

# PANCASILA AS THE IDEOLOGY OF HAPPINESS CULTIVATES BEHAVIORAL COMPETENCIES

Disampaikan pada Rapat Pengampuan Semester Genap  
Tahun Akademik 2023/2024  
12 Februari 2024  
di Telkom University

**Prof. Dr. Dasim Budimansyah, S.Pd., M.Si.**  
Profesor dalam bidang Sosiologi Kewarganegaraan  
Universitas Pendidikan Indonesia  
2024





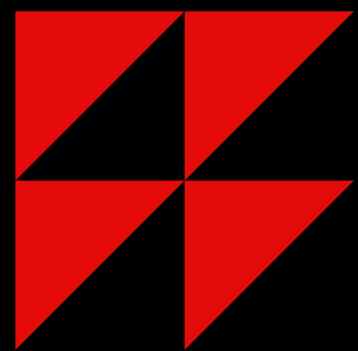
# Apa itu Ideology?

An ideology is a set of beliefs, values, ideas, and principles that form the basis of a socio-political system, organization, or movement. It often provides a framework for understanding the world, guiding actions, and making decisions. Ideologies can encompass various aspects such as political, economic, social, cultural, or religious beliefs, and they typically shape individuals' and groups' perspectives on issues and influence their behaviors and choices ([John Locke, 1689](#)).

# Pancasila

---

Untuk apa mempelajari Pancasila?  
Mengapa Pancasila itu penting?

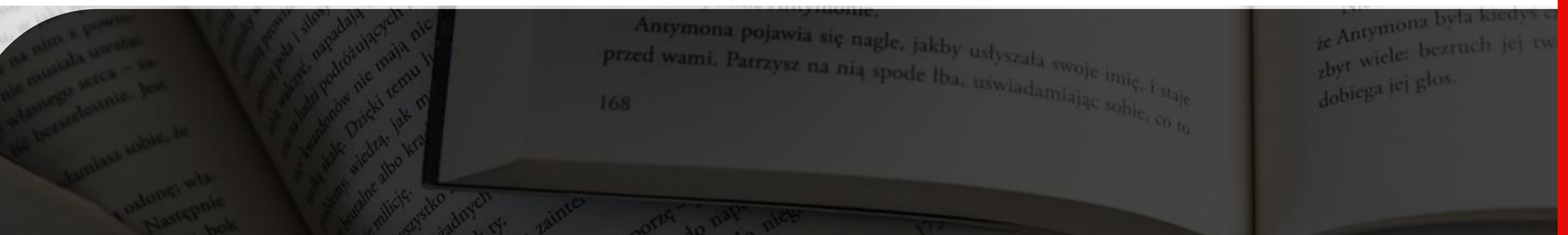


BHINNEKA TUNGGAL IHA

# Harus mengembangkan perspektif baru cara kita memandang Pancasila

Bukan hanya sebagai “legal formal” [menjadi kepentingan negara]

Tetapi juga merupakan bagian dari pergulatan hidup (*historical self invention*) kita



# Apa konsekuensinya jika Pancasila menjadi kepentingan negara?

Negara yang baik itu merupakan fungsi dari:

- Kesanggupannya untuk mengembangkan “self-development”
- Dipadukan dengan “social wellbeing”



## Jika Pancasila berkaitan dengan diri kita (*every day life*)?

Pertanyaan lanjutnya kita hidup itu untuk apa?

---

“

Motif terdasar dari seluruh tindakan manusia adalah *pursuit of happiness* atau meraih kebahagiaan [William James, 1890].

# What do we want?

Para pendiri bangsa pada sidang-sidang BPUPK/PPKI saling bertanya: **Kita membentuk negara itu maunya apa?**

Sejak tahun 20/30-an Bung Hatta sering mengatakan dan ini mewakili aspirasi semua orang: **Aku ingin membangun negara dimana semua orang merasa bahagia di dalamnya.**



# Kata-kata “bahagia” merembes dalam dokumen sejarah

## **1** Pembukaan UUD 1945 Alinea Kedua

Dan perjuangan pergerakan kemerdekaan Indonesia telah sampailah pada saat yang berbahagia, dengan selamat sentausa menghantarkan bangsa Indonesia....

