

BAB 1

PENDAHULUAN

Kedamaian batin merupakan kebutuhan mendasar sekaligus tujuan luhur dalam kehidupan manusia. Dalam konteks pergolakan batin yang kerap mewarnai fase transisi kehidupan pada *emerging adult*, penting untuk menghadirkan upaya peningkatan kedamaian batin yang menyentuh dimensi spiritual-transendental melalui implementasi kerangka kerja bimbingan teistik. Oleh karena itu, bab ini menyajikan landasan awal bagi keseluruhan disertasi yang berjudul “*Efikasi Kerangka Kerja Bimbingan Teistik untuk Meningkatkan Kedamaian Batin*”. Uraian dimulai dengan latar belakang penelitian, identifikasi dan rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian secara teoretis dan praktis, serta gambaran umum sistematika penulisan disertasi yang diuraikan sebagai berikut:

1.1 Latar Belakang Penelitian

Pendidikan memiliki tanggung jawab luhur untuk tidak hanya mencerdaskan peserta didik secara intelektual, tetapi juga membentuk pribadi yang damai secara batiniah. Dalam konteks ini, pendidikan kedamaian tidak cukup hanya berbicara tentang upaya mencegah kekerasan atau menyelesaikan konflik sosial, tetapi juga harus menyentuh kedalaman psikologis dan spiritual peserta didik yang salah satunya termanifestasi melalui kedamaian batin (*inner peace*). *Inner peace* merupakan dimensi mikro dari konsep besar kedamaian (*peace*) yang berfokus pada perubahan intrastate jasmaniah maupun ruhaniah dalam diri manusia. Keberadaan *inner peace* menjadi krusial dalam kerangka pendidikan karena berfungsi sebagai fondasi untuk membentuk karakter utuh, sikap kooperatif, serta resiliensi dalam menghadapi tantangan hidup dan dinamika sosial. *Inner peace* secara akademik membuka arah baru dalam konseptualisasi pendidikan kedamaian, yakni melampaui paradigma lama dalam ilmu sosial modern yang cenderung terbatas pada *negative peace* (ketiadaan konflik/kekerasan) dan *positive peace* (ketiadaan ketidakadilan struktural) sebagaimana dikembangkan oleh Galtung dan para pemikir perdamaian Barat (Barnett, 2008; Galtung, n.d., 1975, 2009; Groff, 2019; Groff & Hills, 2007).

Meskipun seringkali dianggap sebagai ranah psikologis personal, *inner peace* sebenarnya telah menjadi titik temu konseptual antara wacana kedamaian kontemporer dan pendekatan holistik yang mengakomodir pengembangan diri, pencarian makna hidup, serta konstruksi pengetahuan melalui pengalaman dalam lingkup pendidikan. Dalam lanskap akademik, keberadaan *inner peace* memperkaya khazanah konseptual kedamaian dengan menambahkan dimensi internal yang selama ini kurang mendapat perhatian dalam kajian sosial-politik arus utama. Jika sebelumnya kedamaian banyak dipahami dalam kerangka besar hubungan antarkelompok atau negara dalam bentuk *negative peace* maupun *positive peace*, maka *inner peace* membuka horizon baru yang lebih introspektif, personal, dan transformatif. Konsep ini menandai pergeseran penting: dari sekadar resolusi konflik eksternal menuju penemuan harmoni internal sebagai fondasi utama kehidupan damai. Dalam konteks ini, *inner peace* berkaitan erat dengan isu-isu psikologis seperti kebahagiaan (*happiness*), keselarasan (*harmony*), ketenangan (*serenity*), *mindfulness*, dan spiritualitas yang integral dalam pembentukan pribadi utuh (Dambrun et al., 2012; Fave et al., 2016). Oleh karena itu, *inner peace* bukan hanya bagian dari upaya individual menuju kesejahteraan batiniah, tetapi juga merupakan elemen strategis dalam pendidikan kedamaian yang berkelanjutan.

Pada tataran konseptual, *inner peace* mempertemukan konsep awal kedamaian nirkonflik perspektif Barat dengan konsep utama kedamaian perspektif Timur dan agama-agama dunia yang lebih menempatkan kedamaian sebagai kondisi *intrastate* maupun sosial yang positif. Kedamaian dalam bahasa Mandarin (*héping*, *píngjìng*) dan bahasa Jepang (*heiwa*, *heisei*) merujuk pada keseimbangan, keselarasan, dan keharmonisan dalam konteks sosial maupun internal. Pada konteks agama samawi, kedamaian dalam bahasa Ibrani (*shalom*) dan bahasa Arab (*salaam*) mengandung makna yang penuh/menyeluruh, yakni tidak hanya mencakup kedamaian sosial atau bebas dari konflik, tetapi juga mengacu pada kesejahteraan, keselamatan, dan kedamaian batin yang sarat makna spiritual dalam kaitannya dengan hubungan kepada Tuhan (Keskin, 2015, 2016, 2019, 2020, 2021; Sharma, 2020). Konsep *inner peace* menandai

pertemuan tradisi pemikiran Barat, Timur, dan teolog dalam memandang kedamaian sebagai ranah yang kaya akan nilai spiritual.

Arah baru konseptuasi kedamaian yang diwarnai *inner peace* sayangnya bergerak lambat, yakni ditandai dengan belum berubahnya nuansa penelitian dalam jurnal-jurnal kedamaian pada dasawarsa terakhir. Literatur kedamaian sebagian besar masih berfokus pada perspektif *negatif peace* yang terkesan reduktif namun relatif relevan bagi kalangan politisi dan militer; ataupun kedamaian positif dalam konteks sosial, struktural, ataupun institusional; sedangkan proporsi penelitian dengan topik *inner peace* relatif lebih terbatas (Tanabe, 2021). Meskipun *inner peace* menjadi salah satu domain dalam *subjective well-being*, namun penelitian tentang topik ini tidak sesemarak penelitian-penelitian *subjective well-being* lain semisal *happiness*, *life satisfaction*, *meaning in life*, dan *personal growth* (Xi & Lee, 2021). Hal ini merupakan paradoks yang patut disayangkan mengingat sisi penting *inner peace* sebenarnya telah menjadi perhatian sentral para filsuf Yunani Kuno, tradisi pemikiran timur, dan teolog, (Niemiec, 2022). Sebagai contoh, agama besar dunia menempatkan *inner peace* sebagai tujuan hidup manusia, yakni sebagai cara dan tujuan hidup setiap muslim (Keskin, 2016), awal pencapaian *ultimate goal* dalam agama Budha (Bhikkhuni Do, Phramaha Hansa, & Phramaha Nantakorn, 2019; Mitchell, 2001 & 2002 dalam Liu et al., 2013), dan tujuan utama bagi Taoist (Lee et al., 2013).

