

GUIDING WORLD JURNAL BIMBINGAN DAN KONSELING
Volume 09, Nomor 02
Tahun 2026
E-ISSN: 2614-3585

DOI: 1033627

Penerapan Biblioedukasi Bermuatan Falsafah Hidup Masyarakat Jawa Untuk Meningkatkan Resiliensi Siswa

Implementing Biblioeducation Based on Javanese Life Philosophy to Enhance Students' Resilience

Dewi Rahmadina[1], Wahyu Nanda Eka Saputra[2], Caraka Putra Bhakti[3]
[1,2,3]Universitas Ahmad Dahlan
Email: 2576056030@webmail.uad.ac.id

Abstrak: Penelitian ini merupakan telaah pustaka dengan tujuan untuk mengetahui penggunaan biblioedukasi bermuatan falsafah hidup masyarakat Jawa untuk meningkakan resiliensi siswa. Metode yang digunakan adalah *Systematic Literature Review* dengan mencari dan mengulas berbagai artikel dengan mesin pencari data (https://scholar.google.com). Jurnal yang dianalisis sejumlah 6 jurnal yang relevan dengan tema penelitian. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan ekstraksi data. Berdasarkan hasil analisis data, biblioedukasi dengan memanfaatkan bahan bacaan yang memuat nilai-nilai falsafah hidup masyarakat Jawa yang sesuai dengan aspek resiliensi dapat diterapkan sebagai alternatif upaya meningkatkan resiliensi. Nilai falsafah Jawa yang dapat dintegrasikan ke dalam biblioedukasi adalah *sabar, rila, narima ing pandum, sregep, kuat, tabah, aja wedi kangelan* dan *Gusti ora sare*. Biblioedukasi ini dapat dilaksanakan dalam seting klasikal maupun kelompok, dengan tahapan (1) pemberian motivasi kepada siswa atau anggota kelompok. (2) tahap membaca. (3) tahap inkubasi. (4) tahap diskusi. (5) tahap evaluasi dan tindak lanjut. Biblioedukasi dapat dilaksanakan beberapa sesi sesuai dengan aspek resiliensi yang dikembangkan.
Kata Kunci: *Resiliensi; Biblioedukasi; Falsafah hidup masyarakat Jawa.*

Abstract: *This study is a literature review aimed at examining the application of biblioeducation incorporating Javanese life philosophy to enhance students' resilience. The study employed the* ***Systematic Literature Review (SLR)*** *method by searching and reviewing relevant articles through the* ***Google Scholar*** *database (https://scholar.google.com). A total of six journal articles relevant to the research topic were selected and analyzed. Data analysis was conducted using a data extraction technique.The findings indicate that biblioeducation utilizing reading materials containing Javanese philosophical values aligned with the dimensions of resilience can serve as an alternative approach to strengthening students' resilience. The Javanese philosophical values that can be integrated into biblioeducation include sabar (patience), rila (sincerity), narima ing pandum (acceptance and gratitude for one's circumstances), sregep (diligence), kuat (strength), tabah (perseverance), aja wedi kangelan (do not fear difficulties), and Gusti ora sare (God is always watching and caring). This biblioeducation*

program can be implemented in either classroom or group settings through the following stages: (1) providing motivation to students or group members, (2) reading activities, (3) incubation or reflection, (4) group discussion, and (5) evaluation and follow-up. The intervention may be conducted across multiple sessions, depending on the resilience dimensions being developed.
***Keywords**: Resilience; Biblioeducation; Javanese life philosophy.*

