimana ia berbuat baik pada dirinya. *Dharma* atau perilaku baik juga seringkali dijumpai pada pemikiran-pemikiran tokoh-tokoh yang dianggap memiliki tingkat spiritual yang tinggi. Seperti contoh seseorang yang dikenal bernama Sai Baba. Dimana ia diyakini sebagai guru spiritual bagi para pengikutnya. Dalam pemikirannya Sai Baba juga menekankan mengenai *Dharma* pada diri dan semua pengikutnya. Selain menekankan mengenai *Dharma*, ia juga menekankan terkait dengan *Sathya* (kebenaran), *Shanti*(kedamaian), *Ahimsa* (tanpa kekerasan), dan *Premana* (cinta). *Dharma* selain sebagai cara untuk menjalankan hidupn secara baik, juga dipercaya sebagai salah satu jalan agar mencapai *Nirwana*, *swarga*, serta *alam langgeng*. Didalam tradisi *Veda* terdapat empat jenis cara menuju tuhan yang mana salah satu caranya disebut dengan nama *Bhakti Yoga* yaitu mencapai tuhan melalui jalan perilaku baik pada semua makhluk.

f. *Ayem Tentrem*

Banyak orang diseluruh dunia, tak pandang agama apapun yang mulai menyadari manfaat yang diperoleh dari latihan meditasi. Tujuan langsung dari meditasi ialah untuk melatih pikiran dan menggunakannya secara efektif dan efisien dalam kehidupan sehari-hari. Sedangkan tujuan akhir dari meditasi ialah untuk terbebas dari roda *samsara*. Meskipun meditasi bukan sesuatu yang mudah, namun manfaat positifnya dapat dirasakan jika seseorang berlatih dengan serius dalam bermeditasi (Kirinde, 2003:11). Saat ini meditasi merupakan sebuah hal yang lambat laun masuk dalam ranah industrialisasi. Dimana banyak orang membuka kelas-kelas meditasi yang didalamnya tidak hanya mempertimbangkan mengenai kesehatan mental namun juga sebagai salah satu cara meraup pundi-pundi keuntungan dalam arti materi. Tetapi hal tersebut tidak menghalangi para berbagai kalangan untuk mengikuti kelas meditasi dikarenakan ingin merasakan efek dari melakukan meditasi itu sendiri.

Efek dari aktivitas persujudan tidak lain sama, hanya saja persujudan tidak terdapat unsur dalam mencari keuntungan didalam prakteknya, namun bilamana seseorang ingin melakukan persujudan dan mendalaminya maka sebelumnya harus bersedia terlebih dahulu untuk menjalani sebuah proses yang dikenal dengan nama *disujudkan* atau pembukaan *20 tali roso*, yang mana hal tersebut dilakukan agar seseorang yang ingin melakukan persujudan merasakan sebuah sensasi baik getaran *tuyo perwitosari* maupun rasa yang diperoleh dari adanya sebelas saudara.

Para pelaku persujudan secara tidak langsung mampu merasakan hasil-hasilnya setelah melakukan persujudan. Hasil persujudan yang dirasakan salah satunya adalah munculnya perasaan yang mereka sebut dengan istilah *Ayem Tentrem*. *Ayem tentrem* bila diartikan kedalam bahasa Indonesia maka memiliki arti kurang lebih sebagai perasaan yang damai.

Kehidupan pada subjek 1 sebelum pertama kali mengenal persujudan dirasa jauh dari kesan tentram dan bahagia. Subjek dan informan mengungkapkan bahwa subjek 1 memiliki pandangan hidup yang tidak tenang serta selalu merasa *was-was*. Sehingga dalam kesehariannya subjek diselimuti oleh perasaan tersebut sejak lama. Namun ketika subjek mengenal persujudan, subjek merasa bahwa dirinya mengalami banyak sekali perubahan yang dirasakan baik pada segi psikis maupun jasmani. Pada sisi psikis, subjek 1 merasa bahwa dirinya merasa mendapatkan sebuah ketentraman dan kedamaian yang luar biasa, dan juga dirinya merasa selalu dalam bimbingan yang maha kuasa. Hal ini dikarenakan bahwa dirinya telah merasa mampu untuk mengendalikan para sebelas saudaranya, sehingga ia merasakan seperti demikian.

Beralih pada subjek 2 dimana subjek 2 yang sejatinya telah menjalani persujudan jauh lama ketimbang subjek 1 menyatakan bahwa dirinya merasa tidak sering merasakan hal-hal seperti keraguan, ketakutan, dan kecemasan akan hidupnya. Sebaliknya justru subjek 2 merasa yakin dan percaya pada hidupnya dikarenakan semuanya dipasrahkan semuanya pada yang maha kuasa. Pernyataan subjek tersebut

juga memiliki keselarasan dengan pernyataan informan, dimana informan juga menyatakan bahwa subjek semakin lama semakin jauh lebih tenang dalam menjalani hidupnya.

Bila diamati secara teliti, maka antara temuan dan teori dan temuan lapangan oleh peneliti memiliki titik temu yang jelas. Titik temu tersebut bertumpu pada efek meditasi sebagai jalan agar individu yang melakukan proses meditasi terbebas dari *samsara* serta mampu untuk mengaplikasikannya pada kehidupan. *Ayem tentrem* sendiri pada ajaran *Sapta Dharma* bukan merupakan tujuan dari persujudan. *Ayem Tentrem* tidak lain diyakini sebagai sebuah bonus dari yang maha kuasa bagi para hambanya yang melakukan persujudan secara ikhlas dan tanpa pamrih. Menurut keterangan informan tuntunan, orang yang melakukan persujudan tidak semuanya merasakan *ayem tentrem*, hal ini dikarenakan perasaan tersebut tidak akan muncul atau muncul tapi intensitasnya tidak sering bilamana seseorang melakukan sujud dikarenakan memiliki niat untuk mencari ketentraman (pamrih).

g. Percaya Diri

Mindfulness sendiri secara definisi lebih diartikan sebagai suatu ketrampilan yang bisa membantu individu untuk mendapatkan kesadaran secara penuh dan tidak mudah untuk bersikap reaktif tentang sesuatu yang terjadi pada kehidupannya, selain itu *minfulness* dapat diartikan sebuah metode untuk bagaimana individu dapat menafsirkan, memaknai sebuah

kejadian atau peristiwa baik secara positif, netral, dan negatif. Dari adanya hal ini maka individu mampu untuk mengatasi perasaan yang membuat dirinya merasa terbebani, serta mampu untuk memujudkan perasaan kesejahteraan bagi dirinya (Germer,dkk:2005). Maraknya adanya kelas-kelas meditasi saat ini menunjukkan bahwa meditasi saat ini diminati oleh banyak kalangan. Terlepas dari benar tidaknya dan bagaimana efek meditasi itu sendiri, meditasi tetap akan menjadi salah satu metode atau cara dalam mencapai tujuan tertentu yang berhubungan dengan mental dan kesehatan. Bagi sebagian orang menyatakan bahwa meditasi yang berorientasi pada *mindfulness* mampu untuk membuat seseorang mengembangkan konsep mengenai dirinya serta mampu untuk memrubah cara pandang seseorang terhadap diri dan dunia sekitarnya (Bishop, 2004). Berangkat dari hal tersebut, meditasi dipandang memiliki dampak yang terbilang baik pada para pelakunya.

Persujudan bila diamati melalui para subjek, maka akan menemukan fakta bahwa mereka merasakan hal tersebut terjadi pada dirinya. Hal yang dimaksud berkaitan dengan perasaan individu serta perilaku individu yang berkembang dari sebelumnya. Perkembangan tersebut tentu mengarah pada sesuatu yang bagi mereka dianggap sebagai hal positif seperti semakin merasa *welas asih, luhur, ikhlas*, dan sebagainya. Seperti contoh pada subjek 1 yang merasa bahwa dirinya mengaku lebih percaya diri pada diri dan kehidupannya. Pernyataan subjek juga memiliki kesamaan dengan data informan bahwa dirinya seusai menekuni

persujudan merasa lebih yakin pada kehidupannya dan merasa sudah jarang merasakan kebingungan, keraguan, dan *was-was* pada diri dan kehidupannya. Menurut keterangan subjek 1, dirinya merasa demikian setelah menekuni persujudan dan selalu merasa dalam bimbingan yang maha kuasa. Sehingga dirinya jarang merasakan hal seperti ragu dan *was-was*. Sementara pada subjek 2 juga ditemukan hasil yang sama dengan apa yang dirasakan oleh subjek 1. Hasil ini tidak lain mengungkapkan bahwa subjek 2 juga tidak lagi merasa khawatir serta takut untuk kedepannya setelah melakukan persujudan. Justru sebaliknya, dirinya merasa bahwa yang ada dihidupnya saat ini hanya *ayem tentrem* dan kedamaian. Bila dibandingkan dengan pernyataan informan, maka hasil data pada subjek 2 memiliki sedikit perbedaan dengan pernyataan informan. hal tersebut terdapat pada sisi percaya diri dan keraguan, dimana informan menjelaskan bahwa subjek tidak merasakan kekhawatiran dikarenakan sudah yakin sepenuhnya bahwa hidup telah diatur oleh tuhan. Sehingga dirinya percaya diri pada kehidupan dan dirinya.

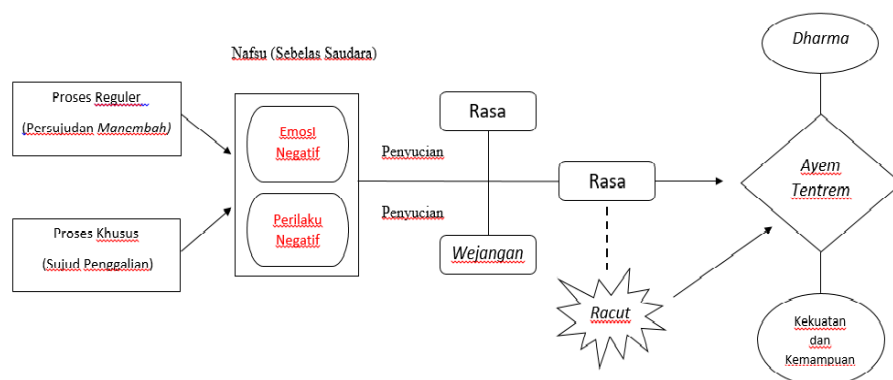
Hasil yang diperoleh dari temuan teori dan temuan peneliti di lapangan menunjukkan hasil yang terbilang sama namun memiliki sedikit perbedaan. Perbedaan tersebut terletak bahwa efek dari persujudan dalam temuan lapangan menunjukkan bahwa para subjek yang melakukan persujudan secara langsung mampu untuk merasakan efek-efek bagi kondisi mentalnya. Sementara menurut teori, justru keadaan *mindfulness*lah yang menjadikan seseorang mampu untuk membentuk

perasaan yang demikian. Sehingga dari pertimbangan tersebut memunculkan hasil bahwa kedua temuan tersebut seakan-akan terlihat berhubungan, walaupun temuan tokoh pada teorinya lebih merujuk pada kondisi *mindfulness*nya bukan pada efek yang diakibatkan karena melakukan aktivitas meditasi.

h. Kemampuan

Persujudan yang telah ditekuni oleh subjek sejak lama memiliki efek-efek dalam ranah fisik maupun secara emosi dan perilaku. Seperti yang dirasakan oleh subjek 2 dimana dirinya merasa memiliki *power* dan kemampuan dalam menghadapi tugas atau mengerjakan sesuatu yang dilakukan. Dalam pernyataan subjek 2, dirinya mengatakan bahwa dirinya merasa sadar bahwa dirinya selama ini selalu dilancarkan dalam menghadapi sebuah permasalahan maupun dalam hal mewujudkan keinginannya. Ketika menghadapi semua itu, subjek selalu berpegang teguh pada apa yang disebut dengan *asma tiga* yang diyakini sebagai sebuah senjata atau *jimat* bagi para penganut *Sapta Dharma*. Sehingga setiap saat subjek selalu berusaha untuk mengamalkan apa yang disebut dengan *asma tiga*. Sementara itu data informan yang didapatkan memiliki sebuah penjelasan lain dimana informan menyatakan bahwa dirinya tidak mengetahui hal apa saja yang dihadapi oleh subjek secara detail. Namun secara gamblang informan menyatakan bahwa subjek selama aktif melakukan sujud tidak pernah ada masalah yang tidak dapat diselesaikan.

Dalam temuan lapangan tersebut tidak ditemukan kesamaan dengan pendapat yang ada pada teori mengenai meditasi. Namun bila menggunakan dengan pendekatan psikologi maka apa yang dirasakan oleh subjek akan masuk pada pembahasan didalam psikologi mengenai *self efficacy*. Dimana efikasi diri yang dikemukakan oleh bandura memiliki definisi suatu kemampuan yang ada pada dalam diri seseorang untuk menyelesaikan sebuah permasalahan yang datang menghampirinya maupun kemampuan dalam meraih sesuatu yang diharapkan. Didalam ajaran *Sapta Dharma* sendiri juga terdapat sebuah istilah yang harus diamalkan dan implikasikan pada kehidupan para warga, istilah tersebut berbunyi “*wani urip kanthi kapitayan saka kekuatan e dewe*” dan memiliki arti dan makna bahwa para warga harus berani hidup dan berdasarkan kepada kekuatan yang ada pada dirinya. Bila dicocokkan dengan istilah didalam psikologi maka sekilas akan terlihat sama dengan efikasi diri dimana keduanya menekankan pada kemampuan yang pada diri manusia.



Gambar 4.1 Pola Efek Persujudan

4. Gambaran Proses Mencapai *Satrio Utomo*

keadaan *mindfulness* secara umum digambarkan sebagai keadaan yang dimiliki oleh seseorang dimana seseorang tersebut mampu menempatkan atensinya pada keadaan *here and now*, dimana keadaan tersebut akan memungkinkan seseorang untuk lebih menyadari keadaannya dan realitas sekitarnya. Kesadarannya tersebut nantinya akan membawa individu untuk merasakan penerimaan baik pada dirinya maupun hal-hal yang diluar kendalinya. selain pada aspek perasaan, keadaan *mindfulness* juga membuat seorang individu memunculkan sebuah aktivitas yang melibatkan kognisi, perasaan, maupun kepekaannya pada dirinya. Sehingga seseorang yang berada pada kesadaran tersebut akan memiliki perilaku yang dipandang selaras dengan kehidupan serta memiliki efek yang positif pada diri maupun lingkungannya.

Bila seseorang ingin berada atau memiliki *mindfulness* tentunya harus melakukan hal-hal tertentu agar dirinya mencapai pada kondisi tersebut. salah satu cara untuk mendapatkan kondisi tersebut adalah melalui aktivitas meditasi. Meditasi sendiri seperti yang dijelaskan oleh Umniyah dan Afiatin (2009) merupakan latihan *mindfulness* yang dilakukan dengan melalui lima teknik, yakni meditasi menyadari pernafasan (*short breathing/ breath meditation*), pendeteksian tubuh dengan sikap penghargaan (*Compassionate body scan*), latihan menyadari sensasi pada tubuh (*body sensation*), membuka kesadaran (*open awareness*), menerima pikiran, perasaan, serta melepaskan hasrat (*wanting release*). Ketika

seseorang ingin mendapatkan hal tersebut melalui jalan meditasi, maka pada dasarnya dirinya harus belajar untuk melakukan teknik-teknik seperti diatas. Dimana teknik-teknik tersebut secara tidak langsung melatih seseorang dalam proses penyadaran diri agar mampu menempatkan atensinya pada saat ini tanpa harus terbelenggu oleh keadaan dimasa lalu maupun kekhawatiran dimasa depan. Sehingga bilamana seseorang telah dapat melaksanakan teknik-teknik tersebut dengan baik, maka ia akan memiliki pandangan yang berbeda dari sebelumnya mengenai hal-hal yang terkait dengan kehidupannya. *Output* daripada melakukan meditasi salah satunya adalah *mindfulness* yang disisi lain dapat membuat seorang individu memiliki perilaku dan perasaan dari sebelumnya.

Keadaan *Mindfulness* jika dilihat dari sudut pandang ajaran *Sapta Dharma* maka akan memiliki sedikit kesamaan pada istilah yang lebih dikenal dengan *Satrio Utomo*. *Satrio Utomo* memiliki definisi sebagai pencapaian pada manusia yang mana dirinya memiliki *kawaskitaan* dan memiliki perilaku yang berorientasi pada *welas asih* dan *Dharma*. Selain itu seseorang yang telah mencapai pada tingkatan tersebut secara umum akan terbebas dari perasaan suka maupun duka karena telah mampu mengenali dan memahami jati diri serta realitas sejati pada jagad pribadinya (*jagad alit*). Agar seseorang memiliki jiwa seperti demikian maka harus mampu untuk melalui beberapa proses yang secara umum ada didalam proses persujudan. Proses-proses tersebut terdapat pada persujudan yang mana harus dicari dan ditemukan sendiri oleh para

mereka yang melakukan persujudan. Secara ringkas proses-proses mencapai tingkatan *Satrio Utomo* antara lain harus *manembah* dan *manekung* pada Allah *hyang moho kuoso*, dimana semuanya terjadi karena kehendaknya.

Proses yang pertama yang harus dilalui dalam mencapai *Satrio Utomo* melalui perujudan adalah dengan melakukan persujudan yang dimulai dengan duduk *bersila*, dan kedua tangan yang disilangkan (*sindakep*). Kemudian seorang individu melakukan proses *ngening* secara terus menerus dan memusatkannya pada keluar masuknya nafas hingga mampu untuk menyingkirkan serta menghilangkan pikiran-pikiran yang ada pada dirinya. Ketika seseorang berada kondisi tersebut maka akan disebut dalam kondisi *suwung* atau memiliki pikiran yang kosong.

Proses kedua ketika seseorang mampu mengosongkan pikirannya dalam melakukan persujudan, maka selanjutnya akan merasakan sebuah getaran yang berasal dari getarnya *tuyo perwitosari* yang dibedakan menjadi dua jenis getaran, yaitu getaran kasar dan getaran halus. *Tuyo perwitosari* sendiri adalah sebuah air kehidupan yang biasa disebut dengan air suci. Tujuan dari adanya getaran air suci tersebut diyakini untuk membersihkan hal-hal negative pada jiwa terkait dengan nafsu dan amarah serta mampu untuk mengobati seseorang yang dalam keadaan sakit. Ketika getaran sudah dirasakan, maka seseorang pada saat itu sedang menjalani sebuah proses pembersihan sekaligus pembersihan baik secara jasmani dan rohani.

Pada saat merasakan getaran tersebut, secara bersamaan akan melakukan proses selanjutnya yang biasa dikenal dengan pengendalian sebelas saudara (nafsu) yang muncul dengan tanda sebagai sebuah rasa. Sebelas saudara sendiri sebagaimana yang telah dijelaskan pada bagian sebelumnya bahwa mereka (sebelas saudara) merupakan sebuah amanah dari Allah yang maha esa pada manusia agar dikenali, dipahami, dibimbing dan pada akhirnya diarahkan kepada hal-hal yang berorientasi pada kebaikan. Secara hakikat, mengendalikan sebelas saudara merupakan sesuatu hal yang sulit bagi seluruh manusia, dikarenakan nafsu terkadang dapat mengontrol manusia dalam melakukan keburukan yang dapat menimbulkan disharmoni baik pada diri dan sekitarnya. Sehingga dari sanalah perlunya seorang manusia untuk mengenali dan mengendalikan saudaranya agar bertindak sesuai porsi serta mengarah pada kebaikan. Dalam perinciannya, sebelas saudara memiliki nama, warna, bentuk, dan watak yang berbeda satu sama lain, dan semua itu bilamana manusia ingin mengenali lebih dalam dan mengendalikannya, maka harus melalui proses salah satunya berupa persujudan. Bila seseorang telah mampu mengenali dan mengendalikan, maka akan disebut dengan *sewelas-welas e atunggal* atau *sewelas welas e dulur nyawiji* , selanjutnya maka akan memasuki tahap selanjutnya yang disebut dengan *sewelas welas e atunggal nyawiji antarane hyang moho suci lan dulur sewelas* dimana roh suci (percikan sinar Allah) telah mampu untuk

membimbing sebelas saudaranya agar bersatu dan mengarah pada harmonisasi alam semesta.

Kemudian seseorang yang sudah mencapai tahapan tersebut juga mendapat suatu hal yang biasa disebut oleh para warga sebagai hadiah oleh hyang maha kuasa. Bentuk dari sebuah hadiah tersebut dinamakan dengan *kawaskitaan*. *Kawaskitaan* sendiri memiliki arti sebagai radar kewaspadaan yang dimiliki oleh seseorang yang mendapat kelebihan dari yang maha kuasa. Bentuk dari kelebihan ini secara garis besar mampu untuk merasakan sesuatu hal pada dirinya maupun lingkungan sekitarnya. Bentuk dari perasaan tersebut biasa dikenal dengan kepekaan yang tidak lain bahwa kemampuan seseorang dalam merasa (*sense*) pada sesuatu hal dan mampu untuk membaca suatu hal yang tak berpola menjadi berpola. Pola-pola seperti demikian menjadikan orang tersebut mampu untuk merasakan apa yang terjadi pada dirinya beserta penyebabnya. Selain itu dalam segi metafisik, seseorang tersebut dapat merasakan apa yang akan terjadi dalam beberapa waktu kedepan. *Kawaskitaan* ini menjadikan seseorang akan menjadi lebih *iling lan waspada* terhadap segala sesuatu yang meliputi jagad semesta maupun jagad pribadinya sehingga dari sini dapat dimanfaatkan secara baik untuk bertindak sesuai dengan alur dan aturan alam semesta.