## **2** Lagu Kebangsaan Indonesia Raya

Dibentangkan dalam Lagu Kebangsaan Indonesia Raya dalam versi 3 Stanza.

Stanza 1: berseru → Indonesia Bersatu  
Stanza 2: mendoa → Indonesia Bahagia.  
Stanza 3: berjanji → Indonesia Abadi

**Dicapai dengan cara mengusung visi & misi negara**



# Kebahagiaan itu apa?

Kebahagiaan tidak identik dengan kesenangan

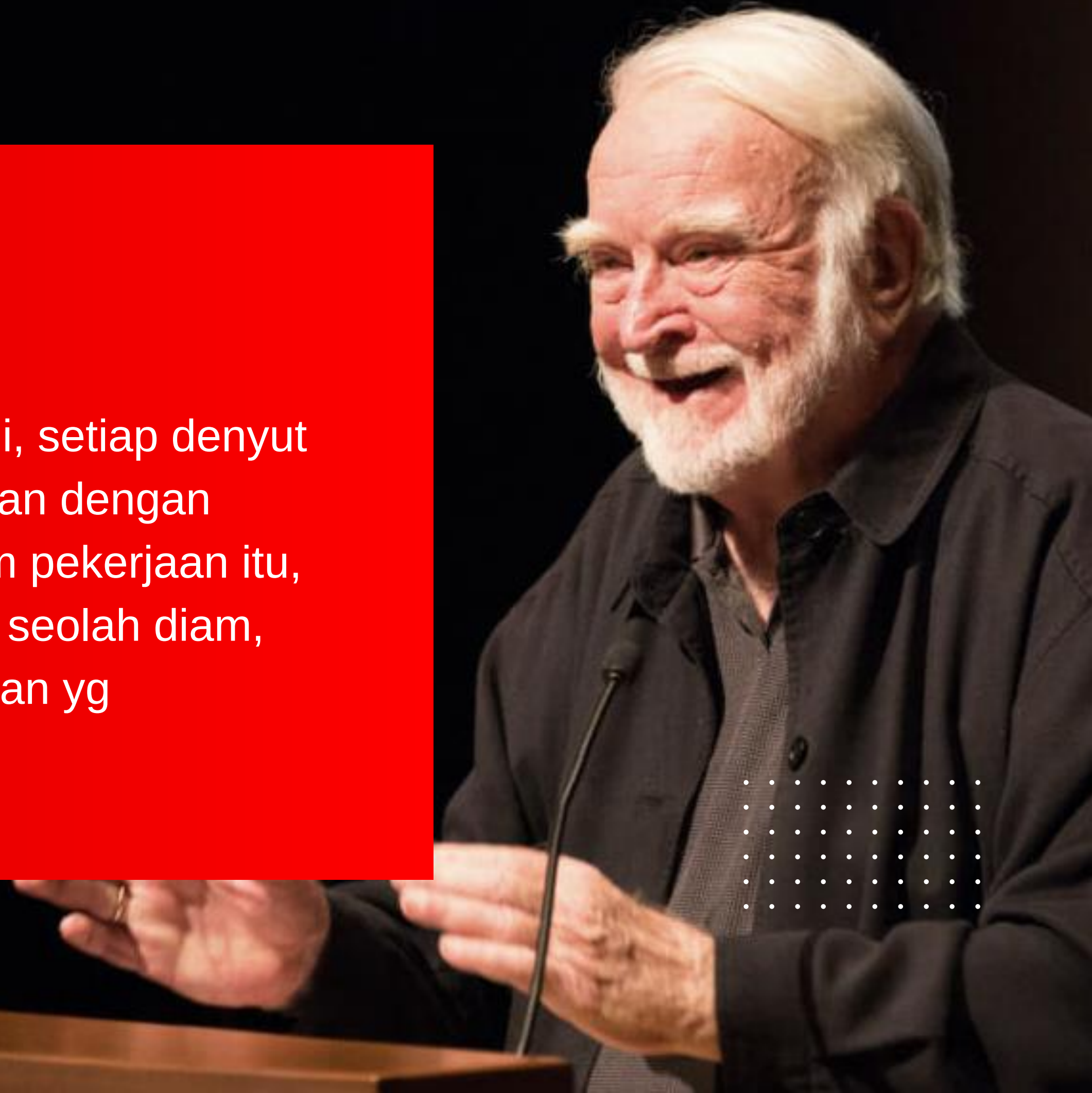
**Mihaly Csikszentmihalyi:** situasi bahagia itu di mana seseorang Meraih makna tertinggi dengan jalan “flow”.

