

**PENERAPAN PEMBELAJARAN MENGGUNAKAN METODE *MULUR MUNGKRET* DI KELAS VI  
SD SENDANGSARI PAJANGAN BANTUL (TINJAUAN TERHADAP KONSEP DAN  
PEMIKIRAN KI AGENG SURYOMENTARAM)**

**DITA DWI SAPUTRI**

**Universitas PGRI Yogyakarta**

[ditadwisaputri@yahoo.com](mailto:ditadwisaputri@yahoo.com)

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan dan menganalisis bagaimana penerapan pembelajaran menggunakan metode *mulur mungkret* menurut tinjauan terhadap konsep Ki Ageng Suryomentaram.

Penelitian ini dilaksanakan di Kabupaten Bantul tepatnya di SD Negeri Sendangsari Pajangan Bantul Yogyakarta. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kualitatif. Subyek penelitian dalam penelitian ini adalah guru kelas VI SD Negeri Sendangsari Pajangan Bantul Yogyakarta yang menggunakan pemikiran Ki Ageng Suryomentaram. Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan metode observasi, wawancara, dan dokumentasi. Adapun teknik yang digunakan dalam analisis data adalah pengumpulan data, reduksi data, display data, verifikasi dan penegasan kesimpulan. Pemeriksaan keabsahan data menggunakan uji kredibilitas dengan triangulasi.

Hasil penelitian menyimpulkan bahwa (1) Pemahaman guru mengenai *karep* siswa saat *mulur* dengan membuka wawasan siswa untuk menunjang cita-cita yang lebih tinggi. (2) Pemahaman guru mengenai *karep* siswa saat *mungkret* dengan pendekatan secara personal, anak diberi tugas tersendiri atau siswa dicarikan peluang ikut kegiatan yang menunjang *mungkret* siswa dengan mengetahui batas kemampuan. (3) Penerapan metode *mulur mungkret* dalam pembelajaran dengan melihat situasi. (4) Dampak dari guru yang menerapkan pembelajaran menggunakan metode *mulur mungkret* itu bisa lebih mengerti cara menghargai guru, cara menghargai orangtua dan menghargai orangtua tidak hanya cukup dengan ucapan namun dengan sikap, tindakan, tingkah laku dan bahasa, oleh karena itu siswa akan termotivasi dan mengetahui batas kemampuannya.

Kata Kunci : Pembelajaran, Metode *Mulur Mungkret*, Konsep dan Pemikiran Ki Ageng Suryomentaram

**ABSTRACT**

The of purpose research is to describe and analyze the application of learning using *mulur mungkret* method according to the review of Ki Ageng Suryomentaram concept.

This research was done in Bantul Regency in State Elementary School of Sendangsari Pajangan Bantul Yogyakarta. This is a descriptive qualitative research. The subject in this study are grade 6th elementary school of Sendangsari Pajangan Bantul who use the perspective of Ki Ageng Suryomentaram. Data collection in this research done by observation, interview, and documentation method. The technique used in data analysis are data collection, data reduction, data display, verification and affirmation of conclusions. Verify the validity of data used credibility test with triangulation.

The results concluded (1) Understanding of teachers on students *karep* at *mulur* by opening students insights to support higher goals. (2) Perspective teachers about *karep* students when student *mungkret* with a personal approach, student given their own chores or their student are looking for opportunities to participate in activities that support *mungkret* students by knowing their limits. (3) Application of *mulur mungkret* method in learning by looking at the situation, trying maximally, do not give up and know the limits of ability. (4) The impact of teachers using learning methods using *mulur mungkret* who can better understand how appreciate teachers, how to appreciate parents and appreciate parents not only with word but with attitude, actions, behavior. Therefore students will be motivated and know the limits of ability.

Keyword : Learning, *Mulur Mungkret* Method, Concept and Ki Ageng Suryomentaram idea.

## PENDAHULUAN

Selama ini pendidikan terutama di sekolah telah banyak menerapkan berbagai sistem dan metode pendidikan dan pembelajaran yang berasal dari negara-negara barat. Memang sistem tersebut dapat berhasil, namun tidak sedikit pula karena tidak sesuai dengan nilai dan budaya bangsa Indonesia atau bahkan bertentangan maka sistem tersebut tidak memberikan hasil seperti yang diharapkan. Sementara itu, masyarakat Indonesia masih banyak yang lupa bahwa bangsa Indonesia mempunyai sistem dan metode pendidikan asli Indonesia, ciptaan putra Indonesia sendiri yang disebut dengan Sistem Among yang merupakan teori atau gagasan dari Ki Hajar Dewantara, yang elah diterapkan melalui pendidikan Taman Siswa.

Sistem Among berasal dari bahasa Jawa yaitu *mong* atau *momong*, yang artinya mengasuh anak. Para guru disebut *pamong* yang bertugas untuk mendidik dan mengajar anak sepanjang waktu dengan kasih sayang. Tujuan dari Sistem Among adalah membangun anak didik menjadi manusia beriman dan bertaqwa, merdeka lahir dan batin, budi pekerti luhur, cerdas dan berketrampilan, serta sehat jasmani dan rohani agar menjadi anggota masyarakat yang mandiri dan bertanggungjawab atas kesejahteraan tanah air serta manusia pada umumnya. Dalam pelaksanaan Sistem Among, setelah anak didik menguasai ilmu, mereka didorong untuk mampu memanfaatkannya dalam masyarakat, didorong oleh cipta, rasa dan karsa.

