

**KONSELING CATUR MURTI: PENDEKATAN HOLISTIK BERBASIS AJARAN
RADEN MAS PANJI SOSROKARTONO**

Natalia Pare¹, Ari Khusumadewi², Bakhrudin All Habsy³

^{1,2,3}Universitas Negeri Surabaya

Email: 24011355006@mhs.unesa.ac.id¹, arihusumadewi@unesa.ac.id²,
bakhrudinhabsy@unesa.ac.id³

Abstrak: Konseling Catur Murti adalah pendekatan konseling berbasis budaya yang bersumber dari ajaran luhur Raden Mas Panji Sosrokartono. Ajaran ini menekankan pentingnya penyelarasan antara pikiran, perasaan, perkataan, dan perbuatan sebagai landasan untuk mencapai kemurnian berpikir dan keseimbangan hidup. Artikel ini bertujuan untuk mengkaji secara mendalam konsep dan nilai-nilai dalam ajaran Catur Murti serta relevansinya dalam praktik konseling modern. Metode penelitian yang digunakan adalah kajian literatur dengan pendekatan kualitatif deskriptif. Hasil kajian menunjukkan bahwa Konseling Catur Murti mengintegrasikan aspek psikologis, spiritual, dan sosial dalam proses bimbingan, serta memiliki potensi sebagai model konseling yang holistik dan kontekstual. Meskipun demikian, pendekatan ini memerlukan dukungan empiris dan pelatihan khusus bagi konselor agar dapat diterapkan secara efektif. Konseling ini dapat menjadi kontribusi penting dalam pengembangan konseling berbasis kearifan lokal di Indonesia.

Kata Kunci: Konseling Catur Murti, Raden Mas Panji Sosrokartono, Penyelarasan Diri, Konseling Budaya, Pendekatan Holistik.

***Abstract:** Catur Murti Counseling is a culturally-rooted counseling approach derived from the profound teachings of Raden Mas Panji Sosrokartono. This approach emphasizes the harmonious alignment of thought, feeling, speech, and action as a foundation for achieving purity of mind and life balance. This article aims to explore the core concepts and values within the Catur Murti teachings and examine their relevance in modern counseling practices. The study employs a qualitative descriptive method using literature review. The findings indicate that Catur Murti Counseling integrates psychological, spiritual, and social dimensions within the counseling process, offering a holistic and contextual framework. However, it requires empirical support and specific training for counselors to be effectively implemented. This model holds the potential to significantly contribute to the development of culturally-informed counseling practices in Indonesia.*

Keywords: Catur Murti Counseling, Raden Mas Panji Sosrokartono, Self-Alignment, Cultural Counseling, Holistic Approach.

PENDAHULUAN

Konseling Catur Murti adalah pendekatan unik yang berakar pada ajaran Raden Mas Panji Sosrokartono, seorang intelektual Jawa yang terkenal dengan pengetahuan mendalam tentang psikologi dan berbagai bahasa. Ajaran-ajarannya menekankan pentingnya penyelarasan harmonis antara pikiran, perasaan, perkataan, dan perbuatan, yang mendukung pemahaman holistik tentang kesejahteraan manusia. Metode konseling ini tidak hanya bertujuan untuk memenuhi kebutuhan psikologis dan emosional individu, tetapi juga berupaya mengembalikan kecanggihan pengetahuan tradisional Indonesia. Dengan mengintegrasikan aspek spiritual, emosional, dan sosial, Konseling Catur Murti menawarkan kerangka kerja yang komprehensif untuk pengembangan diri dan kesadaran diri

METODE PENELITIAN

Penulisan artikel ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan jenis studi kajian literatur. Metode ini dipilih untuk menggali secara mendalam ajaran Catur Murti dari Raden Mas Panji Sosrokartono dan menelaah relevansinya dalam konteks konseling modern. Data diperoleh melalui penelusuran berbagai sumber pustaka yang meliputi naskah-naskah ajaran Sosrokartono, buku-buku filsafat Jawa, artikel ilmiah, dan referensi lain yang relevan dengan konseling berbasis nilai budaya dan spiritualitas. Proses analisis dilakukan melalui tahapan identifikasi konsep utama, klasifikasi nilai-nilai dalam ajaran Catur Murti, analisis relevansi dengan teori-teori konseling kontemporer seperti humanistik dan transpersonal, serta refleksi kritis terhadap kemungkinan penerapannya dalam praktik konseling di Indonesia. Metode ini memungkinkan penulis untuk membangun kerangka konseptual yang kokoh dan kontekstual sebagai tawaran pendekatan konseling yang holistik berbasis kearifan lokal.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Sejarah Perkembangan