PENDAHULUAN

Salah satu kompetensi psikologis yang penting dimiliki remaja pada era Society 5.0 dan Revolusi Industri 4.0 adalah **resiliensi**. Resiliensi merupakan kemampuan penting dalam menghadapi tantangan hidup (Faridah, dkk (2025). sekaligus fondasi pembentukan karakter remaja yang adaptif, mandiri, dan berdaya saing (Ramadhani & Nur, 2025). Selain itu, resiliensi berperan dalam mendukung perkembangan mental yang sehat (Sakti dkk., 2025);(Tahamata dkk., 2019)). Remaja dengan tingkat resiliensi tinggi mampu mengatasi tekanan, menghadapi permasalahan perkembangan, serta bangkit dari kesulitan sehingga memiliki kesejahteraan psikologis yang lebih baik perkembangannya (Connor & Davidson, 2003); (Crump dkk., 2016)Individu yang resilien juga mampu beradaptasi secara positif, mengelola emosi, dan mempertahankan pandangan optimis dalam situasi penuh tekanan (Shastri, 2013)

Namun, berbagai temuan menunjukkan bahwa tingkat resiliensi remaja di Indonesia masih relatif rendah. Remaja cenderung kurang mampu menghadapi tekanan dan lebih pesimis ketika mengalami kesulitan. Kondisi ini sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa resiliensi Generasi Z lebih rendah dibandingkan generasi sebelumnya (Sugiyanto, 2025); (Laili & Linsiya, 2024). Temuan Program Cek Kesehatan Gratis (CKG) periode 2025–2026 juga mengindikasikan adanya masalah kesehatan jiwa pada hampir 10% anak di Indonesia. Dari sekitar tujuh juta anak yang menjalani skrining, 4,4% menunjukkan gejala kecemasan dan 4,8% menunjukkan gejala depresi (Muhawarman, 2026). Kondisi tersebut mencerminkan lemahnya kemampuan individu dalam mengelola tekanan serta berpotensi meningkatkan depresi dan kecemasan yang menghambat perkembangan individu ((Sholichan, 2016); (Wen dkk., 2023); (Wang dkk., 2023))

Rendahnya resiliensi perlu direspons melalui layanan bimbingan dan konseling di sekolah. Guru Bimbingan dan Konseling (BK) memiliki peran strategis dalam merancang intervensi yang tepat untuk meningkatkan resiliensi siswa. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa pelatihan resiliensi (Dewinda dkk., 2026);(Tasijawa & Siagian, 2022), konseling kelompok berbasis kearifan local (Edmawati, 2021), serta biblioterapi atau biblioedukasi efektif meningkatkan resiliensi (Wahyudi dkk., 2020). Namun, belum banyak penelitian yang mengintegrasikan biblioedukasi dengan falsafah hidup masyarakat Jawa sebagai pendekatan untuk memperkuat resiliensi siswa.

Penelitian ini mengintegrasikan biblioedukasi dengan nilai-nilai falsafah Jawa sebagai materi edukasi yang relevan dengan aspek-aspek resiliensi. Melalui bahan bacaan yang memuat nilai-nilai tersebut, siswa diharapkan mampu memahami, merefleksikan, dan menemukan cara yang lebih adaptif dalam merespons berbagai permasalahan sehingga resiliensi dapat berkembang secara optimal. Penelitian ini bertujuan mengkaji secara komprehensif peluang dan efektivitas penerapan biblioedukasi bermuatan falsafah Jawa dalam meningkatkan resiliensi siswa melalui rekonstruksi berbagai literatur ilmiah. Hasil penelitian diharapkan menjadi referensi bagi guru BK dalam mengembangkan program layanan yang kontekstual berbasis budaya lokal serta memperkaya kajian keilmuan bimbingan dan konseling, khususnya pengembangan teknik biblioedukasi berbasis kearifan lokal.

METODE

Rancangan Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain penelitian *Systematic Literature Review* (SLR). Peneliti mengkaji jurnal atau artikel yang relevan dengan biblioedukasi bermuatan falsafah hidup masyarakat Jawa dalam meningkatkan resiliensi.

Partisipan

Artikel ini disusun dengan menggunakan *Systematic Literature Review* yang mengeksplorasi pemanfaatan biblioedukasi bermuatan falsafah hidup masyarakat Jawa terhadap resiliensi. Peneliti mengevaluasi artikel melalui pemeriksaan judul, abstrak, dan analisis menyeluruh terhadap keseluruhan konten.

