
IMPLEMENTASI SIMBOL MANUNGGALING KAWULA GUSTI DALAM BABAD AKHIR MAJAPAHIT SEBAGAI PENDEKATAN SPIRITUAL BAGI GEN Z

Fadhil Dani Falah¹

Fakultas Bahasa dan Seni, Universitas Negeri Surabaya
e-mail: fadhildani.23115@mhs.unesa.ac.id

Galih Dwi Saputra²

Fakultas Bahasa dan Seni, Universitas Negeri Surabaya
e-mail: galih.23066@mhs.unesa.ac.id

Abstrak

Meningkatnya kecemasan psikologis pada kalangan Gen Z menunjukkan perlunya pendekatan reflektif yang tidak hanya bertumpu pada aspek psikologis, tetapi juga nilai spiritual dan budaya. Penelitian ini membahas implementasi nilai manunggaling kawula gusti dalam Babad Akhir Majapahit sebagai pendekatan spiritual bagi Gen Z melalui analisis simbol-simbol dalam *pupuh Dhandhanggula*. Penelitian bertujuan mengungkap makna simbolik seperti *kembang kintanira*, *kitab daka*, *salat tunggal*, *palung*, *wong ngagung dhingin-dhingin*, dan *sêmut*, serta relevansinya terhadap kehidupan generasi muda masa kini. Metode yang digunakan adalah pendekatan kualitatif dengan perspektif teologi sastra Amos Wilder yang menekankan simbol, imajinasi religius, dan pengalaman spiritual dalam teks sastra. Hasil penelitian menunjukkan bahwa simbol-simbol tersebut memuat nilai ketundukan, keheningan batin, kesadaran diri, dan keterhubungan spiritual yang dapat dimaknai sebagai bentuk refleksi diri di tengah tekanan kehidupan modern. Penelitian ini menegaskan bahwa Babad Akhir Majapahit tidak hanya memiliki nilai sastra dan budaya, tetapi juga menyimpan dimensi spiritual yang relevan bagi kehidupan Gen Z di era digital.

Kata Kunci: *Manunggaling Kawula Gusti*, Babad Akhir Majapahit, Teologi Sastra, Spiritualitas Jawa.

Abstract

The rise in psychological anxiety among Gen Z highlights the need for a reflective approach that focuses not only on psychological aspects but also on spiritual and cultural values. This study examines the implementation of the value of manunggaling kawula gusti in the Babad Akhir Majapahit as a spiritual approach for Gen Z through an analysis of symbols in the Dhandhanggula stanza. The study aims to uncover the symbolic meanings of elements such as the kembang kintanira, the kitab daka, the salat tunggal, the palung, the wong ngagung dhingin-dhingin, and the sêmut, as well as their relevance to the lives of today's youth. The method employed is a qualitative approach using Amos Wilder's literary theology perspective, which emphasizes symbols, religious imagination, and spiritual experiences within literary texts. The findings reveal that these symbols embody values of submission, inner stillness, self-awareness, and spiritual interconnectedness, which can be interpreted

as forms of self-reflection amidst the pressures of modern life. This study affirms that the Babad Akhir Majapahit not only possesses literary and cultural value but also holds a spiritual dimension relevant to the lives of Gen Z in the digital age.

Keywords: *Manunggaling Kawula Gusti, Anxiety disorder, The End of Majapahit, Literary Theology, Javanese Spirituality.*

PENDAHULUAN

Anxiety disorder atau gangguan kecemasan merupakan kondisi psikologis yang ditandai oleh rasa cemas berlebihan yang berlangsung terus-menerus dan sulit dikendalikan. Kondisi ini dapat memengaruhi cara berpikir, perilaku, dan fungsi sosial seseorang dalam kehidupan sehari-hari. Berbeda dengan kecemasan biasa, *anxiety disorder* sering muncul tanpa pemicu yang jelas, namun menimbulkan respons fisik dan emosional yang signifikan (Angelina dkk., 2025). Individu yang mengalami gangguan ini dapat merasakan gejala seperti jantung berdebar, sulit tidur, kelelahan ekstrem, hingga rasa takut yang tidak rasional (Putra Pratama dkk., 2012). Dalam konteks kesehatan mental, gangguan ini termasuk dalam kelompok yang paling umum dialami di era modern.

Fenomena *anxiety disorder* menunjukkan peningkatan signifikan di kalangan *Gen Z*, yaitu generasi yang lahir antara tahun 1995 hingga awal 2010-an. Faktor pemicunya beragam, mulai dari tekanan akademik, ekspektasi sosial, ketidakpastian masa depan, hingga pengaruh media sosial yang terus-menerus menciptakan standar pencapaian tertentu (Fitria Partami dkk., 2021). Di Indonesia, data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 mencatat peningkatan prevalensi gangguan mental emosional pada usia 15 tahun ke atas dari 6% pada 2013 menjadi 9,8% pada 2018, yang sebagian besar berasal dari kelompok usia muda. Fenomena ini terus berlanjut, terutama selama dan pascapandemi COVID-19, yang menambah tekanan sosial dan eksistensial pada kalangan *Gen Z* (Nindya, 2023). Kecemasan yang terus meningkat ini menandai pentingnya pencarian pendekatan alternatif yang tidak hanya bersifat medis, tetapi juga menyentuh dimensi makna dan spiritualitas.

Identifikasi terhadap fenomena meningkatnya *anxiety disorder* pada *Gen Z* menunjukkan adanya keterbatasan dalam pendekatan penanganan kesehatan mental yang selama ini lebih berfokus pada aspek medis dan psikologis modern. Pendekatan seperti terapi perilaku kognitif maupun farmakoterapi memang berperan penting, tetapi sering kali belum menyentuh dimensi batiniah yang berkaitan dengan krisis makna, keterasingan diri, dan kegelisahan eksistensial yang banyak dialami generasi muda. Dalam konteks ini, karya sastra

tradisional tidak hanya dipahami sebagai warisan budaya, tetapi juga sebagai ruang refleksi yang menyimpan nilai spiritual dan pengalaman hidup masyarakat pada masanya. Babad Akhir Majapahit memuat ajaran simbolik mengenai hubungan manusia dengan Tuhan melalui konsep *manunggaling kawula gusti*, yang menggambarkan upaya manusia mencapai ketenangan batin melalui kesadaran akan keterhubungan dengan Yang Ilahi. Kajian terhadap teks ini menjadi relevan untuk melihat bagaimana nilai-nilai spiritual dalam sastra Jawa dapat dimaknai kembali sebagai pendekatan reflektif bagi Gen Z yang hidup di tengah tekanan sosial dan budaya digital.