Wejangan atau berupa pengertian yang diperoleh oleh pelaku persujudan juga termasuk pada proses mencapai tingkatan *Satrio Utomo*. Secara umum pengertian tersebut bersifat rahasia dan hanya boleh

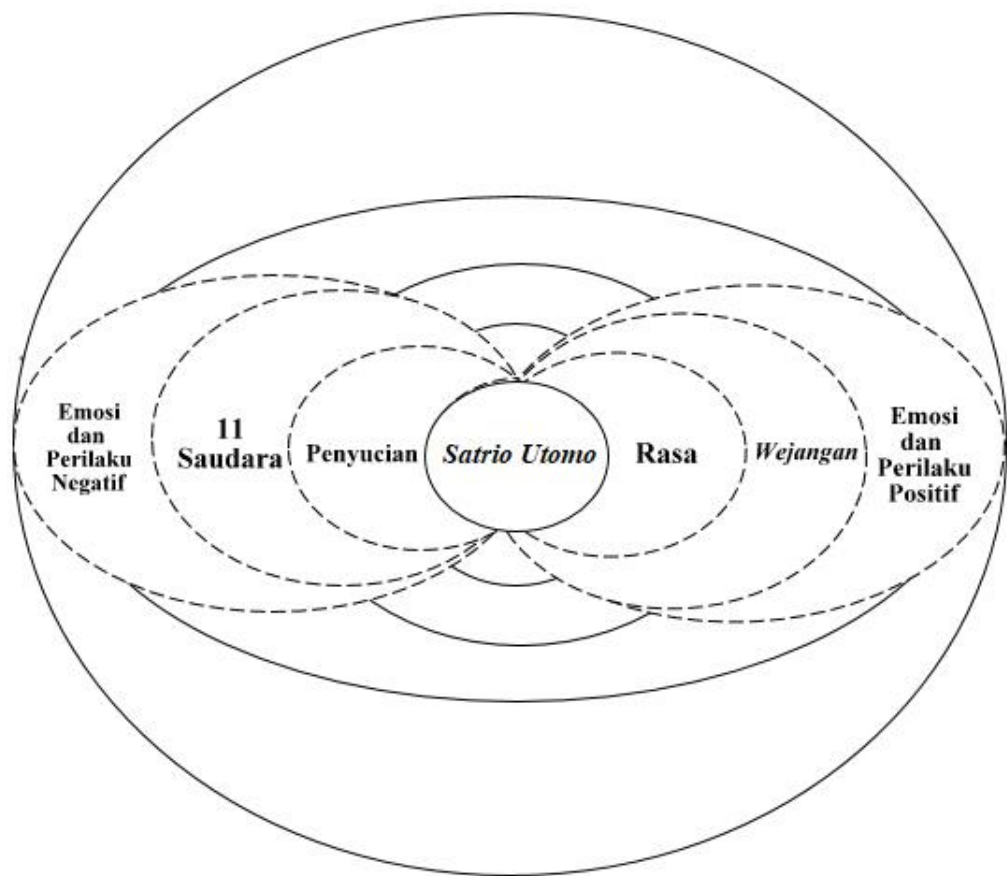
dipegang dan diamankan oleh seseorang yang mendapatkan. Namun disisi lain juga dapat ditemukan bahwa *wejangan* juga ada yang bersifat terbuka dan boleh diceritakan kepada orang lain. *Wejangan* sendiri berisi ajaran-ajaran, tuntunan, atau petunjuk yang didapatkan oleh seseorang seseorang yang melakukan persujudan. nantinya *wejangan* tersebut digunakan dan diimplementasikan pada aktivitas keseharian agar mampu membimbing seseorang menuju arah yang lebih baik. Walaupun demikian, tidak semua orang yang melakukan persujudan mampu untuk menerima *wejangan*. Dikarenakan hal tersebut tidak lain diyakini sebagai bonus atau hadiah pada seseorang yang diberikan langsung oleh yang maha kuasa. Karena sejatinya seseorang melakukan sujud berdasarkan pada *ikhlas, sumeleh, dan pasrah* (ibadah tanpa pamrih).

Ketika seseorang melalui semua proses-proses tersebut, maka dengan sendirinya akan mendapatkan sebuah anugerah dari tuhan yang maha kuasa berupa *nduweni sifat jejer satrio utomo*, atau dalam bahasa populernya disebut sebagai orang yang mendapatkan pencerahan (*enlightment people*). Pada ajaran *Sapta Dharma*, bila seseorang mencapai tahap ini akan memiliki ciri-ciri yang dapat dikenali. Ciri-ciri tersebut antara lain terlihat pada sisi perasaan maupun pada sisi perilaku seseorang. Seperti yang dikatakan oleh tuntunan, bahwa seseorang yang memiliki jiwa *Satrio Utomo* pada umumnya akan memiliki sifat yang *welas asih, selalu berdharma, sumeleh, ikhlas, ayem tentrem*, dan juga mampu menjadi cahaya yang teduh dan meneduhkan bagi makhluk-

mahluk sekitarnya. Selain itu ia mengetahui dan memahami rahasia-rahasia alam semesta beserta ilmu-ilmu yang secara umum tidak mudah dipahami oleh manusia biasa. Namun disisi lain juga terdapat ciri-ciri yang bersifat mistik, seperti contoh bahwa seseorang tersebut mampu untuk mengetahui alam langgeng, kemudian ucapannya dipercaya mampu untuk mewujudkan sesuatu, dan juga mampu mengetahui alam-alam lain yang tidak terjangkau oleh orang lain pada umumnya.

Dalam ajaran-ajaran Agama besar di dunia secara umum juga memiliki terminologi yang hampir sama dengan istilah *Satrio Utomo*. Sebagai contoh didalam agama Islam juga terdapat istilah yang biasa disebut dengan *Insan Kaamil*, dimana istilah tersebut memiliki definisi sebagai manusia yang memiliki sifat-sifat Allah seperti *Ar Rochman* dan *Ar Rochim*. Selain itu juga merupakan seseorang yang masuk dalam kategori sempurna dikarenakan segala nafsu dan amarahnya tidak lagi tampak pada dirinya. Orang-orang dalam Islam yang diyakini memiliki jiwa tersebut antara lain adalah para Nabi dan Rasul. Dalam tradisi Veda juga terdapat mahluk yang dikenal dengan nama *Sri Krishna*, Krishna dalam ajaran Hindu diyakini sebagai sosok *Avatara* dari Dewa Wisnu dimana ia memiliki sifat-sifat yang luhur, bijaksana, serta perilakunya selalu berorientasi pada kebajikan. Baik perilaku maupun ajarannya, dapat ditemukan pada kitab *Bhagavad Gita* yang mana isinya secara umum merupakan kumpulan nasehat-nasehat Krishna pada Arjuna pada saat berlangsungnya perang *Bharata Yudha*. Sementara pada ajaran Budha

juga terdapat manusia yang dikenal dengan nama *Sidharta* Gautama yang mana mampu mencapai puncak kebijaksanaan setelah melakukan aktivitas-aktivitas dalam pencariannya. Sehingga dirinya terbebas dari *samsara* serta mampu untuk bertindak dan berperilaku yang selaras dengan ketentuan alam.



Gambar 4.2 Proses pencapaian *Satrio Utomo*

BAB V

KESIMPULAN

A. Kesimpulan

Persujudan *Sapta Dharma (Samadhi)* merupakan aktivitas *manembah* yang tak lain bertujuan untuk *Manembah* dan mengenal jagad pribadi dengan dasar *ikhlas, sumeleh*, dan pasrah serta harus berbekal dengan 5K (kemauan, kemampuan, kejujuran, keikhlasan, dan kaya *dharma*). Secara umum terdapat dua jenis persujudan didalam ajaran *Sapta Dharma*, yaitu sujud keseharian dan sujud penggalian (proses khusus). Sujud sehari-hari merupakan sujud yang harus dilakukan oleh warga setiap harinya dan tidak bergantung pada waktu dan sedikitnya dilakukan 1 kali dalam sehari. Sementara sujud penggalian merupakan persujudan yang pada umumnya dilakukan 2 kali dalam setahun yang bertempat di sanggar agung serta dalam sehari harus melakukan 4 kali persujudan pada jam-jam tertentu seperti jam 19.00, 21.00, 23.00, dan jam 01.00 malam.

Didalam persujudan terdapat beberapa konsep yang mampu membawa seorang individu mencapai kualitas rohani yang lebih baik. Konsep-konsep pada persujudan meliputi proses merasakan nafas, mengosongkan pikiran (*ngeuing*), merasakan getaran, rasa, penyucian, pengenalan dan pengendalian terhadap sebelas saudara, *wejangan, kawaskitaan, manunggal kawulo gusti, racut*, serta capaian menjadi *satrio utomo*. Ketika seseorang telah melakukan

sujud dengan benar maka secara langsung akan merasakan efek-efek dari melakukan persujudan baik dalam segi fisik maupun psikologis.

Konsep merasakan nafas pada persujudan merupakan unsur penting dalam persujudan dikarenakan nafas memiliki unsur filosofis sebagai jalan keluar masuknya kehidupan. Secara bersamaan, ketika seseorang mampu untuk merasakan nafas maka ia akan mampu mengosongkan pikirannya dari hal-hal yang membelenggu dirinya (pikiran, keinginan, dan gagasan).

Proses pengenalan dan pengendalian pada sebelas saudara bermula pada saat individu mampu merasakan getaran dari *tuyo perwitosari* yang mana berfungsi sebagai penyucian sekaligus pembersihan pada diri manusia dari hal-hal yang memiliki unsur negative. Ketika telah merasakan getaran maka seorang pelaku persujudan akan merasakan sensasi pada tubuhnya dalam bentuk rasa. Rasa merupakan manifestasi dari adanya sebelas saudara yang muncul pada saat seseorang melakukan persujudan. disaat telah merasakan sebelas saudara, maka disanalah akan terjadi sebuah proses untuk mengenali, memahami, serta mengendalikan para sebelas saudaranya.

Bila telah melalui proses pengenalan dan pengendalian maka selanjutnya seorang yang melakukan persujudan biasanya akan mendapat sebuah pengertian atau dalam istilahnya disebut dengan *Wejangan*. *Wejangan* sendiri pada umumnya bersifat rahasia, serta tidak semua pelaku persujudan mendapatkan *wejangan*. Hal ini dikarenakan sifat dari *wejangan* tersebut adalah rahasia dan merupakan pemberian dari yang maha kuasa agar

seseorang manusia dapat menggunakannya sebagai pegangan maupun sebagai tuntunan dalam menjalani kehidupannya.

Seseorang yang telah mendalami persujudan dengan benar dan tekun maka juga akan mampu memiliki sebuah kepekaan terhadap diri dan sekitarnya. Kepekaan ini didalam ajaran *Sapta Dharma* dikenal dengan nama *kawaskitaan* atau radar kewaspadaan. Radar kewaspadaan ini nantinya mampu digunakan oleh individu yang memperolehnya, dan digunakan untuk bertindak sekaligus mengambil sebuah keputusan didalam hidupnya.

Persujudan merupakan ajaran *manembah* pada ajaran *Sapta Dharma* agar seorang individu mampu berhubungan secara langsung pada tuhan melalui laku persujudan. ketika seseorang melakukan persujudan, maka ia sejatinya berkomunikasi secara langsung dengan yang maha kuasa serta menyatunya antara *nur cahyo*, *nur roso*, dan *nurbuat*. Istilah tersebut dikenal dengan *telu telune atunggal triwikromo nyawiji*. Bila seseorang dalam persujudan telah mampu untuk berada dalam kondisi tersebut, maka ia akan berada dalam kondisi yang dikenal dengan nama *suwung*. *Suwung* pada hakikatnya dipercaya sebagai sebuah realitas yang sejatinya mengenai diri maupun kehidupannya. Dimana istilah tersebut menggambarkan bahwa dirinya telah berada pada kondisi yang terbebas dari dualism hitam dan putih. Sehingga seseorang yang mampu berada pada kondisi tersebut biasanya telah mampu untuk mengenali diri dan sebelas saudaranya. Ketika seseorang telah berada pada capaian ini maka selanjutnya akan disebut dengan istilah *Satrio Utomo*.

Satrio Utomo merupakan sebuah istilah yang dipakai didalam ajaran *Sapta Dharma* untuk digunakan dalam penyebutan seseorang yang telah berada pada kondisi khusus. *Satrio Utomo* pada umumnya memiliki definisi sebagai seseorang yang memiliki *welas asih, Dharma*, berbudi luhur, bijak, cerdas, sekaligus tindakannya selaras dengan alam semesta. Terlepas dari hal yang praktis tersebut, dalam segi metafisik *Satrio Utomo* juga dipercaya sebagai seseorang yang mengenal dan mengetahui kehidupan lain serta mampu untuk melihat alam langgeng. Sehingga secara keseluruhan *Satrio Utomo* juga disebut memiliki kelebihan baik pada sisi perilaku, emosi, maupun secara metafisik.

Persujudan yang telah dilakukan dan dialami oleh subjek 1 dan 2 secara garis besar memiliki efek yang positif pada sisi emosi maupun secara perilaku. Subjek 1 merasakan bahwa dirinya sebelum melakukan persujudan merasa memiliki kehidupan yang kurang baik pada sisi emosi dan perilaku, serta selalu merasa bingung dan tidak yakin pada hidupnya. Kemudian subjek 1 mengenal persujudan *Sapta Dharma* dan kemudian memutuskan untuk melakukan dan mendalami persujudan tersebut hingga saat ini. Setelah melakukan dan menekuni persujudan, subjek merasakan perubahan-perubahan yang terjadi pada dirinya. Secara umum perubahan yang dirasakan subjek 1 terdapat pada sisi emosinya. Dimana dirinya merasakan jauh lebih damai, ikhlas, mampu mengendalikan emosi, dan merasa *ayem tentrem* ketika menjalani kehidupan. Selain hal itu subjek 1 memiliki perubahan pada sisi perilakunya, dimana pada keterangan informan menjelaskan bahwa saat ini

subjek memiliki perubahan pada sisi perilaku berupa selalu berusaha bertindak baik, menolong sesama makhluk, serta memiliki jiwa *welas asih* pada orang-orang sekitar.

Efek persujudan juga dirasakan pada subjek 2 dimana dirinya merasa lebih yakin dan percaya diri pada seluruh hidup dan takdir yang diberikan kepada dirinya. Selain itu subjek 2 juga memiliki perubahan seperti lebih mampu mengendalikan amarahnya, serta memiliki kekuatan dan kemampuan dalam menghadapi permasalahan dan bijak dalam mengambil keputusan. Subjek 2 merupakan salah satu warga *Sapta Dharma* yang pernah mengalami dan merasakan fenomena yang disebut dengan *racut*. *Racut* sendiri merupakan kejadian yang dirasakan individu ketika roh yang ada pada dirinya keluar dari tubuhnya kemudian melakukan perjalanan untuk mengetahui *alam langgeng*.

Secara keseluruhan efek yang dirasakan pada kedua subjek memiliki kesamaan, namun beberapa efek yang dirasakan oleh subjek 2 tidak ada pada subjek 1. Efek yang dimaksud seperti kekuatan dan kemampuan yang tidak lain terdapat pada subjek 2 namun tidak ada pada subjek 1. Selain itu pengalaman mengenai *Racut* juga tidak ditemukan pada subjek 1 dikarenakan fenomena tersebut hanya dirasakan oleh segelintir orang yang memang dikehendaki oleh tuhan untuk merasakannya.

Mencapai tingkatan *Satrio Utomo* pada dasarnya memiliki proses-proses atau tahap yang harus dilalui oleh manusia. Namun sejatinya capaian tersebut jika diamati dapat dikatakan sebagai sesuatu hal yang bersifat istimewa dan sulit untuk dicapai oleh semua orang. Pada umumnya mencapai tingkatan

tersebut harus melalui beberapa tahap diantaranya : melakukan persujudan secara benar, melakukan sujud penggalan, mampu untuk mengenali dan membimbing sebelas saudara, memiliki kebijaksanaan, selalu *berdharma*, memiliki kecerdasan, memiliki *welas asih*, telah merasakan fenomena *racut*, memiliki *kawaskitaan*, *manunggal kawulo gusti*, serta telah memahami dan mengetahui alam semesta dalam wujud yang luas (*Jaga Gede*) maupun yang sempit (*Jagad alit*). Sehingga ketika seseorang telah melalui proses-proses tersebut maka akan menjadi manusia yang luhur serta sebagai *obor jagad pepadhanging umat* yang dikenal dengan istilah *Satrio Utomo/Wanito Utomo*.

B. Saran

Diharapkan kepada para pembaca untuk membaca hasil penelitian ini dengan menggunakan berbagai macam perspektif, baik dengan perspektif neurosains, psikologi, filsafat, theology, maupun antropologi. Hal ini karena didalam persujudan memuat unsur-unsur tersebut sehingga diperlukannya melihat dengan menggunakan persektif keilmuan lain agar khazanah peahaman yang didapat dapat bersifat holistik. Selain itu agar para pembaca memiliki gambaran yang jauh lebih luas serta sudut pandang lain agar pemahaman terkait dengan konsep persujudan (*Samadhi*) memiliki efek yang bersifat praktis pada kehidupan serta memiliki falsafah yang diharapkan mampu untuk diimplementasikan pada aktivitas sehari-hari.

DAFTAR PUSTAKA

- Amri, Pitoyo. (2008). *Ilmu Kearifan Jawa*. Solo: Pitoyo Publishing
- Armstrong, Karen. (2019). *Sejarah Tuhan*. Bandung: Mizan.
- Baer, R. A, Smith, G. T., & Allen, K. B. (2004). Assessment of mindfulness by self-report: the Kentucky inventory of mindfulness skills. *Assessment*, 11(3), 191–206.
- Behbehani, Soraya Susan. (2003). *Ada Nabi Dalam Diri Melesatkan Kecerdasan Bathin Lewat Zikir dan Meditasi*, terj. Cecep Ramli Bihar Anwar. Jakarta: PT. Serambi Ilmu Semesta
- Bishop, S.R., Lau, M., Shapiro, S., Carlsson, L, Anderson, N.D., Carmody, J., Segal, Z.V., Abbey, S., Speca, M., Velting, D., & Devins, G. (2004). *Mindfulness : A proposed operational definition*. *Clinical Psychology : Science & Practice*, Vol. 11, No. 3, 230-241.
- Bishop, SR. (2002). What do we really know about Mindfulness-Based Stress Reduction. *Psychosomatic Medicine*, 64 : 71-84.
- Caldwell, J. G. & Shaver, P. R. (2013). Mediators of The Link Between Adult Attachment and Mindfulness. *Interpersona: An International Journal on Personal Relationships*, 7, 299-301
- Chaplin, J.P. (2001). *Kamus Lengkap Psikologi*, terj. Kartini-Kartono. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada,.
- Chodjim, Achmad. (2013). *Syekh Siti Jenar Makna Kematian*. Jakarta: Serambi Ilmu Semesta
- Creswell, John. (2014). *Penelitian Kualitatif & Desain Riset*. Indonesia: Pustaka Belajar
- Damasio, A. (2000). *The Feeling of What Happens : Body and Emotion in the Making of Consciousness*. New York : Harcourt Brace and co.
- Dewantoro, Setyo, Hadjar. (2017). *Suwung Ajaran Rahasia Leluhur Jawa*. Bantul: Javanica
- Dhammananda, Sri Kirinde (Nayaka Mahathera). (2003). *Meditasi Untuk Siapa Saja*. Yayasan Penerbit Karaniya
- Finucane, A., & Mercer, S.W. (2006). An exploratory mixed methods study of the acceptability and effectiveness of Mindfulness-Based Cognitive Therapy for patients with active depression and anxiety in

- primary care. *Bio Medical Central (BMC) Psychiatry*, Vol. 6, No. 14, 1-14.
- Flores, R. P. (2015). *Brief Therapy Mindfulness: The Teaching Change*. Bloomington: Palibrio.
- Fromm, Erich. (2019). *The Heart Of Men : Its Genius for Good and Evil*. Yogyakarta: Diva Press
- Germer, C. K. (2009). *The mindful path to self-compassion: Freeing yourself from destructive thoughts and emotions*. Guilford Press.
- Germer, C. K., Siegel, R. D., & Fulton, P. R. (2005). *Mindfulness and Psychotherapy*. New York: The Guilford Pres.
- Goodman, G. (2010). *Transforming the Internal World and Attachment. Volume I: Theoretical an Empirical Perspective*. Maryland: The Rowman & Littlefield Publishing Group, Inc.
- Harari, Noval, Yuah. (2016). *Homo Deus-A Brief History of Tomorrow*. Jakarta: KPG
- Harari, Noval, Yuah. (2016). *Sapiens Riwayat Singkat Umat Manusia*. Jakarta: KPG
- Harris, R. (2009). Mindfulness without meditation. *Healthcare Counselling and Psychotherapy Journal*, 9(4), 21-24.
- Jacue, Taufiq, Ferry. (2019). *Asal Usul Orang Jawa Menelusuri Jejak-Jejak Genealogis dan Historis Orang Jawa*. Yogyakarta: Araska Publisher
- Kabat-Zinn, J. (2003). Mindfulness Based Intervention in Context : Past, Present and Future. *Clinical Psychology : Science and Practice*, 10 (2), 144-156.
- Lau, M.A., & McMain, S.F. (2005). Integrating mindfulness meditation with cognitive and behavioral therapies : The challenge of combining acceptance and change based strategies. *The Canadian Journal of Psychiatry*, Vol. 50, No. 13, 863-869.
- Mace, C. (2008). Mindfulness and the future of psychotherapy. *European Psychotherapy*, 8(1), 123-139.
- Moleong, Lexy. (2006). *Metodologi Penelitian Kualitatif (Edisi Revisi)*. Bandung : Remaja Rosda Karya.
- Ornstein, R. E. (1985). *The Psychology of Consciousness (3rd Ed.)*. New York: Penguin.