Pada tataran praktis, *inner peace* menjadi salah satu langkah untuk mempromosikan kedamaian melalui gerakan tanpa kekerasan secara *bottom-up*. Melalui *pacifism*, *inner peace* dapat mempromosikan kedamaian melalui gerakan-gerakan perlawanan tanpa kekerasan sebagai penyeimbang gagasan *warism* yang selama ini berfokus mewujudkan *negative peace* maupun *positive peace* Galtung dan Wright melalui langkah perang. *Warism* berupaya mendayagunakan kekuatan militer untuk menjaga kedamaian, stabilitas keamanan, menyelesaikan konflik, meneguhkan pengaruh, ataupun untuk mencapai tujuan tertentu sebagaimana yang ditunjukkan melalui keterlibatan negara digdaya dan koalisi internasional dalam perang dunia II, perang Vietnam,

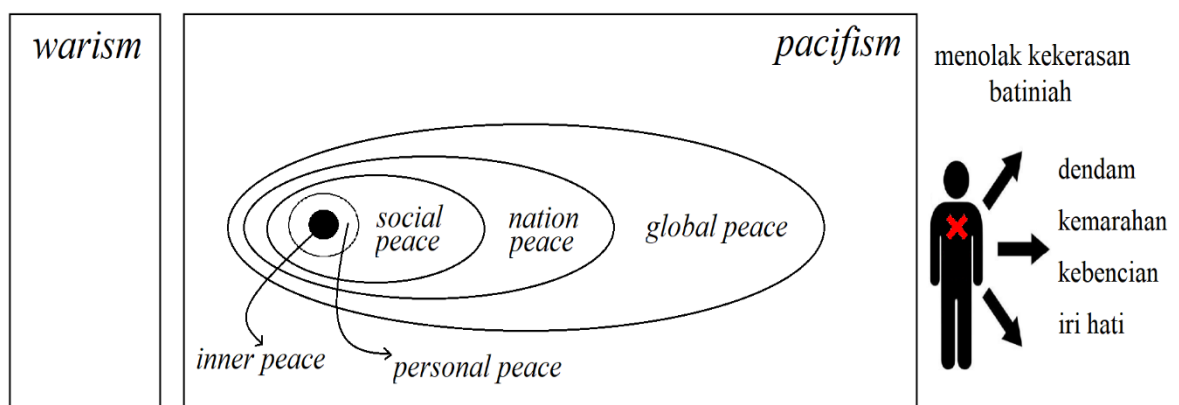
perang Teluk, perang Afganistan, perang Irak, dan bahkan perang di Suriah dan Palestina yang berlangsung hingga sekarang.

Berbeda halnya dengan *warism*, *inner peace* merupakan manifestasi terkecil dari *pacifism* yang mengupayakan kedamaian melalui gerakan antikekerasan. Keberhasilan *pacifism* antara lain dibuktikan dengan kesuksesan ajaran *Satyagraha* Mahatma Gandhi dalam melawan kebijakan kolonial yang tidak adil, demikian pula dengan gerakan antikekerasan Martin Luther King Jr yang berhasil melawan diskriminasi dalam bidang sosial, hukum, dan politik (Holmes, 2017). Di Indonesia, gerakan Samin di Blora juga merupakan gerakan perlawanan tanpa kekerasan yang meskipun tidak serta merta dapat menghentikan penjajahan, namun berhasil menggugah kesadaran masyarakat akan artinya perlawanan tanpa kekerasan sebagai upaya menghentikan ketidakadilan struktural. Pada kalangan feminis, gerakan perlawanan tanpa kekerasan dilakukan melalui munculnya gerakan kedamaian perspektif feminis yang tidak sekadar dimaknai sebagai kondisi nirkoflik semata, melainkan juga mencakup gerakan untuk mengubah struktur yang eksploitatif, khususnya terkait hierarki gender yang memicu berbagai kekerasan secara makro maupun domestik (Boulding, 2000; Cockburn, 2010; Confortini, 2006; Enloe, 2000; Reardon, 1993).

Pada konteks Indonesia, kesadaran nasional akan kedamaian di Indonesia dipayungi melalui kebijakan *top-down* yang berupaya mencegah segala bentuk kekerasan, misalnya melalui Undang-Undang Penghapusan Kekerasan dalam Rumah Tangga, Undang-Undang Tindak Pidana Kekerasan Seksual, dan peraturan tentang Pencegahan dan Penanggulangan Tindak Kekerasan di Lingkungan Satuan Pendidikan. Kebijakan termanifestasi misalnya melalui Gerakan Anti-Kekerasan terhadap Perempuan yang menentang kekerasan struktural maupun domestik yang seringkali berakar pada konstruksi sosial terkait gender; Gerakan Anti-Kekerasan di Dunia Pendidikan yang menentang segala bentuk kekerasan fisik, verbal, dan diskriminasi di sekolah untuk mewujudkan lingkungan pendidikan yang aman dan damai; serta Satgas Pencegahan dan Penanganan Kekerasan di Perguruan Tinggi (PPKPT) yang kini

tidak lagi terbatas pada penanganan kekerasan seksual semata, melainkan diperluas mencakup seluruh bentuk kekerasan fisik, verbal, psikis, dan diskriminatif yang terjadi di lingkungan Perguruan Tinggi.