Keterkaitan antara fenomena kecemasan dan Babad Akhir Majapahit terletak pada cara teks tersebut menghadirkan pengalaman batin manusia ketika menghadapi kegelisahan hidup, ketidakpastian, dan pencarian makna diri. Dalam beberapa pupuh *Dhandhinggula*, ajaran *manunggaling kawula gusti* digambarkan melalui simbol-simbol seperti *kembang kintanira*, *kitab daka*, dan *salat tunggal*, yang menekankan pentingnya kesadaran diri, ketundukan batin, serta penyatuan kehendak manusia dengan kehendak Tuhan (Isnaini dkk., 2019). Nilai-nilai tersebut dapat dipahami sebagai bentuk spiritualitas kontemplatif yang mengajak manusia untuk tidak terjebak pada kegelisahan duniawi dan tekanan sosial yang berlebihan (Rusyidi, 2015). Sejalan dengan pendapat (Chodjim, 2009), kesadaran spiritual yang menempatkan manusia sebagai bagian dari kehendak ilahi dapat melahirkan rasa tenteram dan penerimaan diri. *Manunggaling kawula gusti* dalam Babad Akhir Majapahit tidak diposisikan sebagai solusi medis terhadap *anxiety disorder*, melainkan sebagai pendekatan spiritual-kultural yang membantu Gen Z membangun ketenangan batin, refleksi diri, dan kedekatan makna hidup di tengah dinamika kehidupan modern.

Terdapat 3 penelitian sebelumnya yang membahas tentang *anxiety disorder* pada kalangan *gen z*. Penelitian pertama berjudul "Media Sosial Sebagai Platform Digital Pemicu Ketidakstabilan Kecemasan Generasi Z" oleh (Yudha Pranata dkk., 2023). Studi ini menjelaskan bahwa intensitas interaksi digital dapat memicu kecemasan sosial dan ketidakstabilan emosional pada generasi muda, sedangkan penelitian. Penelitian kedua berjudul "Nilai-Nilai Religius dalam Babad Akhir Majapahit" oleh (Sudardi, 2017) yang membahas ajaran spiritual dalam pupuh macapat, serta penelitian "Konsep Manunggaling Kawula Gusti dalam Tradisi Mistik Jawa" oleh (Chodjim, 2009) yang menjelaskan bahwa *manunggaling kawula gusti* merupakan proses penyatuan batin manusia dengan kehendak Tuhan melalui laku spiritual. Selain itu, konsep teologi sastra melalui perspektif *theoetics*

pernah dikembangkan oleh Amos N. Wilder dalam karya *Theopoetic: Theology and the Religious Imagination* (1976), yang menekankan bahwa simbol dan bahasa puitik mampu menjadi medium pengalaman spiritual manusia. Namun, hingga kini belum ditemukan penelitian yang secara khusus menghubungkan simbol *manunggaling kawula gusti* dalam Babad Akhir Majapahit dengan pendekatan spiritual bagi Gen Z melalui perspektif teologi sastra. Penelitian ini hadir untuk mengisi celah tersebut dengan menghadirkan pembacaan sastra-spiritual yang menghubungkan warisan budaya Jawa, pengalaman religius, dan refleksi kehidupan generasi muda masa kini (Budury dkk., 2019).

Penelitian ini penting dilakukan karena menawarkan pendekatan baru dalam mengatasi kecemasan (*anxiety*) yang banyak dialami oleh Generasi Z, terutama di tengah tekanan sosial dan eksistensial era digital. Tidak seperti tiga penelitian sebelumnya yang lebih menekankan pada analisis fenomena dan kesadaran mental, penelitian ini memberikan pendekatan spiritual konkret melalui simbol *manunggaling kawula gusti* yang terdapat dalam Babad Akhir Majapahit. Keunggulan lainnya terletak pada sudut pandang kesastraan yang digunakan, sehingga mampu menggali pengalaman batin secara mendalam. Selain itu penelitian ini menggunakan teori teologi sastra dari Amos Wilder, yang menyatukan unsur estetika, spiritualitas, dan psikologi ke dalam satu kerangka pemahaman yang utuh. Simbol *manunggaling kawula gusti* dalam Babad Akhir Majapahit dihadirkan sebagai jalan penyembuhan batiniah agar Generasi Z mampu menemukan ketenangan, mengatasi kecemasan, serta tidak lagi terjebak dalam rasa takut yang membelenggu.

Keunggulan lainnya terletak pada kemampuannya mengintegrasikan teks tradisional dengan realitas kontemporer secara relevan, serta menghadirkan praktik reflektif berbasis simbol yang dapat diimplementasikan dalam kehidupan sehari-hari. Penelitian ini juga memperluas ruang tafsir sastra menjadi ruang penyembuhan psikologis, sekaligus mengangkat kembali nilai-nilai budaya lokal yang nyaris terabaikan. Ini bukan sekadar studi teks, tetapi ajakan untuk merawat batin melalui warisan makna yang hidup. Dari aspek metode, novelty terletak pada penggunaan pendekatan telaah naskah berbasis simbol spiritual yang diinterpretasi melalui konsep *theopoetics* Amos Wilder, bukan sekadar sebagai narasi keagamaan, tetapi sebagai jalan kontemplatif. Penelitian ini menjadikan teks sastra sebagai media pemulihan mental, bukan hanya objek kajian estetika.

Penelitian ini menggunakan teori teologi sastra yang dikembangkan oleh Amos Niven Wilder sebagai landasan konseptual dalam menganalisis *pupuh macapat* yang ada dalam

Babad Akhir Majapahit yang mengandung simbol *manunggaling kawula gusti*. Menurut (N. Wilder, 1976) dalam bukunya berjudul *Theopoetic: Theology and the Religious Imagination*, teologi tidak cukup hanya disampaikan dalam formulasi rasional dan sistematis. Ia menegaskan bahwa “bahasa teologi harus dipulihkan melalui kekuatan puitik dan imajinasi religius.” Artinya, teologi memerlukan revitalisasi melalui bentuk ekspresi sastra, seperti metafora, narasi, dan simbol.

Konsep inti dari teori ini mencakup 4 hal penting (1) *Theopoetics*, yaitu pendekatan Wilder terhadap teologi yang berakar pada puisi dan imajinasi, bukan hanya logika atau sistematis; (2) *Religious imagination* yaitu kunci dalam menyampaikan kebenaran spiritual, dan karya sastra memiliki kapasitas untuk menyalurkan pengalaman iman yang mendalam (Clark Roof, 1998). (3) *Symbolic language* adalah bahasa simbolik dalam sastra mampu mengungkapkan misteri iman yang tidak bisa dijelaskan secara literal atau doktrinal; (4) *Narrative and myth* adalah cerita, mitos, dan kisah fiksi dianggap sebagai cara penting untuk membentuk dunia batin, menyampaikan nilai-nilai transenden, dan membangun komunitas iman (N. Wilder, 1976). Dalam penelitian ini, *pupuh-pupuh macapat* yang ada dalam Babad Akhir Majapahit dibaca bukan hanya sebagai karya sastra, tetapi sebagai bentuk *theopoetic* yang menyimpan makna teologis tentang penyatuan manusia dengan Tuhan.