Konseling Catur Murti digagas dari serat-serat (surat-surat) atau ajaran adiluhung Raden Mas Panji Sosrokartono. Raden Mas Panji Sosrokartono (1877-1952) adalah seorang intelektual Jawa, polyglot yang menguasai 34 bahasa, dan ahli pengobatan psikologis, rohani, dan jasmani. Ia adalah kakak kandung R.A. Kartini dan guru dari Presiden RI pertama, Ir. Soekarno. Ajaran-ajaran Sosrokartono mengandung efek terapeutik yang dapat diterapkan dalam proses bimbingan dan konseling. Konseling Catur Murti bertujuan mengembalikan

kecanggihan konseptual ilmu pengetahuan Nusantara melalui pengembangan disiplin ilmu konseling berbasis budaya Nusantara.

B. Hakikat Manusia

Dalam konseling Catur Murti, manusia dipandang sebagai subjek yang setara dan berhak memiliki kehidupan yang bermartabat. Manusia memiliki potensi untuk tumbuh dan berkembang, serta kemampuan untuk melindungi, menyelamatkan, dan memperbaiki kondisi kehidupan. Struktur kepribadian manusia terdiri dari empat faal: pikiran, perasaan, perkataan, dan perbuatan. Konseling Catur Murti menekankan penyelarasan pikiran dan perasaan agar individu dapat mengendalikan diri dan menghasilkan perilaku yang jujur, berani, dan yakin.

C. Perkembangan Perilaku

1. Struktur Kepribadian

Dalam Konseling Catur Murti, struktur kepribadian manusia dipahami sebagai suatu sistem yang terdiri dari empat elemen utama yang saling berinteraksi:

a) **Pikiran**

Pikiran adalah interpretasi individu terhadap diri sendiri atau situasi yang dialami. Ini adalah bentuk getaran jiwa yang berasal dari panca indra dan dianggap sebagai pintu gerbang pertama pengetahuan. Pikiran dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor termasuk pengalaman masa lalu, keyakinan, dan nilai-nilai.

b) **Perasaan**

Perasaan adalah getaran jiwa sebagai reaksi terhadap pengalaman indrawi, yang berisi keinginan atau kehendak yang diarahkan pada objek tertentu. Perasaan dapat berupa emosi positif seperti kebahagiaan dan cinta, atau emosi negatif seperti kemarahan dan ketakutan.

c) **Perkataan**

Perkataan adalah susunan kata yang digunakan untuk merumuskan, menerangkan, dan menjelaskan pikiran dan perasaan. Perkataan memiliki kekuatan untuk mempengaruhi diri sendiri dan orang lain.

d) **Perbuatan**

Perbuatan adalah sikap dan tindakan manusia sebagai hasil dari pikiran, perasaan, dan perkataan. Perbuatan adalah manifestasi nyata dari apa yang ada di dalam diri individu.

Keempat komponen ini saling berinteraksi dalam proses pengambilan keputusan dan tindakan. Konseling Catur Murti menekankan pentingnya menyelaraskan pikiran dan perasaan (*nglaras batos saha raos*) untuk mencapai kemurnian berpikir.

2. Pribadi Sehat dalam Konseling Catur Murti

Konseling Catur Murti memiliki konsep tentang pribadi yang sehat, yang dicirikan oleh beberapa aspek:

a) Beriman dan Berilmu Pengetahuan Luas

Pribadi yang sehat adalah individu yang mengabdikan diri kepada Tuhan dan menjalankan *laku catur murti* dengan dasar ilmu pengetahuan, wawasan luas, serta mampu mengambil hikmah dari setiap kejadian (*Angelar pemandang, tegesipun angringkas pemantheng, Ambuka netra, tegesipun anutup netra Angkub kabeh, tegesipun anyandak siji*). Hal ini senada dengan pandangan konseling kognitif humanisme yang menyatakan bahwa kepatuhan individu kepada Tuhan YME, sebagai alternatif yang membantu mereka untuk lebih manusiawi dalam menampilkan kebaikan yang esensial dalam berhubungan dengan sesama manusia (Habsy, 2022).

b) Kemurnian Berpikir

Pribadi yang sehat memiliki keberanian dan kemantapan dalam menghadapi masalah dengan menyelaraskan pikiran dan perasaan (*nglaras batos soho raos*). Hal ini bertujuan untuk menghasilkan perkataan dan perbuatan yang luhur dan mengagumkan (*ngunduh wohing pakerti*), untuk menjauhkan diri dari sifat sombong (*aja dumeh*) dan menjadikan diri penuh tenggang rasa (*tепа salira*).

c) Memahami Diri

Pribadi yang sehat mampu mengenali, memahami, dan menjadi dirinya sendiri dengan berbagai kemampuan dalam diri (*Aheie asher aheie/aku adalah aku*), yang dikategorikan, dalam lambang Sang Alif sebagai berikut: Putih, sebagai bentuk keseimbangan, perlindungan dan kedamaian; Hitam, sebagai bentuk pengendalian diri, kestabilan, netral, kekuatan yang hening; Biru muda, sebagai bentuk kreativitas,

spiritual, surgawi, kebenaran, daya penyembuh batin dan jasmani serta daya menyegarkan; Merah, sebagai bentuk sesuatu yang punya daya hidup, kelestarian, kekuatan, untuk melindungi serangan yang akan menempa jasmani dan rohani serta memperlancar peredaran darah dan keberanian.