- Ridley, Matt. (2019). *Genom : Kisah Species Manusia Dalam 23 Bab*. Jakarta:Gramedia Pustaka Utama.
- Rukasa, Aas. (2019). *Cosmic Intelligence*. Bandung: Pituari Inspira Semesta
- Snyder, C. R. & Lopez, S. J. (2002). *Handbook of Positive Psychology*. Newyork: Oxford University Press.
- Stanford, M. S., dkk. (2009). Fifty Years of The Barratt Impulsiveness Scale: An Update and Review. *Personality and Individual Differences*, 47, 385–395.
- Subandi & Utami, M.S. (1995). Latihan Meditasi Untuk Mengurangi Keluhan Fisik. *Jurnal Psikologi Indonesia* 1, 22-25.
- Sutopo H.B. (2002). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Surakarta: Sebelas Maret University Press
- Tebba, Sudirman. (2004). *Meditasi Sufistik*. Bandung: Pustaka Hidayah
- Umniyah & Afiatin, T. (2009). Pengaruh Pelatihan Pemusatan Perhatian(*Mindfulness*) Terhadap Peningkatan Empati Perawat. *Jurnal Intervensi Psikologi*, 1 (1), 17-40.
- Wallin, D. J. (2007). *Attachment in Psychotherapy*. New York: The Guilford Press
- Walsh , R. (1983). Meditation Praticce and Research. *Journal of Humanictic Psychology*. 23 (1), 18-50.
- <https://tirto.id/manfaat-yoga-bagi-kesehatan-mengurangi-stres-baik-untuk-jantung-edGJ>
- <https://tirto.id/panen-fulus-bisnis-meditasi-ehfm>
- <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2019/09/13/jumlah-penduduk-indonesia-diproyeksikan-mencapai-270-juta-pada-2020>
- https://id.wikipedia.org/wiki/Daftar_negara_menurut_jumlah_penduduk

Lampiran 1

Panduan Wawancara

A. Sejarah dan pandangan umum

1. Sapta dharma merupakan sebuah kerohanian yang saat ini memiliki eksistensi di tengah-tengah masyarakat, lalu bagaimana asal muasal atau sejarahnya berdirinya aliran sapta dharma sendiri hingga saat ini ?
2. Sapta dharma sendiri secara jelas sudah diakui dan mendapat legalitas dari pemerintah, lalu bagaimana respon pandangan masyarakat sekitar secara umum terhadap aliran kerohanian ini ?

B. Konsep Terkait dengan Ajaran

1. Bagaimana konsep di dalam ajaran sapta dharma mengenai kebajikan, keluhuran budi pekerti serta kejernian berpikir yang tertuang dalam *wewara pitu* sendiri ?
2. Dalam lambang sapta dharma sendiri terdapat sebuah gambar salah satu *punokawan* yakni semar, mengapa kerohanian ini memakai icon semar tersebut ? karena jika dalam pandangan umum, semar sendiri merupakan guru atau yang *ngemong* para manusia dan memiliki arti filosofis yang tinggi dalam tradisi Jawa.
3. Banyak diluar sana menganggap bahwasannya ajaran sapta dharma sendiri adalah sebuah ajaran sikretisme, lalu bagaimana penjelasan mengenai hal tersebut ?

C. Konsep Persujudan (Samadhi)

4. Dalam ajaran sapta dharma ada sebuah konsep yang mana diwajibkan untuk melakukan persujudan yang dilakukan dengan tujuan untuk berkontemplasi, lalu bagaimana dasar filosofisnya mengenai hal tersebut
5. Apa yang dimaksud dengan sujud penggalan, bagaimana konsepnya?
6. Berapa lama seseorang melakukan proses persujudan ?
7. Bagaimana seseorang dikatakan berhasil dalam melakukan persujudan ?

D. Efek Persujudan (Samadhi)

8. Jika seseorang berhasil dalam proses persujudan tersebut apa efek yang ditimbulkan dari melakukan persujudan tersebut ? baik secara jasmani, mental atau yang lain ?
9. apa yang disebut dengan racut dalam ajaran sapta dharma ? lalu bagaimana efek yang didapatkan pada individu yang mengalaminya ?

Lampiran 2

Kategorisasi

No	Code	Identitas Code	Kategori
1	<i>Manembah</i>	W1S1 / 508 / 1a, W1S1 / 550 / 1k, W1S2 / 41 /, W1S2 / 1028 /, W1S1 / 542 / 1j, W1S2 / 634 /, W1S2 / 1028 /, W1S2 / 71 /, W1S2 / 462 /, W2S1 / 34 /, W2S1 / 36 /, W2S1 / 160 /, W2S1 / 162 /, W2S1 / 166 /, W2S1 / 175 /, W2S1 / 172 /, W2S1 / 173 /, W2S1 / 175 /, W1S2 / 1028 / W2S2 / 70, W2S2 / 70, W2S2 / 72, W2S2 / 73, W2S2 / 74, W2S2 / 196	<i>Menembah</i> (Peribadatan/religiusitas)
	<i>Jasmani</i>	W2S1 / 172 /, W2S1 / 173 / W1S1 / 516 / 1d, W1S1 / 709 / 3j, W1S2 / 221 /, W1S1 / 517 /1e, W1S2 / 62 /, W1S1 / 528 / 1f, W2S1 / 160 /, W2S2 / 196	
	<i>Rohani</i>	W2S1 / 172 /, W1S1 / 516 / 1d, W1S1 / 957 / 1x, W1S1 / 961 / 1z, W1S1 / 964 / 1aa, W1S2 / 825 /, W1S1 / 550 / 1k,	

		W2S1 / 160 /, W2S1 / 175 /, W1S2 / 1028 /, W2S2 / 196	
	Mengosongkan pikiran (Ngening)	W1S1 / 555 / 1m, W1S2 / 15 /, W1S2 / 17 /, W1S2 / 238 /, W1S2 / 129 /, W2S1 / 104 /, W2S1 / 188 /, W2S1 / 239 /, W2S1 / 243 /, W2S2 / 70, W2S2 / 70, W2S2 / 74	
	Meminta Ampun	W1S2 / 111 /, W1S1 / 533 / 1g, W2S1 / 12 /, W2S1 / 108 /, W2S1 / 112 /, W2S1 / 125 /, W2S1 / 285 /	
	Mendekatkan diri	W1S1 / 684 / 3d, W1S1 / 539 / 1i, W2S1 / 152 /, W2S1 / 154 /, W2S1 / 160 /, W2S1 / 167 /, W2S1 / 239 /, W2S1 / 239 /, W2S1 / 243 /	
2	Merasakan	W1S1 / 580 / 1s, W1S1 / 840 / 4u, W1S2 / 725 /, W1S2 / 725 /, W2S1 / 188 /, W2S1 / 269 /, W2S1 / 197 /	Rasa (Sensasi)
	Rasa	W1S1 / 1t, W1S1 / 619 / 2a, W1S1 / 630 / 2d, W1S1 / 513 / 1c, W2S1 / 81 /, W2S1 / 83 /, W2S1 / 125 /, W2S1 / 188 /, W2S1 / 188 /, W2S1 / 194 /, W2S1 / 196	

		/, W1S1 / 569 / 1p, W2S2 / 214, W2S2 / 218	
	Getaran	W1S2 / 42 /, W1S2 / 45 /, W1S2 / 118 /, W1S2 / 593 /, W1S2 / 18 /, W1S2 / 19 /, W1S2 / 22 /, W1S2 / 23 /, W1S2 / 25 /, W2S1 / 82 /, W2S1 / 84 /, W2S1 / 84 /, W2S1 / 86 /, W2S1 / 210 /, W2S1 / 211 /, W2S1 / 289 /, W2S1 / 289, W2S2 / 72, W2S2 / 73	
	Enak	W1S2 / 178 /, W1S1 / 844 / 4v, W1S1 / 869 / 4ab, W2S1 / 12 /, W2S1 / 161 /, W2S1 / 243 /	
	Sakit	W1S1 / 867 / 4y, W1S1 / 870 / 4ac, W1S1 / 846 / 4w, W1S1 / 867 / 4x, W1S1 / 868 / 4z, W1S1 / 868 / 4aa , W2S1 / 102 /, W2S1 / 102 /, W2S1 / 103 /, W2S1 / 106 /, W2S1 / 113 /	
	<i>Tuyo Perwitosari</i>	W1S2 / 25 /, W1S2 / 192 /, W1S2 / 196 /, W1S2 / 197 /, W1S2 / 198 /, W2S1 / 266 /, W2S1 / 267 /, W2S1 / 268 /, W2S1 / 269 /, W2S1 / 288 /, W2S1 / 343 /, W2S1	

		/ 296 /, W2S1 / 298 /, W2S1 / 299 /, W2S1 / 302 /, W2S1 / 302 /, W2S2 / 75, W2S2 / 77, W2S2 / 78, W2S2 / 73	
3	Pembelajaran	W1S2 / 30 /, W1S2 / 36 /, W1S1 / 672 / 3a, W1S2 / 98 /, W1S1 / 960 / 1y, W2S1 / 97 /, W2S1 / 104 /, W2S1 / 105 /, W2S1 / 108 /, W2S1 / 112 /, W2S1 / 118 /, W2S1 / 125 /	Mengendalikan Nafsu (Kontrol Diri)
	Mengendalikan nafsu	W1S1 / 565 / 1o, W1S1 / 731 / 3aa, W1S1 / 1224 / 1af, W1S1 / 823 / 1ah, W1S1 / 562 / 1n, W1S1 / 551 / W1S1 / 1222 / 1ae, W1S1 / 820 / 1ag, W1S2 / 69 /, W1S2 / 1038 /, W1S1 / 680 / 3c, W1S1 / 686 / 3e, W1S1 / 714 / 3n, W1S1 / 689 / 3f, W1S1 / 731 / 3z, W2S1 / 39 /, W2S1 / 40 /, W2S1 / 63 /, W2S1 / 86 /, W2S1 / 289 /, W2S1 / 293 /, W2S1 / 282 /	
	Menghindari sifat buruk	W1S1 / 716 / 3o, W1S1 / 721 / 3p, W1S1 / 722 / 3q, W1S1 / 722 / 3r, W1S1 / 722 / 3s, W1S1 / 722 / 3t, W1S1 / 722 / 3u, W1S1 / 726 / 3v, W1S2 / 465 /, W2S1 / 56 /, W2S1 / 56 /, W2S1 / 57 /, W2S1 /	

		57 /, W2S1 / 160 /, W2S1 / 287 /, W2S1 / 294 /	
4	Perilaku baik	W1S1 / 1153 / 2o, W1S1 / 1158 / 2t, W1S1 / 1162 / 2u, W1S1 / 726 / 3x, W1S2 / 472 /, W1S1 / 711 / 3m, W1S1 / 729 / 3y, W1S2 / 77 /, W2S1 / 9 / 1a, W2S1 / 10 / 1b, W2S1 / 11 / 1c, W2S1 / 12 /, W2S1 / 12 /, W2S1 / 12 /, W2S1 / 13 /, W2S1 / 14 /, W2S1 / 14 /, W2S1 / 15 /, W2S1 / 23 /, W2S1 / 24 /, W2S1 / 24 /, W2S1 / 25 /, W2S1 / 25 /, W2S1 / 27 /, W2S1 / 74 /, W2S1 / 136 /, W2S1 / 137 /, W2S1 / 137 /, W2S1 / 137 /, W2S1 / 139 /, W2S1 / 139 /, W2S1 / 142 /, W2S1 / 145 /, W2S1 / 164 /, W2S1 / 165 /, W2S1 / 174 /	Dharma (positive behavior)
	Dharma	W1S2 / 469 /, W1S2 / 470 /, W1S2 / 36 /, W1S2 / 475 /, W1S2 / 1075 /, W1S2 / 422 /, W1S1 / 1155 / 2p, W1S1 / 1157 / 2r, W1S1 / 1156 / 2q, W2S1 / 164 /, W2S1 / 165 /, W2S1 / 174 /, W2S1 / 25 /, W2S1 / 27 /, W2S2 / 101, W2S2 / 107,	

		W2S2 / 107, W2S2 / 108, W2S2 / 108, W2S2 / 108, W2S2 / 108, W2S2 / 109, W2S2 / 110	
	Berbudi Luhur	W1S2 / 29 /, W1S2 / 47 /, W1S2 / 76 /, W1S2 / 1039 /, W1S1 / 588 / 1u, W1S1 / 1152 / 2n, W2S1 / 9 / 1a. W2S1 / 10 / 1b, W2S1 / 13 /, W2S1 / 14 /, W2S1 / 23 /, W2S1 / 73 /, W2S1 / 301 /	
	Perubahan Perilaku	W1S1 / 677 / 3b, W1S1 / 694 / 3g, W1S1 / 694 / 3h, W1S1 / 703 / 3i, W1S1 / 709 / 3k, W1S1 / 710 / 3l W2S1 / 137 /, W2S1 / 139 /, W2S1 / 72 /, W2S1 / 136 /	
	Ikhlas	W1S2 / 36 /, W1S2 / 729 /, W1S2 / 814 /, W1S2 / 469 /, W2S1 / 12 /, W2S1 / 12 /, W2S1 / 13 /, W2S1 / 23 /, W2S2 / 195	
5	Diwejang	W2S1 / 194 /, W2S1 / 196 /, W1S1 / 569 / 1p, W2S1 / 126 /, W2S1 / 194 /, W2S1 / 196 /, W2S1 / 196 / W1S1 / 970 / 1ab, W1S1 / 576 / 1r, W1S2 / 132	<i>Wejangan (pedoman)</i>

	Pengertian	W1S1 / 1131 / 2j, W1S2 / 135 /, W1S1 / 1134 / 2k, W2S1 / 125 /, W2S1 / 126 /, W2S1 / 184 /, W2S1 / 185 /, W2S1 / 185 /, W2S1 / 191 /, W2S1 / 196 /, W2S1 / 196 /, W2S1 / 199 /, W2S1 / 210 /, W2S1 / 211 /	
	Dibimbing	W1S1 / 735 / 3ab, W1S2 / 28 /, W1S1 / 622 / 2b, W1S1 / 655 / 2i, W1S1 / 782 / 4g, W1S1 / 789 / 4k, W1S1 / 816 / 4t, W1S2 / 743 /, W1S1 / 592 / 1v, W2S1 / 87 /, W2S1 / 87 /, W2S1 / 112 /, W2S1 / 125 /, W2S1 / 126 /, W2S1 / 184 /, W2S1 / 185 /, W2S1 / 185 /, W2S1 / 191 /, W2S1 / 194 /, W2S1 / 196 /, W2S1 / 196 /, W2S2 / 207, W2S2 / 18, W2S2 / 24, W2S2 / 24, W2S2 / 25, W2S2 / 147, W2S2 / 172, W2S2 / 173, W2S2 / 207	
	<i>Kawaskitaan</i>	W2S1 / 199 /, W2S1 / 210 /, W2S1 / 211 /	
	Petunjuk	W1S1 / 650 / 2h, W1S1 / 569 / 1q, W1S2 / 132 /, W2S1 / 126 /, W2S1 / 184 /, W2S1 / 185 /, W2S1 / 185 /, W2S1 /	

		191 /, W2S1 / 194 /, W2S1 / 196 /, W2S1 / 196 /, W2S1 / 199 /, W2S1 / 211 /, W2S2 / 207, W2S2 / 147, W2S2 / 172, W2S2 / 173	
6	Penyucian	W1S1 / 534 / 1h, W1S1 / 630 / 2c, W1S2 / 175 /, W1S1 / 1144 / 2m, W2S1 / 282 /, W2S1 / 285 /, W2S1 / 288 /, W2S1 / 293 /, W2S1 / 300 /, W2S1 / 302 /, W2S2 / 78, W2S2 / 79, W2S2 / 81, W2S2 / 84	Penyucian
	Penyembuhan	W1S2 / 218 /, W1S2 / 218 /, W1S2 / 299 /, W1S2 / 319 /, W1S2 / 359 /, W1S2 / 775 /, W1S2 / 316 /, W1S2 / 197 /, W1S2 / 728 /, W1S2 / 444 /, W2S1 / 285 /, W2S1 / 297 /, W2S1 / 298 /, W2S1 / 299 /, W2S1 / 300 /, W2S1 / 302 /, W2S1 / 313 /, W2S1 / 316 /, W2S1 / 320 /, W2S1 / 337 /, W2S1 / 339 /, W2S1 / 343 /, W2S1 / 347 /, W2S1 / 348 /, W2S2 / 78, W2S2 / 79, W2S2 / 81, W2S2 / 84	
	<i>Tuyo Perwitosari</i>	W1S2 / 25 /, W1S2 / 192 /, W1S2 / 196 /, W1S2 / 197 /, W1S2 / 198 /, W2S1 / 266 /, W2S1 / 267 /, W2S1 / 268 /, W2S1 /	

		269 /, W2S1 / 288 /, W2S1 / 343 /, W2S1 / 296 /, W2S1 / 298 /, W2S1 / 299 /, W2S1 / 302 /, W2S1 / 302 /, W2S2 / 78, W2S2 / 79, W2S2 / 81, W2S2 / 84	
7	<i>Satrio utomo</i>	W1S2 / 75 /, W1S1 / 1246 / 5o, W1S1 / 1242 / 5n, W2S1 / 9 / 1a, W2S1 / 10 / 1b, W2S1 / 11 / 1c, W2S1 / 12 /, W2S1 / 12 /, W2S1 / 12 /, W2S1 / 13 /, W2S1 / 14 /, W2S1 / 14 /, W2S1 / 15 /, W2S1 / 23 /, W2S1 / 24 /, W2S1 / 24 /, W2S1 / 25 /, W2S1 / 25 /, W2S1 / 27 /, W2S1 / 72 /, W2S1 / 74 /, W2S1 / 136 /, W2S1 / 137 /, W2S1 / 137 /, W2S1 / 137 /, W2S1 / 139 /, W2S1 / 139 /, W2S1 / 142 /, W2S1 / 152 /, W2S1 / 154 /, W2S1 / 160 /, W2S1 / 161 /, W2S1 / 164 /, W2S1 / 165 /, W2S1 / 168 /, W2S1 / 168 /, W2S1 / 211/, W2S1 / 243 /, W2S2 / 101, W2S2 / 107, W2S2 / 107, W2S2 / 108, W2S2 / 108, W2S2 / 108, W2S2 / 108, W2S2 / 109, W2S2 / 110, W2S2 / 117, W2S2 / 129, W2S2 / 130, W2S2 / 94, W2S2 / 98	<i>Satrio Utomo</i> (Enlightment People)

	<i>Sumunar pindha baskoro</i>	W1S1 / 1158 / 2s, W1S2 / 473 /, W2S1 / 15 /, W2S1 / 25 /, W2S1 / 27 /, W2S1 / 135 /, W2S1 / 136 /, W2S1 / 137 /, W2S1 / 137 /, W2S1 / 137 /, W2S1 / 139 /, W2S1 / 139 /, W2S1 / 142 /, W2S1 / 164 /, W2S1 / 165 /, W2S1 / 168 /, W2S2 / 101, W2S2 / 107, W2S2 / 107, W2S2 / 108, W2S2 / 108, W2S2 / 108, W2S2 / 108, W2S2 / 109, W2S2 / 110, W2S2 / 117, W2S2 / 129, W2S2 / 130	
8	Perilaku Negatif	W2S2 / 47, W2S2 / 57, W2S2 / 58, W2S2 / 59, W2S2 / 60, W2S2 / 54	Emosi negatif
	Hidup tidak teratur	W1S1 / 773 / 4d, W1S1 / 776 / 4f, W2S1 / 56 /, W2S1 / 57 /, W2S1 / 287 /, W2S1 / 287 /, W2S1 / 301 /, W2S1 / 223 /	
	<i>sedih</i>	W1S1 / 784 / 4i, W1S1 / 785 / 4j, W2S1 / 40 /, W2S1 / 223 /	
9	Racut	W1S1 / 1037 / 5a, W1S1 / 1050 / 5c, W1S1 / 1051 / 5d, W1S1 / 1234 / 5l, W1S1 / 1237 / 5m, W2S1 / 70 /, W2S1 / 70 /, W2S1 / 72 /, W2S2 / 13, W2S2 / 13,	<i>Racut</i> (Trancendental Experience)

		W2S2 / 14, W2S2 / 16, W2S2 / 17, W2S2 / 31, W2S2 / 38
	<i>Purbo Waseso</i>	W1S2 / 320 /, W1S2 / 823 /
	Wewenang tuhan	W1S1 / 1066 / 5g, W1S1 / 1072 / 5h, W2S1 / 185 /, W2S1 / 196 /, W2S1 / 196 /
	Kembali pada asal	W1S1 / 812 / 4r, W1S1 / 1076 / 5j, W2S1 / 152 /, W2S1 / 167 /, W2S1 / 239 /, W2S1 / 239 /, W2S1 / 154 /, W2S2 / 13, W2S2 / 16, W2S2 / 31, W2S2 / 38
	<i>Manunggal kawulo gusti</i>	W1S2 / 49 /, W1S2 / 81 /, W1S1 / 510 / 1b, W2S1 / 188 /, W2S1 / 239 /, W2S1 / 239 /, W2S1 / 243 /, W2S1 / 245 /, W2S1 / 272 /, W2S1 / 269 /, W2S1 / 270 /, W2S1 / 270 /, W2S1 / 270 /, W2S1 / 270 /, W2S1 / 270 /, W2S1 / 271 /, W2S2 / 221
	Roh suci	W1S2 / 66 /, W1S2 / 59 /, W2S1 / 239 /, W2S1 / 245 /, W2S1 / 270 /, W2S1 / 270