- Aku mengenali diriku,
- Aku menyatu dengan lingkunganku,
- Aku mengenali tujuan moral hidupku,
- Dan di sanalah aku menjadi bermakna (*meaningfull*).

# Flow

## Mihaly Csikszentmihalyi:

Aku hadir mengalir di dalam detik ini, setiap denyut nafas kita itu kita nikmati, kita rayakan dengan kerja-kerja produktif; aku larut dalam pekerjaan itu, sehingga dunia semesta dan waktu seolah diam, sunyi, dan kita foKus dalam pekerjaan yg membawa hidup bermakna.





# Meaning

Meaning juga terjadi ketika kebaikan pribadi/keistimewaan pribadi itu tidak membentuk Chaos bagi kehidupan, tetapi membangun Cosmos, harmoni bagi kehidupan [“Manunggaling Kawulo Gusti” (dalam budaya Jawa)].

Aku menyatu dengan semesta → lingkungan → sosial → yang transenden [jalan-jalan Spiritual].

# Jalan-jalan Spiritual

Ketika *the self* terhubung dengan sesuatu yang lebih besar/lebih tinggi/ → aku terhubung dengan yg transenden → aku terhubung dengan semester manusia → aku terhubung dengan alam semesta.

Jadi, orang yg mengenal dirinya dan tahu tujuan moral dirinya, dalam melakukan penyatuan dengan semesta, maka terbentuklah makna hidup.

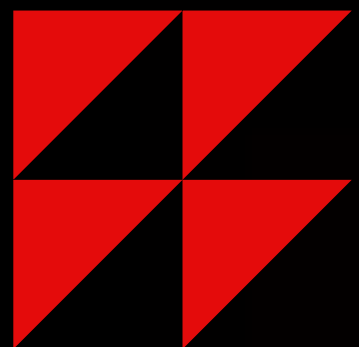
# Terjebak dalam pleasure

---

Banyak orang terkenal melakukan “bunuh diri”.

Why?

Terjebak dalam pleasure, tetapi empty, tidak punya meaning



# Bagaimana kebahagiaan itu dicapai?

Kebahagiaan itu merupakan fungsi dari keutuhan kemanusiaan, dalam arti harus menempuh jalan  
→ ETOS → ETIS.

Kata STOIC kita tidak mungkin menggapai kebahagiaan tanpa ETOS+ETIS → inilah yg disebut Ahlak

Ahlak itu komponennya dua (Etos+Etis): ETOS → suatu dimensi rohani untuk mengaktualisasikan potensi diri sampai ufuk terjauh.

ETIS → semacam iluminasi lentera yg membimbing proses pencapaian itu tetap.



# Dwi Tunggal Manusia

Sebagai makhluk jasmani sekaligus makhluk rohani:

Makhluk jasmani → manusia punya daging: oleh karena itu memerlukan pangan, sandang, dan pangan → prasyarat material untuk meraih kebahagiaan.

The Spirit Level (Kate Pickett & Richard Wilkinson):

- US\$25.000
- Setelah di atas US\$25.000 index kebahagiaan tidak terpengaruh oleh Akumulasi materi.