Selain Ki Hajar Dewantara yang mempunyai sistem among ada juga tokoh yang mempunyai konsep *mulur mungkret* yaitu Ki Ageng Suryomentaram. Ki Hajar Dewantara berteman dengan Ki Gede Suryomentaram. Pada tahun 1992 didirikanlah pendidikan kebangsaan dengan nama Taman Siswa. Ki Hajar Dewantara dipilih menjadi pimpinannya. Ki Gede Suryomentaram diberi tugas mendidik orang-orang tua. Dalam sarasehan selasa kliwon, nama Ki Gede Suryomentaram dirubah oleh Ki Hajar Dewantara menjadi Ki Ageng Suryo Mentaram. Ki Ageng Suryomentaram adalah seorang pemikir kritis yang berangkat dari kearifan Jawa. Ki Ageng Suryomentaram dijuluki Sang Plato dari Jawa karena gagasannya jelas dan logis. Hal tersebut membuat dirinya berbeda dari pemikir Jawa lainnya yang lebih condong ke arah mistisisme. Posisinya sangat penting bagi pencerahan masyarakat Jawa dalam membentuk pribadi yang cerdas dan cendekia tanpa harus kehilangan jadi diri ketimurannya.

*Mulur Mungkret* merupakan salah satu kemampuan dalam beradaptasi terhadap sesuatu yang menurut pandangan Ki Ageng Suryomentaram akan membantu seseorang untuk mendapat kebahagiaan di dalam hidupnya. Gagasan-gagasan Ki Ageng Suryomentaram mengungkap bahwa kebahagiaan sejati dan jalan mencapai kebahagiaan tidak terdapat di luar diri manusia, melainkan ada dalam diri manusia itu sendiri, yakni sikap tabah. Dengan bersikap tabah, manusia dapat merasakan kebahagiaan (Prihartanti, 2012: 16).

*Mulur Mungkret* merupakan kemampuan sikap elastis dalam menghadapi masalah dan menghayati kehidupan. *Mulur* berasal dari bahasa Jawa yang secara bahasa berarti memanjang/mengembang. *Mungkret* berarti meringkus atau mengecil. Menurut pemikiran Ki Ageng Suryomentaram penyebab timbulnya rasa senang ialah tercapainya keinginan. Keinginan tercapai menimbulkan rasa senang, enak, lega, puas, tenang dan gembira. Padahal keinginan ini bila tercapai pasti mulur, membengkak dalam arti meningkat. Ini berarti bahwa hal yang diinginkan itu menngkat entah jumlahnya entah mutunya sehingga tidak dapat tercapai dan menimbulkan susah. Jadi senang itu tidak berlangsung terus-menerus (Ki Ageng Suryomentaram, 1985: 2). Berdasarkan uraian diatas penulis merumuskan pada penerapan pembelajaran menggunakan metode *mulur mungkret* Ki Ageng Suryomentaram di kelas V SD Sendangsari Pajangan Bantul.

## DESKRIPSI TEORITIK

### 1. Tinjauan Tentang Belajar

Sementara Hamalik (2003) menjelaskan bahwa belajar adalah memodifikasi atau memperteguh perilaku melalui pengalaman (*learning is defined as the modifier or strengthening of behavior through experiencing*). Menurut pengertian ini, belajar merupakan suatu proses, suatu kegiatan dan bukan merupakan suatu hasil atau tujuan. Dengan demikian belajar itu bukan sekedar mengingat tau menghafal saja, namun lebih luas dari itu merupakan mengalami. Hamalik juga menegaskan bahwa belajar adalah suatu proses perubahan tingkah laku individu atau seseorang melalui interaksi dengan lingkungannya. Perubahan tingkah laku ini mencakup perubahan dalam kebiasaan (habit), sikap (afektif), dan ketrampilan (psikomotorik). Perubahan tingkah laku dalam kegiatan belajar disebabkan oleh pengalaman atau latihan (dalam Ahmad Susanto, 2013:3-4).

## 2. Pengertian Pembelajaran

Definisi mengajar dalam konteks tradisional ini juga seperti yang diungkapkan oleh Slameto (2003), bahwa mengajar adalah penyerahan kebudayaan kepada anak didik yang berupa pengalaman dan kecakapan atau usaha untuk mewariskan kebudayaan masyarakat kepada generasi berikutnya. Aktivitas sepenuhnya atau tingkat pengendaliannya adalah guru, sedangkan siswa hanya mendengarkan apa yang disimpulkan oleh guru. Hal ini akan membuat siswa diam, tidak kritis dan apatis. *Kedua*, pengertian mengajar dalam konteks dunia modern sekarang ini, mengajar diartikan sebagai usaha mengorganisasikan lingkungan sehingga menciptakan kondisi belajar bagi siswa (dalam Ahmad Susanto, 2013: 20).

## 3. Metode Pembelajaran

Metode merupakan salah satu strategi atau cara yang digunakan oleh guru dalam proses pembelajaran yang hendak dicapai, semakin tepat metode yang digunakan oleh seorang guru maka pembelajaran akan semakin baik. Metode berasal dari kata *methodos* dalam bahasa Yunani yang berarti cara atau jalan. Sudjana (2005: 76) berpendapat bahwa metode merupakan perencanaan secara menyeluruh untuk menyajikan materi pembelajaran bahasa secara teratur, tidak ada satu bagian yang bertentangan, dan semuanya berdasarkan pada suatu pendekatan tertentu.

## 4. Riwayat Singkat Ki Ageng Suryomentaram

Suryomentaram, begitu kelak lelaki ini dikenal. Nama resmi yang tertera di *Serat Raja Putra Ngayogyakarta Hadiningrat* yang dihimpun oleh K.R.T Mandoyokusumo, dan diterbitkan Babadan Museum Karaton Ngayogyakarta Hadiningrat 1976 adalah Suryomataram. Suryomentaram adalah anak ke-55 dari total 78 anak Sri Sultan Hamengku Buwono VII. Ibunya adalah B.R.A (*Bendara Raden Ayu*) Retnomandoyo, sebagai istri dari golongan kedua (*garwo ampeyan*) Sultan, anak dari Patih Danurejo VI. Suryomentaram lahir pada tanggal 20 Mei 1892, di Keraton Yogyakarta.