		/, W2S1 / 270 /, W2S1 / 270 /, W2S1 / 270 /, W2S1 / 271 /	
	Urip Sajroning Pati	W1S1 / 1054 / 5e, W1S1 / 1056 / 5f, W1S1 / 1087 / 5k, W1S1 / 1041 / 5b, W1S1 / 1073 / 5i, W2S1 / 152 /, W2S1 / 167 /	
	<i>Sewelas-welas e atunggal</i>	W2S1 / 68 /, W2S1 / 69 /, W2S1 / 69 /, W2S1 / 69 /, W2S1 / 70 /, W2S1 / 70 /, W2S1 / 71 /, W2S1 / 72 /	
10			
	<i>Ayem tentrem</i>	W1S2 / 769 /, W1S1 / 796 / 4m, W1S1 / 815 / 4s, W1S1 / 1259 / 4ad, W1S2 / 815 /, W1S2 / 737 /, W2S1 / 72 /, W1S1 / 768 / 4b	
	Tenang	W1S2 / 661 /, W1S2 / 664 /, W1S2 / 768 /, W1S2 / 866 /, W1S2 / 815 /, W1S2 / 769 /, W2S1 / 12 /	<i>Ayem Tentrem (Emosi Positif)</i>
	Kedamaian	W1S2 / 27 /, W1S1 / 768 / 4b, W1S1 / 769 / 4c, W1S1 / 793 / 4l, W1S2 / 769 /, W2S1 / 161 /, W2S1 / 168	

	Bahagia	W1S1 / 797 / 4n, W1S2 / 736 /, W2S1 / 12 /, W2S1 / 71 /, W2S1 / 72 /, W2S1 / 161 /, W2S1 / 169 /, W2S1 / 219 /	
	Kecukupan	W1S2 / 737 /, W1S2 / 739 /, W1S2 / 826 /, W2S1 / 12 /, W2S1 / 161 /, W2S1 / 219 /	
	Ikhlas	W1S2 / 36 /, W1S2 / 729 /, W1S2 / 814 /, W1S2 / 469 /, W2S1 / 12 /, W2S1 / 12 /, W2S1 / 13 /, W2S1 / 23 /	
11	Pembuktian ajaran	W1S1 / 1136 / 2l, W1S1 / 1013 / 1ad, W1S2 / 139 /, W1S1 / 981 / 1ac, W1S1 / 941 / 1w, W1S2 / 465 /, W2S1 / 160 /, W2S1 / 294 /, W2S2 / 19	Penggalian
	Penggalian	W1S2 / 140 /, W1S2 / 581 /, W1S2 / 582 /, W1S2 / 583 /, W1S2 / 465 /, W2S1 / 160 /, W2S1 / 239 /, W2S1 / 243 /, W2S1 / 282 /, W2S1 / 285 /, W1S2 / 139 /, W1S1 / 981 / 1ac, W1S1 / 941 / 1w	
	Mencari arti hidup		

		W1S1 / 810 / 4o, W1S1 / 810 / 4p, W1S1 / 810 / 4q, W2S1 / 135 /, W2S1 / 160 /, W2S1 / 161 /, W2S1 / 167 /	
12	Tidak bingung	W1S2 / 815 /, W1S2 / 769 /, W2S1 / 87 /, W2S1 / 87 /, W2S1 / 126 /, W2S1 / 184 /, W2S1 / 185 /, W2S1 / 185 /, W2S1 / 191 /, W2S1 / 196 /, W2S1 / 196 /	Kekuatan
	Kekuatan	W1S2 / 655 /, W1S2 / 663 /, W1S2 / 665 /, W1S2 / 198 /, W2S1 / 12 /, W2S1 / 13 /, W2S1 / 23 /, W2S1 / 161 /	
	Percaya Diri	W1S2 / 812 /, W1S1 / 775 / 4e, W1S1 / 784 / 4h, W1S2 / 772 /, W1S2 / 661 /, W1S2 / 664 /, W1S2 / 810 /, W1S2 / 811 /	
	Saudara sebelas	W2S1 / 40 /, W2S1 / 42 /, W2S1 / 44 /, W2S1 / 45 /, W2S1 / 45 /, W2S1 / 45 /, W2S1 / 47 /, W2S1 / 54 /, W2S1 / 56 /, W2S1 / 56 /, W2S1 / 57 /, W2S1 / 57 /, W2S1 / 65 /, W2S1 / 65 /, W2S1 / 65 /, W2S1 / 66 /, W2S2 / 46, W2S2 / 47, W2S2 / 47, W2S2 / 49, W2S2 / 50,	

		W2S2 / 50, W2S2 / 51, W2S2 / 52, W2S2 / 54, W2S2 / 55, W2S2 / 56, W2S2 / 57, W2S2 / 58, W2S2 / 59, W2S2 / 60	
	<i>Sewelas-welas e atunggal</i>	W2S1 / 68 /, W2S1 / 69 /, W2S1 / 69 /, W2S1 / 69 /, W2S1 / 70 /, W2S1 / 70 /, W2S1 / 71 /, W2S1 / 72 /	
13	Kemampuan	W1S2 / 35 /, W1S1 / 634 / 2e, W1S1 / 636 / 2f, W2S1 / 11 / 1c	kemampuan
	Tingkat kesulitan	W1S2 / 577 /, W1S2 / 32 /, W1S2 / 33 /, W1S2 / 586 /, W2S1 / 289 /	
	Durasi Sujud	W1S1 / 646 / 2g, W1S2 / 603 /, W1S2 / 168 /, W1S2 / 173 /, W1S2 / 100 /, W1S2 / 96 /, W2S1 / 82 /	
	5K	W2S2 / 180, W2S2 / 181, W2S2 / 184, W2S2 / 186, W2S2 / 186, W2S2 / 195	

Lampiran 3

Dimensi

1. Bagaimana konsep meditasi dalam ajaran Sapta Dharma ?

a. Mengosongkan Pikiran

Subjek	Pernyataan subjek	Pernyataan Tuntunan	Kesimpulan
2	<i>1. memusatkan perhatian yang memusatkan seluruh konsentrasi kita dan mengosongkan pikiran (WIS2 / 15)</i> <i>2. pada dasarnya orang sujud itu bukan konsentrasi, ngening ngening</i>	<i>maka dari itu pandangan 1 M itulah merupakan dasar awal untuk mencapai suatu ketenangan maka dari itu tadi kita katakan juga awal pandangan 1 M itu merasakan keluar masuknya udara menghilangkan segala maaf bukan</i>	Konsep persujudan yang didalamnya terdapat proses mengosongkan pikiran memiliki kesamaan antara data yang diperoleh dari pernyataan subjek pertama dengan data yang didapat melalui tuntunan.

	<p><i>itu mengosongkan pikiran pikiran kita kosongkan kita fokus ke atas kalau yang sudah biasa ya merasakan getaran itu sampai bisa naik ke ubun-ubun getaran tuyo suci. (W2S2/70)</i></p>	<p><i>menghilangkan, mengesampingkan yaitu itu angan angan dan pikiran bukan menghilangkan. mengesampingkan jadi pikiran dan angan-angan kita fokus pada keluar masuknya udara yang meliputi di dalam jagat pribadi atau di seluruh tubuh kita itu ya maka dari itu nanti terjadilah ya kalau kita sudah kosong tidak memikirkan akan merasa hanya merasakan suatu keluar masuknya udara di dekat di dalam tubuh ini</i></p>	<p>Dari data tersebut dapat diketahui bahwa dalam melakukan awal mula sujud, seorang individu pertama-tama harus memandang satu titik yakni pandangan 1 meter pada ujung kain sanggar serta memfokuskan perhatian pada nafas hingga sampai pada kondisi kosong yang tidak lain dapat mengesampingkan pikiran dan hal-hal lain.</p>
--	---	--	--

		<i>ya maka ada suatu getaran yang terjadi. (W113/144)</i>	
--	--	---	--

b. Mengatur Nafas

Subjek	Pernyataan subjek	Pernyataan Tuntunan	Kesimpulan
1	<i>1. Dengan cara bersujud itu tadi itu adalah kita meneliti atau merasakan keluarnya keluar masuknya nafas. (WISI / 555)</i>	<i>dalam proses sujud itu awalnya adalah merasakan Mas masuk keluar masuknya udara melalui lubang hidung terus dirasakan terus ya Ya kami ulangi yaitu dalam sujud itu sendiri adalah bersimpuh ya atau katakan bahasa Jawanya tuh silo</i>	Merasakan dan memperhatikan pada nafas merupakan salah satu dalam proses persujudan yang mana ketika seseorang dapat melakukan hal tersebut maka akan merasakan suatu berupa getaran. Hasil ini didapat berdasarkan kecocokan antara pernyataan subjek dengan informan

		<p><i>menghadap ke timur atau Wiwitan Kawitan ya ya tangan sedakep selalu tunggal yang mata memandang satu titik ke bawah ya selalu merasakan keluar masuknya udara yang ada di dalam itu terus dirasakan itu berputar ya udara yang masuk di dalam jagat pribadi manusia itu yaitu untuk mensuplai kebutuhan oksigen manusia itu terus dirasakan sampai halus juga merasakan di dalam ubun-ubun pun terus dirasakan rasa itu</i></p>	<p>yang merupakan seorang tuntunan didalam penghayat <i>Sapta Dharma</i>.</p>
--	--	---	---

		<p><i>dirasakan terus di situlah nanti ada suatu getaran yang terjadi.</i></p> <p><i>(W113/54)</i></p>	
--	--	--	--

c. Merasakan Getaran

Subjek	Pernyataan subjek	Pernyataan Tuntunan	Kesimpulan
1	<p><i>1. Menunggu datangnya getaran jadi timbulnya rasa itu adalah sebuah getaran Getaran yang yang yang meliputi untukku kita itu ada yang disebut getaran halus dan kasar. (W2S1/83)</i></p>	<p><i>nanti ada suatu getaran yang terjadi awalnya ya itu ada ada cahaya masuk ya ya ya dari atas melalui ubun-ubun ke bawah lalu mata terpejam dengan sendiri-sendiri Nya. maka terus proses jangan lepas masuk keluarnya</i></p>	<p>merasakan getaran merupakan tahap selanjutnya didalam persujudan yang merupakan getaran dari <i>tuyo perwitosari</i> atau dalam bahasa umumnya air kehidupan. Dalam prosesnya, getaran tersebut akan naik setahap demi setahap dan getaran</p>

	<p>2. <i>Toyoto purwatosari itu yang hubungannya dengan naik Turunnya getaran tadi karena getaran tadi adalah proses untuk pelunturan dari nafsu nafsu atau atau negatif yang negatif yang terdapat di dalam tubuh kita karena di dalam tubuh kita ini ada yang disebut atom berjiwa jadi disitu hubungannya dengan Toyoto purwitosari (W2S1/289)</i></p>	<p><i>udara di dalam hidup ini terus dirasakan di atas ubun-ubun ya istilah nanti terjadi kalau sudah napas halus terjadilah suatu getaran yang terjadi yaitu yang disebut Di saliro Soto atau kalau bahasa Jawanya silit kodok yaitu tali Roso iki lah di situlah maka di situlah ada suatu getaran yang terjadi pada suatu dorongan dengan sendirinya getaran</i></p>	<p>tersebut berfungsi sebagai penyucian terhadap nafsu dan hal-hal negative yang ada pada seseorang tersebut.</p>
<p>2</p>	<p>1. <i>jadi sujud itu manambah dengan cara rohani. Cara rohani itu yang Sabar untuk menanti untuk</i></p>	<p><i>mendorong kita ya itulah nanti langsung dirasakan getaran itu naik dari tahap ke tahap mulai</i></p>	

	<p><i>merasakan getaran itu butuh kesabaran. (WIS2/42)</i></p> <p>2. <i>kalau kita bisa sujud bener itu kita bisa merasakan getaran naiknya Tuyo Suci Perwitasari. (WIS2/118)</i></p> <p>3. <i>ya merasakan getaran itu sampai bisa naik ke ubun-ubun getaran tuyo suci itu mulai dari tulang ekor itu bisa dirasakan. ketika kita sudah eNing betul sudah bisa</i></p>	<p><i>kalau di bahasa Jawanya itu taliroso yang disilet kodok ini lalu ke terus naik tiap tahap sampai 33 tahapan Lalu ada di tengah-tengah berhenti ya sekarang itu di tali Roso, Lalu naik lagi getaran itu sampai ditarik lho yang ada di punggung ini Nah itulah nanti terus kita tuh kan saja getaran itu yang mendorong kita sampai membungkuk itu Iya terus dirasakan terus ada suatu rasa yang terjadi dari taliroso to yang ada di punggung ini nanti masuk</i></p>	
--	---	--	--

	<p><i>mengosongkan dari pikiran kita dari angan-angan dari gagasan. Itu akan bisa dirasakan naiknya getaran Toyo suci itu seruas demi seruas sampek masuk di terakhir di sini terus naik lagi ke otak kecil jemurin calaka. (W2S2/72)</i></p>	<p><i>ke otak kecil nggak Itulah nanti ada suatu rasa yang terjadi yaitu rasanya sangat dingin. (W1I3/64)</i></p>	
--	---	---	--

d. Rasa

Subjek	Pernyataan subjek	Pernyataan Tuntunan	Kesimpulan
1	<p>1. <i>sujud itu memang adalah sujud rasa di dalam sapta dharma. (WIS1/513)</i></p> <p>2. <i>proses sujud itu kita menunggu datangnya rasa kembali tadi saja dekat di depan tadi bawa rasa kita di dibimbing oleh cahaya. (WIS1/619)</i></p> <p>3. <i>Kenapa kau sudutnya tidak sama? Kenapa sudutnya ada ya sebentar? kadang ada yang lama? yang lama</i></p>	<p><i>Sapto Darmo adalah sujud tes Dumadining menungso sujud asal mula manusia maka dari itu proses sujud itu sendiri disebut wujud rasa ya atau disebut belajar mati sak jeroning Urip atau sujud sing Dumadi atau bisa disebut sujud asal mula manusia. maka dari itu sujudnya itu adalah tidak tidak tidak tidak kehendak tidak kehendaknya fisik, tapi</i></p>	<p>Rasa didalam persujudan merupakan sebuah dorongan yang dalam pernyataan subjek dan tuntunan merupakan sesuatu yang menggerakkan seseorang untuk melakukan persujudan sekaligus proses penyucian. Persujudan merupakan sujud yang atas keinginan yang berasal dari rasa, bukan kehendak badan.</p>

	<p><i>sekali? karena dia ada di dalam proses pencucian ini adalah menunggu rasa. (WISI/630)</i></p>	<p><i>kehendaknya oleh dituruni oleh rasa maka dari itu Wadag diwejang oleh rasa, rasa diwejang oleh cahaya, dan cahaya diwejang oleh yang maha kuasa. Maka dari itu disebut karena disebut sujud rasa karena rata-rata itu sendiri adalah merupakan wujud adalah saksi hidup manusia manusia Karena manusia Kalau ditinggal rasa dikatakan tidak hidup, inilah wujud yang disebut itu mati atau</i></p>	
--	---	--	--

		<i>sujud asal mula manusia.</i> <i>(W113/12)</i>	
2	<i>1. saat kita sujud itu jadi enak banget awalnya terus kita ikhlas sabar tadi menunggu getaran getaran turun naik ya Sampai akhirnya getaran kita dan itu bisa rasakan di ubun-ubun ini ubun-ubun ini akan terasa seperti itu kayak apa ya istilahnya gremet apa di situ kan buka plum dIngin rasanya dingin, (W2S2/215)</i>		

e. Penyucian

Subjek	Pernyataan subjek	Pernyataan Tuntunan	Kesimpulan
	<p>1. <i>Kenapa kau sudutnya tidak sama? Kenapa sudutnya ada ya sebentar? kadang ada yang lama? yang lama sekali? karena dia ada di dalam proses pencucian ini adalah menunggu rasa. (WIS1/630)</i></p> <p>2. <i>Toyo purwatasari itu yang hubungannya dengan naik Turunnya getaran tadi karena getaran tadi adalah proses untuk pelunturan dari nafsu nafsu atau</i></p>	<p><i>Memang itu juga ada proses kita untuk belajar sekaligus untuk penyucian itu yang bagaimana yang dimaksud apa fisik maupun cara memang sujud itu adalah merupakan proses penyucian diri juga sujud itu menangkal segala sesuatu yang berbentuk negatif. sujud itu sendiri menangkal segala bentuk penyakit itu</i></p>	<p>Penyucian merupakan tahap yang mana sebagai pembersihan terhadap sesuatu yang diyakini memiliki hal negative. Hal negative yang dimaksud didalam persujudan merupakan gejala atau dosa dari sebelas saudara atau dalam bahasa umumnya merupakan nafsu, Sehingga dari adanya penyucian tersebut diharapkan seseorang yang</p>

	<p><i>atau negatif yang negatif yang terdapat di dalam tubuh kita karena di dalam tubuh kita ini ada yang disebut atom berjiwa jadi disitu hubungannya dengan Toyo purwitosari (W2S1/289)</i></p>	<p><i>sudah jelas maka dari itu sujud itu sendiri juga akan menjadi manusia yang tanggap tanggap ing Sasmita karena sudah mengenali diri karena manusia telah diberi wasisyo atau</i></p>	<p>melakukan sujud mampu mengenali dan mengendalikan sebelas saudara.</p>
	<p><i>1. Nah itu kan memang harus dibersihkan lha pembersihan itu tergantung dari orang itu segigi apa untuk membersihkan dosanya membersihkan bolotnya itu tadi jadi itu yang membuat orang itu cepat bisa jujur Enak atau tidak. (WIS2/175)</i></p>	<p><i>bahasa Jawa Diberi Kuasa oleh Allah untuk mengatur hidup hidupnya di antara salah dan benar baik dan buruk itu terserah karena sudah manusia diberi Wahyu oleh yang mengaku Diberi Kuasa oleh yang maha kuasa kuasa untuk</i></p>	

	<p>2. <i>Toyo suci itu seruas demi seruas sampek masuk di terakhir di sini terus naik lagi ke otak kecil jemurin calaka. Kalau kau ini menuju pudak sinumpet disini berputar berputar naik membersihkan di dalam tubuh kita jadi disitulah adanya yang dinamakan atom berjiwa itu dari getaran tuyo yang suci itu yang manfaatnya luar biasa yang itu bisa untuk kekuatan kita mengobati menghilangkan virus-virus itu mengobati sakit dan menghilangkan</i></p>	<p><i>mengatur hidup hidupnya baik dan buruk manusia itu tergantung daripada yang mengendalikan atau sopirnya, yaitu itulah maka dari itu kalau kita selalu sujud yang sumeleh menyerahkan diri kepada yang maha kuasa di setelah dengan sendiri akan mendapatkan suatu petunjuk dan bimbingan dari Allah Yang Mahakuasa menjadi manusia yang tanggap Sasmito karena Allah Maha rohim. Allah tidak jauh dari</i></p>	
--	--	--	--

	<i>virus yaitu getaran-getaran suci-tuyo suci perwitosari yang membuat kita sehat. (W2S2/78)</i>	<i>kita, segala sesuatu yang kita lakukan Allah itu akan tahu. (W11/193)</i>	
--	--	--	--

f. Mengendalikan Saudara 11

No	Pernyataan subjek	Pernyataan Tuntunan	Kesimpulan
	<i>1. bagaimana cara manambah kita dengan dengan Rohani yaitu adalah kita itu mengendalikan hawa nafsu yang terdapat di dalam jiwa raga kita itu Yang mana nafsu itu dikendalikan oleh rasa. Dengan</i>	<i>nah sebenarnya tidak mau yang dimandatkan oleh Tuhan itu sendiri yang ada tujuan itu adalah tidak ada lain yaitu] istilahnya mengarahkan saudara yang sebelah disini kalau di bahasa</i>	<i>Tujuan sujud didalam Sapta Dharma salah satunya adalah belajar mengenali serta mengendalikan saudara sebelas yang ada didalam diri masing-masing manusia. Setelah mampu</i>

	<p><i>cara bersujud itu tadi itu adalah kita meneliti atau merasakan keluarnya keluar masuknya nafas. Karena kalau manusia itu adalah manusia itu rasa yang kita kendalikan Jadi kita itu belajar.</i> (WISI/551)</p> <p>2. <i>Makane kita berat dalam menjalani ibadah ini kalau kita harus mengendalikan 11 nafsu yang bermacam-macam watak dan karakternya seperti itu.</i> (WISI/1222)</p>	<p><i>agama nafsu, yaitu saudara yang sebelah situ kalau di bahasa kita adalah yang disebut Permono, Endro, Bayu, Bromo, Nogo tahun, sukmo, jatingarang, mayangkoro, Sukmo kencono untuk mengarahkan saudara Ini ke arah tujuan yang yang baik dan benar. itulah maka disitulah mandat yang diberikan oleh tuhan kepada roh manusia atau yang mau suci itu sendiri itu ya maka dari itulah yang disebut sujud sujud asal mula manusia manusia ya maka dari itu</i></p>	<p>mengendalikan, kemudian para saudara ini diarahkan agar mampu untuk tujuan yang baik.</p>
--	--	--	--

