

**MINDFULNESS IN RELATION TO THE MEANING OF LIFE OF JEMPARINGAN  
(MATARAMAN TRADITIONAL ARCHERY) IN THE PERSPECTIVE OF  
KAWRUH JIWA KI AGENG SURYOMENTARAM**

Ratnasari Putri Utami <sup>1</sup>  
Koentjoro<sup>2</sup>

Universitas Gadjah Mada

**Abstract**

This study is about *jemparingan*. *Jemparingan* or Mataraman style traditional archery is one of traditional activities, centered in Keraton Kesultanan (Yogyakarta Royal Palace) and Pakualaman, Indonesia. The aim of this research was to discuss the perspective of Kawruh Jiwa Ki Ageng Suryomentaram (KAS) on 'mindfulness as the synergy between the philosophy of *jemparingan* and how the players of *jemparingan* valuing their life through the philosophy'. Kawruh Jiwa of KAS is closely related to Javanese traditional values. It emphasizes on understanding important things that often determines people's ability to know and recognize their self/soul. Therefore Kawruh Jiwa was chosen to be the perspective of analysing mindfulness of *Jemparingan* players.

This study used qualitative pheno-ethnography based on two reasons. First, the phenomenological approach as a method of research focuses on the processes and interactive events through the individual experience. Second, ethnography approach as the extensive study towards natural behaviour in specific culture or certain social group enable this study to analyse individual experience in order to reveal the behaviour pattern. Two main participants involved in this research are *jemparingan* players and located in Yogyakarta, Indonesia. Data collection was done through observation and interviews.

The results found that the philosophy of *jemparingan* has value that can be used by *jemparingan* players to give the meaning of their life. Unfortunately, not all of *jemparingan* players are aware about the philosophy of *jemparingan*. If the players aware about the philosophy, they will be able to find the meaning of life. Eventually, there are two choices for *jemparingan* players. They use mindfulness to do *jemparingan* or through *jemparingan* they found mindfulness.

Keywords: mindfulness, meaning of life, *jemparingan*, kawruh jiwa Ki Ageng Suryomentaram

---

<sup>1</sup> Graduate student of Faculty of Psychology, Universitas Gadjah Mada; [ratnasari.putri@gmail.com](mailto:ratnasari.putri@gmail.com)

<sup>2</sup> Professor at Faculty of Psychology, Universitas Gadjah Mada.



**MINDFULNESS DALAM PEMAKNAAN HIDUP PELAKU JEMPARINGAN  
(PANAHAN TRADISIONAL GAYA MATARAMAN) MENGUNAKAN PERSPEKTIF  
KAWRUH JIWA KI AGENG SURYOMENTARAM**

Ratnasari Putri Utami<sup>1</sup>  
Koentjoro<sup>2</sup>

Universitas Gadjah Mada

**Intisari**

Tujuan penelitian ini adalah untuk membahas perspektif kawruh jiwa Ki Ageng Suryomentaram terhadap peran *mindfulness* dalam sinergi antara nilai-nilai filosofi *jemparingan* dan pemaknaan hidup pelaku *jemparingan*. *Mindfulness* adalah kemampuan individu dalam memberikan perhatian dan menyadari apa yang sedang terjadi saat ini tanpa bersikap reaktif terhadap keadaan tersebut. Di sisi lain, *jemparingan* tidak dapat dilepaskan dari kata *manah* yang dalam bahasa Jawa berarti “hati” atau “rasa” yang dalam kenyataannya hampir identik dengan “pikir”. Itu artinya, pelaku *jemparingan* membutuhkan *mindfulness* dalam melakukan aktivitas *jemparingan*.

Kawruh Jiwa Ki Ageng Suryomentaram digunakan sebagai dasar kajian ini karena ajaran tersebut sangat dekat dengan kehidupan tradisional masyarakat Yogyakarta. Selain itu, ajaran Kawruh Jiwa Ki Ageng Suryomentaram juga mengajarkan bagaimana mencapai *mindfulness* tanpa meditasi yaitu melalui olah rasa dan mawas diri. Kesamaan antara ajaran Kawruh Jiwa Ki Ageng Suryomentaram dan *jemparingan* terdapat dalam proses olah rasa. Jika olah rasa dalam ajaran kawruh jiwa Ki Ageng Suryomentaram didapat melalui proses menjalani hidup, maka proses olah rasa dalam *jemparingan* didapat melalui aktifitas seseorang mendalami *jemparingan* beserta filosofinya.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif feno-etnografi karena didasari dua alasan. *Pertama*, pendekatan fenomenologi sebagai sebuah metode penelitian berfokus pada proses dan peristiwa interaktif melalui keterbukaan terhadap pengalaman individu, dapat membantu peneliti mengungkapkan makna, keistimewaan, esensi dari suatu pengalaman atau peristiwa yang dialami pelaku *jemparingan* dalam memaknai hidupnya melalui aktivitas *jemparingan* yang dilakoninya. *Kedua*, pendekatan etnografi yang merupakan kajian mendalam terhadap perilaku alami di suatu budaya atau kelompok sosial tertentu, dilakukan dengan menganalisis setiap aspek dan pengalaman hidup individu untuk menemukan pola-pola perilaku. Dua partisipan utama yang terlibat dalam penelitian ini adalah pelaku *jemparingan* yang berdomisili di Yogyakarta, dengan pengumpulan data yang diperoleh melalui metode observasi dan wawancara.

Hasil penelitian ini menyimpulkan bahwa berbagai simbol *jemparingan* mulai dari posisi duduk hingga melepas anak panah memiliki makna yang dapat digunakan para pelaku *jemparingan* untuk memaknai hidupnya. Sayangnya tidak semua pelaku *jemparingan* menyadari makna tersebut. Jika beragam makna tersebut disadari, maka pelaku *jemparingan* akan terbantu dalam memaknai hidupnya. Pada akhirnya, hanya ada dua pilihan bagi para pelaku *jemparingan*. Pelaku *jemparingan* secara *mindfulness* melakukan aktivitas *jemparingan* atau melalui *jemparingan*, para pelaku dapat menemukan *mindfulness*.

Kata kunci : *mindfulness*, pemaknaan hidup, *jemparingan*, kawruh jiwa Ki Ageng Suryomentaram

<sup>1</sup> Mahasiswa Magister Psikologi, Fakultas Psikologi UGM

<sup>2</sup> Pengajar Fakultas Psikologi UGM