

ABSTRAK

PEMAKNAAN *BUNGAH SUSAH* DALAM INTERAKSI SOSIAL BAGI MAHASISWA YANG BELAJAR *KAWRUH JIWA* (*STUDI FENOMENOLOGI*)

Aditya Eka Kurniawan
Bimbingan dan Konseling
Universitas Sanata Dharma
2026

Penelitian ini bertujuan untuk: (1) Untuk mengetahui bentuk perasaan senang mahasiswa ketika berinteraksi sosial. (2) Untuk mengetahui bentuk perasaan sedih mahasiswa ketika berinteraksi sosial. (3) Untuk mengetahui bagaimana mahasiswa memaknai perasaan senangnya dalam menjalin interaksi sosial. (4) Untuk mengetahui bagaimana mahasiswa memaknai perasaan sedihnya dalam menjalin interaksi sosial. (5) Untuk mengetahui bagaimana pandangan mahasiswa melalui ajaran *kawruh jiwa* menurut ajaran Ki Ageng Suryomentaram dapat membantu mahasiswa memaknai senang dan sedih (*bungah susah*) dalam berinteraksi sosial (*sesrawungan*).

Melalui pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologi, penelitian ini menggali pengalaman subjektif mahasiswa dalam memaknai perasaan senang dan sedih saat berinteraksi di lingkungan kampus. Data diperoleh melalui wawancara yang mendalam terhadap mahasiswa aktif Universitas Sanata Dharma yang telah mengenal dan mempelajari *kawruh jiwa*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa perasaan senang umumnya muncul ketika mahasiswa merasa diterima, dihargai dan mendapatkan respon sesuai dengan harapan mereka, sebaliknya, perasaan sedih hadir ketika pendapat diabaikan atau respon yang diterima tidak sesuai ekspektasi. Namun melalui pemahaman ajaran *kawruh jiwa*, mahasiswa memandang senang dan sedih bersifat sementara serta berkaitan erat dengan dinamika keinginan (*karep*) yang dapat memanjang (*mulur*) dan memendek (*mungkret*). Kesadaran ini membantu mereka untuk tidak larut dalam perasaan, lebih mampu menerima respon orang lain, serta membangun interaksi sosial yang lebih tenang dan reflektif.

Kata kunci: *Bungah susah*, Interaksi Sosial, *Kawruh Jiwa*, Mahasiswa.

ABSTRACT

**THE MEANING OF “BUNGAH SUSAH” IN SOCIAL INTERACTIONS
AMONG STUDENTS STUDYING KAWRUH JIWA
(A PHENOMENOLOGICAL STUDY)**

*Aditya Eka Kurniawan
Guidance and Counseling
Sanata Dharma University
2026*

This study aims to: (1) Identify the forms of joy students experience during social interactions. (2) Identify the forms of sadness students experience during social interactions. (3) Determine how students interpret their feelings of joy in social interactions. (4) Determine how students interpret their feelings of sadness in social interactions. (5) To determine how students’ perspectives, informed by the teachings of Kawruh Jiwa as expounded by Ki Ageng Suryomentaram, can help students interpret joy and sadness (bungah susah) in social interactions (sesrawungan).

Using a qualitative approach with a phenomenological methodology, this study explores students’ subjective experiences in interpreting feelings of joy and sadness when interacting on campus. Data were collected through in-depth interviews with current students at Sanata Dharma University who are familiar with and have studied Kawruh Jiwa.

Research findings indicate that feelings of joy generally arise when students feel accepted, valued, and receive responses that meet their expectations; conversely, feelings of sadness arise when their opinions are ignored or the responses they receive fall short of their expectations. However, through an understanding of the teachings of kawruh jiwa, students view happiness and sadness as temporary and closely related to the dynamics of desire (karep), which can expand (mulur) and contract (mungkret). This awareness helps them avoid getting lost in their emotions, enables them to better accept others’ responses, and fosters calmer, more reflective social interactions.

Keyword: Happiness, Sadness, Social Interaction, Student