	<p>3. jadi di dalam sebuah proses terjadi itu Tujuannya adalah untuk mengendalikan hawa nafsu yang terdapat di dalam jiwa manusia (WIS1/677)</p>	<p><i>sujud yang Sapto Darmo adalah sujud racut tuh mati. sujud asal manusia itu hakekatnya utuh untuk pengenalan diri secara individu individu mengenal hidupnya mengenali hidupnya itu mustahil kita bisa bertemu Tuhan bertemu</i></p>	
	<p>1. Jadi semua manusia yang sudah sujud harusnya seperti itu berwatak budi, pekerti luhur bisa Jejer Satrio Utomo ketemu semua saudara 11 saudara itu tadi dan bisa mengendalikan sebelas saudara. Mengendalikan sebelah saudara itu</p>	<p><i>yang maha kuasa yang tanpa didasari pengenalan diri secara individu yang inilah merupakan yang disebut Sejuta Cinta. (WII3/105)</i></p>	

	<p><i>berarti bisa mengendalikan hawa nafsu karena darah inilah yang mempunyai nafsu macam-macam dari saudara ini kalau yang maha suci otomatis dia karena dari percikan Sinar hyang Mahakuasa pasti. (W2S2/127)</i></p> <p><i>2. konsep untuk menuju Satrio Utomo itu kita harus mampu menundukkan 11 nafsu yang terjadi pada jagad pribadi kita kalau nafsunya di situ misalnya ada yang disebut namanya</i></p>		
--	--	--	--

	<i>itu kayak Sukmo Roso, sukmo Kencono, mayanggoro. (WIS2/63)</i>		
--	---	--	--

g. Diwejang

Subjek	Pernyataan subjek	Pernyataan Tuntunan	Kesimpulan
1	<i>1. Ketika cahaya itu jadi rasa kang dalam bahasa Jawanya itu wadag atau rogo diwejang roso, roso dijewang Cahyo, lan Cahyo diwejang hyang moho kuoso. (WIS1/569)</i>	<i>mendapatkan wejangan dari yang maha kuasa kuasa itu tidak jelas ya maka dari itu sujud hakikat atau dasarnya adalah mendekati diri memohon kepada yang maha kuasa agar diberikan petunjuk dan</i>	<i>Pernyataan subjek dan informan mengenai wejangan memiliki arti bahwa yang dimaksud wejangan merupakan sebuah petunjuk yang diberikan oleh yang maha kuasa. Wejangan sendiri merupakan sebuah bimbingan bagi para</i>

	<p>2. <i>sujud rohani yang sebenarnya yang ada dalam artian rasa tadi yang di yang di wejang dirasa tadi rasa yang diwejang oleh Yang Mahakuasa tadi jadi ketika sujud ke sujud penggalan itu adalah sujud yang sakral yang mana itu langsung Ditunjukkan oleh Yang Maha Kuasa, Bagaimana Sebuah sujud yang benar secara rohani dan itu yang di Bimbing langsung Yang Mahakuasa sendiri.(WIS1/970)</i></p>	<p><i>bimbingan, yaitu kembali mampu mengenali dirinya secara individu secara individu itu tadi ada yang kita sebut saudara yang 11 itu. Nah itu pengenalan diri nah diantara saudara yang sebelas itu mempunyai sifat dan watak yang berbeda-beda itu kita kenali Iya karena telah mendapatkan petunjuk dan bimbingan dari yang kuat Bagaimana sifat-sifat dan sikapnya yang maka dengan</i></p>	<p>individu dalam mengenali diri dan sebelas saudaranya.</p>
<p>2</p>	<p>1. <i>kalau kita bisa keluar mengeluarkan yang moho suci itu</i></p>	<p><i>demikian saudara 11 itu memang sudah merupakan kodrat dari</i></p>	

	<p><i>yang mau sucinya bisa sujud dan bisa sampai di situ lah kita bisa nanti diwejang langsung itu dipegang langsung oleh Yang Mahakuasa menjadi setiap orang tidak sama ilmunya, pengertiannya tidak sama, Tapi pada dasarnya ini ini Tahapan yang harus dilewati.</i></p> <p><i>(WIS2/132)</i></p>	<p><i>Tuhan yang tidak bisa terpisahkan selama kita masih ada di duni dunia. maka dari itu sujud hakekatnya kita supaya bisa mengenali saudara 11 itu iya bahasa agama yang disebut nafsu sifatnya Permono itu gimana sifatnya Sumber Kencono itu bagaimana ya Bromo itu bagaimana yang kita ya ya Bayu itu bagaimana yang itu itu kita kenali. suatu contoh saja, Mengapa orang itu senang berbuat zina itu saudara siapa</i></p>	
--	---	--	--

		<p><i>yang bergejolak kan itu kalau kita kenal kita memohon kepada yang maha kuasa supaya saudaranya yang bergejolak itu ya akan menjadi lereem dan tidak terkecualli karena kita sudah kenal Ini saudara kita yang akan bergejolak jika memohon kepada yang maha kuasa sehingga terkenal terkendali. (W113/214)</i></p>	
--	--	--	--

h. Pembelajaran

Subjek	Pernyataan subjek	Pernyataan Tuntunan	Kesimpulan
1	<p><i>1. tentang sebuah proses sujud itu semua orang di dalam proses sujud ini disini adalah proses pembelajaran, Apa artinya? proses pembelajaran menuju pada sesuatu yang terbaik sesuatu kebaikan. jadi di dalam sebuah proses terjadi itu Tujuannya adalah untuk mengendalikan hawa nafsu yang terdapat di dalam jiwa manusia. (WISI/672)</i></p>	<p><i>Memang itu juga ada proses kita untuk belajar sekaligus untuk penyucian itu yang bagaimana yang dimaksud apa fisik maupun cara memang sujud itu adalah merupakan proses penyucian diri juga sujud itu menangkal segala sesuatu yang berbentuk negatif. sujud itu sendiri menangkal segala bentuk penyakit itu</i></p>	<p>Tujuan lain dari persujudan adalah proses pembelajaran. Pembelajaran didalam persujudan merupakan proses pembelajaran agar mampu mengenali, mengendalikan, dan mengarahkan sebelas saudara yang terdapat didalam diri manusia. Selain itu dalam melakukan sujud merupapak ngunduh wohing apakartining roso yang tidak lain</p>

	<p>2. <i>sujud penggalian itu adalah sujud peningkatan kualitas rohani yang mana itu bener-bener sujud. Yang didasari dengan ini “ngunduh wohing pakarti Neng Roso” jadi-jadi ketika di Sujud penggalian itu adalah sujud yang sangat sakral yang mana memang sujud itu bener-bener kita totalitas bener-bener kita Melakukan hal ritual yang sangat mendalam. (WIS1/962)</i></p>	<p><i>sudah jelas maka dari itu sujud itu sendiri juga akan menjadi manusia yang tanggap tanggap ing Sasmita karena sudah mengenali diri karena manusia telah diberi wasisyo atau bahasa Jawa Diberi Kuasa oleh Allah untuk mengatur hidup hidupnya di antara salah dan benar baik dan buruk itu terserah karena sudah manusia diberi Wahyu oleh yang mengaku Diberi Kuasa oleh</i></p>	<p>memiliki arti memetik buah hasil perbuatan yang dilakukan oleh manusia.</p>
--	---	---	--

	<p>3. <i>kita merasakan seluruh badan itu akan sakit bila rasa sakit itu lah yang akan menimbulkan rasa bahwa kita mengingat tuh ya tadi tadi siang saya melakukan kesalahan ternyata badan saya menjadi sakit semua kayak gini gitu jadi gitu maksudnya ngunduh wohing pakarti roso gitu. (W2S1/108)</i></p>	<p><i>yang maha kuasa kuasa untuk mengatur hidup hidupnya baik dan buruk manusia itu tergantung daripada yang mengendalikan atau sopirnya, yaitu itulah maka dari itu kalau kita selalu sujud yang sumeleh menyerahkan diri kepada yang maha kuasa di setelah dengan sendiri akan mendapatkan</i></p>	
<p>2</p>	<p>1. <i>yang dikatakan berhasil tidak ada karena kita selalu belajar setiap hari selalu belajar. Kenapa kok belajar manusia itu setiap hari</i></p>	<p><i>suatu petunjuk dan bimbingan dari Allah Yang Mahakuasa menjadi manusia yang tanggap Sasmito karena Allah Maha</i></p>	

	<p><i>melakukan kesalahan setiap hari melakukan kesalahan baik itu kata-kata kalau menurut kita kita tidak salah bicara agak keras dikit sudah berdosa sudah salah. (WIS2/98)</i></p>	<p><i>rohim. Allah tidak jauh dari kita, segala sesuatu yang kita lakukan Allah itu akan tahu. (W113/193)</i></p>	
--	---	---	--

i. penggalian

Subjek	Pernyataan subjek	Pernyataan Tuntunan	Kesimpulan
1	<p><i>1. sujud penggalian itu adalah sujud peningkatan kualitas rohani yang mana itu benar-bener sujud. Yang didasari</i></p>	<p><i>triwikromo adalah telu telu Neng atunggal nyawiji antara nuroso nurbuat Nurcahyo itu yang disebut sujud asal mula mana dia</i></p>	<p>Sujud penggalian merupakan sebuah proses khusus yang didalam ajaran <i>Sapta Dharma</i> yang mana dilakukan untuk lebih</p>

	<p>dengan ini “ngunduh wohing pakarti Neng Roso” (WIS1/962)</p> <p>2. kita sebagai sebagai pemeluk Ajaran sapta dharma karena kewajiban sebagai seorang warga itu adalah 1 sujud, 2 sanggaran, dan 3 Penggalian. (WIS1/942)</p> <p>3. sujud penggalian itu adalah sujud yang sakral yang mana itu langsung Ditunjukkan oleh Yang Maha Kuasa, Bagaimana Sebuah sujud yang benar secara rohani</p>	<p>maka di situlah ada suatu proses yang terjadi bila itulah tidak bisa diceritakan secara apa itu Ya itu merupakan dasar untuk penggalian itu ada suatu kedamaian yang terjadi itulah yang disebut Tritunggal telur-telurnya atunggal nyawiji itulah awal manusia menerima mandat dari itu Tuhan. (WII3/77)</p>	<p>mengenali saudara sebelas serta mendalami ajaran yang ada didalam Sapta Dharma.</p>
--	--	--	--

	<p><i>dan itu yang di Bimbing langsung Yang Mahakuasa sendiri. (WIS1/972)</i></p>		
2	<p><i>1. penggalian itu adalah pembuktian ajaran ini biasanya diadakan di sanggar itu mungkin satu tahun dua kali atau sekali seperti itu. (WIS2/140)</i></p> <p><i>2. kalau penggalian itu ditentukan waktu ditentukan dan harinya kita ditentukan pesertanya ditentukan dan harus dijalankan ya di sanggar tidak di rumah. (WIS2/581)</i></p>		

j. *Racut*

Subjek	Pernyataan subjek	Pernyataan Tuntunan	Kesimpulan
1	<p><i>1. racut itu sendiri manusia atau roh Suci manusia itu sendiri sang manusia asal atau individu itu sendiri ditentukan oleh Yang Maha Kuasa untuk mengetahui alam surge. Lha itu bukan hal yang mudah, Belum tentu warga itu mampu mencapai ke arah sana karena itu adalah dataran tertinggi. Jadi dalam bahasa Jawa itu ngerti Urip sajroning pati jadi dia</i></p>	<p><i>Wahyu racut itu adalah merupakan tata cara manusia mengetahui alam langgeng atau bahasa-bahasa umumnya adalah alam akhirat. (WII3/33)</i></p> <p><i>itu sujud yang Sapto Darmo adalah sujud racut tuh mati. sujud asal manusia itu hakekatnya utuh untuk pengenalan diri secara individu individu mengenal</i></p>	<p>Wahtu <i>Racut</i> diyakini sebagai tata cara manusia atau kemampuan manusia atas izin yang maha kuasa untuk mengetahui alam langgeng atau dalam bahasa populernya biasanya disebut dengan alam surge. <i>Racut</i> memiliki definisi terpisahnya roh dari jasad atau tubuh. Selain untuk mengetahui alam langgeng, <i>racut</i> sendiri juga</p>

	<p><i>sebenarnya hidup tapi dia sudah paham ngerti dan tahu akan kematian lha itu tidak bisa dirasional. (WIS1/1044)</i></p>	<p><i>hidupnya mengenali hidupnya itu mustahil kita bisa bertemu Tuhan bertemu yang maha kuasa yang tanpa didasari pengenalan diri secara individu yang inilah merupakan yang disebut Sejuta Cinta. (WII3/113)</i></p>	<p>sebagai pengenalan diri beserta kehidupan.</p>
2	<p>1. <i>pisahnya Roh dengan jasmani Prosesnya orang rajut itu tidak mudah Tidak semua orang bisa rajut, tapi kita harus bisa jadi belajar sujud itu yang bisa kita sampai ke tataran racut. rajut Itupisahnya roh dengan dan arahnya ke mana arahnya menghadap pada Yang Maha Kuasa nah tentang perjalanan racut itu sendiri rohnya</i></p>		

	<p><i>itu kan keluar lewat ubun-ubun dan di sana setiap orang tidak sama hasilnya yang didapat dari racut iku Neng kunu iku opo wae itu nggak sama dan itu rahasia tapi yang jelas itu membuktikan bahwa Allah itu ada rajut itu bahwa Allah itu ada dan roh kita bisa keluar dari raga kita yang namanya racut dalam tempo berapa Jam berapa menit berapa itu tergantung dari yang maha kuasa dan bergantung dari perjalanan Kita diwejang pada saat racut itu, dan isinya</i></p>		
--	---	--	--

	<p><i>racut itu rahasia tidak boleh diceritakan karena setiap manusia tidak sama-sama kita pakartine dewe-dewe. (W2S2/12)</i></p> <p>2. <i>Saya pernah racut, Isinya intinya itu seperti apa ya itu tadi perjalanan Roh perjalanan ke membuktikan bahwa Yang maha kuasa itu ada dan manusia mati kelak itu seperti apa itu tanpa kita sadari tanpa kita minta kita mengerti Tak bisa di rekayasa</i></p>		
--	--	--	--

	<i>istilahnya itu mengalir dengan sendirinya. (W2S2/31)</i>		
--	---	--	--

k. Manunggal kawulo lan gusti

Subjek	Pernyataan subjek	Pernyataan Tuntunan	Kesimpulan
1	<i>1. Manunggaling kawulo Gusti itu berarti ketika kita mampu menyatu antara zat apa ya antara rohnya manusia katakan percikkan sinar Yang sudah diberikan oleh kepada yang maha kuasa ke manusia kepada sang Maha Pencipta jadi ketika kita Manunggaling kawulo Gusti itu</i>	<i>setelah kepala kita kita letakkan di kain mori itu tadi dia maka di situlah yang disebut triwikromo Apa arti triwikromo adalah telu telu Neng atunggal nyawiji antara nuroso nurbuat Nurcahyo itu yang disebut sujud asal mula mana dia maka di situlah ada suatu proses</i>	<i>Konsep manunggal kawulo gusti merupakan konsep yang disebut dengan triwikromo. Triwikromo adalah bersatunya antara tiga hal yaitu : nurbuat, nuruso, dan nurcahyo yang merupakan asal muasal terciptanya manusia. Hal tersebut diyakini ddapatkan</i>

	<i>berarti kita mampu berhubungan dengan yang maha kuasa bukan fisik kita yang berhubungan (W2S1/239)</i>	<i>yang terjadi bila itulah tidak bisa diceritakan secara apa itu Ya itu merupakan dasar untuk</i>	melalui proses persujudan asal muasal manusia.
2	<i>1. kita bisa sujud sasinar dengan yang Mahakuasa Sinar kita (roh) kita itu bisa Manunggal antarane kawulo Lan Gusti. disitu jadi kalau kita sudah bisa berhadapan langsung dengan yang Mahakuasa mana mungkin kita akan menjadi orang-orang yang Katakanlah punya pribadi yang baik jelas itu tidak akan Mungkin. (W1S2/79)</i>	<i>penggalian itu ada suatu kedamaian yang terjadi itulah yang disebut Tritunggal telur-telurnya atunggal nyawiji itulah awal manusia menerima mandat dari itu Tuhan. (W1I3/76)</i>	

	<p>2. Kalau kita sudah manunggal, sudah bisa berhadapan langsung dengan yang maha kuasa kita bisa menunduk langsung di depan cahaya besar di dunia</p> <p>Apa yang nggak mungkin di dunia ini?. (WIS2/759)</p>		
--	--	--	--

1. Satrio utomo

Subjek	Pernyataan subjek	Pernyataan Tuntunan	Kesimpulan
1	<p>1. saudara itu kita kendalikan agar dia mempunyai jiwa ksatria atau yang dalam bahasa Jawa itu dia</p>	<p>mencapai Satrio Utomo itu apa yang disebut Satrio Utomo itu adalah sifat-sifat yang luhur</p>	<p>Dalam ajaran Sapta Dharma terdapat sebuah hal yang disebut dengan Satrio Utomo. Satrio</p>

	<p><i>punya sifat Adi Luhung Kang nduweni jiwa Satrio Utomo. Satrio utomo sendiri pengertiannya adalah manusia yang berbudi luhur manusia yang baik dan bijaksana mungkin seperti itu penjelasan dari saya. (WISI/912)</i></p> <p>2. <i>Jejer satrio Utama itu adalah manusia yang yang berbudi luhur manusia yang mempunyai perilaku yang baik atau yang punya perilaku yang mulia. Jadi segala</i></p>	<p><i>maka dari itu pada dasarnya untuk menjadi Satrio Utomo itu tidak ada lain dasarnya itu adalah sujud sumeleh ya itu tadi mengenali diri secara individu kita kembali lagi mengenali saudara itu sehingga bisa mengarahkan saudara yang 11 itu yang kalau bahasa agama lain disebut nafsu yang 11 itu ke arah tujuan yang baik dan benar. itulah termasuk yang disebut Satrio Utomo itu adalah ya kita sudah</i></p>	<p><i>Utomo jika diambil berdasarkan dari pernyataan subjek dan informan adalah sebuah hal yang akan didapat ketika seorang individu mampu melakukan dan memiliki efek pada kehidupannya. Secara umum satrio utomo digambarkan memiliki watak welas asih, tidak membenci, luhur, dan sumeleh pada semua makhluk hidup. Selain ketiga hal tersebut, mereka telah mampu untuk memahami serta mengendalikan</i></p>
--	--	--	--

	<p><i>sifat tindakan perbuatan itu didasari dengan sesuatu yang baik jadi ucapan yang baik perilaku yang baik tata kehidupan yang baik itu yang disebut Satrio Utomo karena yang manusia yang berwatak Mulia lho Mas itu yang disebut Satrio Utomo jadi orang yang bijaksana orang yang lemah lembut orang yang mampu menghargai orang lain dan sebagainya Itu yang disebut manusia yang Satrio Utomo. (W2S1/9)</i></p>	<p><i>mengenal diri kita secara individu itu siapa ya roh itulah cahaya Anda. (W1I3/269)</i></p> <p><i>di dalam jagad pribadi manusia roh anda itu yang menerima suatu mandat dari itu Tuhan maka dari itu kalau sudah yang mau jadi kita tuh yang berfungsi anda sudah mampu mengembala daripada Saudara atau nafsu. Katakanlah gitu mengembala saudara yang ada di jagat pribadi anda ya ke arah tujuan yang baik dan benar</i></p>	<p>sebelas saudaranya yang berupa nafsu-nafsu yang berada dalam jagad pribadinya.</p>
--	---	---	---

<p>2</p>	<p>1. <i>lah kalau sudah dipimpin sudah bisa sudah bisa menembak bisa sujud di sinilah akan Terbentuk Satrio Utomo, wanita Utomo yang berbudi pekerti luhur dengan sendirinya manusia itu terbimbing untuk menjadi orang yang baik. karena apa?, kita bisa sujud sasinar dengan yang Mahakuasa Sinar kita (roh) kita itu bisa Manunggal antarane kawulo Lan Gusti. disitu jadi kalau kita sudah bisa berhadapan langsung dengan yang Mahakuasa mana mungkin</i></p>	<p><i>itulah wujud daripada Satrio Utomo, Utomo yang mempunyai sifat inilah maka dengan demikian kita sebagai warga Sapto Darmo tidak diperkenankan membedakan di antara satu dengan yang lain karena orientasinya warga sebagai seorang pelajar ini bahwa manusia di muka bumi di bawah langit ini dikodratkan oleh Tuhan dengan unsur yang sah yaitu kalau pitutur Luhur itu sedulur papat lima Pancer. satu pasal dari tanah 2 dari api 3 air 4</i></p>	
-----------------	---	--	--