Kebijakan *top-down* yang dirancang untuk mewujudkan kedamaian seyogyanya harus mampu menyentuh kesadaran individu sehingga dapat memotivasi perubahan dan mendorong tindakan mandiri yang apabila dilakukan bersama-sama maka akan dapat berkembang menjadi gerakan akar rumput (*bottom-up*). Dalam hal ini, *inner peace* memainkan peran penting sebagai gerakan kedamaian tanpa kekerasan yang mengakomodasi pengalaman personal, dinamika psikis, dan nilai-nilai spiritual yang transenden. Seperti halnya disampaikan oleh Dalai Lama sebagai pemimpin spiritual di Tibet yang memenangkan nobel perdamaian, “*Peace, for example, starts with each one of us. When we have inner peace, we can be at peace with those around us. When our community is in a state of peace, it can share that peace with neighboring communities and so on*” (Sharma, 2020). Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa kedamaian yang dimulai dari diri sendiri melalui *inner peace* yang mengakomodir nilai spiritual akan mendorong terciptanya kedamaian yang bermuara pada *global peace*, sesuai ilustrasi pada gambar 1.1. Terlebih lagi, kedamaian yang dimulai melalui *inner peace* yang bersifat spiritual ini memiliki kekhasan yang berbeda dengan kedamaian perspektif Gaia yang menekankan kedamaian holistik namun tidak memasukkan dimensi spiritual dalam kajiannya (Barnett, 2008; Galtung, n.d., 1975, 2009; Groff, 2019; Groff & Hills, 2007).



Gambar 1.1 *Peace Movement: dari Inner Peace menuju Global Peace*

Berbeda dengan gerakan kedamaian *top-down* yang bergantung pada otoritas dan rentan memunculkan kekerasan struktural yang justru membahayakan kedamaian apabila disalahgunakan, gerakan kedamaian melalui *inner peace* mempelopori gerakan perubahan *bottom-up* yang mendayagunakan motivasi intrinsik dan semangat spiritual yang bersifat transenden dan *divine* secara adekuat. Kesuksesan gerakan *ahimsa* Mahatma Gandhi dalam mempromosikan kedamaian dunia yang populer hingga sekarang merupakan contoh keberhasilan gerakan ini. Hal ini membuktikan bahwa gerakan kedamaian melalui *inner peace* tidak hanya menjadi alternatif pijakan dalam tataran fondasional ataupun konseptual saja, namun juga telah terverifikasi secara empirik (Sharma, 2020). Dampak perubahan yang diawali kesadaran tentang *inner peace* tidak berhenti pada ranah psikologis secara individual saja, melainkan mampu membangun nuansa budaya kedamaian baru yang lebih peka terhadap ketenangan, keseimbangan, keutuhan, dan keharmonisan psikologis dalam berbagai konteks. Menguatnya gerakan ini akan bermuara pada terbangunnya kesadaran akan budaya damai dalam konteks sosial, pendidikan, ekonomi, politik, dan hukum secara berkesinambungan yang mempromosikan kedamaian dunia. Sebaliknya, keterpurukan *inner peace* secara masif akan menyebabkan ketidakseimbangan dan kekacauan yang meningkatkan risiko terjadinya konflik, kekerasan, bahkan perang pada level makro.

Gerakan tanpa kekerasan melalui *inner peace* memiliki nilai pembeda yang khas dari gerakan-gerakan antikekerasan sosial *Satyagraha* Mahatma Gandhi, Martin Luther King Jr, gerakan Samin, dan gerakan feminis dalam mempromosikan kedamaian. Kedamaian menurut *negative peace*, *positive peace*, dan *feminist peace* berada pada level struktur sosial/interaksi sosial, sedangkan gerakan kedamaian dalam *inner peace* berfokus dalam level personal yang meliputi dimensi psikis dan spiritual individu. Gerakan kedamaian melalui *inner peace* menekankan bahwa kedamaian sejati tidak hanya tercermin dalam tatanan sosial yang adil, tetapi juga dalam ketenangan batin, penerimaan diri, kejernihan spiritual, dan kebebasan dari konflik intrapsikis yang menggerogoti kedamaian personal. Gerakan anti-kekerasan yang berbasis *inner peace* tidak

semata-mata menolak kekerasan fisik atau struktural, tetapi juga kekerasan batiniah seperti dendam, kemarahan, iri hati, dan kebencian yang kerap menjadi akar dari kekerasan eksternal. Individu dilihat sebagai agen utama kedamaian yang mana reformasi sosial dimulai dari transformasi batin. Dalam kerangka ini, pengembangan *inner peace* menjadi langkah preventif sekaligus konstruktif dalam membentuk masyarakat damai yang berkelanjutan, yakni sebuah masyarakat yang memiliki ketahanan terhadap provokasi konflik, intoleransi, dan kekerasan kolektif karena dihuni oleh individu-individu yang tenteram secara batin.

Tidak ada langkah yang lebih utama untuk membangun gerakan kedamaian *bottom-up* melalui *inner peace* selain melalui bidang pendidikan dengan konsep pendidikan kedamaian sebagai payungnya. Tercatat bahwa sejarah pendidikan kedamaian pada abad 20 awalnya tumbuh seiring dengan berkembangnya program studi perdamaian pada jurusan ilmu politik dan hubungan internasional sehingga tidak heran jika konsep pendidikan kedamaiannya berfokus pada langkah memahami dinamika kompleks urusan internasional yang memicu perang antarnegara/antarnegara-bagian. Pada abad 21, fokus pendidikan kedamaian perlahan beralih pada resolusi konflik di sekolah dan masyarakat sebagai upaya pencegahan kekerasan dan keberlanjutan ekologi yang dilakukan dengan cara (1) membangun langkah preventif/pencegahan kekerasan yang menekankan pada strategi pemeliharaan kedamaian untuk membuat sekolah aman, (2) menyusun program resolusi konflik menggunakan teknik kedamaian untuk mengelola konflik, dan (3) menyusun materi tentang nonkekerasan untuk membangun kesadaran kedamaian pada siswa (Harris, 2008).

