

MODEL KONSELING PANCAWASKITA

Nurul Anisah¹, Ari Khusumadewi², Bakhrudin All Habsy³

24011355002@mhs.unesa.ac.id¹, arikusumadewi@unesa.ac.id², bakhrudinhabsy@unesa.ac.id³

Universitas Negeri Surabaya

ABSTRAK

Model Konseling Pancawaskita merupakan pendekatan konseling berbasis nilai-nilai Pancasila dan kearifan lokal Indonesia yang dirancang untuk menjawab kebutuhan masyarakat terhadap layanan psikologis yang lebih kontekstual dan spiritual. Pendekatan ini mengintegrasikan lima pilar utama—ketuhanan, kemanusiaan, kebersamaan, keseimbangan, dan kebijaksanaan—dalam seluruh tahapan proses konseling, mulai dari orientasi hingga integrasi nilai dalam kehidupan klien. Dengan mengadopsi landasan filosofis dan teoritis dari pendekatan eksistensial-humanistik dan transpersonal, Pancawaskita menempatkan konselor sebagai fasilitator spiritual dan budaya. Model ini telah diterapkan dalam berbagai konteks pendidikan dan sosial di Indonesia dan menunjukkan efektivitas dalam menumbuhkan kesadaran nilai, ketahanan psikologis, dan transformasi diri. Namun, tantangan masih terdapat dalam hal keterbatasan bukti empiris dan penerapan di masyarakat urban yang lebih sekuler. Artikel ini mengkaji secara menyeluruh struktur, kelebihan, keterbatasan, serta potensi pengembangan dari model konseling yang berakar pada identitas budaya bangsa.

Kata Kunci: Konseling Pancawaskita, Kreatif Local, Nilai-Nilai Pancasila, Konseling Kontekstual, Budaya Jawa, Pendidikan Karakter, Model Konseling Indonesia.

PENDAHULUAN

Konseling sebagai suatu bentuk layanan bantuan psikologis memiliki peran penting dalam membantu individu mengatasi permasalahan pribadi, sosial, akademik, maupun emosional. Di Indonesia, praktik konseling telah banyak berkembang, namun sebagian besar pendekatan yang digunakan masih bersumber dari teori-teori konseling Barat seperti psikoanalisis (Freud), behavioristik (Skinner), humanistik (Rogers), hingga kognitif-behavioral (Beck & Ellis). Pendekatan-pendekatan tersebut tentu memiliki kontribusi besar dalam pengembangan ilmu konseling secara global, tetapi belum sepenuhnya mampu menjawab kebutuhan kultural dan spiritual masyarakat Indonesia.

Sebagaimana dikemukakan oleh Corey (2022), model-model konseling Barat berakar pada nilai-nilai individualisme, rasionalisme, dan sekularisme yang khas dari budaya Eropa-Amerika. Pendekatan ini sering kali lebih fokus pada pemenuhan aktualisasi diri individual dan pencapaian kebebasan personal, yang terkadang bertentangan dengan nilai-nilai kolektivitas, spiritualitas, dan harmoni sosial yang dipegang oleh masyarakat Indonesia. Dalam budaya Indonesia, individu dipandang sebagai bagian dari keluarga, masyarakat, dan lingkungan yang lebih luas, serta memiliki hubungan erat dengan dimensi spiritual dan religiusitas.

Menurut Sutoyo (2023), terjadi apa yang disebut dengan "kesenjangan nilai" dalam praktik konseling konvensional di Indonesia. Klien merasa bahwa pendekatan yang digunakan kurang menyentuh sisi batiniah dan kultural mereka. Hal ini menciptakan jarak antara konselor dan klien, serta mengurangi efektivitas konseling itu sendiri. Permasalahan seperti kecemasan, konflik keluarga, ketidakjelasan makna hidup, hingga kegelisahan spiritual tidak dapat diselesaikan hanya dengan pendekatan kognitif atau perilaku semata. Perlu pendekatan yang mampu menggugah kesadaran spiritual, moral, dan budaya klien.