Instrumen Penelitian

Penelitian ini memanfaatkan studi dokumentasi dengan menggunakan alat pengumpul data dari artikel jurnal ilmiah yang tersedia dalam pangkalan data (https://scholar.google.com). Pencarian artikel dilakukan secara spesifik dengan rentang tahun 2015 s.d 2026, menggunakan kata kunci biblioedukasi, falsafah Jawa, dan resiliensi.

Prosedur Penelitian

Pada permulaan, peneliti mencari literatur, membaca laporan artikel yang sesuai, dan melakukan analisa mendalam supaya mendapatkan sintesa dari penelitian yang dilakukan sebelumnya. Perolehan dengan database, seperti google scholar dimaksudkan untuk familiaritas, kemudahan dan fleksibilitas dalam melakukan pencarian. Peneliti memfokuskan pada database tersebut dengan pertimbangan telah mencukupi dalam mendukung perolehan kualitas penelitian yang sesuai dengan tujuan penelitian. Berikutnya peneliti melakukan proses tinjauan pada literatur yang telah didapatkan agar dapat menyelaraskan dengan tujuan penelitian. Dalam proses tersebut, penelitian akan mengkaji berbagai literatur yang didapatkan serta memastikan fokus kesamaan dari pola pada tiap literatur. Kemudian pada akhirnya akan bermuara pada tema besar yang dapat menjadi representasi utama pada penelitian ini. Representasi tujuan tersebut, yakni peluang dan efektivitas penerapan biblioedukasi bermuatan falsafah Jawa dalam meningkatkan resiliensi siswa. Peneliti mempertimbangkan ketentuan dalam proses tinjauan literatur. Adapun pertimbangan tersebut adalah: (1) literatur yang digunakan, dipublikasikan pada rentang tahun 2015 sampai dengan 2026 untuk mendapatkan temuan penelitian terbaru; (2) artikel penelitian berupa metodologi dalam kuantitatif maupun kualitatif, maupun studi yang terkait; (3) naskah artikel dapat diakses secara full text; (4) isi artikel relevan dengan tema penelitian. Tahap selanjutnya melibatkan analisis data artikel ilmiah yang sesuai dengan tujuan penelitian. Langkah terakhir mencakup penilaian kritis terhadap temuan berbagai hasil penelitian serta penarikan kesimpulan.

Teknik Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini dilakukan melalui ekstraksi data. Hal ini bertujuan untuk mengambil dan mengolah informasi yang terdapat dalam artikel ilmiah yang berkaitan dengan pola penerapan biblioedukasi bermuatan falsafah hidup masyarakat Jawa dalam meningkatkan resiliensi. Peneliti melakukan tinjauan terhadap artikel untuk mendiskusikan masalah penelitian. Tinjauan artikel dilakukan peneliti dengan menyusun tabel karakteristik yang mencakup beberapa variabel seperti jenis penelitian, desain penelitian, jumlah peserta, instrumen, dan implikasi. Tinjauan artikel dijadikan metode untuk menjawab perumusan masalah dan memahami temuan penelitian guna menyusun kesimpulan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Peneliti membuat tinjauan artikel jurnal dengan tabel karakteristik yang berisi beberapa variabel, seperti jenis penelitian, desain penelitian, jumlah peserta (N), instrumen, dan implikasi.