Penelitian ini memiliki 2 permasalahan yang menjadi dasar penelitian ini dilaksanakan yaitu (1) bagaimana simbol *manunggaling kawula gusti* direpresentasikan dalam Babad Akhir Majapahit?; (2) bagaimana relevansi simbol *manunggaling kawula gusti* dalam Babad Akhir Majapahit terhadap kehidupan Gen Z di tengah fenomena kecemasan? Selain itu penelitian ini juga memiliki tujuan yaitu untuk menjelaskan simbol *manunggaling kawula gusti* dalam Babad Akhir Majapahit dan menjelaskan implementasi simbol *manunggaling kawula gusti* dalam Babad Akhir Majapahit sebagai pendekatan spiritual *anxiety disorder* di kalangan *gen z*. Penelitian ini juga memiliki manfaat yang dibagi menjadi 2 yaitu manfaat teoritis dan praktis. Secara teoritis, penelitian ini memperkaya khazanah kajian teologi sastra dengan menunjukkan bagaimana simbol *manunggaling kawula gusti* dalam Babad Akhir Majapahit dapat ditafsirkan melalui pendekatan teologi sastra Amos Wilder sebagai ekspresi spiritual yang relevan dengan persoalan psikologis modern. Secara praktis, hasil penelitian ini memberikan alternatif pendekatan penyembuhan *anxiety disorder* di kalangan *Gen Z* melalui simbol *manunggaling kawula gusti* yang terkandung dalam *pupuh macapat* dalam Babad Akhir Majapahit.

METODE

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif deskriptif dengan pendekatan teologi sastra untuk memahami makna simbol *manunggaling kawula gusti* dalam Babad Akhir Majapahit. Menurut (W. Creswell, 2009), penelitian kualitatif bertujuan memahami makna yang dibangun individu atau kelompok terhadap persoalan sosial dan manusiawi melalui proses interpretatif. Sumber data primer dalam penelitian ini berupa *pupuh-pupuh Dhandhanggula* dalam Babad Akhir Majapahit yang memuat simbol spiritual penyatuan kawula dan Gusti, sedangkan sumber data sekunder diperoleh dari jurnal ilmiah, buku, artikel, dan penelitian terdahulu yang berkaitan dengan mistik Jawa, teologi sastra, dan konsep *manunggaling kawula gusti*. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui studi pustaka dengan beberapa tahapan, yaitu membaca teks secara menyeluruh, menyeleksi *pupuh* yang relevan dengan fokus penelitian, mencatat larik-larik simbolik, kemudian mengelompokkan data berdasarkan tema simbol spiritual yang ditemukan. Dalam proses pembacaan teks, penelitian ini juga memperhatikan validitas filologis dengan membandingkan ejaan, struktur larik, dan makna kata pada beberapa referensi naskah agar penafsiran simbol tidak terlepas dari konteks kebahasaan dan budaya Jawa.

Teknik analisis data dilakukan secara tematik dengan mengikuti langkah-langkah analisis kualitatif, yaitu mengorganisasi data, membaca dan memahami teks secara mendalam, melakukan pengkodean simbol, mengelompokkan tema, serta menafsirkan makna simbol secara kontekstual (Creswell, 1994). Proses pengkodean dilakukan melalui open coding untuk menemukan simbol-simbol utama, dilanjutkan *axial coding* guna melihat hubungan antar simbol, hingga terbentuk tema besar mengenai nilai spiritual *manunggaling kawula gusti*. Prosedur penafsiran simbol dilakukan dengan memadukan pembacaan tekstual, konteks spiritual Jawa, dan perspektif theopoetics Amos N. Wilder sehingga simbol tidak hanya dipahami sebagai unsur estetis, tetapi juga sebagai representasi pengalaman religius dan kesadaran batin manusia. Validitas penelitian dijaga melalui validasi ahli dan pemeriksaan sejawat, yaitu dengan melibatkan filolog dan ahli sastra Jawa klasik untuk meninjau transliterasi serta ketepatan pemaknaan *pupuh Dhandhanggula* yang masih berbahasa Jawa. Selain itu, penelitian ini juga menggunakan triangulasi teori dengan membandingkan perspektif teologi sastra, mistik Jawa, dan kajian simbol untuk menjaga ketepatan interpretasi, sedangkan reliabilitas penelitian dilakukan melalui pencatatan proses

analisis secara sistematis (audit trail) agar setiap langkah penafsiran dapat ditelusuri secara akademis dan konsisten.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Data 1 Simbol *Manunggaling kawula gusti*

No	Kutipan Penuh	Terjemahan	Simbol
1.	<i>//Lamun kêmbang kintanira ngênting/ apa ingkang sira anggè pyambak/ têmahan suwung kabulè/ gustènira wus luhung/ dadi nora takon malih/ daya lamun mangkona/ ajamak wong ngagung/ lumuh kaungkulan liyan/ pan sayêkti daha kongkonana kami/ pangawulanè wigarnga//</i>	<i>//Apabila bunga kintaniramu menggantung tinggi/ apa yang engkau jadikan milik diri sendiri/ pada akhirnya akan menjadi kosong dan sirna/ Tuhanmu telah Mahatinggi/ sehingga tiada lagi yang perlu dipertanyakan/ Jika telah mencapai keadaan demikian/ lazimnya orang yang luhur budi/ tidak lagi ingin mengungguli sesamanya/ sebab sesungguhnya kami hanyalah yang diperintah/ sedangkan penghambaan itu telah melebur//</i>	<i>Kembang kintanira</i>

Penafsiran Theopoetics:

*//Lamun kêmbang kintanira ngênting/
apa ingkang sira anggè pyambak/
têmahan suwung kabulè/
gustènira wus luhung/*

- *Kembang kintanira ngenting* = simbol batin manusia (kawula) yang telah mekar dan menggantung tinggi, siap larut dalam Gusti.
- *Suwung kabulè* = hilangnya ego manusia, penyerahan mutlak kepada Tuhan.
- *Gustènira wus luhung* = kesadaran bahwa Tuhan adalah Sang Mutlak yang tak tersentuh oleh akal.

Frasa “*kêmbang kintanira ngênting*” merupakan simbol puitis yang sangat kuat untuk merepresentasikan kesadaran spiritual tertinggi. Dalam khazanah simbolik Jawa, “*kêmbang*” melambangkan mekarnya kesadaran rohani, sebagaimana bunga yang membuka diri

terhadap cahaya. “*Ngénting*” (menggantung tinggi) mengisyaratkan keberadaan transendental, terangkat dari dunia fana dan berada pada ambang batas antara manusia dan yang ilahi. Di sini, bunga tidak sekadar bunga; ia adalah tubuh spiritual manusia yang telah mengalami penyucian dan siap menyatu dalam hadirat Gusti.

Larik berikutnya, “*têmahan suwung kabulè*”, mengandung kedalaman makna mistik: suwung berarti kosong, bukan dalam arti nihil, melainkan sebagai keadaan batin yang telah lepas dari keakuan atau ego. “*Kabule*” yang hilang adalah simbol dari aku manusiawi yang disingkirkan, sehingga yang tinggal hanyalah “ruang” bagi kehadiran Gusti. Dalam tradisi mistik Sufi maupun Kejawen, simbol fana’ (lenyapnya diri dalam Tuhan) sejalan dengan ini — dan hal ini adalah inti dari manunggaling kawula gusti: tidak ada lagi batas antara yang menyembah dan yang disembah, sebab keakuan telah luluh. Menurut journal *Mystical Union in Javanese Poetics* (Sears, 1996), suwung menjadi ruang transendental tempat perjumpaan terjadi, dan hanya dalam suwung itulah Gusti bisa “dilahirkan” dalam kesadaran kawula.