Lebih lanjut, hasil penelitian oleh Hidayat & Lestari (2022) menunjukkan bahwa

masyarakat Indonesia cenderung merespons lebih baik terhadap pendekatan konseling yang mempertimbangkan nilai-nilai lokal, seperti gotong royong, harmoni, rasa hormat terhadap orang tua, dan religiusitas. Oleh karena itu, para ahli konseling di Indonesia mulai mengembangkan model-model yang lebih kontekstual, yang menggabungkan pendekatan psikologis modern dengan kearifan lokal yang telah hidup dalam masyarakat selama berabad-abad.

Salah satu model yang berkembang sebagai respons terhadap kebutuhan ini adalah Model Konseling Pancawaskita. Kata Pancawaskita berasal dari bahasa Sanskerta dan Jawa yang berarti “lima kebijaksanaan” atau “lima wawasan bijak”. Model ini dikembangkan berdasarkan nilai-nilai utama dalam Pancasila dan budaya Nusantara, terutama budaya Jawa yang dikenal sarat dengan filosofi hidup seperti eling lan waspada (selalu sadar dan waspada), rukun, dan tepa selira. Pancawaskita mengusung lima pilar utama yaitu: ketuhanan, kemanusiaan, kebersamaan, keseimbangan, dan kebijaksanaan.

Pendekatan ini bukan hanya menawarkan metode baru dalam praktik konseling, melainkan juga memperkenalkan cara berpikir yang memadukan antara logika, spiritualitas, dan kearifan budaya. Menurut Nurrohman (2021), konseling Pancawaskita bertujuan untuk membantu klien tidak sekadar menyelesaikan masalah, tetapi juga menemukan makna, arah hidup, serta kembali kepada nilai-nilai luhur yang mengakar dalam tradisi dan keyakinan mereka.

Dengan semakin kompleksnya tantangan psikososial masyarakat modern, terutama di era pascapandemi yang ditandai dengan meningkatnya gangguan kecemasan, stres, dan kehilangan arah hidup, kebutuhan akan model konseling yang lebih manusiawi, spiritual, dan kontekstual semakin mendesak. Pancawaskita hadir sebagai alternatif yang menjanjikan dalam menjembatani pendekatan ilmiah dengan dimensi spiritual dan kebudayaan Indonesia.

Maka dari itu, penting untuk mengeksplorasi lebih lanjut model konseling Pancawaskita, baik secara teoretis maupun aplikatif, agar dapat menjadi salah satu pendekatan konseling yang tidak hanya efektif tetapi juga selaras dengan karakter bangsa. Paper ini bertujuan untuk menjelaskan konsep dasar, struktur nilai, tahapan proses, serta kelebihan dan keterbatasan dari model konseling Pancawaskita sebagai pendekatan berbasis nilai kearifan lokal.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif melalui studi literatur. Studi litratur merupakan metode penelitian yang dilakukan dengan cara mengumpulkan, menganalisis dan menyimpulkan informasi dari berbagai sumber tertulis yang relevan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Landasan filosofis dan teoritis

Model Konseling Pancawaskita dibangun di atas fondasi filosofis yang khas Indonesia, yaitu integrasi antara nilai-nilai Pancasila dan kearifan budaya lokal, khususnya budaya Jawa. Dalam konteks ini, Pancawaskita tidak sekadar menjadi model teknis konseling, tetapi juga mencerminkan cara pandang filosofis terhadap manusia, kehidupan, dan penyelesaian masalah secara holistik dan bermakna.

Secara etimologis, Panca berarti lima, dan waskita berarti bijaksana, cerdas batin, atau mampu melihat dengan mata hati. Dengan demikian, Pancawaskita dapat dimaknai sebagai lima kebijaksanaan atau lima wawasan luhur yang menjadi kerangka dalam memahami dan menangani dinamika kehidupan manusia. Nilai-nilai ini memiliki kedalaman spiritual dan kultural yang telah hidup dalam masyarakat Indonesia sejak lama.

Menurut Sutoyo dan Nugroho (2021), Pancawaskita mengandung dimensi filosofis yang sejalan dengan Pancasila sebagai dasar negara dan pandangan hidup bangsa Indonesia.