Dari segi perawakan R.M Kudiarmaji berambut panjang, wajah lonjong, bermata lebar, hidung mancung dan daun telinganya besar. Ketika kemudian ia menginjak dewasa ia selalu memelihara kumis tebal. Suryomentaram lebih dekat dengan dua orang dari 78 saudaranya yang lain. Pertama, ia dekat dengan G.P.H Notoprojo, anak Sri Sultan Hamengku

Buwono VII yang ke-31 dari *garwa padmi* Gusti Kanjeng Ratu Kencono. Bersama G.P.H. Notoprojo, Kudiarmaji kerap berdiskusi tentang kebatinan. Kedua, ia juga dekat dengan B.P.H. Suryodiningrat anak ke-42 Sri Sultan Hamengku Buwono VII, dari *garwa ampeyan* Bendara Raden Ayu Retnojuwito. R.M. Kudiarmaji sering berdiskusi dan belajar tentang ilmu politik bersama B.P.H Suryodiningrat.

Bersama dengan saudara-saudaranya yang lain, B.R.M. Kudiarmaji mendapatkan pendidikan dasar di Sekolah Keraton Srimenganti, setara dengan sekolah dasar yang berada di wilayah lingkungan keraton. Setelah menyelesaikan sekolah dasar, ia mengikuti kursus untuk *Klein Ambtenaar* (Pegawai Sipil *Junior*). Setelah selesai dari *Klien Ambtenaar* ia menjadi tenaga administratif di Residen Yogyakarta. Posisi itu dijalankan selama dua tahun. Dan itu pula ia harus mempelajari Bahasa Belanda B.R.M. Kudiarmaji juga mempelajari bahasa Arab untuk pelajaran agamanya, serta belajar Bahasa Inggris untuk menutupi kekurangan dalam pendidikan formalnya (Dinas Kebudayaan DIY, 2017: 5).

## 5. Konsep Mulur Mungkret Ki Ageng Suryomentaram

Perjalanan peradaban manusia bergerak dari yang sederhana menuju yang canggih, dari yang kecil menuju yang besar, dari yang sedikit menuju yang banyak, dari yang rumit menjadi gampang, dari yang irrasional menjadi rasional. Manusia memiliki keinginan agar lebih baik, lebih enak, lebih banyak, lebih lengkap, lebih nyaman, lebih makmur, lebih bergengsi, lebih terkenal, lebih puas, lebih bahagia, lebih sempurna, lebih berkualitas dan lain-lain. Untuk itu perubahan adalah keniscayaan. Jalannya; inovasi, renovasi, rekayasa, eksplorasi, hingga eksploitasi yang telah melahirkan modernisasi, globalisasi, industrialisasi, komputerisasi, teknologi informasi dan telekomunikasi.

Pertarungan paling sengit dalam kehidupan sosial adalah pertarungan antara kekuatan dari dua keinginan tersebut di atas. Pemenangnya adalah pihak yang memiliki otoritas terkuat dan otoritas itulah yang mendominasi dinamika kehidupan manusia. Gambaran tentang apa yang terjadi pada tataran kehidupan global ini merupakan refleksi dari dinamika psikologis setiap individu. Kerinduan dan pengakuan akan keluhuran nilai lama yang pernah ditinggalkan, sekaligus keinginan untuk merubah kehidupan pribadi menjadi

lebih baik. Itulah gambar dinamika psikologis individu yang bergerak diantara dua kutub, kutub masa depan dan kutub masa silam.

#### 1) Strategi *Coping*

*Mulur Mungkret* sebagai metode strategi *coping*. Strategi *coping* didefinisikan secara terperinci oleh Folkman (1984) sebagai bentuk usaha kognitif dan perilaku yang dilakukan seseorang untuk mengatur tuntutan internal dan eksternal yang timbul dari hubungan individu dengan lingkungan, yang dianggap mengganggu batas-batas yang dimiliki oleh individu tersebut. *Coping* yang dimaksud terdiri dari pikiran-pikiran khusus dan perilaku yang digunakan individu untuk mengatur tuntutan dan tekanan yang timbul dari hubungan individu dengan lingkungan, khususnya yang berhubungan dengan kesejahteraan.

Coyne dan kawan-kawan (1981) menyatakan bahwa *coping* merupakan usaha-usaha baik kognitif maupun perilaku yang bertujuan mengelola tuntutan lingkungan dan internal, serta mengelola konflik-konflik yang mempengaruhi individu melampaui kapasitas individu. Selain itu Cohen dan Lazarus (Folman, 1984) menambahkan tujuan perilaku *coping* adalah untuk mengurangi kondisi lingkungan yang menyakitkan, menyesuaikan dengan peristiwa-peristiwa atau kenyataan-kenyataan yang negatif, mempertahankan keseimbangan emosi, mempertahankan *self image* yang positif, serta untuk meneruskan hubungan yang memuaskan dengan orang lain (dalam Dinas Kebudayaan DIY, 2017: 156).

Berdasarkan sejumlah pendapat dari para ahli tersebut, dapat disimpulkan bahwa strategi *coping* merupakan aktivitas-aktivitas spesifik yang dilakukan oleh individu dalam bentuk kognitif dan perilaku, baik disadari maupun tidak oleh individu tersebut, yang bertujuan untuk menghilangkan atau mengurangi ancaman-ancaman yang ditimbulkan oleh masalah internal maupun eksternal dan menyesuaikan dengan kenyataan-kenyataan negatif, mempertahankan keseimbangan emosi dan *self image* positif, serta meneruskan hubungan yang memuaskan dengan orang lain.

