



Welas Asih: Konsep Compassion dalam Kehidupan Masyarakat Jawa

Welas Asih: The Concept of Compassion in the Lives of Javanese People

Dwi Hardani Oktawirawan* & Taufik Akbar Rizqi Yunanto

Program Studi Magister Psikologi Sains, Fakultas Psikologi, Universitas Surabaya, Indonesia

Diterima: 08 Maret 2020; Direview: 31 Mei 2020; Disetujui: 26 Juli 2020

Abstrak

Welas asih merupakan perilaku orang Jawa saat seseorang merasakan penderitaan orang lain yang kemudian mampu membangkitkan keinginan untuk menolong. Dalam penerapannya, seseorang bisa memberikan pertolongan kepada orang lain bahkan yang bukan merupakan kerabat dekat. Hal ini tidak terlepas dari berbagai filosofi yang ada dalam masyarakat Jawa yang menjadikan *welas asih* sebagai salah satu pedoman hidup. Tulisan ini dibuat untuk mengulas konsep *welas asih* masyarakat Jawa yang kemudian disandingkan dengan konsep psikologi. Konsep psikologi yang dimaksud adalah *compassion* yang juga merujuk pada kemampuan seseorang merasakan penderitaan orang lain dan adanya dorongan untuk meringankan atau menghilangkan penderitaan tersebut. Sehingga akan terungkap penjelasan mengenai *welas asih* pada masyarakat Jawa dalam kacamata psikologi.

Kata Kunci: *Welas Asih, Budaya Jawa, Compassion*

Abstract

Welas asih is a Javanese behavior where one feels the pain of others which then arouse the desire to help. In its application, one can provide help to others even for those who are not relatives. This is inseparable from the various philosophies that exist in Javanese society that make *welas asih* as a way of life. This paper is made to review the concept of *welas asih* of the Javanese community which is then juxtaposed with the concept of psychology. The concept of psychology in question is *compassion* which also refers to the ability of someone to feel the suffering of others and the urge to alleviate or eliminate the suffering. So that an explanation of *welas asih* of the Javanese people will be revealed in a psychological perspective.

Keywords: *Welas Asih, Javanese Culture, Compassion*

How to Cite: Oktawirawan, D.W & Yunanto, T.A.R (2021). *Welas Asih: Konsep Compassion dalam Kehidupan Masyarakat Jawa. Anthropos: Jurnal Antropologi Sosial dan Budaya (Journal of Social and Cultural Anthropology)* 6(2): 145-150.

*Corresponding author:

E-mail: dhoktawirawan@gmail.com

ISSN 2549-1660 (Print)

ISSN 2550-1305 (Online)

PENDAHULUAN

Pada kehidupan sehari-hari seseorang memiliki kemampuan untuk ikut merasakan kesusahan orang lain dan membantu orang tersebut. Perilaku tersebut biasa disebut dengan *compassion* yang merupakan keterbukaan terhadap penderitaan orang lain yang diikuti adanya keinginan untuk meringankan penderitaan orang lain (Neff, 2003). Seseorang merasakan *compassion* dengan menjiwai rasa sakit orang lain dan menunjukkan *compassion* dengan berusaha untuk mengurangi atau menghilangkan rasa sakit yang dialami orang lain melalui tindakan memberi bantuan (Kostanski, 2007).

Konsep *compassion* dalam psikologi memiliki kesamaan dengan konsep yang ada pada masyarakat Jawa yang lazim disebut sebagai *welas asih*. *Welas asih* adalah suatu perilaku dimana seseorang mampu merasakan apa yang sedang dirasakan oleh orang lain (Endraswara, 2013a). Perasaan ini muncul sebagai suatu bentuk kepedulian seseorang dengan sesamanya. Ketika ada orang lain yang mengalami kesulitan maka akan muncul perasaan iba hingga intensi untuk ikut membantu. Dalam konsep *welas asih* ini, bantuan yang diulurkan kepada sesama sifatnya benar-benar sukarela tanpa mengharapkan imbalan (Endraswara, 2013a). Seseorang bisa saling tolong menolong bahkan dengan orang lain yang tidak terikat hubungan kekerabatan sama sekali.