Dalam langkah membangun kesadaran kedamaian, nampak bahwa *personal peace* ataupun *inner peace* memberi ruang gerak konseptuasi pendidikan kedamaian secara mendalam, yakni agar tidak semata berfokus pada upaya penanggulangan atau restorasi konflik dan kekerasan, melainkan juga sebagai upaya menumbuhkan nilai-nilai yang harmonis, utuh, dan sejahtera yang termuat dalam materi dan praktik pendidikannya. Gerakan pendidikan

kedamaian melalui *inner peace* di Indonesia memiliki potensi yang cemerlang karena tumbuh pada iklim yang terkenal kental akan budaya ketimuran yang religius, yang mana nilai-nilai religi terbukti menjadi salah satu penyumbang terbesar dalam konsepsi kedamaian batin (*inner peace*) (Groff, 2019). Pada ruang ini gerakan kedamaian melalui *inner peace* memiliki dimensi kemanusiaan sekaligus dimensi ketuhanan seperti halnya yang tercermin dalam berbagai budaya masyarakat di Indonesia, misalnya pada budaya masyarakat Sunda, Jawa, Kalimantan, dsb. (Kartadinata, Setiadi, & Ilfiandra, 2018; Qamariyyah & Saifuddin, 2022; Khalimi & Abu Khaer, 2012; Rianawati, 2017). Gerakan pendidikan kedamaian melalui *inner peace* di Indonesia menjadi memiliki corak nuansa nilai budaya Indonesia yang khas dan menjadi pembeda dengan bangsa lain sehingga mendukung fungsi pendidikan dalam UU No 20 Tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional, yakni untuk membentuk watak dan peradaban bangsa yang bermartabat.

Fenomena empiris menunjukkan bahwa gerakan pendidikan kedamaian melalui *inner peace* mendapat tantangan dari konteks kesehatan mental yang ditandai dengan semakin meningkatnya gangguan kesehatan mental berupa kecemasan, stress, depresi, rendahnya kepuasan hidup, dan gangguan *mood* pada era disrupsi (Przybylski et al., 2013); serta tantangan dari konteks kekerasan yang ditandai dengan meningkatnya jumlah kasus perundungan di dunia Pendidikan (Fitri, 2024). Pada individu yang kurang adekuat, kondisi kesehatan mental diperparah dengan banjir notifikasi tanpa jeda dan citra kesempurnaan yang tidak realistis di media sosial; serta paparan laju informasi yang apabila tidak terkendali dapat memicu FOMO (Przybylski et al., 2013; Savitri, 2019). Kondisi kecemasan, stress, depresi, rendahnya kepuasan hidup, dan gangguan *mood* ini apabila dibiarkan berlarut-larut dapat menjadi penghambat *inner peace* yang bermuara pada ketidakseimbangan dan kekacauan. Ketidakseimbangan dan kekacauan yang meluas dapat meningkatkan risiko terjadinya lebih banyak konflik dan kekerasan yang pada akhirnya akan mengancam kedamaian pada skala yang lebih besar.

Kebutuhan akan gerakan pendidikan kedamaian melalui *inner peace* semakin mendesak pada *emerging adulthood* (usia 18-25 tahun) karena gangguan kecemasan, gangguan *mood*, dan depresi pada kelompok usia ini cenderung meningkat dan lebih memburuk dibandingkan pada kelompok usia lain terutama ketika proses perkembangan tidak berjalan sesuai harapan (Arnett, Zukauskienė, & Sugimura, 2014; Schwartz, 2016; Arnett, 2004, 2014; Robinson, 2015). Hal ini terkonfirmasi melalui penelitian WHO (2018) yang menunjukkan bahwa sepertiga mahasiswa tahun pertama di 19 perguruan tinggi di delapan negara setidaknya mengalami satu gangguan umum berupa kecemasan, gangguan suasana hati, atau gangguan penyalahgunaan zat/alkohol yang telah berlangsung lama (35%) atau telah berlangsung setidaknya dalam 12 bulan (31,4%) (Auerbach et al., 2018).

Indikasi serupa muncul pula pada penelitian yang melibatkan 25.984 mahasiswa dari berbagai perguruan tinggi di Indonesia yang menunjukkan bahwa 10,7% responden mengalami cemas sedang, 6,6% cemas berat, dan 0,8% cemas sangat berat (Walean et al., 2021). Penelitian lain menunjukkan bahwa kecemasan mahasiswa di Madura dalam menghadapi dunia kerja berada dalam kategori tinggi (55%) dan kecemasan mahasiswa di Manado dalam menghadapi kelulusan berada pada kategori tinggi (40,91%) (Sengkey, 2019; Hanim dan Ahlas, 2020). Dari segi kepuasan hidup, mahasiswa di Bogor menunjukkan belum terlalu puas dengan kehidupannya dan 60% mahasiswa di Malang menunjukkan kepuasan hidup rendah (Ramadhani, 2019; Novianti dan Alfiasari, 2017). Penelitian di Samarinda menunjukkan bahwa 40% responden mengalami *quarterlife crisis* tingkat sedang, 19% tingkat tinggi, dan 6% tingkat sangat tinggi (Iqomah et al., 2021). Penelitian lain menunjukkan bahwa mahasiswa di Yogyakarta pernah mengalami krisis eksistensial, developmental, situasional, dan ekosistemik yakni sebesar 98%, 96%, 92%, dan 67% (Fauziah & Hartanto, 2020).