#### 2) *Mulur Mungkret*

*Mulur Mungkret* adalah dinamika *karep* (keinginan) dalam mengejar *semat* (kekayaan, harta benda, kesenangan), *drajat* (kedudukan, kehormatan, kemuliaan, kebanggaan) dan *kramat* (kekuasaan, kepercayaan, pujian, disegani, dan lain sebagainya). *Mulur* jika keinginan tercapai dan merasa senang/*bungah*. Itu artinya keinginan seseorang selalu meningkat baik kualitas maupun kuantitasnya. *Mungkret* jika merasa susah karena keinginan tak tercapai.

Dalam *kawruh jiwa*, *mulur mungkret* merupakan *output* dari proses *Pangawikan Pribadi* (olah jiwa). Orang yang tidak terbiasa melakukan *Pangawikan Pribadi* akan memiliki pengetahuan yang rancu atau salah tentang diri sendiri dan tentang realitas kehidupan yang dihadapinya. Hal tersebut akan mengakibatkan terjadinya masalah yang mengganggu kesehatan jiwanya. Jika ada masalah, mereka umumnya sibuk meneliti pihak lain dan mengabaikan penelitian terhadap diri sendiri.

Konsep *mulur mungkret* (mendorong dan mengerut) disampaikan Ki Ageng Suryomentaram merupakan realitas yang terjadi dalam diri setiap manusia dalam upaya menggapai setiap keinginannya, entah disadari atau tidak. Setiap manusia (normal) pasti memiliki keinginan yang selalu bertambah, sesuai dengan 'nature/sifat dasar' manusia yang tidak pernah puas. Sebaliknya jika keinginannya tidak tercapai, seringkali manusia menurunkan target keinginannya. Contohnya, orang yang memiliki kendaraan. Semula ingin memiliki sepeda motor, jika sudah tercapai ingin memiliki mobil sederhana, ingin memiliki mobil yang lebih bagus, ingin memiliki lebih dari satu mobil dan seterusnya. Ini adalah keinginan yang 'mulur' (mendorong).

Sebaliknya, ketika seseorang memiliki keinginan yang tinggi, namun tidak segera tercapai (kemungkinan tercapai sangat kecil), maka yang (perlu) dilakukannya adalah menurunkan keinginannya itu menjadi lebih rendah. Misalnya, semula ingin istri yang cantik dan pintar, diturunkan (*mungkret*-mengerut) menjadi yang penting cantik. Jika pintar dan cantik juga tidak mungkin, ya asalkan masih

gadis. Jika ini tidak tercapai, janda pun tidak apa-apa, asal belum punya anak.

*Mulur Mungkret* sebagai *output* dari proses olah jiwa/ olah rasa/ *Pangawikan Pribadi* bukanlah sebuah keputusan yang asal-asalan, melainkan sebuah keputusan yang dibuat setelah melewati proses *NYAWANG KAREP* dan penerapan rumus *NemSa* (*Sabutuhe, Sacukupe, Saperlune, Sabenere, Samesthine, Sopenake*).

- a. *Sabutuhe* (*need*): benar-benar membutuhkan.
- b. *Sacukupe* (*sufficient*): modal yang dimiliki cukup untuk mendapatkannya.
- c. *Saperlune* (*necessity*): ada tujuannya.
- d. *Sabenere* (*real and valid*): yang diinginkan ini, nyata, ada wujud fisiknya dan cara untuk mendapatkannya, sah. (*catatan: Gagasan tidak memiliki wujud fisik, maka semua keinginan yang berwujud gagasan tidak perlu dilayani*).
- e. *Samesthine* (*fit and proper*): layak dan pantas dimiliki.
- f. *Sopenake*: jika 5 syarat diatas terpenuhi maka akan merasa enak/senang (Dinas Kebudayaan DIY, 2017:156-158).

### 3) Aplikasi Metode Strategi *Coping Mulur Mungkret*

Ada 2 instrumen strategi *coping mulur mungkret* yang bisa diaplikasikan yakni; *Surat Imajiner* dan *Tabel Kandha Takon*. *Surat Imajiner* bisa diaplikasikan pada kelompok usia remaja SMP hingga mahasiswa sebagai sebuah teknik konseling dalam bimbingan konselor. Sedangkan *Tabel Kandha Takon* bisa diaplikasikan bagi kelompok usia dewasa, tanpa bimbingan orang lain. Meski demikian kedua instrumen ini tetap dalam satu prinsip *kawruh jiwa* yang sama yakni menyelesaikan masalah tanpa nasehat. Setiap individu bisa menjadi guru sekaligus murid bagi dirinya sendiri. "*Guru iku muride pribadi, murid iku gurune priyangga*".

#### a. Surat Imajiner

Yang dimaksud dengan *surat imajiner* adalah surat yang ditulis seolah-olah akan dikirim kepada seseorang dan atau seolah olah dikirim dari seseorang. Surat itu berisi hal-hal atau ungkapan-ungkapan yang tidak mungkin disampaikan secara langsung dan

surat itu tidak untuk diberikan kepada orang yang dituju. Ada dua macam surat yang dimaksudkan sebagai surat imajiner dalam deskripsi ini, yakni;

a) **Surat Imajiner** yang ditulis (oleh siswa) untuk seseorang atau figur tertentu misalnya untuk ibu kandung, ayah kandung, Tuhan/Allah, teman yang paling dibenci, guru yang paling dibenci, dan lain sebagainya. Isi surat tersebut adalah ungkapan perasaan, keluhan-keluhan, dan pendapat yang tidak mungkin disampaikan secara langsung baik lisan maupun dengan tulisan surat biasa. Jadi setelah ditulis surat tersebut tidak dikirim kepada orang yang dituju, melainkan diserahkan kepada konselor/guru BK.

b) **Surat Imajiner** yang ditulis (oleh siswa) seolah-olah merupakan balasan terhadap surat yang pertama, misalnya surat balasan dari ibu kandung, ayah kandung, Tuhan/Allah, teman yang paling dibenci, dan lain sebagainya. Jadi dalam menulis surat imajiner yang kedua ini, siswa/klien berusaha memosisikan diri sebagai orang lain. Dengan kata lain ia melakukan *disposisi batin* sebagai orang lain seperti ibu kandung atau ayah kandung, Tuhan/Allah, teman yang paling dibenci, guru yang paling dibenci dan lain sebagainya.