Bukti nyata dari perilaku *welas asih* ini masih nampak hingga saat ini. Dalam kehidupan masyarakat Jawa terdapat istilah *sambatan*. *Sambatan* adalah kegiatan seseorang untuk membantu orang lain yang memiliki keperluan atau acara (Koentjaraningrat, 2000). Seseorang akan membantu secara sukarela ketika ada kegiatan seperti pernikahan, kerja bakti, atau pembangunan yang dilakukan oleh warga lain. *Sambatan* ini dilakukan semata-mata untuk meringankan beban orang lain sehingga tercipta kehidupan

yang penuh kebersamaan (Ajib, 2016). *Sambatan* dapat menciptakan ketenteraman dan kedamaian ketika masyarakat saling peduli dan membantu satu sama lain (Anam, 2017).

Welas asih masih kerap dilakukan hingga saat ini dalam kehidupan sehari-hari masyarakat Jawa. Ketika ada kecelakaan, masih ada orang yang rela hati menolong korban tanpa meminta imbalan apapun. Jika terjadi kasus tabrak lari, ada juga yang bersedia mengejar tersangka meskipun tidak diminta (Endraswara, 2013a). Contoh lainnya adalah warga Blitar, Jawa Timur berinisiatif melakukan galang dana untuk membantu Sai'in, korban pembacokan oleh anaknya sendiri. Warga melakukan penggalangan dana kepada para pengendara yang melintas di beberapa perempatan desa karena merasa kasihan dengan kejadian yang menimpa Sai'in (Naharul, 2019). Berbagai tindakan tersebut dilakukan dengan harapan beban yang dirasakan oleh orang lain akan berkurang bahkan hilang.

Konsep *welas asih* seringkali muncul dalam berbagai bahasan yang berhubungan dengan falsafah hidup masyarakat Jawa. Antara lain dalam falsafah *memayu hayuning bawana* yang dianggap sebagai dasar dari adanya pribadi *welas asih* pada masyarakat Jawa. *Memayu hayuning bawana* berarti mempercantik indahnya dunia atau meningkatkan kebahagiaan dan kesejahteraan dunia (Endraswara, 2013b). Selain itu, *welas asih* juga muncul dalam lagu Jawa *macapat* berjudul *durma* yang menggambarkan perjuangan hidup (Budiman, 2012). Hal tersebut menunjukkan bahwa *welas asih* tidak muncul begitu saja, namun memiliki latar belakang yang memang menjadi dasar dalam kehidupan masyarakat Jawa.

Konsep *welas asih* beberapa kali dipadankan dengan konsep *compassion* yang merupakan sebuah konsep psikologi (Jena, 2014; Saputra, 2016). Dalam penerapannya di Indonesia, teori

compassion juga biasanya langsung diterjemahkan menjadi *welas asih* atau belas kasih (Jena, 2014). Meskipun istilah *compassion* sudah sering diartikan sebagai *welas asih* dalam bahasa Indonesia, namun *welas asih* dalam budaya Jawa memiliki nilai filosofis tersendiri. Artikel ini ditulis untuk menemukan titik temu antara konsep *welas asih* dalam falsafah hidup orang Jawa dengan konsep *compassion*. Dengan adanya kajian ini, diharapkan konsep *welas asih* pada masyarakat Jawa dapat dipahami dengan baik terutama dari sudut pandang psikologi.

PEMBAHASAN

Welas asih dalam masyarakat Jawa merujuk pada perilaku orang Jawa dimana orang tersebut mau merasakan apa yang dirasakan orang lain (*nepakake awake dewe*). Kemampuan merasakan pengalaman orang lain ini mampu membangkitkan dorongan untuk mau menolong atau membantu (Endraswara, 2013a). Dalam konsep *compassion* juga dijelaskan mengenai kemampuan seseorang dalam memahami apa yang dialami oleh orang lain hingga muncul adanya keinginan untuk meringankan beban bahkan menghilangkan penderitaan yang dialami orang lain (Neff, 2011).