3. Pribadi Tidak Sehat dalam Konseling Catur Murti

Pribadi yang tidak sehat adalah mereka yang tidak mampu menyelaraskan pikiran dan perasaan (*nglaras batos soho raos*). Hal ini dapat menyebabkan pencemaran diri yang meliputi:

- a) Kebencian: Pola pikir jahat yang melahirkan dendam, ketidaktenangan, gelisah dan gunda gulana.
- b) Serakah: Hati yang tertutup sehingga tidak dapat melihat dan merasakan penderitaan orang lain.
- c) Iri Hati: Merasa tidak senang jika melihat orang lain bahagia.
- d) Fitnah: Menyebarluaskan berita bohong tentang orang lain.
- e) Kebodohan: Tidak memiliki kemampuan mengendalikan pikiran.

D. Hakikat Konseling

Konseling Catur Murti didefinisikan sebagai ilmu yang mempelajari prosedur, teknik, dan strategi bantuan yang diberikan kepada konseli. Tujuannya adalah untuk menciptakan kemurnian berpikir melalui penyelarasan pikiran dan perasaan, serta pemahaman makna hidup dari setiap pelajaran yang terjadi. Proses ini diharapkan dapat membimbing individu untuk mendapatkan bisikan batin yang suci sebagai peringatan sebelum berkata dan berbuat.

E. Kondisi Pengubahan

1. Tujuan

Tujuan utama dari konseling Catur Murti adalah membantu konseli dalam memahami diri secara tepat, mewujudkan kesempurnaan hidup, dan mencapai ketenangan jiwa. Ini dilakukan dengan menyelaraskan pikiran, perasaan, perkataan, dan perbuatan. Konseling ini juga bertujuan untuk menumbuhkan potensi manusia melalui penyelarasan pikiran dan perasaan, membawa individu lebih dekat dengan Tuhan, dan mengembangkan karakter yang jujur, berani, dan yakin.

2. Sikap, Peran, dan Tugas Konselor

Dalam konseling Catur Murti, seorang konselor berperan sebagai fasilitator yang membantu konseli dalam proses penemuan diri dan penyelarasan diri. Konselor harus memiliki pemahaman mendalam tentang ajaran-ajaran Raden Mas Panji Sosrokartono dan mampu mengaplikasikannya dalam proses konseling.

3. Sikap, Peran, dan Tugas Konseli

Konseli diharapkan berperan aktif dalam proses konseling, terbuka terhadap pengalaman dan pembelajaran, serta bersedia untuk melakukan perubahan positif dalam hidupnya. Konseli juga diharapkan memiliki keinginan untuk mendekatkan diri pada Sang Pencipta dan menghayati setiap pelajaran hidup sebagai guru.

4. Situasi Hubungan

Hubungan antara konselor dan konseli dalam konseling Catur Murti bercirikan egalitarianisme, menolak otoritarianisme, bersifat demokratis, dan berwatak komunalisme. Hubungan ini didasarkan pada rasa saling percaya, menghormati, dan memahami.

F. Mekanisme Pengubahan

1. Tahap-tahap Konseling

Tahapan konseling Catur Murti dimulai dengan berdoa. Tahapan selanjutnya melibatkan eksplorasi diri, identifikasi masalah, pengembangan solusi, dan implementasi perubahan. Proses ini bersifat individual dan disesuaikan dengan kebutuhan konseli.

2. Teknik-teknik Konseling

Beberapa teknik konseling yang digunakan dalam konseling Catur Murti antara lain:

- a) *Langgeng tan ana susah tan ana seneng*: Mencapai keabadian yang tidak diselimuti perasaan susah maupun senang.
- b) *Antheng Mantheng Sugeng Jeneng*: Menciptakan suasana batin yang selalu tenang.

Teknik-teknik ini bertujuan untuk membantu konseli memahami diri secara tepat, mewujudkan kesempurnaan hidup, dan mencapai ketenangan jiwa dengan menyelaraskan pikiran, perasaan, perkataan, dan perbuatan.