Selanjutnya, baris “*gustènira wus luhung, dadi nora takon malih*” mengungkapkan transformasi batin yang telah mencapai titik final: kawula telah melihat keluhuran Gusti, dan tidak lagi mencari, bertanya, atau meragukan. Dalam simbol theopoetic, ini adalah momen “hening yang penuh makna” — ketika bahasa dan logika manusia tak lagi cukup, dan hanya keheningan mistik yang berbicara. Ketika Wilder menulis bahwa simbol religius mengandung “*sudden insights of vision*,” ia menunjukkan bahwa pemahaman tentang Tuhan justru datang dalam bentuk puitis yang melampaui diskursus logis.

Data 2 Simbol *Manunggaling Kawula Gusti*

No	Kutipan Penuh	Terjemahan	Simbol
2.	// <i>Lamun nora awas mring yyang widi/ pèsthi wuta bèjang ing ngakèrat/ arep wruha sakmêngkonè/ yogya sami gèguru/ ing pêngawruh salat sèjati/ pratingkahing panèmbah/ dèn wèruh satuhu/ jènènging kang salat tunggal/ ing wujudè kawula kèlawan gusti/ kang dadi wujud tunggal//</i>	//Apabila tidak waspada terhadap Tuhan Yang Maha Esa/ niscaya akan buta kelak di kehidupan akhir/ Jika ingin mengetahui hakikat keadaan itu/ sebaiknya berguru bersama dalam pengetahuan salat sejati/ yakni tata laku penyembahan yang dipahami dengan sungguh-sungguh/	<i>Salat tunggal</i>

Itulah yang disebut salat tunggal/
ketika wujud kawula dan Gusti
menjadi satu wujud yang menyatu//

Penafsiran Theopoetics:

*jênênging kang salat tunggal/ ing wujudè kawula kèlawan gusti/
kang dadi wujud tunggal//*

- *Salat tunggal* = simbol kesatuan antara tindakan ibadah dan kehadiran Tuhan.
- *Wujudè kawula kèlawan gusti* = penyatuan eksistensial antara manusia dan Tuhan.
- *Wujud tunggal* = kondisi mistik tanpa jarak antara subjek dan objek; antara penyembah dan yang disembah

Simbol utama dalam pupuh ini adalah frasa “*salat tunggal*” dan “*wujude kawula kèlawan Gusti kang dadi wujud tunggal.*” Dalam kerangka theopoetik, “*salat*” tidak lagi dimaknai sekadar sebagai ritual keagamaan yang terikat hukum syariat, melainkan sebagai metafora hubungan batin antara manusia dan Tuhan. Ketika disebut “*salat tunggal,*” maka maknanya meluas menjadi satu tindakan, satu napas, satu keberadaan — tidak ada lagi pemisahan antara subjek (kawula) dan objek (Gusti). Hal ini sejalan dengan pemikiran Amos Wilder dalam *Theopoetic* (1976), bahwa bahasa iman yang sejati harus “melampaui proposisi logis” dan menghadirkan makna yang bersifat simbolik dan eksistensial.

Frasa “*wujude kawula kèlawan Gusti kang dadi wujud tunggal*” menggambarkan puncak dari spiritualitas mistik: ketersingkapannya bahwa seluruh eksistensi manusia dan Tuhan telah menjadi satu wujud. Ini merupakan ekspresi puitis dari pengalaman wahdatul wujud (kesatuan wujud) dalam tradisi mistik Islam dan Kejawen. Dalam jurnal *Mysticism and Language* oleh Steven Katz (1978), dijelaskan bahwa pengalaman mistik tidak dapat dipisahkan dari bahasa simbolik karena hanya simbolah yang mampu menyentuh realitas di luar batas akal.

Dalam pembacaan theopoetik, simbol “*wujud tunggal*” juga membawa resonansi estetis: bukan hanya benar secara spiritual, tetapi juga indah secara bahasa. Bahasa “*wujud tunggal*” menyimpan paradoks: dua wujud—kawula dan Gusti—disebut sebagai satu, bukan dengan cara menyamakan, tetapi dengan melenyapkan batas kedualan. Sebagaimana puisi, simbol ini tidak memberi kepastian rasional, tapi justru membuka ruang kontemplasi,

□□□

membuka misteri, dan memancing resonansi batin pembacanya. Ini sejalan dengan Wilder yang menyebut bahwa bahasa theopoetik membangun “*visionary apprehension*” — bukan pengetahuan, melainkan penampakan ilham yang menyentuh jiwa.

Data 3 Simbol *Manunggaling Kawula Gusti*

No	Kutipan Penuh	Terjemahan	Simbol
3.	// <i>Lamun rasa ing ngakên yyang widi/ jênêng manungsa kang kinasiyan/ ing ngakên katunggalanè/ aja êsak ing ngelmu/ iku kitab angsalè methik/ angsalè kitab daka/ tèkat ingkang kukuh/ lamun ora ngawruhana/ pêsthi samar ora wruh marang yyang widi/ wajib ang ngawruhana//</i>	//Apabila rasa telah mengenal Tuhan Yang Maha Esa/ itulah manusia yang dimuliakan/ Dalam pengenalan akan kesatuan-Nya/ jangan berhenti hanya pada pengetahuan/ Itulah hakikat yang dipetik dari kitab/ dari ajaran kitab yang mendalam/ Diperlukan tekad yang teguh/ sebab jika tidak memahaminya/ niscaya akan samar dan tidak mengenal Tuhan Yang Maha Esa/ Maka, wajiblah untuk memahaminya//	<i>Kitab daka</i>

Penafsiran Theopoetics:

//*Lamun rasa ing ngakên yyang widi/ jênêng manungsa kang kinasiyan/ ing ngakên katunggalanè/ aja êsak ing ngelmu/ iku kitab angsalè methik/ angsalè kitab daka/*

- *Rasa ing ngakên yyang widi* = simbol batin manusia yang menangkap kehadiran Tuhan bukan melalui akal, melainkan kesadaran ruhani.
- *Ing ngakên katunggalanè* = simbol penyatuan eksistensial antara kawula dan Gusti.
- *Kitab daka* = simbol pengalaman mistik pribadi sebagai sumber pengetahuan spiritual, bukan dogma luar.

Frasa “*rasa ing ngakên yyang widi*” membuka ruang mistik dalam puisi ini. Kata “rasa” di sini tidak hanya menunjuk pada emosi, melainkan pada kesadaran ruhani tertinggi dalam tubuh manusia Jawa—sebuah pusat batin yang menangkap kehadiran ilahi. Ketika rasa dipakai untuk “*ngakên*” (menyadari, mengakui) keberadaan Tuhan, maka itu adalah bentuk penyatuan batiniah: bukan hanya mengetahui Tuhan, tetapi mengalami-Nya secara langsung. Dalam konteks theopoetic ala Amos Wilder, bahasa seperti ini melampaui teologi diskursif dan masuk ke wilayah “*religious imagination*,” yaitu cara batin menangkap Tuhan lewat simbol, bukan lewat sistem logika (Wilder, 1976). Kesadaran seperti ini adalah pintu menuju pengalaman mistik yang memungkinkan kawula menyatu dengan Gusti dalam keheningan batin.