Menulis surat, baik surat untuk sahabat dekat maupun menulis buku harian merupakan salah satu aktifitas khas yang sangat digemari anak SMP. Umumnya rangkaian kata-kata dalam surat-surat anak remaja adalah ungkapan rasa hati/perasaan yang mendalam dari pengalaman pemenuhan kebutuhan akan perhatian dan kasih sayang/cinta. Maka kegemaran ini bisa dikembangkan menjadi sebuah sarana latihan *komunikasi intra-personal* (*Junggring Salaka*) yang mengarah kepada penataan dan pengendalian nilai-nilai dalam rangka pembentukan kepribadian yang dewasa/mandiri.

Untuk itulah menulis surat imajiner menjadi pilihan yang paling tepat/strategis. Remaja SMP hingga mahasiswa telah merekam begitu banyak nilai hidup lewat tayangan-tayangan film, berita, khotbah-khotbah pemuka agama, nasehat guru dan orangtua dan lain-lain, baik lisan maupun lewat media masa yang sudah mereka konsumsi sekitar 8 hingga 20 tahun, jadi tidak perlu dibombardir lagi dengan nasehat yang sama. Jika merasa tidak serius mendengarkan atau justru malah ribut sendiri saat guru memberikan nasehat, hampir pasti bahwa isi nasehat guru tersebut tidak ada yang baru.

Dengan kata lain siswa merasa bahwa dia sendiri juga bisa memberi nasehat seperti itu (dia sudah dewasa), tak perlu dinasehati, dia butuh pengendalian dan penguatan. Secara psikologis, semua individu yang merasa diri telah dewasa tidak suka dinasehati, apalagi penghakiman-penghakiman. Awal kegagalan dari kerja guru Bimbingan Konseling adalah ketika ia merasa bahwa siswanya masih belum tahu apa-apa sehingga harus dibombardir dengan berbagai nasehat, penghakiman atau bahkan ancaman.

Oleh sebab itu tugas seorang guru atau pamong sebaiknya diprioritaskan untuk *mengantar* anak masuk kedalam proses menata dan mengolah nilai-nilai kehidupan yang telah ia rekam dari berbagai sumber informasi dalam *JUNGGRING SALAKA*. Berikut adalah beberapa tahap yang dilakukan oleh seorang guru/konselor dalam aplikasi surat imajiner.

a) Menceritakan berbagai versi pengalaman perjuangan orangtua sebagai ilustrasi untuk mengaktifkan memori siswa akan berbagai pengalaman bersama orangtua masing-masing yang telah dilalui baik

sukacita maupun penderitaan.

- b) Dengan tenang meminta (bukan menyuruh atau memerintah) agar siswa mencoba menulis surat yang seolah-olah akan dikirim kepada ibu atau ayah. *Isinya adalah cerita tentang semua persoalan yang mengganjal dihati, semua hal yang tak mungkin disampaikan secara langsung kepada ibu/ayah dan apa saja yang ingin disampaikan/diungkapkan.*
- c) Membaca dan mengidentifikasi aspek-aspek psikologis yang termuat dalam surat-surat tersebut.
- d) Meminta siswa menulis surat imajiner yang berisi tanggapan ibu/ayah/Tuhan terhadap suratnya.
- e) Melakukan penilaian yang meliputi; keterbukaan dan kewajaran dan kemampuan konseptual untuk mengarahkan diri (*self-conseling*).
- f) Mengimput penilaian dan aspek-aspek psikologis yang ditemukan dalam 2 surat imajiner dalam tabel *self konseling*.

#### **b. Kandha Takon**

Kegiatan utama *kandha takon* adalah *nyawang karep* dan konsultasi setiapi *karep* pada rumus *NemSa* dengan harapan individu dewasa bisa mencapai kebahagiaan/*begja* setelah merasakan *raos sami, raos langgeng* dan *raos aku tanpa ciri* (Dinas Kebudayaan DIY, 2017: 162).

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Pendekatan Penelitian**

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif karena penelitian ini mengembangkan konsep atas data yang ada dan lebih mengutamakan proses dari pada hasil. Adapun yang dimaksud dengan penelitian kualitatif yaitu penelitian yang bermaksud untuk memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh subjek penelitian secara holistik, dan dengan cara deskripsi dalam bentuk kata-kata dan bahasa, pada suatu konteks khusus yang alamiah

dengan memanfaatkan berbagai metode ilmiah (Moleong, 2007: 6).

#### **B. Tempat dan Waktu Penelitian**

Penelitian tentang penerapan pembelajaran menggunakan metode *mulur mungkret* menurut tinjauan terhadap konsep Ki Ageng Suryomentaram ini di laksanakan di kelas VI SD Sendangsari Pajangan Bantul Yogyakarta. Kegiatan penelitian ini dimulai sejak disahkannya surat ijin penelitian yaitu bulan Mei s/d Juli 2017.

#### **C. Subjek Penelitian**

Subjek penelitian ini adalah guru kelas VI yang menggunakan pemikiran Ki Ageng Suryomentaram.

#### **D. Metode Pengumpulan Data**

Burhan Bungin (2003: 42) menjelaskan metode pengumpulan data adalah dengan cara apa dan bagaimana data yang diperlukan dapat dikumpulkan sehingga hasil akhir penelitian mampu menyajikan informasi yang *valid* dan *reliable*.