Kelima nilai dalam Pancawaskita—ketuhanan, kemanusiaan, kebersamaan, keseimbangan, dan kebijaksanaan—merupakan kristalisasi dari nilai-nilai Pancasila yang kemudian dikembangkan menjadi kerangka kerja konseling yang kontekstual dan transformatif. Hal ini sejalan dengan gagasan bahwa konseling harus menyentuh aspek kognitif, emosional, sosial, dan spiritual secara seimbang.

Dari perspektif teori konseling, Pancawaskita memiliki kedekatan dengan aliran eksistensial-humanistik dan transpersonal. Konseling eksistensial-humanistik, seperti dikembangkan oleh Viktor Frankl dan Carl Rogers, menempatkan manusia sebagai makhluk yang bebas, bermakna, dan bertanggung jawab atas hidupnya. Pendekatan ini menekankan pentingnya self-awareness, kebebasan memilih, dan pencarian makna sebagai inti dari proses pemulihan psikologis. Dalam konteks Indonesia, pendekatan ini menjadi lebih kaya ketika dimaknai melalui nilai-nilai spiritual dan sosial khas lokal.

Sementara itu, pendekatan transpersonal, seperti yang dijelaskan oleh Rowan (2020), menekankan pentingnya pengalaman spiritual, kesadaran transendental, dan kesatuan dengan alam semesta sebagai aspek penting dalam pertumbuhan psikologis. Model ini mengakui dimensi spiritual manusia sebagai kekuatan penyembuh dan sumber kebijaksanaan. Pancawaskita memiliki kesesuaian langsung dengan pendekatan ini, karena menempatkan spiritualitas sebagai pusat dari transformasi dan penyembuhan psikologis.

Menurut Nurrohman (2021), Pancawaskita memandang manusia sebagai makhluk multidimensional yang tidak hanya hidup dalam dimensi fisik dan psikis, tetapi juga dalam dimensi sosial dan spiritual. Konseling dalam kerangka Pancawaskita bertujuan untuk membantu individu menyadari eksistensinya secara utuh—sebagai individu yang unik, anggota masyarakat yang bertanggung jawab, serta ciptaan Tuhan yang terhubung dengan nilai-nilai ilahiah. Pendekatan ini mendorong integrasi antara pikiran, perasaan, tindakan, dan nilai-nilai luhur.

Lebih jauh, Pancawaskita mengadopsi pandangan dunia yang bersifat holistik-integratif. Seperti yang diungkapkan oleh Hidayat & Lestari (2022), pendekatan konseling berbasis budaya lokal tidak hanya menawarkan solusi teknis terhadap masalah, tetapi juga menjadi sarana refleksi nilai dan transformasi diri. Konseling bukan sekadar proses pengentasan gejala psikologis, melainkan juga perjalanan batin untuk menemukan kembali arah hidup yang sejati melalui nilai-nilai luhur yang telah lama tertanam dalam budaya masyarakat.

Dalam budaya Jawa misalnya, terdapat falsafah hidup seperti eling lan waspada (sadar dan waspada), tepa selira (empati), dan rukun (harmoni), yang sejalan dengan prinsip-prinsip dasar Pancawaskita. Filosofi ini mendorong individu untuk hidup selaras dengan dirinya sendiri, orang lain, alam, dan Tuhan. Integrasi antara dimensi batiniah dan lahiriah ini menjadikan Pancawaskita sebagai pendekatan yang kaya makna dan relevan secara budaya.

Dengan demikian, landasan filosofis dan teoritis Pancawaskita tidak hanya bertumpu pada teori psikologi Barat, tetapi juga pada nilai-nilai luhur bangsa Indonesia yang telah terbukti mampu membimbing kehidupan masyarakat dalam menghadapi tantangan zaman. Pendekatan ini menawarkan alternatif yang lebih kontekstual, spiritual, dan reflektif dalam praktik konseling di Indonesia masa kini.