Kebutuhan akan gerakan pendidikan kedamaian melalui *inner peace* juga semakin mendesak, mengingat pendidikan di Indonesia dihadapkan pada kasus-kasus *self harm* dan *suicidal behavior* pada *emerging adult*. *Suicide* menjadi

penyebab kematian tertinggi urutan kedua pada kelompok usia 15-29 tahun di dunia (WHO, 2018) dan mahasiswa menunjukkan risiko *suicidal behavior* yang lebih tinggi daripada yang tidak berkuliah (Konick & Gutierrez, 2005). Sejalan dengan temuan tersebut angka *suicide* di Indonesia tercatat lebih tinggi pada kelompok usia 20-29 tahun dibandingkan dengan kelompok usia lainnya (Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI, 2019). Ide bunuh diri (*suicide ideation*) ditemukan lebih tinggi pada rentan usia 18-25 tahun dan hal ini terkonfirmasi melalui penelitian pada 62 mahasiswa di Surabaya yang menunjukkan bahwa 58,1% partisipan memiliki tingkat kecenderungan ide bunuh diri (*suicide ideation*) dan upaya bunuh diri (*suicide attempt*) yang tinggi (Ermawati, Moediarso, & Soedarsono, 2018; Idham, Sumantri, Rahayu, 2019). *Suicide ideation* paling banyak dipicu oleh *perceived stress* yang bersumber dari perubahan dalam hidup, masalah sehari-hari, performa dan kompetisi akademik, hubungan interpersonal/relasi romantis, dan ketidakyakinan tentang masa depan sehingga tidak hanya meningkatkan risiko *suicide attempt*, tetapi juga berdampak negatif pada kesehatan mental mahasiswa (Abdollahi et al., 2016; Nevid et al., 2008; Rathus & Greene, 2005; Zhang et al., 2012). Perubahan-perubahan tersebut dimaknai sebagai situasi yang penuh tekanan dan ketegangan hingga pada taraf tertentu sebagian mahasiswa memilih untuk mengakhiri hidup sebagai jalan keluar (Zhang et al., 2012). Kesepian, ketidakberdayaan, dan dukungan sosial juga menjadi faktor yang meningkatkan risiko *suicide* (Brezo et al., 2005; King & Merchant, 2008; Kleiman & Liu, 2013).

Fenomena-fenomena tersebut menggarisbawahi perlunya pengembangan kedamaian batin pada *emerging adult*. Hal ini dikuatkan lagi dengan penemuan penelitian yang menunjukkan bahwa 9,5% dari 316 mahasiswa di Salatiga berada pada kategori kedamaian batin rendah. Pada kategori kedamaian batin rendah, frekuensi terbanyak berada pada aspek *acceptance of loss* (30,4%), disusul aspek *transcending hedonism and materialism* (19%), dan aspek *inner-balance and calmness* (13%). Aspek *acceptance of loss* yang rendah menjadi sorotan khusus, karena pada beberapa kasus, ketidakmampuan menerima kenyataan yang menyakitkan telah memicu perilaku *self-harm* yang memerlukan

penanganan medis dan psikis. Perilaku ini juga mencerminkan lemahnya aspek *inner balance and calmness*, yang seharusnya berperan sebagai penyangga emosional saat menghadapi tekanan batin. Dinamika ini diperkuat oleh temuan penelitian di Salatiga oleh Nurlatifah et al. (2025) yang menunjukkan bahwa *inner peace* memiliki kaitan erat dengan konflik intrapersonal dan interpersonal yang dialami mahasiswa. *Inner balance and calmness* dalam kondisi tertentu berkaitan dengan meningkatnya konflik intrapersonal karena intensitas refleksi diri yang belum terselesaikan secara adaptif, sedangkan *transcending hedonism and materialism* berperan dalam meredakan konflik intrapersonal tersebut. *Acceptance of loss* berkorelasi negatif dengan konflik interpersonal. Temuan ini menegaskan pentingnya penguatan setiap aspek *inner peace* secara proporsional agar mahasiswa dapat menghadapi tekanan psikologis dan sosial secara konstruktif

Fakta teoretis dan empiris terkait potensi dan kerawanan *emerging adulthood* menunjukkan bahwa kebutuhan akan bantuan profesional untuk mengembangkan gerakan kedamaian melalui *inner peace* (kedamaian batin) di perguruan tinggi merupakan suatu keniscayaan. Salah satu upaya yang telah dilakukan di Salatiga antara lain melalui Pusat Konsultasi dan Konseling Tazkia yang memberikan layanan konseling dan pendampingan psikologis kepada mahasiswa oleh tenaga profesional bidang psikologi dan bimbingan dan konseling. Berdasarkan pernyataan AS yang pernah menjabat sebagai Kepala Pusat Lembaga tersebut, lembaga ini terus berupaya mencari dan mengembangkan formula layanan yang lebih efektif dan nyaman bagi mahasiswa sebagai bentuk respons terhadap kompleksitas masalah yang mereka hadapi. Dalam konteks ini, bimbingan dan konseling sebagai bagian integral dari sistem pendidikan memikul tanggung jawab besar untuk berkontribusi dalam membentuk pribadi mahasiswa yang tangguh, utuh, dan siap menghadapi berbagai bentuk perubahan yang tidak selalu mudah. Peran tersebut menjadi sangat signifikan, khususnya dalam mengisi kekosongan layanan developmental dan preventif yang belum sepenuhnya terakomodir secara sistematis. Kebutuhan peningkatan kedamaian batin ini sejalan dengan tugas-tugas perkembangan

emerging adult yang termanifestasi melalui Standar Kompetensi Kemandirian Peserta Didik (SKKPD) di Perguruan Tinggi yang berkaitan erat khususnya pada aspek (a) landasan hidup religius, (b) kematangan emosional, dan (c) kematangan intelektual.

Sayangnya belum ada program bimbingan dan konseling yang secara khusus berfokus untuk meningkatkan kedamaian batin (*inner peace*) di perguruan tinggi. Layanan bimbingan dan konseling sebagian besar berfokus untuk mengembangkan kedamaian secara umum yang ditempuh melalui (a) langkah pencegahan/peminimalisiran kecenderungan perilaku agresif yang merusak kedamaian pada remaja (Saputra et al., 2019; Supriyanto & Saputra, 2021); (b) pelatihan pikiran damai remaja (Nadarsyah, 2011), modul berpikir damai (Wijayanti et al., 2020); (c) pengembangan kompetensi hidup damai remaja (Nadhirah, 2015); dan (d) pengembangan perilaku damai remaja (Doni et al., 2019) yang didukung penelitian-penelitian pada konteks serupa, misalnya karakter damai remaja (Ghufron, 2010; Supriyanto & Wahyudi, 2017), pembentukan perilaku damai remaja (Latipun, 2010), keberfungsian keluarga dengan perilaku damai remaja (Ramadhina, 2023), perilaku damai ditinjau dari kepribadian remaja (Arifudin, 2023), aspirasi pengembangan perilaku damai remaja (Latipun, 2015), serta perspektif kedamaian dan resolusi konflik di sekolah (Akhmad, Kartadinata, Ilfiandra, 2016).