Konsep *welas asih* adalah salah satu bagian dari falsafah *memayu hayuning bawana* yang berarti memperindah kebaikan dan kesejahteraan dunia (Endraswara, 2013b). Dalam falsafah *memayu hayuning bawana* disebutkan mengenai *Tri Welasih* yang berarti tiga konteks dasar *welas asih*. Konteks pertama adalah bermurah hati dan berbelas hidup pada semua makhluk dan menghapus malapetaka di dunia. Pada konteks selanjutnya *welas asih* adalah bersikap senasib dan sepenanggungan pada semua makhluk meskipun tidak ada hubungan darah dan memberikan perhatian pada semua yang bernyawa. Konteks yang ketiga adalah sikap ramah-tamah, bijaksana, dan rendah hati. Ketiga konteks *welas asih* tersebut mendukung falsafah *memayu hayuning bawana* yang bertujuan untuk

menciptakan kehidupan yang damai, saling memahami satu sama lain, dan aman tanpa adanya pertengkaran antar sesama (Endraswara, 2013b).

Senada dengan keterkaitan antara *welas asih* dan falsafah *memayu hayuning bawana*, keberadaan *compassion* juga dianggap penting dalam kestabilan situasi lingkungan. Kehidupan akan berjalan dengan baik ketika orang-orang memiliki *compassion* dan kemudian peduli satu sama lain. Ketika *compassion* itu tidak muncul dalam diri seseorang, kondisi tersebut mendorong terjadinya perpecahan (Cassell, 2002). Ketidakmampuan seseorang memahami penderitaan orang lain tersebutlah yang melandasi terjadinya berbagai penindasan, kekerasan, pembunuhan, bahkan perang yang menelan banyak korban. Dalam hal ini, *compassion* memang menjadi bagian dari kemanusiaan untuk mewujudkan lingkungan yang damai (Cassell, 2002).

Konsep *welas asih* juga muncul dalam lagu Jawa *macapat* yang berjudul *durma*. Dalam lagu tersebut, makna yang ingin disampaikan salah satunya adalah mengenai rasa *welas asih* (Budiman, 2012). Lagu *durma* ini menggambarkan perjuangan hidup yang juga melibatkan penderitaan. Seseorang sudah selayaknya melatih diri untuk merasakan penderitaan baik yang dialami oleh diri sendiri maupun orang lain. Ketika seseorang mampu merasakan penderitaan tersebut, dia tidak akan terlena dengan pencapaian dan keberhasilannya dengan mengagungkan diri sendiri. Pesan yang disampaikan melalui lagu atau musik memiliki peran penting dalam membentuk perilaku relasi sosial seseorang (Miranda, 2013). Seseorang diharapkan mampu mengambil makna dari penderitaan orang lain dan memahami bahwa setiap orang juga bisa mengalami hal yang sama sehingga muncul keinginan untuk meringankan beban orang lain (Budiman, 2012; Cassell, 2002).

Welas asih juga seringkali dianggap sebagai panggilan jiwa. Tidak jarang membantu orang lain dapat mengakibatkan berbagai konsekuensi atau risiko. Namun karena dorongan *welas asih* begitu kuat,

seseorang berani membantu orang lain meskipun keputusan tersebut berisiko (Endraswara, 2013a). Pada konsep *compassion* dijelaskan bahwa seseorang mampu memberikan bantuan tanpa terhalangi oleh berbagai kondisi seperti jarak dan risiko yang ada (Cassell, 2002). Keputusan untuk membantu orang lain ini merupakan dorongan yang muncul begitu cepat, otomatis, dan intuitif (Rand & Epstein, 2014).

Perilaku *welas asih* terkadang muncul begitu saja tanpa ada alasan yang jelas. Seseorang seringkali merasa terpanggil untuk membantu orang lain yang bahkan tidak dikenalnya (Cassell, 2002; Endraswara, 2013a). Dalam kehidupan sehari-hari kita sering mendapat himbauan untuk tidak memberikan uang kepada pengemis bahkan terdapat hukuman bagi yang melanggarnya. Namun karena *compassion* kita lebih kuat akhirnya kita memutuskan untuk tetap memberikan uang kepada pengemis tersebut. Contoh ini membuktikan bahwa seseorang tidak bisa serta merta mengabaikan perasaan yang muncul untuk membantu meringankan beban orang lain (Cassell, 2002). Ketika keinginan untuk membantu orang lain tersebut diabaikan atau gagal dilakukan maka bisa berakhir dengan munculnya kekecewaan (Mastain, 2006).