	<p><i>kita akan menjadi orang-orang yang Katakanlah punya pribadi yang baik. (WIS2/72)</i></p> <p>2. <i>satrio Utomo itu adalah watak kita bisa menjadi Satrio Utomo apabila rohani saudara kita yang mau suci itu bisa mengasuh bisa membimbing bisa mendidik 11 saudara ini tadi jadi 11 saudara. Ini yang pastinya pada saat kita ingin sujud dia itu menghalang-halangi supaya tidak patuh lah ini</i></p>	<p><i>howo udara 1 cahaya Tuhan. Urip itu tidak ada di antara 1 unsur dari 5 ini manusia tidak jangankan manusia hewan pun tidak akan mungkin bisa. itu manusia di muka bumi di bawah langit ini unturnya sa sama, tidak diperkenankan membeda-bedakan di antara satu dengan yang lain lainnya nanti pada saatnya kembalinya adalah sa sama yang dari tanah yang menyatu ke tanah dari artinya tetapi Mengapa macam bedakan di antara satu</i></p>	
--	--	--	--

	<p><i>tugasnya yang mau suci itu membimbing saudaranya untuk ingat akan kewajiban kita menghadap pada Yang Maha Kuasa ngabekti sujud itu tadi lah kalau kita sudah bisa Membina dan kita bisa sujud dan kita mempunyai budi pekerti luhur nah disitu itu nanti bisa Jajar satriotomo sifat kita tingkah laku kita adalah manusia yang berbudi pekerti luhur. (W2S2/94)</i></p>	<p><i>dengan yang lainnya sebagai warga, tidak diperkenankan maka dari itu apa yang disebut Jawa itu bukan Jawa suku bukan bukan Jawa etnis Jawa pernah ngerti marang Urip Urip Urip iku rasane opo. inilah sehingga kita tidak mempunyai rasa apa rasa benci kepada sesama makhluk hidup. Maka itulah wujud dalam suatu kedamaian kedamaian. (W1I3/283)</i></p>	
--	--	--	--

m. Saudara sebelas

Subjek	Pernyataan subjek	Pernyataan Tuntunan	Kesimpulan
1	<p>1. <i>sebenarnya nafsu itu ada ada 11 unsur yang itu mempunyai sifat mempunyai tugas dan watak yang berbeda-beda. (W2S1/44)</i></p> <p>2. <i>disebut nafsu 11 tadi dan itu ada nanya namanya semua nafsu sebelah situ lah konsep untuk menuju Satrio Utomo itu kita harus mampu menundukkan 11 nafsu yang terjadi pada jagad pribadi kita</i></p>	<p><i>saudara yang sebelah disini kalau di bahasa agama nafsu, yaitu saudara yang sebelah situ kalau di bahasa kita adalah yang disebut Permono, Endro, Bayu, Bromo, Nogo tahun, sukmo, jatingarang, mayangkoro, Sukmo kencono untuk mengarahkan saudara Ini ke arah tujuan yang yang baik dan benar. (W113/107)</i></p>	<p>Saudara sebelas atau yang biasa disebut dengan nafsu diyakini sebagai sebuah mandat yang diberikan oleh yang maha kuasa agar dikendalikan dan dibimbing.</p> <p>Saudara yang berjumlah sebelas memiliki watak yang berbeda antara satu sama lain sehingga perlunya manusia untuk mengendalikannya.</p>

	<p><i>kalau nafsunya di situ misalnya ada yang disebut namanya itu kayak Sukmo Roso, sukmo Kencono, mayangkoro. itu saya salah satunya aja gandarawa raja itu nafsu nafsu yang terdapat di dalam jaga pribadi kita ketika kita mau ke satrio utomo kita harus bisa mampu menundukkan 11 nafsu itu jadi di sini ada pengertian ada telu telune atunggal, Limo Limo ATunggal pitu-pitu Atunggal, songo-songone aTanggal, dan sewalas-welase atunggal baru kita akan mencapai</i></p>		
--	--	--	--

	<p><i>dua belas yang disebut jejer Satrio Utomo (W2S1/62)</i></p>		
2	<p><i>1. waskita semua saudara 11 itu</i></p> <p><i>Waskito pinter Sakti semua Hampir semuanya seperti itu, habis itu yang di pundak kanan kiri ya ada gandarwarojo ada jatingarang,</i></p> <p><i>Terus di payudara kanan kiri ada indro dan Ayu, Terus yang ada di kejar Ulu hati itu bromo saudara yang namanya Promo, terus bawahnya lagi di pusar itu namanya mayanggoro. Terus dibawanya lagi ada di belakang</i></p>		

	<p><i>bawah belakang itu namanya kencono, kencono itu lingkupnya dari bawah ini badugan sampai tulang ekor lingkupnya di situ nonton karena itu biasanya nafsu birahi, katanya terus di punggung diatas di tengkuk ini namanya sukmonogo nogo tahun terus di tangan itu laki-laki lihat terus di lempeng kanan kiri kanan kiri itu sukmaroso di sebelah semuanya 12 sama yang moho suci. cuman kayak mayangkoro itu rakus suka makan itu ya karena di perut tempatnya,</i></p>		
--	--	--	--

	<p><i>promo itu gampang muring- muring, kalau Indra itu males ngantukan kan, kalau Bayu itu biasanya orangnya orangnya sifatnya ini apa sih Apa ya Mas lagi, sifat ayu Mengada-ada membualah kayak apa gitu ya masing-masing itu beda-beda sifatnya tapi rupane podo. Seperti kayak tadi saya bilang bromo kan muring-muring and ya itu penyakitnya darah tinggi. (W2S2/47)</i></p>		
--	---	--	--

n. kawaskitaan

Subjek	Pernyataan subjek	Pernyataan Tuntunan	Kesimpulan
1	<p><i>1. orang Sapta Darma itu diberi yang disebut Radar kewaspadaan keadaan itu kita diberi petunjuk oleh Yang Maha Kuasa untuk mengetahui sesuatu misalnya nanti akan ada terjadi sesuatu yang tidak mengenakan misalnya ada saudara yang akan meninggal misalnya itu ada tanda ada tanda bahwa ini ternyata ada ada sesuatu yang tidak baik. Yang</i></p>	<p><i>Kawaskitaan itu adalah yang disebut wasiat maka dari itu manusia sebenarnya sudah diberikan Kawaskitaan, diberikan oleh Yang Mahakuasa ini tinggal kita yang belum mampu Dan kalau kita sudah mampu mengenali diri kita secara individu atau mengenali saudara 11 itu tadi maka dengan sendirinya kita bisa membacasi kap orang yang disebut</i></p>	<p>Dari data yang diperoleh, kawaskitaan memiliki definisi bahwa ketika seorang yang mendalami sujud merasa dapat merasakan sesuatu yang ada didalam dirinya maupun dilingkungan sekitarnya Waskito meliputi : <i>waskithaning Roso, waskitaning Pagondo, pangucap, pangroso, dan pangrungu.</i> Mengetahui disini memiliki</p>

	<p><i>akan terjadi hal itu diberi diberi tanda oleh Yang Mahakuasa itu yang berat yang disebut di Radar kewaspadaan tadi itu akan yang yang bisa dikajih itu adalah rasa rasa mana yang muncul begitu jadi nanti kalau itu memang agak mendalam ya kita karena itu tidak bisa di rasional susah juga kita jabarkan ya tapi intinya cuman kita jadi misalnya kita akan mendapatkan rezeki gitu misalnya itu ada tanda bawah ini pasti akan dapat rezeki kita itu tahu kalau</i></p>	<p><i>Waskita. itu ya ya ini orang ini kalau begini sifatnya berarti saudaranya yang bekerja Lah ini kan kita sudah tahu yang sombong nih siapa yang akan tahu maka dari itu ada yang di mana Di situ ada lima unsur yang disebut Waskito itu ya waskithaning Roso, waskitaning Pagondo, pangucap, pangroso, dan pangrungu. semua manusia sudah diberi oleh Tuhan oleh Yang Maha Kuasa tapi tinggal manusianya yang menggunakan bahan itu sendiri</i></p>	<p>contoh seperti dapat mengetahui mengapa seseorang berbuat baik, dan mengapa berbuat sesuatu yang negative. Selain hal tersebut, seseorang yang memiliki waskito diyakini mampu merasakan kedamaian.</p>
--	--	---	--

	<p><i>kita mau mau dapat rezeki kita akan mendapatkan kesenangan itu. (W2S1/210)</i></p>	<p><i>kalau kita sudah mampu mengenali diri kita secara individu maka dengan sendirinya</i></p>	
		<p><i>Tuhan akan memberikan suatu mukjizat nya makan tahu sebagai pengalaman kami saya bukan menyatakan kesombongan dalam hal ini kita Sebelum karena tugas kita itu juga sebagai staff tuntunan Kabupaten juga sebagai tugas pangrukti layon di situ segala sesuatunya sebelum terjadi itu kita sedih sudah diberitahu akan tahu itu kenyataan yang terjadi yang</i></p>	

		<p><i>kita alami pada saat itu kita ada saudara kita yang meninggal di situ nanti di sini ya kurang satu minggu sudah diberi tahu itu kenyataan yang terjadi memang tidak semudah ya yang menghayati ajaran ini, tapi dasarnya hanyalah suatu keikhlasan sumeleh Iya sehingga terjadilah kalau sudah kita mengenal diri kita atau mengenal saudara setelah itu maka hidup akan mendapatkan sesuatu Kedamaian. (W113/239)</i></p>	
--	--	--	--

o. Manembah

Subjek	Pernyataan subjek	Pernyataan Tuntunan	Kesimpulan
1	<p><i>1. cara Bagaimana orang itu bisa Manembah kepada yang maha kuasa. lha disini adalah proses proses itu adalah hubungan antara manusia dengan yang maha kuasa. lha didalam hal ini, sujud itu memang adalah sujud rasa di dalam sapta dharma. karena manusia itu terdiri dari 2 unsur antara jasmani dan rohani.(WIS1/508)</i></p>	<p><i>disebut sujud asal mula manusia sujud Kawitan manu manungso. maka dari itu dalam proses sujud itu sendiri adalah wadah digerakkan oleh rasa rasa diwejang oleh cahaya dan cahaya diwejang oleh Yang Mahakuasa. (WII3/44)</i></p>	<p>Persujudan merupakan cara beribadah atau <i>manembah</i> kepada yang maha kuasa didalam ajaran <i>Sapta Dharma</i>. Selain itu persujudan merupakan sujud rohani yang digerakkan oleh rasa yang ada didalam tubuh pada saat melakukan persujudan.</p>

	<p>2. <i>kalau di dalam ajaran ini ada yang disebut itu tentang sujud atau tentang menyembah kepada yang maha kuasa itu sebenarnya konsepnya sangat mendalam Mas kalau kita kita kaji tentang Satrio Utomo Satrio Utomo itu adalah manusia yang mampu yang di dalam konsep Manembahnya atau di dalam konsep sujud Iya mencapai Satria Utama itu adalah proses sujud Mas itu sebenarnya.</i></p> <p><i>(W2S1/34)</i></p>		
--	---	--	--

<p>2</p>	<p>1. <i>sujud itu manembah dengan cara rohani. Cara rohani itu yang Sabar untuk menanti untuk merasakan getaran itu butuh kesabaran Betul, butuh kejujuran betul, kalau orang tidak jujur tidak akan bisa merasakan getaran-getaran dalam tubuh. (WIS2/41)</i></p> <p>2. <i>ya ini aja acaranya menyembah kepada yang maha kuasa secara cepat. sujud rohani sujud cahaya sinar kita yang badan ini terlalu kotor saya bisa bohong Ya saya juga</i></p>		
-----------------	---	--	--

	<p><i>suka makan kadang mungkin makanan tuh enggak halal, saya juga nggak tahu saya makan mau makan tapi kalau roh kita akan setia sama kita. (WIS2/1028)</i></p>		
--	---	--	--

2. Apa efek secara psikologis yang ditimbulkan pada saat dan setelah melakukan aktivitas meditasi ?

a. Ikhlas

Subjek	Pernyataan subjek	Pernyataan Informan	Kesimpulan
1	<p><i>1. jadi kita dalam bermasyarakat kita mempunyai jiwa toleransi saling menolong mempunyai Welas Asih terhadap sama saling menghormati manusia satu dengan yang lain atau kalau misalnya kita berada di dalam ajaran yang berbeda kita mampu duduk bersama kita mampu saling menghormati bahwa kita</i></p>	<p><i>Ya memang begitu kadang ada rasa kwawatir was-was dan juga ragu2 namun sekarang percaya diri bahwa hidup dan kehidupan ini sudah ada yg mengatur dgn sedemikian rupa yg penting kita bersandar kepada yg maha kuasa.</i></p> <p><i>(WIII/43)</i></p>	<p>Berdasarkan dari data beserta keterangan yang diperoleh, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa subjek 1 merasa lebih bisa menerima dan ikhlas terhadap sesuatu yang ada dalam kehidupannya baik setelah melakukan sujud dan mendalami persujudan.</p>

	<p><i>mempunyai Kepercayaan dan keyakinan yang berbeda.</i></p> <p><i>(W2S1/23)</i></p>		
2	<p>1. <i>tapi begitu saya sujud saya nggak pernah merasa ragu ndak pernah khawatir tidak perasa was was, engko mene aku yopo Aku di cita-cita dikarepke yo opo yo ndak ada! dirimu ikhlas ayem Tentrem ndak bingung bingung</i></p> <p><i>(W1S2/814)</i></p> <p>2. <i>Jadi kita itu berdarma tidak menunjuk menunjukkan jadi kita</i></p>	<p><i>Ya seperti yg saya katakan sebelumnya. Beliau dalam menjalani kehidupannya. Selalu berusaha ikhlas. Nerimo dan bersyukur. Atas apa yg di anugrahkan tuhan. Baik berupa. Kesehatan. Rejeki. Dll. (W1I2/90)</i></p>	<p>Subjek 2 merasakan dapat menerima, damai, dan ikhlas dalam melakukan kebaikan tanpa pamrih, dan disini subjek 2 merasa mendapatkan perubahan yang signifikan sebelum dan sesudah mendalami persujudan.</p>

	<p><i>berbuat memohon kepada yang maha kuasa dengan sepenuh hati dengan suatu keikhlasan tanpa pamrih tanpa pamrih nggak perlu kita itu dipuji Orang. dan kita inginnya berbuat baik ya itu ya sumunar pinda baskoro Di mana saja terjadi pada kondisi seperti ini kita terpanggil dengan sendirinya Ayo bersama-sama jadi kita nggak usah khawatir dan ragu-ragu ya (WIS2/465)</i></p>		
--	---	--	--

	<p>3. <i>karena itu memang modal dasar dasar orang iku kudu sumeleh Semara Pasrah enggak berharap yang aneh-aneh, tapi kita merasa itu adalah kewajiban kita sebagai manusia ciptaanNya. kita harus menambah marang yang menciptakan kita itu jadi nggak onok pikiran opo Aku kepingin pinter dan lain sebagainya yang langsung yang maha kuasa dan sebagainya ndak ada yang ada kita adalah kewajiban kita nanti kalau kita</i></p>		
--	--	--	--

	<p><i>memang Pak artinya bagus yang maha kuasa itu sendiri sudah memberi apa yang memang kita harus dapatkan Wis jatahe gitu loh jadi setiap orang juga nggak sama jatahnya. (W2S2/195)</i></p>		
<p>Kesimpulan : Berdasarkan hasil dari data wawancara kedua subjek dan data wawancara informan, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa subjek 1 dan 2 setelah melakukan sujud dan mendalami persujudan merasa bahwa kedua subjek merasa lebih dapat menerima terhadap sesuatu hal yang terjadi dalam kehidupannya baik dalam konteks diri pribadi, keluarga, masyarakat, maupun dalam perekonomian dibandingkan dengan sebelum dan mendalami aktivitas persujudan. Selain itu subjek merasa ikhlas dalam melakukan kebaikan tanpa memikirkan apa yang akan mereka peroleh. Dalam temuan lainnya diperoleh bahwa intensitas munculnya perasaan tersebut memiliki perbedaan antara subjek 1 dengan subjek 2. Pada subjek 1 hanya sekali muncul data yang menunjukkan perasaan tersebut, sedangkan pada subjek 2 ditemukan sebanyak 3 kali perasaan tersebut muncul.</p>			

b. Mengendalikan Emosi dan Perilaku Negatif

Subjek	Pernyataan subjek	Pernyataan Informan	Kesimpulan
1	<p><i>1. bagaimana cara manambah kita dengan dengan Rohani yaitu adalah kita itu mengendalikan hawa nafsu yang terdapat di dalam jiwa raga kita itu Yang mana nafsu itu dikendalikan oleh rasa. Dengan cara bersujud itu tadi itu adalah kita meneliti atau merasakan keluarnya keluar masuknya nafas. Karena kalau</i></p>	<p><i>Di antaranya adalah perubahan perilaku dari yg dulunya pemarah sekarang menjadi penyabar yg dulu suka emosi sekarang mampu mengontrol juga berubah menjadi pemaaf. (WIII/35)</i></p>	<p>Subjek 1 merasa dapat lebih mengendalikan emosinya dibandingkan sebelumnya. Dalam hal ini subjek 1 sebelum melakukan persujudan diketahui seringkali belum mampu mengendalikan amarah dan perilakunya. Sedangkan ketika telah melakukan sujud dan mendalami persujudan, subjek menunjukkan perubahan pada emosi dan perilakunya. Data tersebut diperoleh</p>

	<p><i>manusia itu adalah manusia itu rasa yang kita kendalikan Jadi kita itu belajar. (WIS1/551)</i></p> <p>2. <i>Makane kita berat dalam menjalani ibadah ini kalau kita harus mengendalikan 11 nafsu yang bermacam-macam watak dan karakternya seperti itu. (WIS1/1222)</i></p> <p>3. <i>jadi di dalam sebuah proses terjadi itu Tujuannya adalah untuk mengendalikan hawa</i></p>		<p>melalui wawancara dengan informan yang tidak lain merupakan istri subjek.</p>
--	--	--	--

	<p><i>nafsu yang terdapat di dalam jiwa manusia (WIS1/677)</i></p> <p>4. <i>Jadi fungsi sujud itu mengendalikan hawa nafsu untuk Manusia itu berbuat baik atau perbuatan Luhur tidak keluar dari rel aturan main di dalam sebuah kehidupan. Jadi mungkin kalau dalam bahasa dulu dalam orang Jawa Itu ada yang disebut kalau orang Jawa Itu harus menghindari molimo : main, maling, madon, madat,</i></p>		
--	--	--	--

	<p><i>minum, dan sebagai seperti itu itu hanya sebagai pola pikir bagaimana kita harus menghindari sifat yang jelek harus berbuat baik. (WIS1/713)</i></p> <p>5. <i>lah di dalam sebuah sujud ini adalah proses untuk merubah perilaku yang kurang baik tetapi menjadi baik dengan prosesnya kita mengendalikan hawa nafsu itu tadi yang dikendalikan oleh rasa. yang rasanya dikendalikan oleh</i></p>		
--	---	--	--

	<p><i>cahaya itu tadi secara otomatis kita dibimbing oleh Yang Mahakuasa itu sendiri dari cahaya itu sendiri Begitu. (WIS1/731)</i></p>		
2	<p><i>1. Jadi semua manusia yang sudah sujud harusnya seperti itu berwatak budi, pekerti luhur bisa Jejer Satrio Utomo ketemu semua saudara 11 saudara itu tadi dan bisa mengendalikan sebelas saudara. Mengendalikan sebelah saudara itu berarti bisa mengendalikan hawa nafsu</i></p>	<p><i>Ya tenang. Dalam artian. Bisa mengontrol emosi. Dan untuk problem solving dalam hal apa pun. Beliau selalu bisa berfikir panjang. Tidak grusa grusu dalam ambil keputusan dan kesimpulan. (WII2/34)</i></p>	<p>Data yang ditemukan pada subjek 2 yaitu subjek merasa bahwa lebih dapat mengontrol emosi serta mampu untuk mempertimbangkan keputusan yang akan diambil dalam menjalani kehidupannya.</p>

	<p><i>karena darah inilah yang mempunyai nafsu macam-macam dari saudara ini kalau yang maha suci otomatis dia karena dari percikan Sinar hyang Mahakuasa pasti. (W2S2/127)</i></p>		
	<p>2. <i>konsep untuk menuju Satrio Utomo itu kita harus mampu menundukkan 11 nafsu yang terjadi pada jagad pribadi kita kalau nafsunya di situ misalnya ada yang disebut namanya itu</i></p>		

	<p><i>kayak Sukmo Roso, sukmo</i></p> <p><i>Kencono, mayangkoro.</i></p> <p><i>(WIS2/63)</i></p>		
<p>Kesimpulan : kedua subjek merasa bahwa diri mereka lebih dapat mengontrol emosi dan perilaku mereka dibandingkan sebelum mengenal dan melakukan persujudan. Hasil tersebut diperoleh berdasarkan data wawancara yang dilakukan terhadap kedua subjek serta wawancara yang dilakukan dengan informan subjek yang mana bertujuan untuk mencocokkan data wawancara subjek dengan data yang diperoleh melalui informan subjek. Temuan lain dalam data tersebut menunjukkan bahwa subjek 1 memiliki intensitas yang lebih banyak dibandingkan subjek 2.</p>			

c. Bahagia

Subjek	Pernyataan subjek	Pernyataan Informan	Kesimpulan
1	<p><i>1. Jadi kalau kita yang namanya kita sudah sujud itu yang kita temukan itu hanya ayam Tentrem, atau kebahagiaan. Karena apa? Nafsu yang terdapat di dalam jiwa raga kita sudah terkendali jadi sudah tidak apa ya tidak mengembara lagi nafsu itu tidak melonjak lagi karena kita sudah ditekan Oleh yang disebut rasa tadi yang</i></p>	<p><i>Yang saya maksud bawasannya beliau bahwa hidup ini kita haruslah selalu bersyukur karena dlm semua aspek kehidupan ini Tuhanlah yg menentukan manusia hanya menjalankan apa yg jadi kehendaknya. (WIII/49)</i></p>	<p>Subjek 1 merasa menemukan <i>ayem tentrem</i>, bahagia, dan yakin terhadap hidupnya. Selain itu subjek merasa selalu bersyukur atas segala sesuatu yang didapatkan karena meyakini bahwa tuhan yang menentukan kehidupan manusia. Hasil kesimpulan diperoleh berdasarkan data wawancara subjek serta wawancara informan subjek. Subjek juga merasa bahwa mendapatkan sebuah petunjuk atas apa yang akan</p>