Pada lingkup perguruan tinggi, penelitian kedamaian dilakukan pada tataran penelitian perilaku damai pada mahasiswa aktif (Muthmainah, 2013), konsep diri dan perilaku damai mahasiswa (Salasabiela dan Karyani, 2013), budaya damai mahasiswa (Eliasa, 2017), dan karakter cinta damai dan anti-kekerasan mahasiswa (Cuga, 2019). Kedamaian dalam pendidikan secara umum juga didasarkan pada penelitian terkait budaya damai (Suherman et al., 2019). Literatur-literatur tersebut menunjukkan bahwa penelitian tentang peningkatan kedamaian batin (*inner peace*) pada kalangan mahasiswa relatif belum dijumpai. Dengan demikian, penyusunan kerangka kerja spesifik untuk meningkatkan kedamaian batin (*inner peace*) dalam rangka membentuk *peace person* relatif mendesak untuk dilakukan.

Dalam konteks tersebut, pendekatan teistik diindikasikan cocok untuk menjadi dasar pendekatan dalam layanan bimbingan untuk meningkatkan kedamaian batin. Pendekatan teistik memandang manusia sebagai makhluk spiritual yang memiliki fitrah ilahiyah, yaitu kecenderungan untuk mencari Tuhan dan makna hidup yang transenden. Melalui relasi teistik yang intens dan mendalam, individu diarahkan untuk mengalami kedamaian yang bersumber dari pengakuan akan kehadiran dan kuasa Tuhan dalam hidupnya. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian tentang *inner peace* yang menunjukkan bahwa setidaknya ada dua cara yang direkomendasikan untuk ditempuh dalam upaya mengembangkan kedamaian batin: cara pertama adalah melalui *hope*, *zest*, dan *gratitude*; dan cara kedua adalah melalui *forgiveness* dan *spirituality* (Chérif et al., 2022). Kesesuaian tersebut nampak pada teknik-teknik yang termuat dalam bimbingan teistik, diantaranya adalah teknik *encouragement for forgiveness* dan *remembrance of God/ dzikrullah* yang dipandang dapat mewadahi kebutuhan pengembangan kedamaian batin melalui kekuatan kedua sesuai penelitian tersebut, yakni melalui *forgiveness* dan *spirituality* (Yusuf, 2011).

Pendekatan psikologis yang telah digunakan untuk meningkatkan kedamaian batin antara lain melalui *mindfulness*, relaksasi, dan meditasi. Berbagai studi menunjukkan bahwa metode-metode tersebut dapat menurunkan stres, meningkatkan kesadaran diri, serta mengurangi gejala kecemasan dan depresi (Kabat-Zinn, 2003; Creswell, 2017). Namun demikian, pendekatan tersebut lebih menekankan pada aspek psikologis-eksperiensial tanpa secara eksplisit mengaitkannya dengan dimensi transendensi dan relasi ilahiyah. Dalam konteks masyarakat yang religius, terutama di Indonesia, pendekatan teistik dipandang memiliki keunggulan karena tidak hanya mengakomodasi kebutuhan psikologis, tetapi juga menyentuh dimensi spiritual terdalam yang berakar pada fitrah ketuhanan. Hal ini memberikan ruang bagi individu untuk menemukan makna, kelekatan spiritual, dan ketenangan batin yang bersifat lebih menyeluruh dan berkesinambungan sehingga dinilai relatif relevan untuk dijadikan dasar dalam pengembangan kerangka kerja bimbingan.

Meninjau potensi budaya Indonesia yang menunjukkan bahwa pemaaf merupakan salah satu kepribadian bangsa Indonesia dan potensi pemaafan mahasiswa Indonesia yang cenderung berada pada kategori sedang-tinggi, maka teknik *encouragement for forgiveness* dalam bimbingan teistik diindikasikan relatif cocok dengan karakter bangsa Indonesia (Tasrif & Komariah, 2018; Istiqomah, Muslihati, & Atmoko, 2017; Dadan, 2016; Hamim, 2014; Suyatno, 2014; Utami, 2015; Kusprayogi & Nashori, 2016; Habibi & Hidayati, 2017; Nurlatifah, 2020; Nurlatifah et al., 2025). Pemilihan pengembangan bimbingan teistik untuk meningkatkan kedamaian batin melalui teknik *remembrance of God/ dzikrullah* juga relatif sesuai dengan budaya bangsa Indonesia sebagai bangsa Timur yang kental akan nilai spiritual dan keagamaan. Hal ini menjadi cocok mengingat konsepsi awal kedamaian batin pada pemikiran Barat modern juga ditempuh melalui penyerapan konsep-konsep kedamaian batin pada budaya Timur, nilai-nilai kebijaksanaan kuno, dan agama-agama (Groff, 2019).