Simbol “*ing ngakên katunggalanè*” adalah bentuk ekspresi puitik dari pengalaman *manunggaling kawula gusti* secara langsung. Dalam bahasa naratif biasa, kita bisa mengatakan “Tuhan dan manusia bersatu,” tetapi puisi memilih untuk menyebutnya sebagai “pengakuan akan katunggalan” – sebuah kesadaran bahwa Tuhan bukan sesuatu di luar, melainkan wujud yang melekat dalam kesadaran manusia. Annemarie Schimmel dalam *Deciphering the Signs of God* (1994) menulis bahwa dalam banyak tradisi mistik, bahasa mistik bukan hanya menjelaskan Tuhan, tetapi menciptakan ruang agar Tuhan “mengungkapkan diri”-Nya dalam batin manusia. Di sini, penyatuan bukan sebuah aksi dari luar, melainkan pengakuan dari dalam — inilah inti dari katunggalan yang sejati.

Simbol paling mendalam dalam pupuh ini adalah frasa “*kitab angsalè methik, angsalè kitab daka*.” Frasa ini menegaskan bahwa pengetahuan spiritual sejati bukan hasil belajar dari luar, tapi diperoleh dengan cara “memetik sendiri” (methik) dan “daka” (menemukan secara personal). Kitab daka bukan naskah tertulis, tetapi pengalaman ilahi yang tertanam dalam kesadaran seseorang. Ia adalah kitab batin, kitab yang hanya bisa dibaca oleh rasa. Hal ini berkaitan erat dengan simbol wahyu batiniah dalam teologi mistik: sebuah pencerahan ilahiah yang diberikan secara langsung kepada manusia, tidak melalui perantara, tapi melalui penyingkapan diri Tuhan kepada jiwa yang terbuka. Dalam artikel “*Experiential Knowledge in Mystical Theology*” oleh Bernard McGinn (Harvard Theological Review, 1985), disebutkan bahwa “*experience becomes text*”—pengalaman menjadi kitab suci pribadi. *Kitab daka* adalah simbol bahwa Tuhan hidup dalam jiwa; pengalaman mistik itu sendiri adalah teks suci.

Simbol *kitab daka* menunjukkan sifat ke-Ilahian sebagai sesuatu yang tidak bisa dipaksakan, tidak bisa dihafal, tapi hanya bisa “diwahyukan” melalui laku batin. Tuhan dalam konteks ini bukan sesuatu yang dipelajari, tetapi sesuatu yang dilahirkan dalam diri manusia yang telah hening. Karena itu, kitab daka adalah bentuk tertinggi dari kesaksian spiritual: Tuhan menulis dalam hati kawula, dan kawula membaca Tuhan dalam dirinya. Penyatuan ini bukan metafora belaka—ia adalah realitas mistik yang hidup.

Data 4 Simbol *Manunggaling Kawula Gusti*

No	Kutipan Penuh	Terjemahan	Simbol
4.	// <i>Jamaking wong ngagung dhingin-dhingin/ sakpakonè marang ing kawula/ sakmongsa ana kinongkon/ lamun kerep ing ngutus/ iku tondha yèn gusti asih/ dipunkêbat acukat tumana ing ngutus/ sabên dina siwo kowah/ sêpining wong ngadhang ngakarsanè gusti/ jaga pêkantuk ira//</i>	//Lazimnya orang-orang luhur pada zaman dahulu/ segala perintahnya disampaikan kepada kawula/ Ketika ada tugas yang diberikan/ dan seseorang sering diutus/ itu menjadi tanda bahwa Gusti menaruh kasih/ Hal itu disebut ketangkasan dalam menjalankan tugas/ serta terbiasa menerima perintah/ Setiap hari ia selalu bersiap siaga/ dalam keheningan menanti kehendak Gusti/ agar memperoleh anugerah-Nya//	<i>Wong ngagung dhingin-dhingin</i>

Penafsiran Theopoetics:

//Jamaking wong ngagung dhingin-dhingin/ sakpakonè marang ing kawula/ sakmongsa ana kinongkon/ lamun kerep ing ngutus/

- *Wong ngagung dhingin-dhingin* = simbol kawula yang telah larut dalam keheningan batin dan menjadi medium kehendak ilahi.

Frasa “*wong ngagung dhingin-dhingin*” menyimpan kedalaman spiritual yang luar biasa. Secara literal, “*ngagung*” berarti memuliakan, dan “*dhingin-dhingin*” merujuk pada keheningan atau waktu subuh yang hening. Dalam konteks spiritualitas Jawa dan teologi puitik, sosok “*wong ngagung dhingin-dhingin*” adalah manusia yang telah mencapai tingkatan laku batin tertinggi, di mana pemuliaan terhadap Tuhan tidak dilakukan secara



lisan atau lahiriah, melainkan dalam keheningan kesadaran. Amos Wilder dalam *Theopoetic: Theology and the Religious Imagination* (1976) menyebutkan bahwa imajinasi religius bekerja bukan dalam kebisingan teologi sistemik, melainkan dalam simbol dan bentuk puitis yang menggetarkan batin. Dalam hal ini, “*wong ngagung dhingin-dhingin*” adalah manifestasi dari pengalaman iman yang hidup, yang mengandalkan rasa, bukan retorika.

Simbol ini juga menggambarkan proses penyatuan eksistensial: di waktu subuh yang sepi, kawula tidak hanya memuliakan Tuhan, tetapi menjadi ruang di mana Gusti hadir dan berkarya. Saat batin mencapai keheningan terdalam, kehadiran Tuhan tidak lagi datang dari luar, melainkan muncul dari dalam—seakan Tuhan dan kawula bertemu dalam pusat kesadaran yang sama. Ini sejalan dengan simbol manunggaling kawula gusti, ketika manusia menjadi wadah kehendak Ilahi. Seperti yang dijelaskan oleh Michael Sells dalam *Mystical Languages of Unsaying* (1994), dalam mistisisme, keheningan bukanlah ketiadaan, melainkan wadah dari penyingkapan ilahi yang tak bisa disuarakan.