	<p><i>sudah dibimbing oleh cahaya itu tadi jadi memang sangat sangat beda ini Mas, dari ketika Gimana saya sebelum sujud dan Gimana saya setelah sujud.</i></p> <p><i>(WIS1/794)</i></p> <p>2. <i>Yang akan terjadi hal itu diberi diberi tanda oleh Yang Mahakuasa itu yang berat yang disebut di Radar kewaspadaan tadi itu akan yang yang 304ias dikajih itu adalah rasa rasa mana yang muncul begitu jadi</i></p>		<p>terjadi menghampirinya, dalam hal ini subjek menyebut hal tersebut dengan nama “radar kewaspadaan” yang diyakini memberikan isyarat atas apa yang terjadi pada hidupnya termasuk kebahagiaan.</p>
--	---	--	--

	<p><i>nanti kalau itu memang agak mendalam ya kita karena itu tidak 305ias di rasional susah juga kita jabarkan ya tapi intinya cuman kita jadi misalnya kita akan mendapatkan rezeki gitu misalnya itu ada tanda bawah ini pasti akan dapat rezeki kita itu tahu kalau kita mau mau dapat rezeki kita akan mendapatkan kesenangan itu tahu diberi tanda orang yang ada tandanya. W2S1/219)</i></p>		
--	---	--	--

<p>2</p>	<p><i>1. Kemudian saya belajar sama suami saya kok Kok merasakan kebahagiaan rumah tangga ketentraman kecukupan ya? Bukan berarti kaya Ya. Tapi saya mau apa saja cukup belum rezeki itu betul-betul yang sudah mencukupi betul-betul luar biasa luar biasa luar biasa seperti itu dari situ Akhirnya saya rohani saya sudah terbimbing rohani (WIS2/736)</i></p>	<p><i>Kalau untuk menjalani kehidupan ya di jalan I saja karena beliau percaya hidup sudah ada yg mengatur. Termasuk dalam hal rejeki. Tapi tetap berusaha tentunya. (WII2/78)</i></p>	<p>Subjek 2 merasa mendapatkan kebahagiaan ketika telah melakukan dan mendalami persujudan, dimana kebahagiaan yang dirasakan antara lain kebahagiaan dalam berumah tangga serta dalam hal perekonomian. Subjek juga merasa bahwa merasa telah terbimbing secara rohani. Disamping itu, data yang diperoleh melalui informan menyatakan bahwa subjek 2 percaya akan kehidupannya dikarena meyakini bahwa kehidupan sudah ada yang mengatur.</p>
-----------------	---	--	---

Kesimpulan : kedua subjek menunjukkan sama-sama merasakan kebahagiaan walaupun kebahagiaan yang dimaksud memiliki perbedaan, subjek 1 merasa bahwa dirinya merasakan kenbahagiaan terhadap kehidupannya, sedangkan subjek 2 merasa kebahagiaan dalam hal berumah tangga mupun dalam hal perekonomian. Subjek 1 konteks yang dimaksud merasakan kebahagiaan masih terlihat luas, sedangkan subjek 2 konteks yang dimaksud lebih spesifik. Selain itu, terdapat persamaan anantara keduanya bahwa semua subjek merasa yakin dan percaya bahwa kehidupannya sudah ada yang mengatur sehingga mereka merasa damai dan yakin terhadap kehidupannya.

d. Perubahan perilaku

Subjek	Pernyataan subjek	Pernyataan Informan	Kesimpulan
1	<p><i>1. kita sudah menjadi orang baik kalau kita sudah menjadi orang yang benar perilaku kita perbuatan kita terus ucapan kita itu semua baik otomatis kita akan menjadi contoh oleh orang-orang yang di sekitar kita perilaku kita baik ucapan kita santun semua yang kita lakukan itu baik kita suka menolong orang Ya, Siapa yang</i></p>	<p><i>Ya adanya perubahan yg signifikan sebelum dan sesudah melakukan sujud. (WIII/31)</i></p> <p><i>Di antaranya adalah perubahan perilaku dari yg dulunya pemaah sekarang menjadi penyabar yg dulu suka emosi sekarang mampu mengontrol juga berubah menjadi pemaaf. (WIII/35)</i></p>	<p>Subjek 1 mengalami perubahan yang signifikan dalam hal mengatur emosi maupun perilaku dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini diperoleh berdasarkan temuan terhadap data wawancara subjek dengan data wawancara informan. temuan pada data informan menjelaskan bahwa sebelumnya subjek merupakan seseorang yang pemaah dan susah dalam hal mengatur emosi, sedangkan</p>

	<p><i>kesusahan kita tolong Siapa yang butuh bantuan kita bantu Siapa yang butuh apa aja kita berusaha untuk untuk mampu menjadi penerang itu maksudnya kita menjadi seorang kita bisa menjadi penerang orang lain itu yang di maksud hidup Jadi kita itu sebagai intinya itu pindah Baqarah itu kita sebagai penerang kita sebagai seorang penolong kita akan menjadi apa</i></p>		<p>setelah melakukan sujud, informan mengatakan bahwa subjek mengalami perubahan perilaku dan emsoi.</p>
--	--	--	--

	<p><i>ya itu orang itu bisa senang.</i> <i>(W2S1/136)</i></p> <p>2. <i>Persujudan itu adalah tergantung melihat dari perubahan perilaku Orang yang sujud itu sendiri jadi Setelah dia sujud Bagaimana perilaku orang itu tetap Atau kurang baik atau lebih baik. Atau seperti apa. Jadi di situ untuk menentukan berhasil nggak proses sujud itu kalau</i></p>		
--	--	--	--

	<p><i>dia memang sujud nya dia sudah bisa atau belajarnya bisa, secara otomatis perilaku manusia itu akan lebih baik dari dulu yang dia jelek menjadi baik dari dia menjadi lebih baik dari yang lebih baik, yang lebih akan menjadi lebih sempurna.(WIS1/694)</i></p>		
2		<p><i>Klo sebelum sujud saya tidak tau sperti apa sifat beliau. Tp setelah sujud. Banyak perubahan. Klo dalam psikologis. Salah satunya yaitu. Lebih tenang dan bisa</i></p>	

		<p><i>berfikir panjang dalam problem solving. Itu yg pernah beliau ceritakan. Ke saya. Dulu saat mengajari sujud. Dan hal itu saat saya perhatikan memang benar adanya. (W112/25)</i></p>	
--	--	---	--

e. Perilaku baik

Subjek	Pernyataan subjek	Pernyataan Informan	Kesimpulan
1	<p><i>1. secara otomatis perilaku manusia itu akan lebih baik dari dulu yang dia jelek menjadi baik dari dia menjadi lebih baik dari yang lebih baik, yang lebih akan menjadi lebih sempurna. dari dari tutur kata dari perilaku dari perbuatan dari tindakan dia akan mencerminkan nilai-nilai keluhuran atau nilai-nilai kebaikan di situ. (WISI/711)</i></p>	<p><i>Untuk saat ini yg saya tahu bapak sekarang lebih peduli sama keluarga orang tua dan juga lebih peduli sama lingkungan sekitar dan rasa welas asih itu mulai terlihat dan itu saya rasakan. (WIII/56)</i></p>	<p>Subjek 1 menunjukkan bahwa saat ini memiliki perilaku baik pada keluarga, orang tua, maupun terhadap lingkungan sekitar. Baik data yang diperoleh dari subjek maupun informan memiliki kecocokan. Subjek juga merasa bahwa sebagai manusia harus menjadi <i>obor pepadahing umat</i>, yang tidak lain bahwa manusia harus memiliki perilaku baik, <i>welas asih</i>, dan menolong terhadap sesame. Disamping itu informan juga</p>

	<p>2. <i>harus berbuat baik seperti itu (3) lah di dalam sebuah sujud ini adalah proses untuk merubah perilaku yang kurang baik tetapi menjadi baik dengan prosesnya kita mengendalikan hawa nafsu itu tadi yang dikendalikan oleh rasa (WISI/726)</i></p> <p>3. <i>kita harus mempunyai perilaku yang luhur, perbuatan yang baik, kita suka menjadi seorang penolong, kita harus jadi seorang Dermawan, kita harus mampu</i></p>		<p>merasakan atas perilaku subjek yang berorientasi pada perilaku baik.</p>
--	---	--	---

	<p><i>mengayomi orang, ibaratnya kita harus jadi sering jjadi obor pepadhanging umat jadi kita harus ber kalau kita ingin seperti itu kita harus selalu berbuat kebaikan berbuat kebaikan selalu berlomba berlomba dan perlombaan Melakukan kebaikan seperti itu (WISI/1153)</i></p> <p><i>4. manusia yang yang berbudi luhur manusia yang mempunyai perilaku yang baik atau yang punya perilaku yang mulia. Jadi segala</i></p>		
--	--	--	--

	<p><i>sifat tindakan perbuatan itu didasari dengan sesuatu yang baik jadi ucapan yang baik perilaku yang baik tata kehidupan yang baik itu yang disebut Satrio Utomo karena yang manusia yang berwatak Mulia lho Mas itu yang disebut Satrio Utomo jadi orang yang bijaksana orang yang lemah lembut orang yang mampu menghargai orang lain dan sebagainya Itu yang disebut manusia yang Satrio Utomo.</i></p> <p><i>(W2S1/9)</i></p>		
--	---	--	--

	<p>5. <i>secara secara umum jadi kita dalam bermasyarakat kita mempunyai jiwa toleransi saling menolong mempunyai Welas Asih terhadap sama saling menghormati manusia satu dengan yang lain atau kalau misalnya kita berada di dalam ajaran yang berbeda kita mampu duduk bersama kita mampu saling menghormati bahwa kita</i></p>		
--	--	--	--

	<p><i>mempunyai Kepercayaan dan keyakinan yang berbeda</i></p> <p>6. <i>Karena hanya keyakinan yang yang membedakan kita tapi semua pada akhirnya kan kita semua itu juga sama-sama ciptaannya maha kuasa. (W2S1/23)</i></p> <p>7. <i>gini kita akan bisa menyinari. pindah Baskoro itu kita adalah kita akan menjadi sebuah Sinar kita akan mampu menerangi</i></p>		
--	--	--	--

	<p><i>sesuatu yang berada disekitar kita. Apa artinya kalau kita sudah menjadi orang baik kalau kita sudah menjadi orang yang benar perilaku kita perbuatan kita terus ucapan kita itu semua baik otomatis kita akan menjadi contoh oleh orang-orang yang di sekitar kita perilaku kita baik ucapan kita santun semua yang kita lakukan itu baik kita suka menolong orang</i></p>		
--	---	--	--

	<p>8. <i>Ya, Siapa yang kesusahan kita tolong Siapa yang butuh bantuan kita bantu Siapa yang butuh apa aja kita berusaha untuk untuk mampu menjadi penerang itu maksudnya kita menjadi seorang kita bisa menjadi penerang orang lain itu yang di maksud hidup Jadi kita itu sebagai intinya itu pindah Baqarah itu kita sebagai penerang kita sebagai seorang penolong kita akan menjadi apa ya itu orang itu bisa senang</i></p>		
--	---	--	--

	<p>9. <i>Apa yang pernah kita perbuat yang yang dia butuh bantuan kita bisa bantu Jadi itu maksudnya jadi pindah Baskoro itu kita menjadi bisa menyinari orang lain. (W2S1/136)</i></p> <p>10. <i>Kita juga harus berbuat apa pun yang terbaik untuk orang lain selama kita mampu kita menolong orang lain yang kita harus menolong</i></p>		
--	---	--	--

	<p><i>11. Karena itu bagian dari ibadah.</i></p> <p><i>Lha sujud itu juga bagian dari ibadah juga untuk kita mampu kembali kepada yang maha kuasa jadi sebenarnya kita punya tugas di dunia ini punya tugas berbuat baik untuk kelestarian dunia menjaga kedamaian dunia ini juga membangun sebuah keluarga yang bahagia kalau di sini sudah dapat baru kita juga punya tugas lagi. (W2S1/164)</i></p>		
--	--	--	--

	<p>12. Ibadah itu ada dua ibadah secara jasmani berarti kita mencari sandang pangan di duniawi ini dengan kita mampu bertoleransi dengan manusia satu dengan lainnya, sementara untuk ibadah secara rohaninya kita sujud kepada yang maha kuasa. (W2S1/172)</p>		
2	<p>1. kita inginnya berbuat baik ya itu ya sumunar pinda baskoro Di mana saja terjadi pada kondisi seperti ini kita terpanggil dengan sendirinya</p>	<p>Untuk perilaku. Beliau selalu berusaha. Untuk. Menerapkan. Sesanti di setiap kali bersosialisasi di lingkungan sekitar, kalau ke</p>	<p>Pada subjek 2 ditemukan bahwa subjek 2 memiliki keinginan untuk selalu melakukan kebaikan, yang mana juga berdasarkan pada sesanti agar para</p>

	<p><i>Ayo bersama-sama jadi kita nggak usah khawatir dan ragu-ragu ya. (WIS2/472)</i></p> <p>2. <i>manusia itu terbimbing untuk menjadi orang yang baik. karena apa?, kita bisa sujud saSinar dengan yang Mahakuasa Sinar kita (roh) kita itu bisa Manunggal antarane kawulo Lan Gusti. disitu jadi kalau kita sudah bisa berhadapan langsung dengan yang Mahakuasa mana mungkin kita akan menjadi orang-orang yang</i></p>	<p><i>keluarga ya saya rasa ya selalu. Sayang dan sabar kepada semua anak" nya. Meskipun kadang ya emosi tp kan wajar karena anak" nya kadang salah dan susah di atur. (WII2/41)</i></p>	<p>warga selalu menerapkan <i>sumunar pindah baskoro</i>. Subjek 2 juga menunjukkan perilaku baiknya baik pada keluarga maupun ketika bersosialisasi dengan lingkungan sekitar. Walaupun pada data informan bagian akhir menjelaskan bahwa subjek terkadang masih emosi dikarenakan informan yang susah diatur.</p>
--	---	--	---

	<p><i>Katakanlah punya pribadi yang baik. (WIS2/77)</i></p> <p>3. <i>kita itu berdarma tidak menunjuk menunjukkan jadi kita berbuat memohon kepada yang maha kuasa dengan sepenuh hati dengan suatu keikhlasan tanpa pamrih tanpa pamrih nggak perlu kita itu dipuji Orang. (WIS2/466)</i></p> <p>4. <i>kita inginnya berbuat baik ya itu ya sumunar pinda baskoro Di mana saja terjadi pada kondisi seperti ini</i></p>		
--	--	--	--

	<p><i>kita terpanggil dengan sendirinya</i></p> <p><i>Ayo bersama-sama jadi kita nggak usah khawatir dan ragu-ragu ya.</i></p> <p><i>(WIS2/472)</i></p> <p>5. <i>Valentine sayang ya kita wujudkan kasih sayang Seperti apa Mau kemana kita nggak tahu ini ini kita harus menyebarkan kasih sayang kepada siapa saja yang membutuhkan. (WIS2/1075)</i></p> <p>6. <i>di warga Sapta Dharma khususnya itu sudah menjadi tanggung jawab</i></p>		
--	--	--	--

	<p><i>dan kewajiban kita sebagai warga sabar-sabar tanpa dimintai bantuan tanpa harus ditegur tanpa harus diingatkan kita mempunyai kewajiban untuk membangun negeri ini untuk menyelamatkan negeri ini . (WIS2/422)</i></p> <p><i>7. lah kalau kita sudah bisa Membina dan kita bisa sujud dan kita mempunyai budi pekerti luhur nah disitu itu nanti bisa Jajar satriotomo sifat kita tingkah laku</i></p>		
--	--	--	--

	<p><i>kita adalah manusia yang berbudi pekerti luhur.(W2S2/101)</i></p> <p>8. <i>Tingkah laku selalu baik ucapan selalu baiknya tindakan selalu baik rendah hati suka menolong welas asih seperti itu berbudi pekerti luhur. ora ngelamak, ngajeni Wong Sing lebih sepuh dan kita selalu berjalan seperti apa yang di anggarkan apa yang sudah menjadi petunjuk di Sapta Darma yaitu wewarah pitu kita bisa melaksanakan kita harus bisa</i></p>		
--	--	--	--

	<p><i>dan harus mampu menjalankan wewarah pitu karena itu sudah ketetapan dari yang maha kuasa. Wewarah 7 itu tidak boleh kita lepas dari situ jadi berat seberat apapun yang kita harus bisa Nah itu bisa terjadi kalau roh kita itu sudah mampu membimbing 11 saudara tadi yang mempunyai sifat dan watak yang berbeda itu tadi untuk bersatu manambah marang yang moho kuoso kalau sudah terpilih, sudah jadi manusia</i></p>		
--	--	--	--

	<p><i>yang pilihan manusia yang baik.</i> <i>(W2S2/107)</i></p> <p>9. <i>seluruh tubuh dan itu itulah yang membuat manusia itu merasakan kedamaian yang luar biasa, jadi dari situ kita dibimbing terbentuk untuk menjadi manusia yang berbudi luhur. Kenapa begitu? karena orang sujud itu sangune harus pas, Harus sesuai.</i> <i>(W1S2/25)</i></p>		
--	---	--	--

Kesimpulan : persujudan memiliki efek terhadap perilaku kedua subjek, dimana kedua subjek senantiasa untuk berusaha berbuat baik terhadap sekitarnya. Kedua subjek juga menunjukkan bahwa perilaku baik mereka juga didasarkan pada konsep *sesanti* yakni *sumunar pindah baskoro* yang tak lain merupakan konsep pada warga *Sapta Dharma* yang wajib untuk ditunaikan.

f. *Ayem Tentrem*

Subjek	Pernyataan subjek	Pernyataan Informan	Kesimpulan
1	<i>I. Jadi kalau kita yang namanya kita sudah sujud itu yang kita temukan itu hanya ayem Tentrem, atau kebahagiaan. karena apa? nafsu yang terdapat di dalam jiwa raga kita sudah terkendali jadi sudah</i>	<i>Ya memang begitu kadang ada rasa kwawatir was-was dan juga ragu2 namun sekarang percaya diri bahwa hidup dan kehidupan ini sudah ada yg mengatur dgn sedemikian rupa yg penting kita</i>	Subjek 1 pada awalnya merasa khawatir dan ragu atas kehidupannya. Tetapi ketika melakukan sujud dan mendalaminya, subjek merasa menemukan perasaan <i>ayem tentrem</i> dan kebahagiaan. Informan juga menjelaskan bahwa subjek 1 sekarang lebih percaya diri

	<p><i>tidak apa ya tidak mengembara lagi nafsu itu tidak melonjak lagi karena kita sudah ditekan Oleh yang disebut rasa tadi yang sudah dibimbing oleh cahaya.</i></p> <p><i>(WISI/794)</i></p> <p>2. <i>tujuan manusia itu kan mencari ayam Tentrem dalam bahasa Jawa itu ayam Tentrem atau kebahagiaan. Lha Di dalam sebuah persujudan itu saya menemukan sebuah</i></p>	<p><i>bersandar kepada yg maha kuasa.</i></p> <p><i>(WIII/43)</i></p>	<p>karena meyakini bahwa kehidupan sudah ada yang mengatur</p>
--	--	---	--

	<p><i>ketentraman kedamaian yang luar biasa. (WIS1/762)</i></p> <p>3. <i>seperti itu tapi ketika saya ke di sini sini saya mengalami ayem Tentrem karena Jiwa Saya selalu dibimbing oleh Yang Maha Kuasa dengan cara proses proses sujud tadi. (WIS1/813)</i></p> <p>4. <i>tapi minimal setelah saya ini saya sudah mampu menemukan</i></p>		
--	---	--	--

	<p><i>yang disebut ayam Tentrem nanti jadi walaupun kita belum mampu tapi kita sudah mendapatkan ayam Tentrem (2) Artinya kita sudah mampu mengendalikan sebagian dari 11 nafsu atau 11 saudara tadi Seperti itu. (WIS1/1257)</i></p>		
2	<p><i>1. Kamudian saya belajar sama suami saya kok bisa ya Kok merasakan kebahagiaan rumah tangga ketentraman kecukupan ya? bukan berarti kaya Ya. tapi saya mau apa saja cukup belum</i></p>	<p><i>Klo sebelum sujud saya tidak tau sperti apa sifat beliau. Tp setelah sujud. Banyak perubahan. Klo dalam psikologis. Salah satunya yaitu. Lebih tenang dan bisa berfikir panjang dalam problem</i></p>	<p>Data subjek dan informan memiliki kesamaan yaitu bahwa subjek merasa lebih tenang <i>ayem tentrem</i> setelah melakukan persujudan. Ketenangan subjek yang dimaksud merupakan ketenangan dalam rumah tangga dan</p>