Ketika *welas asih* yang muncul sebagai panggilan jiwa tidak dapat diwujudkan maka seseorang akan merasa bersalah karena tidak mampu membantu orang lain yang menderita (Endraswara, 2013a). Rasa bersalah ini bukti dari adanya nilai yang dijunjung tinggi dalam diri masyarakat Jawa yang seharusnya mampu senantiasa menerapkan *welas asih* dalam kehidupannya. Serupa dengan hal tersebut, dalam konsep *compassion* ketika seseorang tidak dapat memberikan bantuan kepada orang lain yang menderita maka akan muncul perasaan cemas dan bersalah (Kostanski, 2007). Perasaan tersebut muncul karena seseorang telah gagal memberikan bantuan yang kemudian membuat timbulnya perasaan khawatir mengenai kondisi orang yang sedang menderita (Goetz, Keltner, & Simon-Thomas, 2010). Rasa bersalah saat

tidak menerapkan *compassion* juga timbul karena adanya pemahaman bahwa *compassion* merupakan salah satu bentuk kemanusiaan yang harus dilakukan terhadap sesama manusia yang membutuhkan (Cassell, 2002).

Dalam pemahaman masyarakat Jawa, *welas asih* juga mampu memberikan kebahagiaan. Seseorang yang memiliki *welas asih* dan mau melakukan kebaikan kepada orang lain akan merasa puas dan senang dengan apa yang dilakukannya. Semakin sering melakukan kebaikan maka orang tersebut akan merasakan hidup yang nyaman dan bahagia (Endraswara, 2013a). Konsep *compassion* juga seringkali dikaitkan dengan kebahagiaan dimana seseorang yang menerapkan *compassion* dalam kehidupannya akan mengalami peningkatan kebahagiaan (Mongrain, Chin, & Shapira, 2011). Dengan memberikan bantuan kepada orang lain, seseorang akan merasa memiliki kehidupan yang berguna. Hal ini akan berdampak pada kondisi seseorang yang merasa berkembang menjadi pribadi yang lebih baik dan merasa bahagia (Neff & Germer, 2018).

Perilaku *welas asih* kemudian tidak hanya memberikan keuntungan bagi orang yang sedang dibantu namun juga akhirnya berdampak positif bagi orang melakukannya (Endraswara, 2013a). Perilaku memberikan bantuan kepada orang lain dianggap memiliki sisi positif yang membuat seseorang merasakan kepuasan. Dengan membantu meringankan beban orang lain seseorang akan merasa memiliki kehidupan yang berguna sehingga memiliki perasaan yang positif akan dirinya sendiri (Radey & Figley, 2007). Seseorang akan memandang dirinya sebagai orang yang baik karena mampu bersikap peduli dan membantu orang lain yang sedang membutuhkan bantuan. Kondisi yang dialami orang lain juga dianggap mampu memberikan inspirasi dan motivasi bagi seseorang untuk tetap berbuat baik bagi sesama (Radey & Figley, 2007). Seseorang dapat mengambil berbagai makna kehidupan dalam setiap perilaku *compassion* yang dilakukannya kepada orang lain.

SIMPULAN

Pribadi *welas asih* yang merupakan falsafah hidup masyarakat Jawa masih diterapkan dalam kehidupan sehari-hari hingga saat ini. Konsep *welas asih* yang dijunjung tinggi oleh masyarakat Jawa ini memiliki keselarasan makna dengan konsep *compassion* yang ada dalam teori psikologi. Keduanya merujuk pada kemampuan seseorang dalam merasakan apa yang sedang dialami oleh orang lain yang kemudian memunculkan adanya dorongan untuk membantu meringankan beban orang tersebut. *Welas asih* dianggap sebagai salah satu kunci dari terciptanya masyarakat yang rukun dan damai, sama seperti *compassion* yang dianggap mampu mencegah terjadinya berbagai kejahatan dan konflik. Merasakan dan membantu meringankan kesusahan orang lain merupakan panggilan jiwa yang seringkali membuat seseorang merasa bersalah apabila gagal melakukannya. *Welas asih* juga dianggap mampu memberikan kebahagiaan bagi orang yang melakukannya karena mampu memberikan manfaat bagi sesama makhluk hidup.

Pemahaman mengenai konsep-konsep lokal mampu memberikan penjelasan yang mendalam serta menjadi salah satu cara untuk mengangkat konsep lokal yang sebenarnya juga berkaitan dengan konsep-konsep psikologi. Diharapkan kedepannya dapat dilakukan kajian mengenai *welas asih* dengan lebih mendalam serta melibatkan berbagai konsep lain dalam psikologi seperti empati, *altruism*, ataupun dalam sudut pandang bidang ilmu lain. Sehingga pemahaman mengenai konsep *welas asih* dapat dijelaskan secara lebih mendalam, komprehensif, dan multiperspektif.