2. Lima pilar pancawaskita

Model Konseling Pancawaskita disusun berdasarkan lima pilar nilai (waskita) yang bersumber dari warisan budaya dan nilai-nilai luhur bangsa Indonesia. Pilar-pilar ini tidak hanya berfungsi sebagai nilai panduan, tetapi juga sebagai kerangka kerja yang mengarahkan proses konseling agar lebih relevan secara spiritual dan kultural. Kelima pilar ini mencerminkan aspek-aspek fundamental kehidupan manusia yang saling berhubungan.

a. Waskita ketuhanan

Pilar ini menekankan pentingnya hubungan spiritual antara manusia dan Tuhan. Dalam konteks konseling, nilai ini mengajak klien untuk memaknai masalah hidup sebagai bagian dari perjalanan spiritual dan pengujian diri. Sejalan dengan pendekatan transpersonal, hubungan dengan Yang Ilahi dilihat sebagai sumber kekuatan, pengampunan, dan harapan (Rowan, 2020). Nurrohman (2021) menegaskan bahwa kesadaran spiritual membantu individu mengembangkan rasa damai, menerima keadaan, dan melihat makna yang lebih dalam dari penderitaan.

b. Waskita kemanusiaan

Waskita ini menumbuhkan penghormatan terhadap martabat manusia. Klien diajak untuk melihat dirinya dan orang lain sebagai pribadi yang memiliki nilai, hak, dan keunikan masing-masing. Sejalan dengan teori humanistik Carl Rogers, penghargaan terhadap kemanusiaan adalah dasar dari relasi terapeutik yang empatik dan non-judgmental (Corey, 2022). Dalam budaya Indonesia, nilai ini sejalan dengan falsafah tega selira (empati terhadap orang lain) dan nguwongke (memanusiakan manusia).

c. Waskita kebersamaan

Nilai ini mengacu pada pentingnya keterhubungan sosial, gotong royong, dan tanggung jawab terhadap komunitas. Konseling membantu klien membangun kembali relasi sosial yang harmonis dan produktif. Seperti yang dikemukakan oleh Sutoyo & Nugroho (2021), nilai kolektivitas merupakan identitas kuat masyarakat Indonesia. Dengan menekankan rukun, klien tidak diarahkan menjadi individualistik, tetapi menemukan jati dirinya dalam hubungan yang sehat dengan orang lain dan komunitas.

d. Waskita keseimbangan

Pilar ini mengajarkan pentingnya hidup selaras antara dimensi lahiriah dan batiniah, logika dan intuisi, serta kepentingan pribadi dan kolektif. Dalam model Pancawaskita, keseimbangan adalah landasan penyembuhan psikologis. Klien diajak mengenali ketimpangan dalam hidupnya, lalu membangun kembali keseimbangan tersebut melalui refleksi nilai dan perubahan sikap. Ini sejalan dengan prinsip keselarasan semesta dalam budaya Jawa dan prinsip equilibrium dalam pendekatan transpersonal.

e. Waskita kebijaksanaan

Nilai ini menuntun klien untuk menggunakan nilai-nilai luhur, intuisi moral, dan pengalaman spiritual sebagai dasar pengambilan keputusan hidup. Klien dibantu untuk tidak reaktif secara emosional, tetapi merefleksikan nilai-nilai universal sebelum bertindak. Menurut Hidayat & Lestari (2022), proses konseling idealnya menumbuhkan kebijaksanaan, bukan hanya menyelesaikan masalah teknis. Nilai ini mengarahkan pada inner guidance yang mendalam.

3. Tahapan konseling pancawaskita

Proses konseling Pancawaskita dirancang sebagai perjalanan reflektif dan transformatif. Tidak hanya mengurai masalah, proses ini bertujuan membimbing klien menuju kesadaran nilai dan transformasi pribadi yang utuh.

a. Tahap orientasi

Konselor membangun rapport dengan pendekatan empatik, terbuka, dan menghormati latar belakang budaya-spiritual klien. Menurut Prayitno (2022), dalam konseling kontekstual, pemahaman terhadap konteks budaya sangat krusial untuk membangun kepercayaan dan kenyamanan awal. Konselor juga melakukan asesmen ringan terhadap sistem nilai yang dipegang klien.