	<p><i>rezeki itu betul-betul yang sudah mencukupi betul-betul luar biasa luar biasa luar biasa seperti itu dari situ Akhirnya saya rohani saya sudah terbimbing rohani. (WIS2/736)</i></p> <p>2. <i>tapi begitu saya sujud saya nggak pernah merasa ragu ndak pernah khawatir tidak perasa was was, engko mene aku yopo Aku di cita-cita dikarepke yo opo yo ndak ada! dirimu ikhlas ayem Tentrem ndak bingung bingung. (WIS2/809)</i></p>	<p><i>solfining. Itu yg pernah beliau ceritakan. Ke saya. Dulu saat mengajari sujud. Dan hal itu saat saya perhatikan memang benar adanya. (W112/25)</i></p> <p><i>Ya tenang. Dalam artian. Bisa mengontrol emosi. Dan untuk problem solving dalam hal apapun. Beliau selalu bisa berfikir</i></p>	<p>jarang merasa khawatir serta ragu atas kehidupannya.</p>
--	--	--	---

	<p>3. <i>saya ikut kejuaraan dan bacaannya apa ya udah pede gitu loh tenang gitu loh, kok bisa gitu loh, maksudnya punya power punya ketenangan punya rasa percaya diri dan saya bisa mengerjakan kayak gitu itu bedanya . (WIS2/659)</i></p> <p>4. <i>saya ndak bingung kenapa suami saya apa nggak Nggak jadi tenang aja enak aja gitu loh di Jalani seperti air mengalir.</i></p>	<p><i>panjang. Tidak grusa grusu dalam ambil keputusan dan kesimpulan.</i></p> <p><i>(WII2/34)</i></p>	
--	--	--	--

	<i>Saya sendiri kok yo mikir kok bisa ya. (WIS2/864)</i>		
Kesimpulan : kedua subjek merasa <i>ayem tentrem</i> dan tenang terhadap kehidupannya, dimana kedua subjek yang pada awalnya sama-sama merasakan ragu dan khawatir akan kehidupannya pada akhirnya dapat merasa tenang dan yakin akan hidup keduanya			

g. Percaya diri

Subjek	Pernyataan subjek	Pernyataan Informan	Kesimpulan
1	<i>1. Jadi ketika dulu saya Sebelum menjadi penganut Sapta Darma ini kehidupan saya itu tidak teratur kehidupan saya itu acak-acakan saya itu serba khawatir was-was, Terus tidak tenang.</i>	<i>Ya memang begitu kadang ada rasa khawatir was-was dan juga ragu2 namun sekarang percaya diri bahwa hidup dan kehidupan ini sudah ada yg mengatur dgn sedemikian rupa yg penting kita</i>	Subjek 1 merasa percaya dan yakin terhadap hidupnya. Pada awalnya subjek merasakan kahwatir, was-was, dan ragu-ragu serta berpikir kedepannya akan bagaimana. Tetapi setelah melakukan sujud, subjek

	<p><i>selalu ya pikiran itu selalu Ini gimana Ini gimana Terus nanti bakal nanti kayak apa seperti itu , tapi setelah saya melakukan proses persujudan ini, ternyata bisa dibimbing bener-bener oleh rasa. Jadi yang dulunya saya itu ada padahal yang khawatir, sedih, terus, gunda dan semuanya sekarang tidak.(WIS1/771)</i></p> <p>2. <i>kita mendapat pengertian mendapat wejangan atau</i></p>	<p><i>bersandar kepada yg maha kuasa. (WIII/43)</i></p>	<p>merasa dibimbing dan kemudian yakin percaya akan kehidupannya sehingga sekarang tidak lagi merasakan hal tersebut.</p>
--	--	---	---

	<p><i>mendapat Ilham atau mendapat petunjuk dari yang maha kuasa itu yang dimaksud pengertian. pengertian itu Tidak bisa dikaji secara umum karena sifatnya pengertian itu adalah petunjuk dari yang maha kuasa lah itu hubungannya dengan rasa jadi rasa yang terdapat di naluri (W2S1/184)</i></p> <p>3. <i>jadi kalau kita kaji itu susah karena itu bentuknya Ilham itu</i></p>		
--	---	--	--

	<p><i>banyak petunjuk yang anu jadi secara umum enggak bisa dituliskan itu masih tapi pengertiannya intinya bahwa pengertian itu adalah petunjuk rasa begitu (W2S1/197)</i></p>		
2	<p><i>1. tapi begitu saya sujud saya nggak pernah merasa ragu ndak pernah khawatir tidak perasa was was, engko mene aku yopo Aku di cita-cita dikarepke yo opo yo ndak ada! dirimu ikhlas ayem Tentrem ndak bingung bingung. (WIS2/809)</i></p>	<p><i>Kalau untuk menjalani kehidupan ya di jalan i saja karena beliau percaya hidup sudah ada yg mengatur. Termasuk dalam hal rejeki. Tapi tetap berusaha tentunya. (W1I2/78)</i></p>	<p>Subjek merasa dirinya percaya dan yakin atas apa dihadapi. Berdasarkan data yang diperoleh melalui wawancara, subjek menyatakan bahwa dirinya sebelumnya ragu atas cita-cita dan <i>ngerengseng</i> pada kehidupan kedepannya. Namun ketika telah mendalami persujudan, subjek merasa</p>

	<p>2. <i>saya ikut kejuaraan dan bacaannya apa ya udah pede gitu loh tenang gitu loh, kok bisa gitu loh, maksudnya punya power punya ketenangan punya rasa percaya diri dan saya bisa mengerjakan kayak gitu itu bedanya . (WIS2/659)</i></p> <p>3. <i>jadi saya merasakan diri saya hati saya batin saya itu tenang tentram aman. saya nggak pernah bingung. dulu waktu saya belum</i></p>		<p>tidak ada perasaan seperti dahulu. Subjek juga merasa tenang ketika menghadapi sesuatu yang akan dihadapinya.</p>
--	---	--	--

	<i>sujud itu ada yang punya perasaan nggerengseng (WIS2/767)</i>		
<p>Kesimpulan : dalam hal percaya diri, kedua subjek sama-sama memiliki perasaan percaya diri pada dirinya masing-masing. Selain itu kedua subjek sama-sama memiliki kesamaan ketika sebelum dan sesudah melakukan sujud. Yakni keyakinan akan kehidupan kedepannya beserta segala sesuatu yang akan mereka hadapi.</p>			

h. Kemampuan

Subjek	Pernyataan subjek	Pernyataan Informan	Kesimpulan
1	<i>1. Rasa yang dibimbing oleh cahaya tadi dan setiap individu itu mempunyai kemampuan masing-masing atau mempunyai wadah wadag atau tempat sendiri-sendiri</i>		

	<p><i>dan watak atau kemampuan itu adalah tergantung dari sejauh mana Yang Maha Kuasa itu memberikan proporsinya.</i></p> <p><i>(WIS1/635)</i></p>		
2	<p><i>1. saya ikut kejuaraan dan bacaannya apa ya udah pede gitu loh tenang gitu loh, kok bisa gitu loh, maksudnya punya power punya ketenangan punya rasa percaya diri dan saya bisa mengerjakan</i></p>	<p><i>Kalau sebelum aktif sujud saya tidak tau ya. Mas.. Setau saya. Setiap orang pasti punya problem sendiri" yg dimana orang itu pada suatu masa merasa sudah tidak ada jalan keluar lagi. Dan saya yakin pasti nya beliau pastinya meraskan hal yang demikian itu.</i></p>	<p>Subjek secara garis besar merasa memiliki power dan kemampuan dalam menghadapi tugas atau mengerjakan sesuatu yang dilakukan. Akan tetapi disisi lain data informan yang didapatkan memiliki sebuah penjelasan lain dimana informan menyatakan bahwa dirinya tidak</p>

	<p><i>kayak gitu itu bedanya .</i> <i>(WIS2/659)</i></p>	<p><i>Tp selama ini yg saya ketahui.</i> <i>Dengan belau rutin sujud pastinya</i> <i>tidak ada masalah yg tidak bisa</i> <i>terselesaikan. (WII2/101)</i></p>	<p>mengetahui hal apa saja yang dihadapi oleh subjek secara detail. Namun secara gamblang informan menyatakan bahwa subjek selama aktif melakukan sujud tidak pernah ada masalah yang tidak dapat diselesaikan.</p>
--	--	---	---

3. Bagaimana aktivitas meditasi membuat individu mencapai kondisi kesadaran secara penuh (Mindfulness) ?

Pernyataan subjek	Pernyataan Informan	Kesimpulan
<p><i>1. pada dasarnya orang sujud itu bukan konsentrasi, ngening ngening itu mengosongkan pikiran pikiran kita kosongkan kita fokus ke atas kalau yang sudah biasa ya merasakan getaran itu sampai bisa naik ke ubun-ubun getaran tuyo suci. (W2S2/70)</i></p>	<p><i>untuk mencapai Satrio Utomo itu apa yang disebut Satrio Utomo itu adalah sifat sifat-sifat yang luhur maka dari itu pada dasarnya untuk menjadi Satrio Utomo itu tidak ada lain dasarnya itu adalah sujud sumeleh ya itu tadi mengenali diri secara individu kita kembali lagi mengenali saudara itu sehingga bisa</i></p>	<p>Pencapaian didalam ajaran <i>Sapta Dharma</i> adalah menjadi <i>Satrio Utomo</i> dan <i>wanito utomo</i>. <i>Satrio utomo</i> atau <i>wanita utomo</i> sendiri memiliki definisi sebagai manusia yang mampu mengerti, paham, dan mengendalikan saudara sebelasnya hingga menghasilkan perilaku budi pakarti yang luhur. Dalam proses</p>

<p>2. <i>Menunggu datangnya getaran jadi timbulnya rasa itu adalah sebuah getaran Getaran yang yang yang yang meliputi untukku kita itu ada yang disebut getaran halus dan kasar. (W2S1/83)</i></p>	<p><i>mengarahkan saudara yang 11 itu yang kalau bahasa agama lain disebut nafsu yang 11 itu ke arah tujuan yang baik dan benar. itulah termasuk yang disebut Satrio Utomo itu adalah ya kita sudah mengenal diri kita secara individu itu siapa ya roh itulah cahaya Anda yang di dalam anda itulah karena hidup ini adalah ibaratnya kita sebagai pengembala ini kita berikan contoh kejadian kita sebagai pengembala terus kita menggambar domba-domba ini ya kita di dalam</i></p>	<p>pencapaian tersebut tidak lain salah satunya berupa sujud, yang mana sujud dengan <i>sumeleh</i> merupakan dasar dari sebuah proses agar seorang manusia mampu mencapai tatanan tersebut. Ketika melakukan sujud, individu diharuskan mampu untuk belajar, memahami, serta mengenali dan mengendalikan para sebelas saudara tersebut. Saudara sebelas secara umum digambarkan sebagai nafsu manusia yang memiliki watak perilaku yang berbeda-beda. Pada saat melakukan</p>
<p>3. <i>Toyo purwatasari itu yang hubungannya dengan naik Turunnya getaran tadi karena getaran tadi adalah proses untuk pelunturan dari nafsu nafsu atau atau negatif yang negatif yang terdapat di dalam tubuh kita karena di dalam tubuh kita ini ada yang disebut atom berjiwa jadi disitu</i></p>	<p><i>mengarahkan saudara yang 11 itu yang kalau bahasa agama lain disebut nafsu yang 11 itu ke arah tujuan yang baik dan benar. itulah termasuk yang disebut Satrio Utomo itu adalah ya kita sudah mengenal diri kita secara individu itu siapa ya roh itulah cahaya Anda yang di dalam anda itulah karena hidup ini adalah ibaratnya kita sebagai pengembala ini kita berikan contoh kejadian kita sebagai pengembala terus kita menggambar domba-domba ini ya kita di dalam</i></p>	<p>pencapaian tersebut tidak lain salah satunya berupa sujud, yang mana sujud dengan <i>sumeleh</i> merupakan dasar dari sebuah proses agar seorang manusia mampu mencapai tatanan tersebut. Ketika melakukan sujud, individu diharuskan mampu untuk belajar, memahami, serta mengenali dan mengendalikan para sebelas saudara tersebut. Saudara sebelas secara umum digambarkan sebagai nafsu manusia yang memiliki watak perilaku yang berbeda-beda. Pada saat melakukan</p>

<p><i>hubungannya dengan Toyo purwitosari (W2S1/289)</i></p> <p>4. <i>bagaimana cara manembah kita dengan dengan Rohani yaitu adalah kita itu mengendalikan hawa nafsu yang terdapat di dalam jiwa raga kita itu Yang mana nafsu itu dikendalikan oleh rasa. Dengan cara bersujud itu tadi itu adalah kita meneliti atau merasakan keluarnya keluar masuknya nafas. Karena kalau manusia itu adalah manusia itu rasa yang kita kendalikan Jadi kita itu belajar. (W1S1/551)</i></p>	<p><i>mengawasi sehari-hari tidak mengawasi untuk mengembala domba ini kita teledor sehingga domba-domba kita ini makan tanamannya Pak Lurah. katakan bila kita tanya yang Dimarahi Pak Lurah ini dombanya atau sebagai pengembalanya lagi apa pengembala domba ini? di dalam jagad pribadi manusia roh anda itu yang menerima suatu mandat dari itu Tuhan maka dari itu kalau sudah yang mau jadi kita tuh yang berfungsi anda sudah mampu mengembala daripada</i></p>	<p><i>persujudan, seorang individu akan awalnya memperhatikan keluar masuknya nafas hingga mampu mengosongkan pikiran dari gagasan dan hal lain serta merasakan sebuah getaran dari tuyo perwitosari. Tuyo perwitosari sendiri merupakan air kehidupan yang dalam pernyataan para subjek dan informan adalah air yang mampu untuk menyucikan hal-hal negative yang terdapat didalam diri manusia. Pada saat yang sama, individu yang melakukan sujud juga melalui proses pembelajaran rasa</i></p>
---	---	--

<p>5. <i>Makane kita berat dalam menjalani ibadah ini kalau kita harus mengendalikan 11 nafsu yang bermacam-macam watak dan karakternya seperti itu. (WISI/1222)</i></p> <p>6. <i>jadi di dalam sebuah proses terjadi itu Tujuannya adalah untuk mengendalikan hawa nafsu yang terdapat di dalam jiwa manusia (WISI/677)</i></p> <p>7. <i>konsep untuk menuju Satrio Utomo itu kita harus mampu menundukkan 11 nafsu yang</i></p>	<p><i>Saudara atau nafsu. Katakanlah gitu mengembala saudara yang ada di jagat pribadi anda ya ke arah tujuan yang baik dan benar itulah wujud daripada Satrio Utomo, Utomo yang mempunyai sifat inilah maka dengan demikian kita sebagai warga Sapto Darmo tidak diperkenankan membeda-bedakan di antara satu dengan yang lain karena orientasinya warga sebagai seorang pelajar ini bahwa manusia di muka bumi di bawah langit ini dikodratkan oleh Tuhan dengan unsur yang sah yaitu</i></p>	<p>yang berasal dari saudara sebelas. Dari sanalah para pelaku persujudan mulai melakukan proses wejangan dari yang maha kuasa serta pembelajaran dalam mengenali, memahami, maupun untuk mengendalikan sebelas saudaranya. sehingga ketika seorang individu mampu untuk melakukan semua hal tersebut maka disebut dengan <i>sewelas-welas e atunggal jejer satrio utomo</i> yang mana tidak lain sebagai seorang manusia yang memiliki <i>welas asih, dharma, ayam</i></p>
---	---	---

<p><i>terjadi pada jagad pribadi kita kalau nafsunya di situ misalnya ada yang disebut namanya itu kayak Sukmo Roso, sukmo Kencono, mayangkoro. (WIS2/63)</i></p> <p>8. <i>disebut nafsu 11 tadi dan itu ada nanya namanya semua nafsu sebelah situ lah konsep untuk menuju Satrio Utomo itu kita harus mampu menundukkan 11 nafsu yang terjadi pada jagad pribadi kita kalau nafsunya di situ misalnya ada yang disebut namanya itu kayak Sukmo Roso, sukmo Kencono, mayangkoro. itu saya salah</i></p>	<p><i>kalau pitutur Luhur itu sedulur papat lima Pancer. satu pasal dari tanah 2 dari api 3 air 4 howo udara 1 cahaya Tuhan. Urip itu tidak ada di antara 1 unsur dari 5 ini manusia tidak jangankan manusia hewan pun tidak akan mungkin bisa. itu manusia di muka bumi di bawah langit ini unurnya sa sama, tidak diperkenankan membeda-bedakan di antara satu dengan yang lain lainnya nanti pada saatnya kembalinya adalah sa sama yang dari tanah yang menyatu ke tanah dari artinya tetapi</i></p>	<p><i>tentrem, berperilaku luhur, merasa penuh kedamaian serta memiliki kawaskitaan. Kawaskitaan dalam ajaran sapta dharma merupakan wahyu yang diyakini mampu untuk membuat seseorang merasakan sesuatu pada dirinya maupun orang lain. Secara sekilas, orang yang memiliki kawaskitaan digambarkan sebagai pribadi yang peka terhadap diri serta lingkungannya. Ketika seseorang telah melewati proses tersebut maka akan terbentuk dengan sendirinya hal yang disebut</i></p>
--	--	--

<p><i>satunya aja gandarawa raja itu nafsu nafsu yang terdapat di dalam jaga pribadi kita ketika kita mau ke satrio utomo kita harus bisa mampu menundukkan 11 nafsu itu jadi di sini ada pengertian ada telu telune atunggal, Limo Limo ATunggal pitu-pitu Atunggal, songo-songone aTanggal, dan sewalas-welase atunggal baru kita akan mencapai dua belas yang disebut jejer Satrio Utomo (W2S1/62)</i></p> <p>9. <i>lah kalau sudah dipimpin sudah bisa sudah bisa menembak bisa sujud di sinilah akan</i></p>	<p><i>Mengapa macam bedakan di antara satu dengan yang lainnya sebagai warga, tidak diperkenankan maka dari itu apa yang disebut Jawa itu bukan Jawa suku bukan bukan Jawa etnis Jawa pernah ngerti marang Urip Urip Urip iku rasane opo. inilah sehingga kita tidak mempunyai rasa apa rasa benci kepada sesama makhluk hidup. Maka itulah wujud dalam suatu kedamaian. (W1I3/269)</i></p>	<p><i>dengan Satrio Utomo dan wanito utomo.</i></p>
---	---	---

<p><i>Terbentuk Satrio Utomo, wanita Utomo yang berbudi pekerti luhur dengan sendirinya manusia itu terbimbing untuk menjadi orang yang baik. karena apa?, kita bisa sujud sasinar dengan yang Mahakuasa Sinar kita (roh) kita itu bisa Manunggal antarane kawulo Lan Gusti. disitu jadi kalau kita sudah bisa berhadapan langsung dengan yang Mahakuasa mana mungkin kita akan menjadi orang-orang yang Katakanlah punya pribadi yang baik.</i></p> <p><i>(WIS2/72)</i></p>		
--	--	--

<p><i>10. Jejer satrio Utama itu adalah manusia yang yang berbudi luhur manusia yang mempunyai perilaku yang baik atau yang punya perilaku yang mulia. Jadi segala sifat tindakan perbuatan itu didasari dengan sesuatu yang baik jadi ucapan yang baik perilaku yang baik tata kehidupan yang baik itu yang disebut Satrio Utomo karena yang manusia yang berwatak Mulia lho Mas itu yang disebut Satrio Utomo jadi orang yang bijaksana orang yang lemah lembut orang yang mampu menghargai orang lain dan</i></p>		
--	--	--

<p><i>sebagainya Itu yang disebut manusia yang Satrio Utomo. (W2S1/9)</i></p> <p><i>11. orang Sapta Darma itu diberi yang disebut Radar kewaspadaan keadaan itu kita diberi petunjuk oleh Yang Maha Kuasa untuk mengetahui sesuatu misalnya nanti akan ada terjadi sesuatu yang tidak mengenakan misalnya ada saudara yang akan meninggal misalnya itu ada tanda ada tanda bahwa ini ternyata ada ada sesuatu yang tidak baik. Yang akan terjadi hal itu diberi diberi tanda oleh Yang Mahakuasa itu yang berat yang</i></p>		
--	--	--

<p><i>disebut di Radar kewaspadaan tadi itu akan yang yang bisa dikajih itu adalah rasa rasa mana yang muncul begitu jadi nanti kalau itu memang agak mendalam ya kita karena itu tidak bisa di rasional susah juga kita jabarkan ya tapi intinya cuman kita jadi misalnya kita akan mendapatkan rezeki gitu misalnya itu ada tanda bawah ini pasti akan dapat rezeki kita itu tahu kalau kita mau mau dapat rezeki kita akan mendapatkan kesenangan itu. (W2S1/210)</i></p>		
--	--	--

<p>12. kita mendapat pengertian mendapat wejangan atau mendapat Ilham atau mendapat petunjuk dari yang maha kuasa itu yang dimaksud pengertian. pengertian itu Tidak bisa dikaji secara umum karena sifatnya pengertian itu adalah petunjuk dari yang maha kuasa lah itu hubungannya dengan rasa jadi rasa yang terdapat di naluri (W2S1/184)</p>		
---	--	--

Lampiran 4

Dokumentasi



Gambar 1. Ruang
Persujudan Sanggar
Kerohanian *Sapta
Dharma*



Gambar 2. *Sesanti*



Gambar 3. *Wewarah Pitu*



Gambar 4. 20 Buntelan Tali Roso



Gambar 5 dan 6. Suasana Acara Malam 1 Suro





Gambar 7 dan 8. Suasana Persujudan *Sanggaran Keliling*





Gambar 9. Peneliti dan Subjek



Gambar 10. Simbol Sapta Dharma