

## ABSTRAK

Manusia senantiasa mendambakan *eudamonia* atau kebahagiaan. Kehidupannya selalu diusahakan untuk terarah pada hal tersebut. Dalam proses pencapaian kebahagiaan itu, manusia cenderung jatuh pada keadaan penderitaan yakni lemahnya ketahanan mental yang disebabkan oleh kesalahpahaman akan arti kebahagiaan itu sendiri, dan kekeliruan dalam menjalani proses pencapaian kebahagiaan tersebut. Penderitaan itu berupa keadaan stress, depresi, frustrasi, kecewa, putus asa, kehilangan semangat dan harapan hidup. Penderitaan itu muncul akibat kekeliruan manusia dalam memandang bagaimana hidupnya berlangsung. Penulis dalam kajian ini memberikan sebuah Solusi melalui ilmu filsafat yakni filsafat Stoikisme dan falsafah Jawa *Nrimo Ing Pandum* sebagai jalan untuk mewujudkan kebahagiaan dalam kaitannya dengan ketahanan mental. Penulis ingin menerapkan konsep penerimaan dan pengendalian diri yang diajarkan oleh kedua filsafat ini untuk mengatasi lemahnya ketahanan mental yang menyebabkan penderitaan terhadap manusia dewasa ini.

Stoikisme merupakan sebuah filsafat yang lahir dan berkembang pada zaman Hellenisme setelah berakhirnya zaman filsafat klasik. Stoikisme dirintis oleh Zeno dari Citium pada tahun 333-262 SM yang terkenal dengan ajarannya tentang etika. Eksistensi Stoikisme tidak terlepas dari pengaruh filsafat zaman klasik seperti Socrates, Plato dan Aristoteles serta aliran Sinisme yang juga berkembang pada zaman hellenisme. Dalam perkembangannya, Stoikisme terbagi ke dalam tiga masa, yakni masa Stoa awal, Stoa pertengahan dan Stoa akhir.

Stoikisme sebagai sebuah filsafat laku hidup yang mengajarkan tentang penerimaan dan pengendalian diri. Dalam hal penerimaan diri, Stoikisme mengajarkan manusia sebagai makhluk berakal budi untuk hidup selaras dengan alam. Hidup selaras dengan alam adalah situasi yang menunjukkan manusia hidup menggunakan akal budi atau akal sehatnya dalam menyikapi setiap peristiwa hidupnya. Akal budi memampukan manusia untuk menyadari dan menerima takdir dan situasi-situasi hidupnya. Dalam hal pengendalian diri, Stoikisme membantu manusia untuk senantiasa membedakan hal-hal yang dapat dan yang tidak dapat ia kontrol sebagai seorang pribadi. Dengan pemilahan kedua hal tersebut, manusia lebih mampu mengarahkan hidupnya kepada kebahagiaan dan meningkatkan ketangguhan mentalnya.

Konsep ini mendapatkan relevansinya pada falsafah *Nrimo Ing Pandum* yang dihidupi masyarakat Jawa. *Nrimo* berarti menerima dan *pandum* berarti pemberian. Secara ringkas, *nrimo ing pandum* berarti menerima pemberian. Falsafah ini membantu manusia untuk menghidupi sikap penerimaan yang berguna sebagai dasar untuk pengendalian dirinya. Melalui kajian ini, penulis melihat bahwa kedua filsafat ini bergerak searah dan berguna demi proses pencapaian kebahagiaan untuk bertahan hidup dan ketahanan mental yang kuat.

## ABSTRACT

Humans perpetually yearn for *eudaimonia* or happiness. Their lives are consistently oriented towards this pursuit. In the process of attaining happiness, humans tend to fall into states of suffering, namely the weakness of mental resilience caused by misconceptions about the meaning of happiness itself, and errors in navigating the process of achieving happiness. This suffering manifests as stress, depression, frustration, disappointment, despair, loss of spirit, and hopelessness. Such suffering arises from human misconceptions regarding the nature of their existence. In this research, the researcher proposes a solution through philosophical inquiry, namely Stoicism philosophy and the Javanese philosophy of *Nrimo Ing Pandum*, as avenues to realize happiness concerning mental resilience. The researcher aims to apply the concepts of acceptance and self-control taught by these philosophies to overcome the fragility of mental resilience that leads to suffering in contemporary adults.

Stoicism is a philosophy that emerged and flourished during the Hellenistic period following the end of the classical philosophical era. It was founded by Zeno of Citium around 333-262 BCE, renowned for his teachings on ethics. The existence of Stoicism cannot be dissociated from the influence of classical philosophy figures such as Socrates, Plato, and Aristotle, as well as the Cynic school of thought, which also thrived during the Hellenistic period. Throughout its development, Stoicism can be categorized into three periods: early Stoicism, middle Stoicism, and late Stoicism.

Stoicism, as a philosophy of life, teaches about self-acceptance and self-control. Regarding self-acceptance, Stoicism instructs humans as rational beings to live in harmony with nature. Living in harmony with nature entails utilizing one's rationality or sound mind to approach every event in life. Rationality enables humans to recognize and accept their fate and life circumstances. As for self-control, Stoicism aids individuals in consistently distinguishing between what they can and cannot control as individuals. By making this distinction, individuals are better equipped to steer their lives towards happiness and enhance their mental resilience.

This concept finds relevance in the philosophy of *Nrimo Ing Pandum*, which is embraced by the Javanese community. *Nrimo* means acceptance, and *Ing Pandum* signifies giving or provision. In essence, *Nrimo Ing Pandum* translates to accepting provision. This philosophy assists individuals in cultivating an attitude of acceptance, which serves as a foundation for self-control. Through this research, the researcher observes that both philosophies move in tandem and prove beneficial for the process of achieving happiness and fostering resilience for survival and mental fortitude.