Data 5 Simbol *Manunggaling Kawula Gusti*

No	Kutipan Penuh	Terjemahan	Simbol
5.	<i>//Kawruh ana sipating yyang widi/ jênênging sipat palung prakara/ kayun niku wiwitanè/ lah ngèndi nyatanipun/ lamun Allah asipat urip/ têgèsè urip pira/ pan Allah kang ngagung/ awèh urip ping manungsa/ sak kathahè kang anèng sêjagat bumi/ tandhanè sipat kayat/</i>	<i>//Ketahuilah adanya sifat Tuhan Yang Maha Esa/ yang disebut sebagai sifat terdalam dari segala perkara/ Kehendak itulah permulaannya/ Lalu, di manakah kenyataannya tampak/ Jika Allah memiliki sifat hidup/ apakah makna hidup itu sesungguhnya/ Allah Yang Maha Agunglah yang memberikan kehidupan kepada manusia/ serta kepada seluruh yang ada di jagat raya ini/ itulah tanda dari sifat kehidupan-Nya//</i>	<i>Palung</i>

Penafsiran Theopoetics:

*jênênging sipat palung prakara/ lah ngèndi nyatanipun/
lamun Allah asipat urip/*

*sak kathahè kang anèng sêjagat bumi/
tandhanè sipat kayat/*

- *Palung* = simbol kedalaman spiritual sebagai ruang tempat Tuhan mewahyukan diri dalam manusia.
- *Allah asipat urip* = hidup sebagai pancaran langsung dari ke-Ilahian.
- *Tandhanè sipat kayat* = kehidupan manusia sebagai tanda kehadiran Tuhan di dalam eksistensinya.

Dalam bahasa Jawa, “*palung*” bukan hanya berarti sesuatu yang dalam secara fisik, seperti dasar laut atau lubang, tetapi secara spiritual menunjuk pada kedalaman batin atau rahsa — tempat paling sunyi dalam diri manusia yang tidak dapat dijangkau oleh akal, melainkan hanya oleh rasa. Dalam konteks spiritual, “*palung*” adalah ruang batin paling sakral, tempat di mana sifat-sifat Tuhan tidak sekadar dikenal, tetapi dihayati sebagai pengalaman eksistensial. Dalam pendekatan theopoetic, seperti yang dijelaskan Amos Wilder (1976), simbol seperti “*palung*” berfungsi bukan untuk menjelaskan Tuhan secara sistematis, melainkan untuk membuka pintu penghayatan spiritual, membawa pembaca ke dalam pengalaman yang melampaui bahasa literal. *Palung* dalam puisi ini, dengan demikian, menjadi metafora dari kesadaran terdalam manusia, tempat kawula bersua dengan Gusti.

Penggunaan frasa “*Allah asipat urip*” menegaskan bahwa hidup adalah bagian dari sifat Tuhan. Tapi hidup ini tidak datang begitu saja — ia memancar dari *palung* yang terdalam, dari ruang batin tempat manusia dan Tuhan bersua. Ketika manusia hidup, ia hidup dalam dan oleh sifat Tuhan: kehidupan bukan milik manusia, melainkan pancaran dari sipat ilahi yang menetap di dalam dirinya. Dalam pemahaman mistik, ini dikenal sebagai *tajalli* — manifestasi Tuhan dalam wujud-wujud dunia, termasuk diri manusia. Annemarie Schimmel dalam *Deciphering the Signs of God* (1994) menyatakan bahwa pengalaman mistik bukanlah melihat Tuhan di luar, tetapi merasakan Tuhan menyapa dari dalam. Maka, *palung* dalam konteks ini bukan hanya tempat yang dalam, tetapi pintu masuk menuju kesadaran akan Tuhan yang tinggal dalam hidup manusia.

Larik berikutnya, “*tandhanè sipat kayat,*” memperkuat makna penyatuan ini. Manusia disebut sebagai “*tandha*” — tanda dari sipat (sifat) Tuhan. Dalam theopoetic, tanda bukan sekadar simbol yang menunjuk keluar, tapi cermin batin yang mengungkapkan apa yang tak terkatakan. Eksistensi manusia, dari napasnya hingga gerak kesadaran, adalah pantulan dari kehadiran Tuhan. Dalam artikelnya *The Poetic Imagination and the Divine* (Theological Studies, 2011), David Tracy menyebut bahwa puisi religius memiliki kekuatan untuk

□□□

“membawa ke permukaan apa yang tersembunyi di kedalaman pengalaman ilahi.” Palung, dengan demikian, bukanlah ruang kosong, tetapi tempat ilham dan kehadiran Tuhan lahir dalam manusia—itulah *manunggaling kawula gusti* yang sejati.

Pembahasan

Simbol Manunggaling Kawula Gusti Dalam Babad Akhir Majapahit

Manunggaling kawula gusti adalah suatu ajaran spiritual yang menegaskan kesatuan hakiki antara manusia sebagai hamba dan Tuhan sebagai sumber segala keberadaan. Dalam perspektif ini, hubungan antara manusia dan Tuhan tidak hanya dipahami secara vertikal atau dalam struktur kekuasaan, melainkan sebagai peleburan batin dalam satu kesadaran ilahi (Ibnu Hidayat dkk., 2023). Penyatuan tersebut bersifat esoteris, bukan jasmani, melainkan terjadi pada tataran batiniah ketika kehendak manusia menyatu sepenuhnya dengan kehendak Tuhan. Ajaran ini berakar dalam tradisi sufistik Islam Jawa dan menjadi inti dari spiritualitas yang hidup dalam karya-karya sastra religius klasik, yang sarat makna dan menyuarakan pencapaian ruhani yang mendalam (Chodjim, 2009).

Ajaran *manunggaling kawula gusti* tampil dengan kuat dalam Babad Akhir Majapahit, khususnya melalui *pupuh-pupuh macapat Dhandhanggula* yang memuat pesan-pesan religius dan spiritual. Di dalam teks ini, kesatuan antara *kawula* (hamba) dan *gusti* (tuhan) tidak hanya diposisikan sebagai nasihat etis, tetapi dipahami sebagai jalur mistik menuju kedamaian batin dan kesempurnaan hidup rohani. Simbol-simbol seperti “*kembang kenting*”, “*palung*”, dan “*kitab daka*” mencerminkan pengalaman batin yang mendalam dalam relasi manusia dengan Tuhannya.

Pencapaian spiritual seringkali tidak dinyatakan melalui kejadian besar atau wahyu yang menggelegar, tetapi melalui laku batin yang sederhana dan halus. Nilai-nilai seperti telaten, sabar, rendah hati, dan hidup selaras dengan kodrat dianggap sebagai jalan sunyi menuju penyatuan dengan *Sang Hyang Widi*. Kehidupan spiritual bukan sekadar pencarian kebenaran, melainkan juga proses pe nyelarasan antara diri manusia dan kehendak ilahi yang bekerja lewat semesta (Fikriono, 2012). Salah satu *pupuh* yang mencerminkan hal ini adalah *pupuh 59 Dhandhanggula*, yang memakai sosok semut sebagai simbol *manunggaling kawula gusti*. Berikut kutipannya.