Sumber	Tipe	Desain	Instrumen	N	Hasil Penelitian	Implikasi
(Ruswahyuningsih & Afiatin, 2015)	ES	QL	I,O	3	Ada interaksi positif antara nilai Jawa dengan *problem focused coping*.	Nilai-nilai budaya Jawa *sabar, rila, narima* dan *tabah* dapat memperkuat terbentuknya resiliensi remaja Jawa
(Ruswahyuningsih & Afiatin, 2015))	SEN	QL	NA	0	Bibliokonseling berbasis cerita rakyat dapat dijadikan sebagai alternatif layanan kepada siswa	Siswa akan memahami diri dan menemukan penyelesaian masalah secara mandiri, khususnya dalam kaitannya dengan nilai kearifan lokal setempat.
(Wahyudi dkk., 2020)	SEN	QL	NA	0	Upaya pengembangan resiliensi dapat dilakukan dengan memanfaatkan biblioterapi.	Pengembangan resiliensi dapat dilakukan dengan memanfaatkan bahan bacaan yang mengajarkan nilai-nilai kehidupan seperti kerja keras, tidak mudah putus asa, dan motivasi hidup.
(Edmawati, 2021)	ES	QT	Skala Resiliensi	10	Konseling kelompok berbasis kearifan lokal tembang macapat sinom efektif untuk meningkatkan resiliensi generasi Z	Nilai-nilai falsafah Jawa yang terkandung dalam tembang macapat sinom dapat diinternalisasi oleh remaja untuk memperkuat resiliensi
(Sya'ban dkk., 2023)	SEN	QL	NA	4	Integrasi nilai-nilai luhur budaya Jawa ke dalam proses konseling dapat	Konseling berbasis nilai luhur falsafah Jawa yang tertuang dalam *pitutur* Jawa bermanfaat untuk meningkatkan resiliensi

					meningkatkan resiliensi	
(Munawaroh & Sofyan, 2018)	ES	QT	Skala Resiliensi	21	Biblioterapi efektif meningkatkan ketiga faktor resiliensi (*I have, I am, dan I can*)	Biblioterapi dengan isi bacaan yang relevan dengan aspek resiliensi dapat membantu meningkatkan resiliensi.

Keterangan:
Jenis : Studi Empiris (ES), Studi Non Empiris (SEN)
Desain Penelitian : Metode Kualitatif (QL), Metode Kuantitatif (QT), Metode Campuran (MM)
Instrumen : Kuesioner (Q), Wawancara (I), Skor Tes (T), Kategorisasi (C), Observasi (O), Survei (S), Tidak Tersedia (NA)

Hasil analisis terhadap artikel-artikel rujukan menunjukkan bahwa biblioedukasi dengan memanfaatkan bahan bacaan yang memuat nilai-nilai falsafah hidup masyarakat Jawa yang sesuai dengan aspek resiliensi dapat diterapkan sebagai alternatif upaya meningkatkan resiliensi. Nilai falsafah Jawa yang dapat dintegrasikan ke dalam biblioedukasi adalah *sabar, rila, narima ing pandum, sregep, kuat, tabah, aja wedi kangelan* dan *Gusti ora sare* (Edmawati, 2021); (Sya'ban dkk., t.t.); (Ruswahyuningsih & Afiatin, 2015). Biblioedukasi dipandang sebagai proses interaksi dinamis antara kepribadian pembaca dan bahan bacaan yang sedang dibacanya. Dari interaksi yang dinamis inilah akan muncul sebuah pandangan yang positif dalam menyikapi masalah yang sedang terjadi. Teks yang dapat digunakan dalam pengembangan resiliensi individu setidaknya harus memiliki karakteristik, dimana tokoh yang ada dalam teks tersebut merupakan individu yang memiliki karakter sesuai nilai-nilai falsafah Jawa. Nilai falsafah Jawa yang harus ada adalah *sabar, rila, narima ing pandum, sregep, kuat, tabah, aja wedi kangelan* dan *Gusti ora sare* sehingga individu memiliki semangat dalam menjalankan kehidupan ditengah keterbatasan yang terjadi. Teks yang memiliki tokoh yang tangguh dapat memberikan gambaran bagaimana selayaknya individu mengahadapi masalahnya dan bangkit kembali dengan lebih baik.