#### **E. Instrumen Penelitian**

Suharsimi Arikunto (2002: 136) menyatakan bahwa instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap, dan sistematis sehingga lebih mudah diolah.

#### **F. Keabsahan Data**

Melalui keabsahan data kredibilitas (kepercayaan) penelitian kualitatif dapat tercapai. Dalam penelitian ini untuk mendapatkan keabsahan data dilakukan dengan triangulasi. Adapun triangulasi adalah teknik pemeriksaan keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu yang lain di luar data itu untuk keperluan pengecekan atau sebagai pembandingan terhadap data itu (Moleong, 2006:330).

#### **G. Teknik Analisis Data**

Menurut Patton (Moleong, 2006:103), analisis data adalah "proses mengatur urutan data, mengorganisasikannya ke dalam suatu pola, kategori dan uraian dasar". Definisi tersebut memberikan gambaran tentang betapa pentingnya kedudukan analisis data dilihat dari segi tujuan penelitian. Prinsip pokok penelitian kualitatif adalah menemukan teori dari data.

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Pemahaman guru mengenai karep siswa yang saat *mulur*.**

Berdasarkan wawancara yang dilakukan oleh peneliti dalam memahami karep siswa yang *mulur* itu perlu perhatian, memberi gambaran serta harus membuka wawasan siswa karena setiap siswa itu memiliki keinginan yang selalu bertambah sesuai dengan rasa yang selalu tidak puas. Dengan penanganan membuka wawasan siswa akan mempunyai cita-cita yang lebih tinggi dan mengetahui batas kemampuannya. Siswa akan selalu termotivasi untuk mendapatkan sesuatu yang lebih baik, namun siswa tidak akan merasa susah atau sedih jika ternyata cita-cita atau keinginan awalnya tidak dapat tercapai. Rasa senang yang timbul jika keinginan siswa tercapai dan rasa susah timbul jika keinginan siswa tidak tercapai. Jadi senang dan susah itu tergantung dari keinginan siswa bukan tergantung pada keadaan yang terjadi. Keadaan adalah netral, namun sikap terhadap keadaan itu yang tidak netral. Sikap terhadap kenyataan itu tergantung pada keinginan diri sendiri.

Hal tersebut sama dengan pemikiran Ki Ageng Suryomentaram penyebab timbulnya rasa senang ialah tercapainya keinginan. Keinginan tercapai menimbulkan rasa senang, enak, lega, puas, tenang dan gembira. Padahal keinginan ini bila tercapai pasti *mulur*, membengkak dalam arti meningkat. Ini berarti bahwa hal yang diinginkan itu meningkat entah jumlahnya entah mutunya sehingga tidak dapat tercapai dan menimbulkan susah. Jadi senang itu tidak berlangsung terus-menerus (Ki Ageng Suryomentaram, 1985: 2).

Dalam memahami karep siswa yang saat *mulur* ada kaitannya dengan jurnal yang ditulis oleh Uswatun Marhamah. Penyebab mengapa manusia keadaannya selalu berubah (*mulur mungkret*), dari bahagia menjadi susah dan sebaliknya. Dengan mengetahui penyebabnya, yakni rasa "aku", diharapkan manusia menjadi sadar dan dapat mengenal diri sendiri. Peran utama konselor dalam konseling dengan menggunakan nilai-nilai kawruh jiwa ini adalah sebagai "pengingat". Yaitu sebagai orang yang mengingatkan individu yang senantiasa tegar (*tatag*) dalam menerima apapun dalam hidupnya. Karena hakekat manusia adalah keinginan, jika manusia tidak bisa mengendalikan keinginan dengan baik maka manusia itu akan mempertuturkan

banyak keinginannya dan ini yang membuat tidak bahagia (Uswatun Marhamah, 2015: 104-105).

#### **B. Pemahaman guru mengenai karep siswa yang saat *mungkret*.**

Dalam memahami karep siswa yang saat *mungkret* itu harus menurunkan target keinginan sesuai batas kemampuan, memberikan pendekatan pribadi serta diberi tugas untuk menunjang *mungkretnya* siswa agar siswa lebih berkreatif, selain itu guru juga memberi motivasi siswa agar lebih berinovasi dan berusaha pantang menyerah. Dengan memahami karep siswa yang *mungkret* ini siswa diharapkan tidak larut dalam kesedihan dan mempunyai keinginan yang luas dengan mengetahui batas kemampuannya. Anak diberi gambaran bahwa tidak akan mungkin ikut orangtua selamanya. Pandangan jauh kedepan, jadi siswa mulai sekarang harus mempunyai harapan, mempunyai cita-cita. Untuk menunjang cita-cita maka harus kalian bangun sekarang jadi anak biar berwawasan jauh kedepan. Ini perlu karena anak tanpa cita-cita, tanpa suatu harapan, anak ini nantinya akan stagnan yang penting berangkat sekolah.

Hal tersebut sama dengan pemikiran Ki Ageng Suryomentaram ketika seseorang memiliki keinginan yang tinggi namun tidak segera tercapai (kemungkinan tercapai sangat kecil), maka yang perlu dilakukannya adalah menurunkan keinginannya itu menjadi lebih rendah. Misalnya semula ingin istri yang cantik dan pintar, diturunkan (*mungkret-mengerut*) menjadi yang penting cantik, walau tidak pintar, atau yang penting pintar walaupun tidak kurang cantik. Jika ini belum tercapai, janda pun tidak apa-apa asal belum punya anak (Dinas Kebudayaan DIY, 2017: 158).