Pupuh 59 Dhandhanggula Kaca 47-48
//*Gêmi sêmut pracèkaning kaki*/

*nestiti kalong pracèkanira/ anakè munggend nglambungè/ lunga-lunga yèn
sêpuh/
yèn wus bisa mabur pribatdi/
nêstiti anak-anak/
gêminè kang sêmut/
pêpinginan kang sak lingsa/
dipunbêkta sinungkên mitra ingkang sih/
asih adarbè konca//*

Terjemahan: //Hemat dan tekunnya semut menjadi teladan/ cermat pula kelelawar dalam tindak hidupnya/ anak-anaknya bergelantungan di tempat tinggi/ pergi ketika telah dewasa/ jika sudah mampu terbang sendiri/ demikian pula mendidik anak-anak/ ketekunan seperti semut/ segala keinginan yang kurang baik/ dibawa dan diarahkan oleh sahabat yang penuh kasih/kasih sayang itulah yang menjadikan persaudaraan//

Berdasarkan *Pupuh 59 Dhandhinggula* halaman 47–48, frasa “*gêmi sêmut pracèkaning kaki*” dan “*gêminè kang sêmut*” menjadi simbol *manunggaling kawula gusti* melalui citraan semut sebagai makhluk kecil yang hidup tertib, sabar, dan selaras dalam keteraturan. Dalam perspektif theopoetics Amos Wilder, simbol semut tidak hanya berfungsi sebagai lambang moral, tetapi menjadi medium imajinasi religius yang menghadirkan pengalaman spiritual secara batiniah melalui bahasa puisi. Semut merepresentasikan cara Tuhan hadir secara lembut dan tersembunyi di dalam ritme kehidupan sederhana, sehingga pengalaman ketuhanan tidak digambarkan secara megah, melainkan melalui laku hidup yang tenang dan penuh kesadaran. Simbol ini mengubah gagasan abstrak tentang penyatuan manusia dengan Tuhan menjadi pengalaman yang dapat dirasakan melalui sikap *gêmi*—yakni hidup tertib, rendah hati, dan harmonis dengan sesama serta dengan kehendak ilahi.

Puisi ini bergerak seperti ritual batin yang perlahan membentuk kesadaran mistis. Larik-larik awal menggambarkan laku hidup yang tampak sederhana, tetapi kemudian berkembang menjadi perjalanan spiritual menuju harmoni antara kehendak manusia dan kehendak Tuhan. Di sinilah titik penting teori Wilder tampak bekerja: pengalaman religius lahir dari daya imajinasi puitik yang membuat simbol menjadi hidup di dalam kesadaran pembaca. Semut menjadi metafora eksistensial tentang manusia yang berjalan pelan namun pasti menuju pusat spiritualnya. Tidak ada loncatan bahasa yang meledak-ledak, tetapi justru keheningan dan repetisi makna menciptakan klimaks mistis yang halus—bahwa penyatuan dengan Tuhan hadir melalui ketekunan hidup sehari-hari, bukan melalui pengalaman spektakuler.

Nada batin dalam pupuh ini menghadirkan suasana hening, teduh, dan kontemplatif yang dekat dengan konsep *suwung* dalam teologi Jawa, yaitu keadaan ketika ego manusia menepi agar kehadiran ilahi dapat dirasakan secara lebih utuh. Simbol semut merepresentasikan sifat ke-Ilahian yang bekerja secara lembut—membimbing tanpa memaksa dan hadir tanpa mendominasi—sehingga semut bukan sekadar hewan kecil, melainkan metafora spiritual tentang manusia yang hidup selaras dengan kehendak Gusti. Dalam perspektif *manunggaling kawula gusti*, penyatuan dengan Tuhan dipahami bukan sebagai peleburan hakikat manusia dan ilahi, tetapi sebagai keselarasan batin yang lahir melalui laku hidup yang tekun, rendah hati, tertib, dan penuh harmoni. Hal ini sejalan dengan pandangan Amos Wilder bahwa bahasa puisi religius bekerja melalui simbol dan imajinasi untuk menghadirkan pengalaman spiritual yang hidup, bukan sekadar menjelaskan ajaran secara konseptual. *Pupuh* ini memperlihatkan bahwa jalan menuju kesadaran ilahi justru ditemukan dalam kesederhanaan, keheningan, dan ketekunan hidup sehari-hari.

Makna simbol semut sebagai wujud laku batin yang sunyi dan lembut membuka pemahaman bahwa penyatuan dengan Gusti tidak selalu bersifat lahiriah, melainkan terjadi dalam kesadaran terdalam—suatu kesadaran yang kemudian diperdalam melalui kritik terhadap sembah yang hanya tampak di permukaan, tanpa ketulusan yang mengakar dalam rasa dan tekad spiritual. Berikut kutipannya.

Pupuh 30 Dhandhanggula Kaca 31
//Yèn ngrasa sêmbahnya pribadi/
kada riyah sêmbahè wong ngiku/ siya-siya ing idhêpè/
lamun nêmbah wong iku/
pêngrasanè karsanè gusti/
dadi kajaba riyah/
tèkadè wong iku/
sampurnanè puji sêmbah/
wit ing roro rorong pan dadi siji/ kang dadya wujud tunggal//

Terjemahan: //Apabila seseorang merasa bahwa sembahnya hanya miliknya sendiri/ maka sembah orang itu akan jatuh pada riya/ sia-sialah dalam pandangannya/ jika orang itu menyembah/ namun rasa dan kehendaknya menyatu dengan kehendak Tuhan/ maka sembah itu terbebas dari riya/ demikian tekad orang tersebut/ hingga sempurnalah puji dan sembahnya/ sebab dua hal yang berbeda telah menjadi satu/ yang kemudian menjelma sebagai wujud tunggal//

Berdasarkan *Pupuh 30 Dhandhanggula*, simbol utama yang merepresentasikan *manunggaling kawula gusti* terletak pada frasa “*kang dadya wujud tunggal*”. Simbol “*wujud*

tunggal” tidak hanya menunjukkan penyatuan antara manusia dan Tuhan, tetapi juga menggambarkan proses peluruhan ego melalui sembah yang bebas dari riyah dan kepalsuan. Dalam kerangka theopoetics Amos Wilder, simbol ini bekerja bukan sebagai konsep teologis yang dijelaskan secara langsung, melainkan sebagai medium imajinasi religius yang menghadirkan pengalaman spiritual melalui bahasa puisi. Larik “*wit ing roro roroning pan dadi siji*” membangun suasana batin bahwa dua kehendak—kawula dan Gusti—perlahan menyatu dalam kesadaran yang teduh, sehingga pengalaman religius hadir sebagai penghayatan eksistensial, bukan sekadar pemahaman rasional. Simbol “*wujut tunggal*” berfungsi secara puitik untuk membawa pembaca memasuki ruang spiritual yang intim dan kontemplatif.

Simbol “*wujut tunggal*” juga merepresentasikan sifat ke-Ilahian yang lembut, imanen, dan hadir dalam kedalaman kesadaran manusia. Penyatuan yang dimaksud bukan peleburan hakikat manusia dan Tuhan, melainkan keselarasan kehendak yang lahir ketika manusia mampu melepaskan ego dan menyerahkan diri sepenuhnya kepada Gusti. Nada batin *pupuh* ini terasa hening dan mendalam, sehingga puisi bergerak seperti perjalanan spiritual yang perlahan mengantar pembaca menuju pengalaman mistis yang personal. Hal ini sejalan dengan pandangan Amos Wilder bahwa bahasa religius tidak hanya menyampaikan ajaran, tetapi menghidupkan pengalaman iman melalui simbol dan metafora yang menyentuh kesadaran batin. *Pupuh* ini menunjukkan bahwa jalan menuju *manunggaling kawula gusti* hadir melalui ketulusan sembah, keheningan batin, dan keterlibatan spiritual yang sepenuhnya hidup dalam diri manusia.