Biblioedukasi ini dapat diterapkan dalam seting klasikal maupun kelompok. Berikut tahapan penerapan biblioedukasi (B. T. Erfort, 2019):

1) Tahap pemberian motivasi kepada siswa atau anggota kelompok.
   Pemberian motivasi bertujuan agar siswa merasa nyaman. Sebelum masuk ke materi peneliti menyampaikan tema bacaan.
2) Tahap membaca
   Siswa diberi ruang dan waktu yang cukup untuk membaca bahan yang disiapkan. Siswa membaca secara mandiri. Pada tahap ini siswa mulai internalisasi dan pengenalan karakter tokoh.
3) Tahap inkubasi
   Waktu inkubasi adalah jeda waktu yang diberikan oleh guru BK kepada siswa setelah selesai membaca. Siswa diberikan waktu untuk mencerna dan merenungkan isi bacaan.
4) Tahap diskusi
   Siswa diberi kesempatan untuk menceritakan pengalaman yang diperoleh dari isi bacaan, membandingkan dengan apa yang dialaminya, serta mengidentifikasi solusi-solusi alternatif masalah yang dialami. Siswa diajak mendiskusikan nilai-nilai atau keterampilan baru yang diperoleh dari isi bacaan.
5) Tahap evaluasi dan tindak lanjut

Evaluasi dilakukan untuk mengetahui sejauh mana pesan dari isi bacaan tersampaikan dan bagaimana perubahan sikap/pemahaman/ perilaku siswa setelah sesi berakhir. Penerapan biblioedukasi bermuatan falsafah hidup masyarakat Jawa dapat dilakukan beberapa sesi sesuai dengan aspek resiliensi yang akan dikembangkan.

PENUTUP

Pengembangan resiliensi individu merupakan salah satu cara untuk menjadikan individu berkembang secara optimal. Pengembangan resiliensi dapat dilakukan dengan menggunakan teknik biblioedukasi bermuatan falsafah hidup masyarakat Jawa. Banyak kisah tokoh masyarakat Jawa yang mengajarkan nilai-nilai falsafah Jawa seperti *sabar, rila, narima ing pandum, sregep, kuat, tabah, aja wedi kangelan* dan *Gusti ora sare* untuk motivasi kehidupan yang dapat digunakan sebagai media pengembangan resiliensi individu.

DAFTAR PUSTAKA

Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). Development of a new Resilience scale: The Connor-Davidson Resilience scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, *18*(2), 76–82. https://doi.org/10.1002/da.10113

Crump, C., Sundquist, J., Winkleby, M. A., & Sundquist, K. (2016). Low stress resilience in late adolescence and risk of hypertension in adulthood. *Heart*, *102*(7), 541–547. https://doi.org/10.1136/heartjnl-2015-308597

Dewinda, H. R., Fitria, L., & Wijaya, I. (2026). Pelaksanaan pelatihan resiliensi berbasis i am, i have dan i can sebagai upaya meningkatkan ketahanan siswa terhadap perilaku bullying di sekolah menengah ata. *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, *12*(1), 19–25. https://doi.org/10.29210/1202626485

Edmawati, M. D. (2021). Keefektifan Konseling Kelompok Berbasis Kearifan Lokal Tembang Macapat Sinom untuk Meningkatkan Resiliensi Generasi Z. *Counsellia: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, *11*(2), 143–156. https://doi.org/10.25273/counsellia.v11i2.9923

Erfort, B. T. (2019). *40 Teknik yang Harus Diketahui Setiap Konselor* (B. Erfort, Ed.). Pustaka Pelajar.

Faridah, Zulfikar, Yasser Mansyur, A., Zakaria Al Anshori, M., & Agung. (2025). Resiliensi: Menjaga Ketahanan Mental. *Jurnal Media Intelektual Muslim dan Bimbingan Rohani*, *11*(1), 14–33. http://journal.iaimsinjai.ac.id/indeks.php/mimbar

Laili, J., & Linsiya, R. W. (2024). Generation Z: Profile of Psychological Capital in Students. *Procedia of Social Sciences and Humanities*, 168–173. https://pssh.umsida.ac.id.

Muhawarman, A. (2026). *Alarm Kesehatan Mental Anak: CKG Temukan Ratusan Ribu Anak Bergejala Cemas dan Depresi*.