b. Tahap eksplorasi nilai

Konselor mengajak klien untuk mengeksplorasi masalah melalui perspektif nilai-nilai Pancawaskita. Klien diajak mengidentifikasi ketidakseimbangan hidup, konflik nilai, atau

keterputusan spiritual yang mungkin mendasari masalah. Pendekatan ini menggunakan teknik reflektif, dialog eksistensial, dan simbolisme budaya lokal.

c. Tahap transformasi

Klien didorong melakukan perenungan mendalam terhadap makna masalah dan keterkaitannya dengan nilai hidup yang lebih besar. Proses ini dapat melibatkan teknik spiritual seperti meditasi, narasi budaya, atau kontemplasi nilai. Menurut Rowan (2020), tahap ini adalah tahap kesadaran transformatif di mana klien menemukan ulang jati dirinya secara lebih utuh.

d. Tahap integrasi dan evaluasi

Nilai-nilai yang disadari klien kemudian diintegrasikan dalam praktik kehidupan nyata. Konselor dan klien bersama-sama menilai perubahan sikap, persepsi, dan perilaku yang terjadi. Proses ini dapat dilanjutkan dengan penugasan reflektif, journaling, atau aktivitas spiritual sesuai tradisi klien.

4. Peran konselor

Dalam pendekatan Pancawaskita, konselor tidak diposisikan sekadar sebagai fasilitator teknis atau pemberi solusi, tetapi sebagai penyaksi reflektif dan pemandu spiritual-kultural. Konselor harus memiliki kepekaan budaya, spiritualitas personal, dan kemampuan menyerap simbolisme lokal dalam proses konseling.

Menurut Nurrohman (2021), konselor perlu menguasai teknik-teknik naratif, simbolik, dan kontemplatif seperti penggunaan cerita rakyat, peribahasa, atau praktik refleksi budaya (misalnya meditasi atau wirid) sesuai latar belakang klien. Hal ini sejalan dengan prinsip cultural humility, yaitu kesiapan konselor untuk belajar dari klien dan menghargai sistem keyakinan mereka (Hermansyah & Lestari, 2023).

5. Implementasi dan studi kasus

Model Pancawaskita telah diimplementasikan dalam berbagai konteks sosial dan pendidikan di Indonesia, terutama pada lingkungan yang masih kuat memegang nilai tradisional dan spiritual.

a. Konseling pesantren

Model ini digunakan dalam membimbing santri yang mengalami kegelisahan spiritual atau tekanan akademik. Konseling dilakukan dengan pendekatan reflektif terhadap makna takdir, sabar, dan ikhlas. Hidayat & Lestari (2022) menunjukkan hasil positif berupa peningkatan kepercayaan diri dan kedamaian batin.

b. Konseling sekolah

Dalam konteks sekolah, Pancawaskita digunakan dalam pendidikan karakter dan konseling preventif. Siswa diajak merefleksikan nilai-nilai seperti tanggung jawab, empati, dan keseimbangan hidup. Studi oleh Sutoyo (2023) menunjukkan model ini mampu membentuk moralitas siswa secara lebih internal.

c. Konseling komunitas adat

Pancawaskita diterapkan dalam pemulihan konflik antarwarga dengan pendekatan gotong royong dan musyawarah. Nilai-nilai seperti rukun dan paseduluran digunakan untuk memfasilitasi proses rekonsiliasi komunitas.

d. Contoh kasus individual

Seorang siswa SMA mengalami tekanan akademik dan konflik dalam keluarga. Konseling Pancawaskita membimbing siswa tersebut menyadari bahwa tekanan ini bukan akhir dari segalanya, tetapi bagian dari proses hidup yang menumbuhkan kesabaran, penghormatan kepada orang tua, dan makna tanggung jawab. Setelah proses transformasi nilai, siswa tersebut menunjukkan peningkatan motivasi dan ketahanan mental.