DAFTAR PUSTAKA

Ajib, M. (2016, June 16). Sambatan, budaya untuk menguatkan solidaritas masyarakat. *Patinews*. Retrieved from <https://www.patinews.com/sambatan-budaya-untuk-menguatkan-solidaritas->

- masyarakat/
Anam, C. (2017). Tradisi sambatan dan nyadran di Dusun Suruhan. *Sabda*, 12(1), 77–84. <https://doi.org/10.14710/sabda.12.1.77-84>
- Budiman, M. A. (2012). Macapat: Javanese philosophy. *Prosiding Seminar Internasional Multikultural & Globalisasi 2012*, 44–54.
- Cassell, E. J. (2002). Compassion. In C. R. Synder & S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology* (pp. 434–445). Oxford: Oxford University Press.
- Endraswara, S. (2013a). *Ilmu jiwa Jawa: Estetika dan citarasa jiwa Jawa*. Yogyakarta: Penerbit Narasi.
- Endraswara, S. (2013b). *Memayu hayuning bawana: Laku menuju keselamatan dan kebahagiaan orang Jawa*. Yogyakarta: Penerbit Narasi.
- Goetz, J. L., Keltner, D., & Simon-Thomas, E. (2010). Compassion: An Evolutionary analysis and empirical review. *Psychological Bulletin*, 136(3), 351–374. <https://doi.org/10.1037/a0018807>
- Jena, Y. (2014). Etika kepedulian : Welas asih dalam tindakan moral. *Kanz Philosophia : A Journal for Islamic Philosophy and Mysticism*, 4(1), 1–14. <https://doi.org/10.20871/kpjipm.v4i1.51>
- Koentjaraningrat. (2000). *Kebudayaan mentalitas dan pembangunan*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Kostanski, M. (2007). *The power of compassion: An exploration of the psychology of compassion in the 21st century*. Newcastle: Cambridge Scholars Publishing.
- Mastain, L. (2006). The lived experience of spontaneous altruism: A phenomenological study. *Journal of Phenomenological Psychology*, 37(1), 25–52. <https://doi.org/10.1163/156916206778150439>
- Miranda, D. (2013). The role of music in adolescent development: Much more than the same old song. *International Journal of Adolescence and Youth*, 18(1), 5–22. <https://doi.org/10.1080/02673843.2011.650182>
- Mongrain, M., Chin, J. M., & Shapira, L. B. (2011). Practicing compassion increases happiness and self-esteem. *Journal of Happiness Studies*, 12(6), 963–981. <https://doi.org/10.1007/s10902-010-9239-1>
- Naharul, M. (2019, September 18). Simpati untuk Sai'in korban pembacokan anak kandung, warga galang dana. *Malang Times*. Retrieved from <https://www.malangtimes.com/baca/44125/20190918/154800/simpat-untuk-sai-in-korban-pembacokan-anak-kandung-warga-galang-dana>
- Neff, K. (2003). Self-compassion: An alternative

- conceptualization of a healthy attitude toward oneself. *Self and Identity*, 2(2), 85–101. <https://doi.org/10.1080/15298860309032>
- Neff, K. (2011). *Self compassion: The proven power of being kind to yourself*. New York: Harper Collins Publisher.
- Neff, K., & Germer, C. (2018). *The mindful self-compassion workbook: A proven way to accept yourself, build inner strength, and thrive*. New York: The Guilford Press.
- Radey, M., & Figley, C. R. (2007). The social psychology of compassion. *The Clinical Social Work Journal*, 35(3), 207–214. <https://doi.org/10.1007/s10615-007-0087-3>
- Rand, D. G., & Epstein, Z. G. (2014). Risking your life without a second thought: Intuitive decision-making and extreme altruism. *PLoS ONE*, 9(10), 1–6. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0109687>
- Saputra, H. S. P. (2016). Welas asih: Merefleksi tradisi sakral, memproyeksi budaya profan. In N. Anoeграjekti (Ed), *Jejak langkah perubahan dari Using sampai Indonesia* (pp. 288–313). Yogyakarta: Penerbit Ombak.