

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
GLOSSARY.....	xiii
Intisari	xv
Abstract	xvi
 BAB I. PENDAHULUAN	 1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Penelitian.....	14
C. Tujuan Penelitian	15
D. Manfaat Penelitian	15
E. Perbedaan dengan Penelitian Sebelumnya.....	16
 BAB II. TINJAUAN PUSTAKA	 18
A. <i>Mindfulness</i>	18
B. Makna Hidup.....	20
1. Pengertian Hidup.....	20
2. Pengertian Makna Hidup.....	21
3. Karakteristik Makna Hidup	24
4. Sumber Makna Hidup.....	25
5. Ciri Orang Memiliki Makna Hidup	25
C. Ki Ageng Suryomentaram.....	26
D. Kawruh Jiwa.....	28
1. Pengertian Kawruh Jiwa.....	28
2. Konsep Manusia dan Pembentukannya	29

3. Konsep Rasa Manusia	40
4. Kawruh Jiwa Dalam Melihat dan Menilai Diri	41
E. <i>Jemparingan</i>	43
1. Arti kata Manah	44
2. Sejarah Panahan.....	45
3. Panahan di Indonesia.....	50
4. <i>Jemparingan</i> Mataraman	53
5. Ronde Panahan	57
6. Falsafah <i>Jemparingan</i> : <i>Jemparingan</i> dan makna hidup berdasarkan perspektif Kawruh Jiwa Ki Ageng Suryomentaram	59
7. Hubungan <i>mindfulness</i> , Kawruh Jiwa Ki Ageng Suryomentaram, dan filosofi <i>jemparingan</i>	66
F. Rangkuman dan Pertanyaan Penelitian	67
 BAB III. METODE PENELITIAN.....	69
A. Rancangan Penelitian.....	69
B. Lokasi dan Waktu Penelitian	72
C. Sumber Data	72
D. Peran Peneliti	76
E. Cara Pengumpulan Data	77
F. Prosedur Analisis dan Interpretasi Data	82
G. Kredibilitas	83
H. Etika Penelitian	87
 BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	89
A. Persiapan Penelitian.....	89
B. Pelaksanaan Penelitian.....	90
C. Hasil Penelitian.....	91
1. Profil kehidupan Subjek dan informan.....	92
2. Dinamika pengalaman Subjek 1 terhadap pemaknaan <i>jemparingan</i>	103
a) Motivasi mengikuti <i>jemparingan</i>	103
b) Konsep dalam <i>jemparingan</i>	104
c) Penerapan pemaknaan <i>jemparingan</i> dalam kehidupan sehari-hari....	123

3. Dinamika pengalaman Subjek 2 terhadap pemaknaan <i>jemparingan</i>	147
a) Motivasi mengikuti <i>jemparingan</i>	147
b) Prinsip dalam <i>jemparingan</i>	149
c) Penerapan pemaknaan <i>jemparingan</i> dalam kehidupan sehari-hari....	156
D. Pembahasan Hasil Penelitian.....	173
1. <i>Jemparingan</i> , Kawruh jiwa Ki Ageng Suryomentaram, <i>Mindfulness</i>	173
a) Filosofi <i>jemparingan</i> , mensinkronkan <i>cipta</i> , <i>roso</i> , dan <i>karso</i>	175
b) Olah rasa dalam <i>jemparingan</i> dan kawruh jiwa KAS	176
c) <i>Mindfulness</i> di dalam filosofi <i>jemparingan</i>	180
2. Pemahaman pelaku <i>jemparingan</i> terhadap nilai-nilai filosofi <i>jemparingan</i>	188
3. Memahami pengaruh nilai-nilai filosofi <i>jemparingan</i> terhadap Proses pemaknaan hidup melalui <i>mindfulness</i> dalam kawruh jiwa Ki Ageng Suryomentaram.....	194
a) Mawas diri, mengawasi diri dengan interoaksi diri	198
b) Meditasi <i>jemparingan</i>	206
E. Keterbatasan Penelitian.....	210
 BAB V. PENUTUPAN.....	212
A. Kesimpulan.....	212
B. Saran.....	214
 DAFTAR PUSTAKA	215