Pada masyarakat Indonesia yang spiritualis-religius, dimensi spiritual sangat erat kaitannya dengan ajaran agama (Wahidin & Supriatna, 2019). Dalam konteks agama Islam, ulama dan ahli sufi memainkan peran kunci sebagai pembimbing umat dalam menjalani kehidupan keagamaan yang utuh, baik secara lahiriah melalui syariat maupun secara batiniah melalui tasawuf. Syariat menjadi fondasi hukum Islam yang mengatur perilaku lahiriah umat, termasuk ibadah, muamalah, dan akhlak sosial; sedangkan tasawuf memperdalam dan memaknai praktik-praktik syariat secara personal dan spiritual. Jika syariat mengajarkan “apa” yang harus dilakukan seorang muslim, maka tasawuf mengajarkan “bagaimana” menghidupkan perintah-perintah itu dengan hati yang bersih dan cinta yang mendalam kepada Allah. Dalam konteks peningkatan kedamaian batin, kacamata tasawuf menjadi sangat relevan karena mampu menggugah kesadaran terdalam manusia, melepaskan dari keterikatan duniawi, dan menuntun menuju ketenteraman yang bersumber dari kedekatan dengan Tuhan. Oleh sebab itu, pemikiran Ustadz Hussein bin Abdul Latiff sebagai seorang ulama sekaligus ahli sufi menjadi relevan sebagai rujukan kontemporer (Subhi, 2020). Pemikiran beliau dapat menjadi fondasi spiritual untuk menilik

kedamaian batin dari perspektif tawasuf beserta upaya meningkatkannya: khususnya terkait aspek spiritualitas melalui *remembrance of God/ dzikrullah*. Hal tersebut sejalan dengan pendekatan teistik yang memandang pengenalan kepada Allah adalah fitrah dasar manusia sehingga tujuan hidup adalah untuk mendekat dan kembali kepada-Nya (Yusuf, 2009).

Berangkat dari (a) konseptuasi kedamaian batin (*inner peace*) sebagai evolusi terbaru dari kedamaian, (b) urgensi kedamaian batin sebagai gerakan nonkekerasan yang mengupayakan kedamaian secara *bottom up*, (c) terbatasnya penelitian terkait kedamaian batin, (d) selarasnya konsep kedamaian batin dengan pendidikan, pendidikan kedamaian, dan sistem pendidikan nasional di Indonesia, (e) kesesuaian pengembangan kedamaian batin dengan SKKPD perguruan tinggi dalam menjawab kebutuhan empiris mahasiswa *emerging adulthood*, (f) belum adanya kerangka kerja bimbingan untuk mengembangkan kedamaian batin di perguruan tinggi, dan (g) selarasnya teknik *encouragement for forgiveness* dan *remembrance of God/ dzikrullah* dalam bimbingan teistik dengan rekomendasi dari peneliti terdahulu untuk meningkatkan kedamaian batin melalui *forgiveness* dan *spirituality*; maka penelitian untuk mengembangkan kerangka kerja bimbingan teistik yang memiliki potensi untuk meningkatkan kedamaian batin relatif dibutuhkan. Oleh sebab itu, penelitian yang berjudul “Efikasi Kerangka Kerja Bimbingan Teistik untuk Meningkatkan Kedamaian Batin” ini disusun untuk menjawab kebutuhan tersebut.

1.2 Identifikasi dan Rumusan Masalah Penelitian

Paparan dalam latar belakang penelitian mengantarkan pada pemahaman bahwa dalam skala global, kajian tentang kedamaian masih didominasi penelitian kedamaian pada konteks sosial, politik, dan struktural; sedangkan dimensi kedamaian yang bersifat personal atau internal belum banyak mendapatkan perhatian akademik yang setara. Padahal dinamika global yang ditandai dengan meningkatnya disintegrasi nilai, tekanan hidup modern, serta krisis makna dalam kehidupan individu semakin menegaskan pentingnya kedamaian pada level *intrastate* melalui kedamaian batin.

Isu kedamaian batin semakin relevan dalam konteks nasional, mengingat kondisi kesehatan mental pada kelompok *emerging adults* cenderung lebih rentan mengalami stres, krisis identitas, tekanan akademik, dan kecenderungan menyakiti diri sendiri (*self-harm*) sebagai akibat dari ketegangan psikis; misalnya temuan di Salatiga yang menunjukkan bahwa 30,4% mahasiswa memiliki aspek *acceptance of loss* rendah yang ini mengindikasikan adanya kesulitan dalam menerima peristiwa kehilangan, pengalaman menyakitkan, atau perubahan besar dalam hidup.

Sesuai dengan karakter budaya bangsa Indonesia yang secara historis, filosofis, dan sosiologis merupakan bangsa spiritualis-religius, maka dimensi transendentalnya hampir selalu merujuk pada Tuhan secara personal dan mutlak. Hal ini mendorong kebutuhan akan layanan bimbingan dengan pendekatan teistik, yakni pendekatan yang secara eksplisit mengintegrasikan dimensi ketuhanan ke dalam proses bimbingannya: berbeda dengan pendekatan Barat lainnya yang tidak secara eksplisit merujuk pada Tuhan atau dimensi transendensi secara absolut.

Peningkatan kedamaian batin melalui bimbingan teistik ini juga perlu diselaraskan dengan penelitian terdahulu bahwa kedamaian batin perlu ditingkatkan melalui kekuatan kedua, yakni melalui nilai-nilai spiritual dalam pemaafan. Hal ini cocok dengan teknik dalam pendekatan teistik yakni berupa *encouragement for forgiveness* dan *remembrance of God/ dzikrullah*. Sayangnya, hingga saat ini belum tersedia kerangka kerja bimbingan teistik yang secara spesifik dirancang untuk dapat meningkatkan kedamaian batin sesuai dengan kebutuhan tersebut. Mengingat temuan penelitian sebelumnya yang menunjukkan adanya perbedaan dalam tingkat kedamaian batin antara laki-laki dan perempuan, maka penting pula untuk mengimplementasikan bimbingan teistik ini dengan mempertimbangkan aspek homogenitas dan heterogenitas jenis kelamin dalam kelompok.