Relevansi Simbol Manunggaling Kawula Gusti Dalam Babad Akhir Majapahit Terhadap Kehidupan Gen Z Di Tengah Fenomena Kecemasan

Simbol *manunggaling kawula gusti* dalam beberapa *pupuh Dhandhanggula* pada Babad Akhir Majapahit—seperti *kêmbang kintanira*, *kitab daka*, *salat tunggal*, *palung*, *wong ngagung dhingin-dhingin*, dan *sêmut*—mengandung nilai spiritual berupa ketenangan, pengendalian diri, kesadaran batin, dan keterhubungan manusia dengan Tuhan. Simbol-simbol tersebut menjadi relevan bagi kehidupan Gen Z yang hidup di tengah tekanan sosial, arus digital yang cepat, dan meningkatnya rasa cemas akibat tuntutan kehidupan modern. Dalam konteks ini, *manunggaling kawula gusti* tidak dipahami sebagai penyatuan mistis yang abstrak, tetapi sebagai proses refleksi batin ketika manusia belajar melepaskan ego dan menemukan makna hidup yang lebih luas. Simbol-simbol dalam Babad Akhir Majapahit

dapat dipahami sebagai media kontemplatif yang membantu membangun kesadaran diri dan ketenangan batin di tengah fenomena kecemasan yang banyak dialami generasi muda.

Relevansi simbol tersebut tampak melalui nilai-nilai yang ditawarkan dalam tiap *pupuh*, seperti keheningan, ketekunan, introspeksi diri, dan keterhubungan spiritual yang mendalam. *Kêmbang kintanira* merepresentasikan kesadaran yang mampu menjaga jarak dari kegaduhan dunia, kitab daka menekankan pengenalan diri, sedangkan *sêmut* dan *wong ngagung dhingin-dhingin* menggambarkan laku hidup yang tenang, sabar, dan penuh kesadaran. Pendekatan ini sejalan dengan pandangan Irvin D. Yalom dalam *Existential Psychotherapy* (1980), bahwa kecemasan sering muncul ketika manusia kehilangan makna hidup dan merasa terasing dari dirinya sendiri. Simbol *manunggaling kawula gusti* tidak dapat diposisikan sebagai penyembuhan langsung terhadap *anxiety disorder*, tetapi lebih sebagai pendekatan spiritual-reflektif yang berpotensi membantu Gen Z menemukan ketenangan, makna, dan ketahanan batin dalam menghadapi tekanan kehidupan modern.

SIMPULAN

Berdasarkan pembahasan tersebut, dapat disimpulkan bahwa simbol *manunggaling kawula gusti* dalam Babad Akhir Majapahit merepresentasikan hubungan spiritual antara kawula dan Gusti melalui simbol-simbol puitik seperti *kêmbang kintanira*, *kitab daka*, *salat tunggal*, *palung*, *wong ngagung dhingin-dhingin*, dan *semut*, yang memuat nilai ketundukan, kesadaran diri, keheningan batin, dan penyelarasan kehendak manusia dengan kehendak ilahi. Dalam kerangka teologi sastra Amos Wilder, simbol-simbol tersebut bekerja sebagai bahasa religius yang menghadirkan pengalaman spiritual melalui imajinasi dan penghayatan batin, sehingga Babad Akhir Majapahit tidak hanya memiliki nilai sastra dan budaya, tetapi juga menjadi ruang refleksi spiritual yang relevan bagi kehidupan modern. Di tengah meningkatnya kecemasan dan krisis makna pada Gen Z, simbol *manunggaling kawula gusti* dapat dipahami sebagai pendekatan spiritual-reflektif yang membantu membangun ketenangan batin, kesadaran diri, dan keterhubungan dengan makna hidup tanpa dimaksudkan sebagai penyembuhan klinis terhadap *anxiety disorder*.

DAFTAR PUSTAKA

Angelina, S., Sahrani, R., & Hendra Heng, P. (2025). Emotion Regulation sebagai Moderator Hubungan Family Functioning dan Anxiety Generasi Z. *Psyche 165 Journal*, 18(2), 31–33.

- Budury, S., Fitriasari, A., & Khamida. (2019). PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL TERHADAP KEJADIAN DEPRESI, KECEMASAN DAN STRES PADA MAHASISWA. *Bali Medika Jurnal*, 6(2), 5–8.
- Chodjim, A. (2009). *Syekh Siti Jenar Makrifat dan Makna Kehidupan*. Serambi.
- Clark Roof, W. (1998). Religious Borderlands: Challenges for Future Study. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 37(1), 49–55.
- Creswell, J. W. (1994). *Research Design: Qualitative and Quantitative Approaches* (J. Baudrillard, Ed.; 5 ed., Vol. 11). Sage Publications, Inc.
- Fikriono, M. (2012). *Puncak Makrifat Jawa: Pengembaraan Batin Ki Ageng Suryomentaram*. Noura Books.
- Fitria Partami, S., Karimah Azahra, Z., & Supriyono. (2021). Kekerasan Seksual dan Keterkaitannya Sebagai Faktor Pemicu Generalized Anxiety Disorder (GAD). *Jurnal Harkat*, 17(1), 61–65.
- Ibnu Hidayat, R., Suyatmo, & Nawawi. (2023). Ahlaq Tasawuf Manunggaling Kawula Gusti. *Jurnal Penelitian Agama*, 4(1), 49–62.
- Isnaini, H., Priyatna, A., Meilinawati Rahayu, L., & Adji, M. (2019). KONSEP MANUNGGALING KAWULA GUSTI PADA PUISI-PUISI SAPARDI DJOKO DAMONO. *Jurnal Ide Bahasa*, 1(2), 15–18.
- N. Wilder, A. (1976). *Theopoetic: Theology and the Religious Imagination*. Augsburg Fortress Publishers.
- Nindya, N. (2023, September 19). *Gangguan Kesehatan Mental Gen Z Meningkat 200%, Pakar Ungkap 2 Penyebabnya*. detikedu.
- Putra Pratama, A., Widyorini, E., & Widyo Hastuti, L. (2012). PENERAPAN COGNITIVE-BEHAVIOURAL THERAPY UNTUK MENURUNKAN GEJALA-GEJALA GENERALIZED ANXIETY DISORDER PADA REMAJA. *Kajian Ilmiah Psikologi*, 2(1), 30–33.
- Rusyidi, A. (2015). Kecemasan dan Psikoterapi Spiritual Islam. *Jurnal Istana Publishing*, 14(4), 77–79.
- Sudardi, B. (2017). Nilai-Nilai Religius dalam Babad Akhir Majapahit. *Prosiding Seminar Nasional Bahasa, Sastra dan Seni*, 4(2).
- W. Creswell, J. (2009). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches*. SAGE.
- Yudha Pranata, W., Iaina Sa'adah, T., & Shofi Maulana, M. (2023). Media Sosial Sebagai Platform Digital Pemicu Ketidakstabilan Kecemasan Generasi Z. *Prosiding Seminar Nasional*, 121–127.