

BICARA BUKU BERSAMA WAKIL RAKYAT PSIKOLOGI POSITIF & MANUSIA INDONESIA DALAM KONTEKS PANCASILA & KEBHINEKAAN

JAKARTA – Kamis, 03 Maret 2016, Bicara buku bersama wakil rakyat, mengenai Psikologi Positif dan Manusia Indonesia Dalam Konteks Pancasila dan Kebhinekaan, dijelaskan Jojo Rahardjo sebagai penulis diruang presentasi Perpustakaan MPR RI, ia menilai psikologi positif berbeda dengan ilmu psikologi yang biasa kita kenal, Marten Sleipner memperkenalkan psikologi positif ini pertama sekali tahun 90-an dia melihat psikologi saat ini hanya



menangani apa yang sakit dari manusia apa yang salah apa yang negatif dari manusia tetapi tidak mengembangkan atau tidak menyoroti apa yang positif dari manusia dan selama ini terlupakan dari psikologi. Oleh karena itu, Marten Sleipner mencoba dan menyoroti supaya sisi positif dari manusia menjadi menonjol. Psikologi positif ini baru berkembang dua dekade lebih jadi belum terlalu banyak, dan ini juga berkembang karena dibantu teknologi sehingga *neuro sains* berkembang akhirnya psikologi positif juga berkembang. Kenapa psikologi positif juga berhubungan dengan *neuro sains* berkaitan di otak, apa yang terjadi di otak itu sekarang bisa diamati dibanding dulu. Misalkan ketika kita sedih apa yang terjadi di otak ketika marah bahagia optimis itu semua bisa dijelaskan melalui teknologi yang sudah berkembang jadi psikologi positif ini berbeda dengan psikologi yang lama dan ini juga bukan *positive thinking* sering sekali orang terjebak menyangka ini adalah *positive thinking* ini berbeda sekali.

Kemudian ditambahkan juga oleh Hajrianto, baru saja saya mengikuti di Jogja berdiri sebuah komunitas peminat *neuro sains* ini yang terdiri dari beberapa puluh professor dari universitas islam negeri Jogjakarta dan bersama-sama dengan professor- professor dari Fakultas Kedokteran Universitas Gajah Mada terutama psikiatri dokter-dokter ahli jiwa. Lalu mereka bersama-sama mendirikan sebuah lembaga namanya Institute Neuro Sains Musa Ashari karena yang menjadi pelopornya adalah Prof. Musa Ashari dulu Rektor Universitas Islam Negeri Jogjakarta Sunan Kalijaga Jogjakarta dia seorang profesor filsafat lalu mendirikan sebuah padepokan di Kaliurang meliputi tiga puluh hektar ada pusat kajiannya disitu dibuat institute neurosains. Manusia dari prespektif *neuro sains* jadi aspek positifnya kalo ilmu psikologi itu melihat kira-kira sakit apa tapi ini positif apa untuk memahami bagaimana manusia itu bisa mempunyai emosi bisa mempunyai perasaan dan kemudian lebih dari pada itu bisa

toleran bisa positif terhadap perbedaan pendapat dan pada akhirnya juga pada kebahagiaan bagaimana mewujudkan kebahagiaan itu dicari dalam sepanjang sejarah umat manusia. Dulu sebetulnya UUDS RI itu pembentukan tujuan dari nomor satu kebahagiaan. UUD 1945 dirubah dari Piagam Jakarta itu justru tujuannya tidak kebahagiaan, tujuannya adalah melindungi segenap bangsa dan seluruh tumpah darah Indonesia yang kedua memajukan kesejahteraan umum yang ketiga mencerdaskan kehidupan bangsa yang keempat melaksanakan ketertiban dunia berdasarkan perdamaian dan keadilan social, tapi dalam UUDS jaman Republik Indonesia Serikat itu tujuan negara dibuat nomor satu tujuannya mewujudkan kebahagiaan yang kedua mewujudkan kesejahteraan yang ketiga mewujudkan perdamaian yang keempat mewujudkan kemerdekaan dalam masyarakat dalam negara hukum Indonesia merdeka yang berdaulat sempurna. Jadi sebenarnya perumus UUDS itu lebih maju dari pada perumus UUD 1945 dan seandainya rumusannya UUDS ini seperti Indonesia tidak tertinggal amat dengan dunia luar ketika kita mengukur kesejahteraan maka dalam UUD 1945 yang ada kata kesejahteraan lalu kemakmuran tidak ada kata kebahagiaan di UUD 1945 ini dan ternyata setelah ditemukan kriteria baru tentang kemajuan suatu bangsa itu sekarang dikenal indeks, indeks kebahagiaan dan ketika menggunakan indeks kebahagiaan ternyata bangsa Indonesia itu cukup tinggi dan mengalahkan Amerika Serikat karena Indonesia itu pada skala satu sampai 100 itu berada pada posisi 76 itu terakhir BAPENNAS melansir tentang indeks kebahagiaan Indonesia pada tahun 2015, 2015 itu artinya yang di ukur indeks kebahagiaan tahun 2014. Sedangkan untuk tahun 2015 bulan Februari BAPENNAS biasanya memasyarakatkan hasil penelitiannya tentang susunan indeks kebahagiaan itu. Biasanya indeks kebahagiaan itu merupakan rata-rata dari angka indeks dari setiap individu di Indonesia semakin tinggi nilai indeks menunjukkan tingkat kehidupan semakin bahagia demikian pula sebaliknya semakin rendah angka indeks semakin rendah penduduk tidak bahagia. Indeks kebahagiaan merupakan indeks komposit disusun oleh tingkat kepuasan terhadap sepuluh aspek kehidupan yang esensial. Kesepuluh aspek tersebut secara substantial dan bersama-sama merefleksikan tingkat kebahagiaan. Pertama kesehatan menjadi kepuasan terhadap kesehatan, pendidikan, pekerjaan, pendapatan rumah tangga, keharmonisan keluarga. Ketersediaan waktu luang, hubungan sosial, kondisi rumah dan asset, keadaan lingkungan dan kondisi keamanan.