Berdasarkan identifikasi tersebut, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

- 1.2.1 Seperti apa profil kedamaian batin mahasiswa?
- 1.2.2 Seperti apa rumusan Kerangka Kerja Bimbingan Teistik yang dirancang untuk meningkatkan kedamaian batin mahasiswa?
- 1.2.3 Bagaimana implementasi Kerangka Kerja Bimbingan Teistik untuk meningkatkan kedamaian batin dalam konteks pendidikan tinggi?
- 1.2.4 Apakah Kerangka Kerja Bimbingan Teistik memiliki efikasi untuk meningkatkan kedamaian batin pada kelompok homogen (laki-laki/perempuan) dan kelompok heterogen?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan paparan rumusan masalah, tujuan utama penelitian ini adalah disusunnya kerangka kerja bimbingan teistik yang memiliki efikasi untuk meningkatkan kedamaian batin mahasiswa. Kerangka kerja bimbingan teistik yang dikembangkan untuk meningkatkan kedamaian batin memiliki nilai kebaruan pada aspek substansi, yakni didasarkan pada pandangan tentang kedamaian batin melalui perspektif *pacifism*, *personal peacefulness*, dan tasawuf. Secara khusus, tujuan penelitian ini adalah untuk:

- 1.3.1 mendapatkan gambaran profil kedamaian batin mahasiswa sebagai dasar untuk meningkatkan kedamaian batin yang sesuai dengan kebutuhan empiris;
- 1.3.2 mengembangkan rumusan hipotetik Kerangka Kerja Bimbingan Teistik untuk meningkatkan kedamaian batin;
- 1.3.3 mendeskripsikan implementasi Kerangka Kerja Bimbingan Teistik untuk meningkatkan kedamaian batin dalam konteks pendidikan tinggi; dan
- 1.3.4 menguji efikasi Kerangka Kerja Bimbingan Teistik dalam meningkatkan kedamaian batin pada kelompok homogen (laki-laki/ perempuan) dan kelompok heterogen.

1.4 Manfaat Penelitian

Manfaat teoretik penelitian ini diperoleh melalui dirumuskannya konsepsi teoretik kedamaian batin dalam perspektif *pacifism*, *personal peacefulness*, dan tasawuf; serta konsepsi teoretik Kerangka Kerja Bimbingan Teistik. Konsepsi teoretik tentang kedamaian batin dalam penelitian ini berkontribusi dalam memperkaya khazanah keilmuan kedamaian secara umum, sedangkan konsepsi teoretik tentang Kerangka Kerja Bimbingan Teistik berkontribusi dalam memperkaya khazanah keilmuan bimbingan dan konseling. Konsepsi teoretik kedamaian batin menunjang pengembangan mata kuliah Ilmu Tauhid, Akhlak Tasawuf, *Wasathiyah* Islam, atau mata kuliah lain yang serupa dengannya; sedangkan konsepsi teoretik kerangka kerja bimbingan teistik menunjang mata kuliah Bimbingan Kelompok, Praktikum Bimbingan Kelompok, Psikologi Islam, ataupun mata kuliah lain yang sejenis.

Penelitian tentang efikasi Kerangka Kerja Bimbingan Teistik untuk meningkatkan kedamaian batin diharapkan memberi manfaat praktik sebagai berikut:

- 1.4.1 bagi pengembang pedoman/program di UPT bimbingan dan konseling dan di Pusat Konsultasi dan Konseling Tazkia yang menjadi wadah pendampingan psikologis sivitas akademika, yakni sebagai bahan kajian lebih lanjut khususnya terkait upaya peningkatan kedamaian batin mahasiswa melalui layanan bimbingan teistik;
- 1.4.2 bagi peneliti selanjutnya, yakni sebagai bahan kajian sekaligus titik tolak peningkatan kedamaian batin melalui bimbingan teistik, serta dalam membuka peluang kolaborasi antarpeneliti yang tertarik pada bidang kedamaian batin, kedamaian personal (*personal peace*), dan bimbingan teistik;

1.5 Struktur Organisasi Disertasi

Penelitian ini disusun dengan sistematika yang terstruktur dimulai dengan Bab I berupa pendahuluan, yang berisi latar belakang penelitian, identifikasi dan rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan diakhiri dengan

pemaparan struktur organisasi penelitian. Bab pertama ini menjadi pijakan awal untuk memahami konteks dan relevansi penelitian ini, serta memberikan gambaran tentang latar belakang fenomena kedamaian batin dan kerangka kerja bimbingan teistik.

Bab II merupakan landasan teori yang dibagi menjadi beberapa bagian yang komprehensif. Pada bagian pertama, diulas kajian teori tentang kedamaian batin serta bimbingan teistik sebagai dasar pemahaman mengenai konsep-konsep yang menjadi fokus penelitian ini. Bagian kedua mengangkat studi-studi terdahulu yang relevan dengan topik ini, baik terkait kedamaian batin maupun terkait bimbingan teistik. Bagian terakhir di Bab kedua merupakan yaitu posisi teoretis yang menjelaskan tentang kerangka pikir atau *conceptual framework*, serta asumsi dan hipotesis yang mendasari penelitian ini.

Bab III merupakan metode penelitian yang menjelaskan secara rinci paradigma penelitian yang digunakan, desain penelitian yang diterapkan, serta definisi operasional dari variabel-variabel yang terlibat. Pada bab ini juga dijelaskan waktu dan tempat penelitian, partisipan penelitian, prosedur dan teknik pengumpulan data, serta instrumen penelitian yang digunakan. Selanjutnya, proses langkah-langkah penelitian dan teknik analisis data diuraikan pada bagian terakhir bab ini untuk memberikan gambaran jelas tentang bagaimana penelitian ini dilaksanakan.

Bab IV berupa hasil penelitian yang memaparkan hasil yang diperoleh selama penelitian. Hasil penelitian ini mencakup paparan profil kedamaian batin, uraian tentang Kerangka Kerja Bimbingan Teistik, dan implementasinya dalam meningkatkan kedamaian batin. Subbab terakhir merupakan paparan terkait efikasi kerangka kerja bimbingan teistik dalam meningkatkan kedamaian batin pada kelompok homogen dan kelompok heterogen.

Bab V merupakan pembahasan mengenai temuan-temuan yang ada, memberikan interpretasi, serta membandingkan hasil penelitian ini dengan literatur yang relevan. Bab terakhir adalah Bab VI, yakni simpulan dan implikasi, yang menyimpulkan hasil penelitian, dalil temuan penelitiannya, serta implikasi sekaligus rekomendasi untuk pengembangan lebih lanjut.