G. Kelemahan dan Kelebihan

Kelebihan konseling Catur Murti terletak pada pendekatannya yang holistik dan berbasis budaya, yang mempertimbangkan aspek spiritual, emosional, dan sosial individu. Pendekatan ini juga menekankan pada pengembangan karakter dan nilai-nilai luhur. Kelemahannya adalah kurangnya penelitian empiris yang mendukung efektivitasnya dan perlunya pelatihan khusus bagi konselor untuk memahami dan menerapkan ajaran-ajaran Raden Mas Panji Sosrokartono.

H. Perbandingan dengan Pendekatan Lain

Konseling Catur Murti menekankan keselarasan hubungan antara manusia dengan Tuhan dan manusia dengan makhluk Tuhan. Dibandingkan dengan pendekatan konseling lain:

a) Konseling Humanistik

Menekankan potensi individu dan aktualisasi diri. Catur Murti serupa karena fokus pada pengembangan diri, tetapi berbeda karena memasukkan unsur spiritualitas dan hubungan dengan Tuhan.

b) Konseling Psikodinamik

Fokus pada proses mental bawah sadar. Catur Murti berbeda karena lebih menekankan pada kesadaran moral dan etika dalam tindakan sehari-hari.

c) Konseling Sistemik

Memandang masalah individu dalam konteks sistem sosial. Catur Murti dapat dilengkapi dengan pendekatan sistemik untuk memahami pengaruh lingkungan pada individu.

I. Implikasi untuk Praktik Konseling

Konselor dapat mengintegrasikan prinsip-prinsip Catur Murti dengan:

- 1) Menerapkan nilai-nilai moral dalam proses konseling.
- 2) Menggunakan pendekatan holistik yang mempertimbangkan aspek spiritual klien.

Mendorong klien untuk mengembangkan kesadaran diri dan hubungan yang baik dengan Tuhan dan sesama

KESIMPULAN

Konseling Catur Murti, yang didasarkan pada ajaran Raden Mas Panji Sosrokartono, menawarkan pendekatan holistik yang mengintegrasikan aspek psikologis, spiritual, dan sosial

dalam proses konseling. Dengan menekankan pentingnya penyelarasan antara pikiran, perasaan, perkataan, dan perbuatan, metode ini bertujuan untuk membantu individu mencapai keseimbangan dan kebahagiaan dalam hidup. Meskipun memiliki keunggulan dalam relevansi budaya dan pemahaman mendalam tentang karakter manusia, tantangan seperti kurangnya penelitian empiris dan kebutuhan pelatihan khusus bagi konselor perlu diatasi. Secara keseluruhan, Konseling Catur Murti berpotensi menjadi kontribusi signifikan dalam praktik konseling modern, dengan penekanan pada pengembangan diri dan hubungan yang lebih baik dengan Tuhan serta sesama.

DAFTAR PUSTAKA

- Habsy, B. A. (2020). Konseling Catur Murti: Relevansi Ajaran Raden Mas Panji Sosrokartono dalam Praktik Bimbingan dan Konseling Kontemporer. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 4(1), 27-34.
- Habsy, B. A. (2022). *Konseling Catur Murti: telusur yang tersurat dan tersirat ajaran adiluhung Raden Mas Panji Sosrokartono*. Indonesia: Universitas Negeri Malang.
- Aksan. (1995). *Gema Suara: Drs RMP. Sosorkartono*, Surabaya: Yayasan Djojo Bojo.
- Habsy, B. A. (2020). Kajian Filosofis Ditengah Pandemi Covid-19 Berdasarkan Paradigma Konseling Catur Murti. *Nusantara of Research*, 7(1), 19-29.
- Mulyono, Dkk. (2016). AJARAN ETIKA SOSROKARTONO DAN RELEVANSINYA BAGI PEMBENTUKAN KARAKTER BANGSA INDONESIA. Universitas Gadjah Mada.
- Purwadi. (2007). *Psikologi Komunikasi Catur Murti*. Yogyakarta: Gama Media.
- Mairani, I. (2024). Diskursus Gaya Kepemimpinan Raden Mas Panji Sosrokartono. *Kompasiana*.
- Mulyono, S. (2010). Catur Murti: Sebuah Pendekatan Konseling Holistik. *Jurnal Konseling*, 2(1), 45-56.
- Savitri, A. (2015). Konseling Holistik Berbasis Kearifan Lokal. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 4(2), 125-136.
- Sosrokartono, R.M.P. (1982). *Catur Murti: Konsepsi Sehat Jiwa Raga*. Jakarta: Yayasan Pembina Pendidikan Catur Murti.
- Subandi, M.A. (2011). *Psikologi Agama & Kesehatan Mental*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.