Kemudian dilanjut oleh Adhi Santika dari Staf Pengajar UI. Ia memposisikan buku yang diterbitkan Jojo Raharjo, merupakan amunisi baru untuk merubah karakter bangsa Indonesia yang sedang giat-giatnya memperbaiki diri. Hanya saja yang perlu diperhatikan Adhi adalah, mengenai struktur buku, lalu konten buku, redaksional, kontekstual Indonesia kini Indonesia kedepannya, dan manis-manisnya. Pertama dari struktur buku yang masih dalam proses editing sebelum dicetak kemudian kedua dari struktur buku, dari 131 halaman ada 40 artikel, setiap artikel terdiri dari 2 halaman dan ada yang tiga halaman, ketiga konten buku lebih banyak pesan moralnya, maka dari itu, buku yang diorbitkan dari 40 artikel banyak bukti-bukti empiris. Pertama adalah landasan teoritis dan yang kedua adalah bukti empiris. Buku ini sangat bagus untuk tahun 2016," terangnya. pada artikel ke 24 manusia itu unik termasuk manusia Indonesia positifkan pikiran yang mengembara atau melamun, pikiran yang mengembara dan melamun sering-sering manusia itu fokus pada yang tidak dialami atau tidak dilakukannya tetapi lebih konsen pada yang diluar dirinya. Kita ini sibuk atau gaduh terhadap yang diluar tapi terhadap dirinya tidak jadi *self* intropeksi disini juga harus muncul, masih dalam

konten bagaimana itu terjadi untuk kita semua kedepan sebagai bangsa yang berbudaya untuk maju ada pesan moralnya harus bagaimana untuk mendapatkannya dan untuk konteks ke-indonesiaannya kekinian dan masa yang akan datang. Dikekinian ini sangat-sangat relevan untuk sila ketuhanan yang kedua dengan sila kemanusiaan, karena ketika *neuro sains* itu berkembang itu ternyata sangat kuat bahwa kita ini harus peduli pada diri kita dan juga pada lingkungannya. Terakhir redaksional ini pengetikan-pengetikan dalam buku ini ada magic numbers banyak angka tujuhnya, tujuh strategis, tujuh cara, tujuh jenis banyak angka tujuhnya dan yang terakhir ada dua okutations yang ingin diambil, pertama tindakan bersyukur bukan hanya sumber kebajikan tetapi juga sumber semua kebaikan hidup karena buku ini ternyata mengantarkan kita berbuat baik dan bijak, berbuat bijak agar kita kedepan bisa lebih baik lagi dan dari artikel 30 denner mengatakan ini masalah moral apakah orang-orang yang beragama atau memiliki spiritual memang lebih bahagia. Saya kira ini satu tantangan untuk kita jadi yang pertama tadi bahwa kita ini kita akan bersyukur, bersyukur pada apa yang kita peroleh dan bersyukur bisa membantu orang lain di kehidupan social dan yang kedua apakah orang-orang yang beragama memiliki lebih dari yang spiritual ternyata risetnya pak Jojo dari buku tertentu mengatakan yang memiliki agama itu hanya diatas sedikit dari yang spiritual. (DB)