Lantas apa yg berpengaruh?

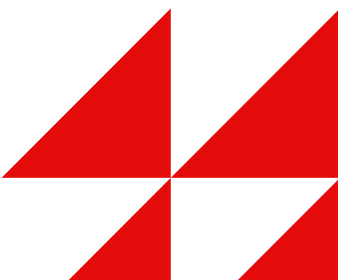
Manusia harus memenuhi kebutuhan rohani, spiritualitas, olah jiwa, olah rasa [di sinilah urgensinya Pancasila menjadi Karakter Bangsa Indonesia]

# P-E-R-M-A

## Pendekatan untuk mewujudkan kebahagiaan Martin Seligman (Ahli Positive Psychology)

### Formula: P-E-R-M-A

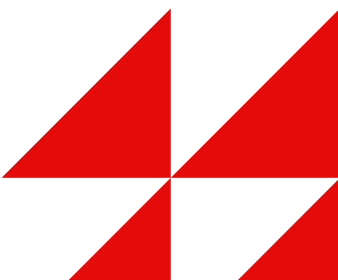
- P : Positive Emotion
- E : Enggagement
- R : Relation
- M: Meaning
- A : Achievemen





## 1. P - POSITIVE EMOTION Sila Pertama Pancasila

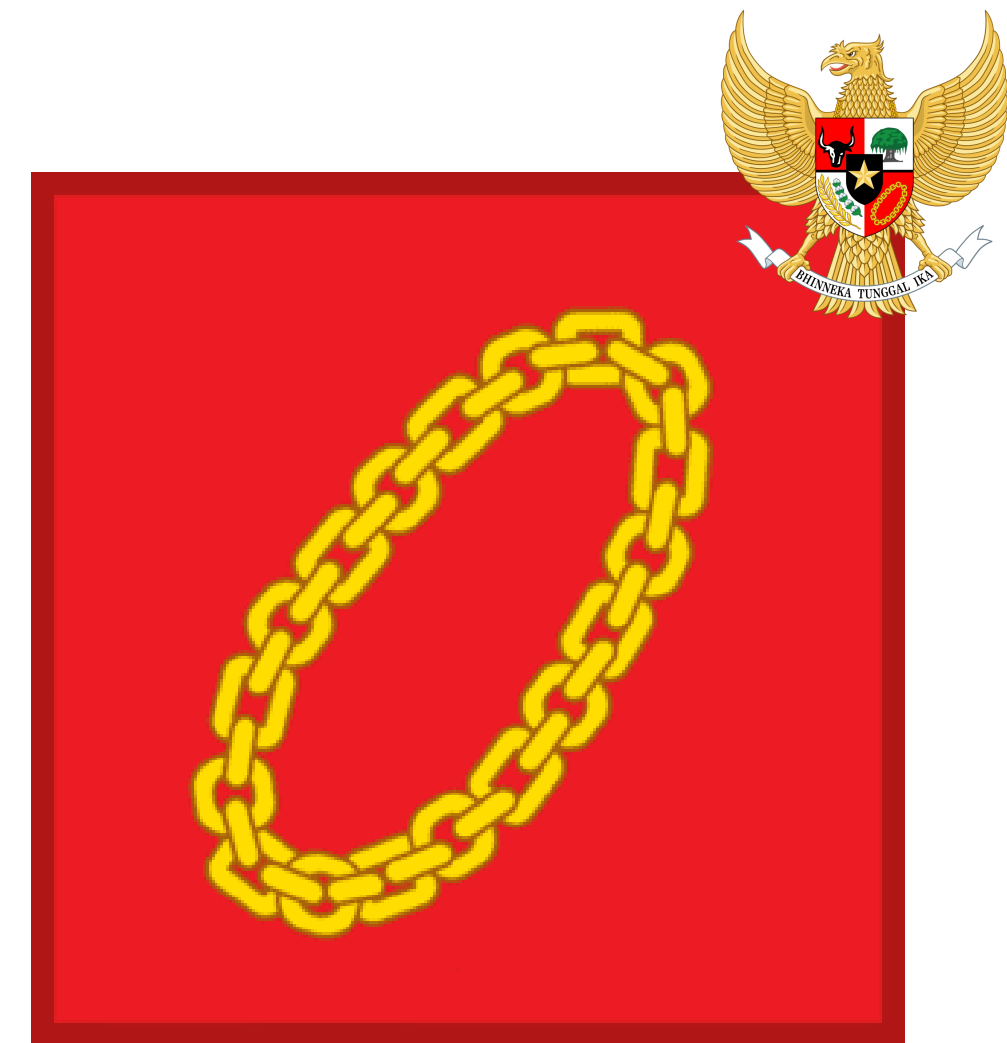
- **Ketuhanan...** bagaimana cara kita menumbuhkan keyakinan yg positif. [Aku tergantung pada prasangka hambaku: Hadist Qudsi]
- Keyakinan untuk memancarkan energi baik akan melahirkan efek “Placebo”.
- Dalam Bahasa agama: energi positif itu berkah, energi negatif itu laknat.
- Dalam bhs Indonesia iman itu “percaya” (berasal dari kata bercahaya)
- Jadi orang beriman itu punya optimisme, tidak melulu menggunakan perhitungan di atas kertas