Dalam memahami karep siswa yang saat *mungkret* ini hampir sama dengan memahami karep siswa *mulur* ada kaitannya dengan jurnal yang ditulis oleh Uswatun Marhamah. Penyebab mengapa manusia keadaannya selalu berubah (*mulur mungkret*), dari bahagia menjadi susah dan sebaliknya. Dengan mengetahui penyebabnya, yakni rasa "aku", diharapkan manusia menjadi sadar dan dapat mengenal diri sendiri. Peran utama konselor dalam konseling dengan menggunakan nilai-nilai kawruh jiwa ini adalah sebagai "pengingat". Yaitu

sebagai orang yang mengingatkan individu yang senantiasa tegar (*tatag*) dalam menerima apapun dalam hidupnya. Karena hakekat manusia adalah keinginan, jika manusia tidak bisa mengendalikan keinginan dengan baik maka manusia itu akan memperturutkan banyak keinginannya dan ini yang membuat tidak bahagia (Uswatun Marhamah, 2015: 104-105).

#### **C. Penerapan metode *mulur mungkret* dalam pembelajaran.**

Berdasarkan wawancara dan pengamatan yang telah dilakukan oleh peneliti, dalam menerapkan pembelajaran menggunakan metode *mulur mungkret* itu harus melihat situasi dalam pembelajaran tersebut misalnya situasinya anak-anak sehabis lebaran dan mungkin kita materinya untuk biar anak itu ceria kaitannya dengan suasana lebaran biar anak ceria. *Mungkretnya* menyadarkan anak lebaran sudah selesai, bulan syawal bulan peningkatan dan harus meningkat sebentar lagi tahun baru hijriah dibuka dengan suasana nuansa baru itu *mungkret*. Kita mengingat kembali apa yang kita lakukan selama satu tahun kemarin, di kelas V hasilnya bagaimana itu *mungkret*. Anak-anak waktunya ingat kelas VI hanya sebentar jadi anak harus sadar akan tanggung jawab, anak kalau sudah sadar belajar dari dirinya sendiri orangtua tidak akan repot menyuruh anak belajar kalau sudah sadar belajar itu kebutuhan sendiri lebih bagus jadi tidak usah disuruh anak akan sadar perlunya belajar.

Selain itu pada saat pelajaran matematika guru menerapkan metode *mulur mungkret* karena mata pelajaran matematika itu mata pelajaran yang kebanyakan tidak disukai oleh siswa jadi sebelum memulai pelajaran matematika harus *mulur* dulu dengan memberi gambaran serta harus membuka wawasan siswa karena setiap siswa itu memiliki keinginan yang selalu bertambah sesuai dengan rasa yang selalu tidak puas dan siswa akan selalu termotivasi untuk mendapatkan sesuatu yang lebih baik. Untuk menunjang *mungkretnya* siswa agar siswa lebih berkreatif, guru juga memberi motivasi siswa agar lebih berinovasi dan berusaha pantang menyerah. Dalam artian materi kita harus memahami bahwasannya *mulur mungkret* disini kalau anak kita itu di kelas jumlahnya 24 jadi kepribadian anak ini juga ada 24 jenis kemampuan anak, jadi

kadang harus menyesuaikan anak. Kepribadian itu pola khas seseorang dalam berpikir.

Penerapan pembelajaran menggunakan metode *mulur mungkret* ini sejalan dengan metode *mawas diri* yang di dalamnya ada *kandha-takon* yang merupakan sebuah cara bagaimana seseorang merefleksikan diri-nya, baik dengan dirinya sendiri maupun dengan orang lain. *Kandha-takon* ini adalah sebuah dialog interpersonal berupa *sharing* antar peserta yang tidak jauh berbeda dengan konseling kelompok dan dialog intrapersonal berupa perenungan pribadi, bahasa sederhananya adalah introspeksi. Dalam *kandha-takon* ini tidak ada guru murid, yang berarti setiap orang bisa menjadi guru sekaligus murid bagi dirinya sendiri. Objek dari kegiatan *kandha-takon* ini adalah menyadari raga (*rasa ning raga*), menyadari pikiran (*rasa ning pikir/rasa ning karep*), dan menyadari rasanya sendiri (*rasa ning rasa*). Singkatnya, menyadari dan berdialog dengan 'aku' yang ada saat ini, di sini dengan segala yang dipikirkan dan dirasakan. Kegiatan *kandha-takon* ini sadar, peka, dan menerima semua realitas diri dalam setiap waktunya. Sadar berarti tidak hanyut pada bayangan masa lalu dan tidak terperjara pada khayalan masa depan (Prihartanti, 2003; Prawitasari, 2012) (dalam Abdul Kholik, 2015: 130).

Penerapan pembelajaran menggunakan metode *mulur mungkret* ini memiliki keserupaan dengan *kramadangsa* dan cara mengenal diri dalam kawruh jiwa pada anak-anak. Kepribadian seseorang berbeda antara satu individu dengan yang lain. Kepribadian merupakan pola khas seseorang dalam berpikir, merasakan, dan berperilaku yang relatif stabil serta dapat diperkirakan (Fudyartanto, 2003). Kepribadian membentuk kondisi kejiwaan seseorang dan memengaruhi dengan sikapnya terhadap kehidupan. Kepribadian terbentuk dari pengalaman-pengalaman yang dilalui individu dari masa anak-anak hingga dewasa. Pengalaman-pengalaman yang dimiliki oleh anak-anak tidak terjadi dengan sendirinya. Menurut Santrock (2007), anak dikelilingi oleh tiga lingkungan yang berbeda yakni keluarganya, *peer group*, dan lingkungan sekolahnya. Ketiga lingkungan ini membawa dampak yang berbeda-beda terhadap tumbuh kembang

anak. Tiga lingkungan itu memiliki peranan dalam kehidupan seorang anak. Pengalaman yang didapatkan dari hasil berinteraksi dengan ketiga lingkungan itu akan memengaruhi kehidupan anak (Dinas Kebudayaan DIY, 2017: 170-171).