Munawaroh, E., & Sofyan, A. (2018). Keefektifan Biblioterapi untuk Meningkatkan Resiliensi Siswa Yatim Piatu Penghuni Panti Asuhan. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, *3*(4), 154–161. https://doi.org/10.17977/um001v3i42018p154

Ramadhani, A., & Nur, H. (2025). Peran Resiliensi Dalam Pengembangan Diri Remaja: Studi Literatur. *Jurnal Penelitian Ilmu-Ilmu Sosial*, *2*(9), 122–133. https://doi.org/10.5281/zenodo.15303271

Ruswahyuningsih, M. C., & Afiatin, T. (2015). Resiliensi pada Remaja Jawa. *JOURNAL OF PSYCHOLOGY*, *1*(2), 96–105.

Sakti, H., Kaloeti, D. V. S., & Sholikhah, A. N. H. (2025). Resilience as mediator of depression, anxiety, and stress among underprivileged university students. *Jurnal Psikologi*, *24*(1), 87–100. https://doi.org/10.14710/jp.24.1.87-100

Shastri, P. C. (2013). Resilience: Building immunity in psychiatry. *Indian Journal of Psychiatry*, *55*(3), 224–234. https://doi.org/10.4103/0019-5545.117134

Sholichan, M. (2016). Pengaruh Persepsi Remaja Tentang Konflik Antar Orang Tua Dan Resiliensi Terhadap Depresi Dan Kecemasan. *Humanitas*, *3*(1), 22.

Sugiyanto, S. (2025). Studi Literatur: Resiliensi Gen Z lebih rendah? *Tabularasa: Jurnal Ilmiah Magister Psikologi*, *7*(2), 98–105. https://doi.org/10.31289/tabularasa.v7i2.5630

Sya'ban, N., Mulyani, R. D., Astuti, A. D., Rahmawati, E., & Syarifah, A. (t.t.). *Proceedings Series of Educational Studies Proceeding of International Seminar Indonesia-Malaysia 2023 Konseling Berbasis Nilai-Nilai Luhur Budaya Jawa Untuk Meningkatkan Resiliensi Karir Mahasiswa*.

Sya'ban, N., Mulyani, R. D., Astuti, A. D., Rahmawati, E., & Syarifah, A. (2023). Konseling Berbasis Nilai-Nilai Luhur Budaya Jawa Untuk Meningkatkan Resiliensi Karir Mahasiswa. *Proceeding of International Seminar Indonesia-Malaysia 2023*, 86–94.

Tahamata, Marcel, V., & Veronika Sakti, D. (2019). *Pengaruh Pelatihan Resiliensi Terhadap Penurunan Negative Emotional States Pada Caregiver Orang Dengan Skizofrenia (ODS)*. Universitas Diponegoro.

Tasijawa, F. A., & Siagian, I. (2022). School-based Interventions to Improve Adolescent Resilience: A Scoping Review. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, *10*(F), 33–40. https://doi.org/10.3889/oamjms.2022.8063

Wahyudi, A., Setyowati, A., Partini, S., Universitas Ahmad Dahlan Kampus Jalan Ringroad Selatan, S. I., & Yogyakarta, K. (2020). Biblioterapi: Pengembangan Resiliensi Individu di Era Covid 19. *Prosiding Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling Mengukuhkan Eksistensi Peran BK Pasca Pandemi Covid-19 di Berbagai Setting Pendidika*.

Wang, J., Li, S., Hu, Y., Ren, L., Yang, R., Jiang, Y., Yu, M., Liu, Z., Wu, Y., Dong, Z., Zhang, C., Dong, W., & Yao, Y. (2023). The moderating role of psychological resilience in the relationship between falls, anxiety and depressive symptoms. *Journal of Affective Disorders*, *341*, 211–218. https://doi.org/10.1016/j.jad.2023.08.060

Wen, L., Yang, K., Chen, J., He, L., Xiu, M., & Qu, M. (2023). Associations between resilience and symptoms of depression and anxiety among adolescents: Examining the moderating effects of family environment. *Journal of Affective Disorders*, *340*, 703–710. https://doi.org/10.1016/j.jad.2023.08.063