6. Kelebihan dan keterbatasan

a. Kelebihan

- 1) Kontekstual dan relevan dengan budaya Indonesia, terutama di wilayah yang masih kuat memegang nilai tradisional (Sutoyo, 2023).
- 2) Menjangkau aspek spiritual yang sering diabaikan oleh pendekatan Barat.
- 3) Mendorong kesadaran nilai dan makna hidup, bukan hanya menyelesaikan gejala psikologis.
- 4) Mendukung pendidikan karakter dan pembentukan integritas pribadi.

b. Keterbatasan

- 1) Belum banyak penelitian empiris yang menguji efektivitasnya secara statistik atau eksperimen (Nurrohman, 2021).
- 2) Membutuhkan pelatihan khusus bagi konselor agar mampu memahami dan menerapkan nilai-nilai secara tepat.
- 3) Kurang aplikatif pada masyarakat urban atau kelompok dengan sistem nilai yang sangat sekuler atau modernistik.
- 4) Tantangan pluralisme budaya, karena nilai-nilai tertentu bisa berbeda makna dalam konteks etnis yang berbeda.

KESIMPULAN

Model Konseling Pancawaskita merupakan pendekatan konseling yang lahir dari kebutuhan untuk membangun praktik konseling yang lebih kontekstual, spiritual, dan sesuai dengan karakter bangsa Indonesia. Dengan berakar pada nilai-nilai luhur Pancasila dan budaya lokal seperti budaya Jawa, Pancawaskita mengusung lima pilar kebijaksanaan—ketuhanan, kemanusiaan, kebersamaan, keseimbangan, dan kebijaksanaan—yang menyentuh aspek batiniah manusia secara utuh.

Model ini tidak hanya memfokuskan pada penyelesaian masalah psikologis, tetapi juga membimbing klien menuju pemahaman yang lebih dalam tentang makna hidup, spiritualitas, dan hubungan sosial. Proses konseling berlangsung secara reflektif dan transformatif, di mana konselor bertindak sebagai fasilitator spiritual-kultural, bukan sekadar pemberi solusi teknis.

Penerapan Pancawaskita telah terbukti bermanfaat dalam berbagai konteks, mulai dari pesantren, sekolah, hingga komunitas adat. Keunggulan utamanya terletak pada kemampuannya menjangkau dimensi spiritual dan budaya klien, membentuk kesadaran nilai, dan mendorong transformasi diri. Namun, keterbatasan model ini antara lain adalah minimnya bukti empiris kuantitatif, perlunya pelatihan khusus bagi konselor, serta tantangan penerapannya di masyarakat urban yang cenderung sekuler.

Dengan demikian, Pancawaskita layak untuk terus dikembangkan sebagai pendekatan konseling khas Indonesia yang menyatukan dimensi psikologis, kultural, dan spiritual secara integral.

DAFTAR PUSTAKA

- Corey, G. (2022). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy* (11th ed.). Boston: Cengage Learning.
- Hermansyah, D., & Lestari, I. (2023). Cultural Humility dalam Praktik Konseling Multikultural di Indonesia. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling*, 9(2), 89–97.
- Hidayat, T., & Lestari, R. (2022). Konseling Berbasis Budaya Lokal: Menemukan Makna melalui Kearifan Tradisional. *Jurnal Konseling Humanistik*, 10(1), 12–24.
- Nurrohman, A. (2021). Spiritualitas dan Konseling Kontekstual: Integrasi Nilai dalam Layanan Psikologis. Bandung: Refika Aditama.
- Prayitno, E. (2022). Model Konseling Reflektif Kontekstual: Berbasis Nilai Budaya Indonesia. Padang: UNP Press.

- Rowan, J. (2020). *The Transpersonal: Spirituality in Psychotherapy and Counselling* (2nd ed.). London: Routledge.
- Sutoyo, D. (2023). Pendidikan Nilai dan Konseling Humanistik dalam Konteks Budaya Nusantara. *Jurnal Bimbingan Konseling Nusantara*, 8(1), 1–12.
- Sutoyo, D., & Nugroho, H. (2021). Pembangunan Karakter melalui Model Konseling Pancawaskita. *Jurnal Konseling Indonesia*, 6(1), 45–56.