#### **D. Dampak terhadap siswa dari guru yang menerapkan pembelajaran menggunakan metode *mulur mungkret*.**

Berdasarkan wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti, dampak terhadap siswa dari guru yang menerapkan pembelajaran menggunakan metode *mulur mungkret* itu dampaknya jelas tetapi tidak bisa dalam jangka waktu tertentu dan perlu proses. Dengan menggunakan metode *mulur mungkret* siswa akan mempunyai motivasi, mengetahui batas kemampuannya dan lebih mengerti cara menghargai orang lain.

Hal tersebut serupa dengan pemikiran Ki Ageng Suryomentaram dalam mengawasi keinginan. Manusia itu semua sama yakni abadi, rasanya sebentar senang, sebentar susah, sebentar senang, sebentar susah, demikian seterusnya. Bila kebenaran itu dipahami, keluarlah orang dari penderitaan neraka iri dan sombong, sesal dan khawatir yang menyebabkan prihatin, celaka dan masuklah ia dalam surga tenteram dan tabah yang menyebabkan orang bersuka-cita dan bahagia. Setelah bersuka cita dan bahagia, maka dapatlah orang menyadari dirinya sendiri sewaktu timbul keinginan apa-apa. Setiap keinginan itu pasti mengandung rasa takut kalau tidak tercapai. Keinginan inilah yang segera diyakinkannya, "keinginan itu jika tercapai tidak menimbulkan bahagia, melainkan senang sebentar yang kemudian akan susah lagi. Bila tidak tercapai pun tidak menyebabkan celaka, hanyalah susah sebentar yang kemudian akan senang lagi". Maka ia bisa menantangnya, "silahkan keinginan berusaha mati-matian menolak susah abadi, pastilah tidak berhasil. Kamu (keinginan) tidak mengkhawatirkan lagi". Bila orang dapat meyakinkan keinginannya sendiri demikian, lenyaplah rasa prihatin. Bebareng lenyapnya prihatin, tumbulah si pengawas keinginannya sendiri dengan paham akan keinginannya sendiri (Ki Ageng Suryomentaram, 1985: 24).

## SIMPULAN

### A. Simpulan

Berdasarkan dari hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Memahami karep siswa yang *mulur* itu perlu perhatian, memberi gambaran serta harus membuka wawasan siswa karena setiap siswa itu memiliki keinginan yang selalu bertambah sesuai dengan rasa yang selalu tidak puas. Dengan penanganan membuka wawasan siswa akan mempunyai cita-cita yang lebih tinggi dan mengetahui batas kemampuannya. Siswa akan selalu termotivasi untuk mendapatkan sesuatu yang lebih baik, namun siswa tidak akan merasa susah atau sedih jika ternyata cita-cita atau keinginan awalnya tidak dapat tercapai.
2. Dalam memahami karep siswa yang saat *mungkret* itu harus menurunkan target keinginan sesuai batas kemampuan, memberikan pendekatan pribadi serta diberi tugas untuk menunjang *mungkretnya* siswa agar siswa lebih berkreasi, selain itu guru juga memberi motivasi siswa agar lebih berinovasi dan berusaha pantang menyerah. Dengan memahami karep siswa yang *mungkret* ini siswa diharapkan tidak larut dalam kesedihan dan mempunyai keinginan yang luas dengan mengetahui batas kemampuannya.
3. Pemahaman guru menerapkan pembelajaran menggunakan metode *mulur mungkret* itu harus melihat situasi dalam pembelajaran tersebut misalnya situasinya anak-anak sehabis lebaran dan mungkin kita materinya untuk biar anak itu ceria kaitannya dengan suasana lebaran biar anak ceria. *Mungkretnya* menyadarkan anak lebaran sudah selesai, bulan syawal bulan peningkatan dan harus meningkat sebentar lagi tahun baru hijriah dibuka dengan suasana nuansa baru itu *mungkret*.
4. Penerapan metode *mulur mungkret* dalam pembelajaran dengan melihat situasi, berusaha semaksimal mungkin, jangan menyerah dan mengetahui batas kemampuannya.
5. Dampak dari guru yang menerapkan pembelajaran menggunakan metode *mulur mungkret* itu bisa lebih mengerti bagaimana cara menghargai guru, bagaimana cara menghargai orangtua

dan menghargai orangtua itu tidak hanya cukup dengan ucapan namun dengan sikap dengan tindakan, tingkah laku, bahasa dan sebagainya. Akan termotivasi dan mengetahui batas kemampuannya. Dampaknya jelas tetapi tidak bisa dalam jangka waktu tertentu dan perlu proses. Dengan menggunakan metode *mulur mungkret* siswa akan mempunyai motivasi, mengetahui batas kemampuannya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Kholik. 2015. *Jurnal Konsep Psikoterapi Kawruh Jiwa Ki Ageng Suryomentaram*. Universitas Gadjah Mada
- Ahmad Susanto. 2013. *Teori Belajar dan Pembelajaran di Sekolah Dasar*. Jakarta: Fajar Interpratama Mandiri.
- Arikunto, Suharsimi. 2002. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Bungin, Burhan. 2003. *Analisis Data Penelitian Kualitatif*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Dinas Kebudayaan DIY. 2017. *Ilmu Kawruh Jiwa Suryomentaram*. Yogyakarta.
- Grangsang Suryomentaram. 1985. *Ajaran-Ajaran Ki Ageng Suryomentaram*. Jakarta: Yayasan Idayu.
- Uswatun Marhamah. 2015. *Jurnal Bimbingan Konseling*. Universitas Negeri Semarang
- Moleong, L. J. 2006. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Prastiti & Prihartanti. 2012. *Konsep Mawas Diri Suryomentaram Dengan Regulasi Emosi*. Jurnal Penelitian Humaniora, Vol 13, No 1, 16 Februari: 2012: 16.
- Sudjana, Nana. 2005. *Dasar-Dasar Proses Belajar Mengajar*. Bandung: Sinar Baru Algesindo.