## 2. E - ENGAGEMENT

### Sila Kedua Pancasila

- Orang itu harus dilibatkan dlm aktivitas, tidak malas gerak
- Riset-riset membuktikan siswa-siswa yg banyak bergerak lebih “smart” & happy
- Playfull: imajinasinya berkembang, empatinya berkembang, lebih toleran, dan akhirnya intelegnsianya berkembang
- Enggagement (kemanusiaan) itu memerlukan “care” dan “liberty”



## 3. R - RELATIONSHIP

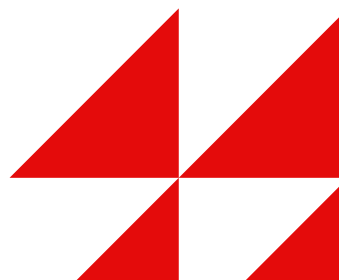
### Sila Ketiga Pancasila

Kenapa relation ini penting karena manusia itu makhluk yg paradoks:

1. Sebagai makhluk sosial manusia suka bergaul, bersahabat, berempati.
2. Tetapi kesukaannya itu diarahkan kepada orang yang memiliki kesamaan [kesamaan warna kulit, agama, suku, dll]. Kepada org yang berbeda manusia cenderung mengembangkan prasangka & Xenophobia.

Dalam kehidupan Indonesia yang majemuk hal ini akan berbahaya, maka caranya bagaimana?

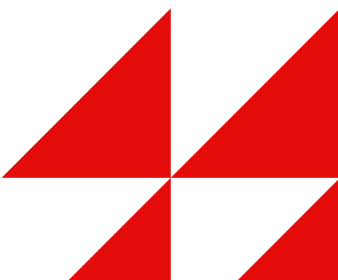
- Riset Gordon Allport di Afrika Selatan: menemukan konsep konektivitas dan inklusivitas (Relationship)



## 4. M - MEANING

### Sila Keempat Pancasila

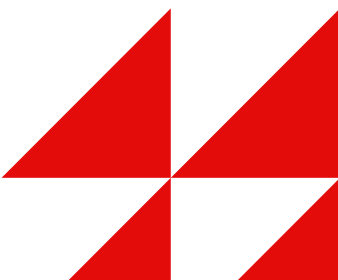
- Terjadi jika kita “*larger than ourself*” (lebih besar dari diri kita sendiri)
- Manusia merasa lebih bermakna jika dpat melayani banyak orang
- Tidak asal menang (win loss)
- Kasus “*Golden shake*” di Bali



## 5. A - ACHIEVEMENT

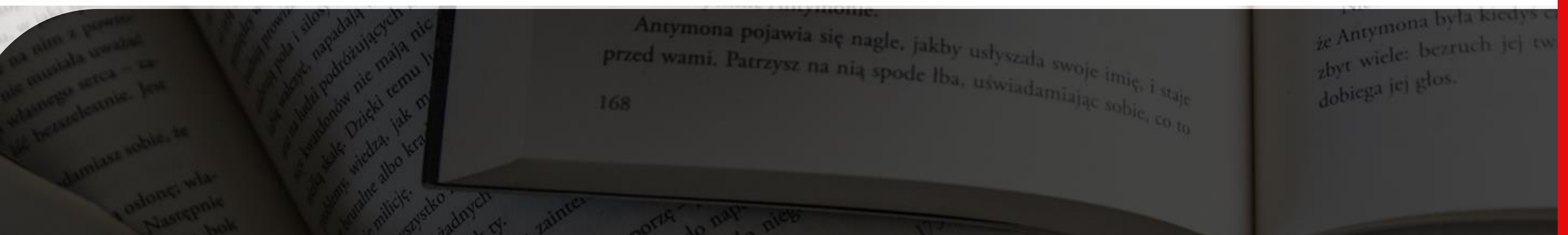
### Sila Kelima Pancasila

- Seseorang/komunitas itu akan merasa bahagia kalau banyak pencapaiannya.
- Jika seseorang/kelompok/negara yg kurang pencapaian lebih banyak mengarahkan energinya unt saling bermusuhan [senang sesamanya susah, dan susah sesamanya senang], karena kurang kebanggaan.
- Pencapaian tertinggi dalam kebahagiaan: **mencapai kesejahteraan umum.**



# Simpulan 1

- Motif terdasar dari semua tindakan manusia adalah meraih kebahagiaan.
- Bahagia itu tidak identik dengan kesengan.
- Bahagia itu manakala dapat meraih makna tertinggi dengan jalan Etos & Etis.



## Simpulan 2

Pendekatan untuk mewujudkan kebahagiaan sbb:

1. Positive Emotion, yang pada hakikatnya merupakan pengamalan sila 1 Pancasila: Ketuhanan Yang Maha Esa.
2. Engagement, yang pada hakikatnya merupakan pengamalan sila 2 Pancasila: Kemanusiaan yang adil dan beradab.
3. Relation, yang pada hakikatnya merupakan pengamalan sila 3 Pancasila: Persatuan Indonesia.
4. Meaning, yang pada hakikatnya merupakan pengamalan sila 4 Pancasila: Kerakyatan yang dipimpin oleh hikmat kebijaksanaan dalam permasyawaratan/perwakilan.
5. Achievement, yang pada hakikatnya merupakan pengamalan sila 5 Pancasila: Keadilan Sosial bagi seluruh rakyat Indonesia.

# Simpulan 3

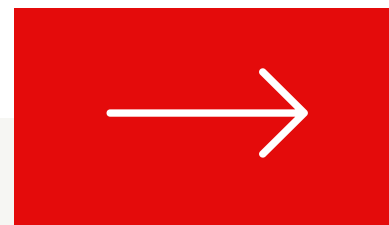
Kelima pendekatan tersebut; memiliki emosi positif; terlibat dalam berbagai aktivitas; suka bergaul/bersahabat/empatik; memiliki makna hidup; dan mampu menorehkan prestasi dalam hidup merupakan behavioral competencies penting sebagai pengamalan nilai-nilai Pancasila.





# PANCASILA AS THE IDEOLOGY OF HAPPINESS CULTIVATES BEHAVIORAL COMPETENCIES

Disampaikan pada Rapat Pengampuan Semester Genap  
Tahun Akademik 2023/2024  
12 Februari 2024  
di Telkom University



**Prof. Dr. Dasim Budimansyah, S.Pd., M.Si.**  
Profesor dalam bidang Sosiologi Kewarganegaraan  
Universitas Pendidikan Indonesia  
2024

