

Menaklukkan Rasa Takut (*Fear*) Dalam Membangun Karakter Anak Didik

Dr. N.K. Dewi Yulianti, S.S., M.Hum.

Abstrak

Tulisan ini dimaksudkan untuk melatih diri dalam mengendalikan rasa takut yang merupakan kendala dalam proses pendidikan baik bagi anak didik maupun pendidik. Rasa takut yang sering datang umumnya terjadi karena ketidakmampuan pikiran mengendalikan keakuan palsu atau *false ego* di dalam diri sehingga pikiran terperangkap dalam rasa takut.

Tulisan ini membahas dua hal signifikan dalam upaya menaklukkan rasa takut dalam diri, yaitu (1) Bagaimanakah rasa takut yang menjadi musuh dalam diri dan (2) Bagaimana cara menaklukkan rasa takut dalam diri untuk keberhasilan pendidikan karakter. Analisis kedua topik ini dilakukan melalui studi pustaka (*library research*) dan merupakan penelitian empiris penulis.

1. PENDAHULUAN

Rasa takut adalah perasaan yang wajar dialami oleh setiap jiwa yang hidup di jaman sekarang ini. Rasa takut merupakan musuh yang bertengger di dalam pikiran setiap jiwa. Berbicara tentang rasa takut dalam proses pendidikan, banyak kasus yang melibatkan rasa takut terjadi, seperti kegagalan menyelesaikan studinya dikarenakan rasa takut yang tidak dapat dikuasai sehingga mereka memilih untuk menyerah dengan meninggalkan sumber dari rasa takut tersebut.

Memang tidaklah mudah menaklukkan rasa takut yang muncul di pikiran, walau ada juga pendidik yang juga memiliki rasa takut seperti takut tidak bias menjawab pertanyaan atau mungkin rasa takut tidak mampu mengendalikan diri ketika muncul masalah dalam proses pembelajaran. Tidak ada masalah yang tidak bias diselesaikan jika hati dilatih untuk mencapai

keinsafan diri sehingga baik maupun pendidik bias menaklukkan ego yang menyebabkan rasa takut tersebut muncul.

Mengingat pendidik memegang peranan yang lebih tinggi dalam proses pembelajaran, maka upaya untuk menaklukkan rasa takut hendaknya lebih menjadi tugas pendidik dalam memotivasi sehingga keberhasilan pendidikan terutama pendidikan karakter dapat dicapai dengan baik. Pendidik dapat mengajarkan pada tentang konsep *material problem with spiritual solution*, yang artinya adalah seberat apapun masalah yang ada, dengan kembali ke sumber kehidupan yaitu Tuhan sendiri, maka hati akan menjadi dipenuhi *compassion* atau belas kasihan untuk menyelesaikan masalah dengan baik tanpa rasa takut.

Dua hal signifikan dalam upaya menaklukkan rasa takut dalam diri dibahas dalam tulisan ini, yaitu (1) Bagaimanakah rasa takut yang menjadi musuh dalam diri dan (2) Bagaimana cara menaklukkan rasa takut dalam diri untuk keberhasilan pendidikan karakter.

2.PEMBAHASAN

Berdasarkan penjelasan pada bagian Pendahuluan di atas, kedua topik pembahasan dapat dijelaskan sebagai berikut.

A.Rasa Takut (*Fear*) adalah Musuh dalam Diri

Setiap orang yang berada di dunia material akan mengalami rasa takut karena mereka semua berada di bawah pengaruh dualitas material (senang-sedih, suka-duka, berani-takut). Dan dualitas material ini disebabkan oleh tiga sifat alam material (satvam, rajas dan tamas). Semua yang ada di dunia material ini berada di bawah kendali tiga sifat alam material ini.

Mengapa seseorang harus mengalami rasa takut dan bagaimana orang bisa keluar dari rasa takut. Munculnya rasa takut adalah akibat dari keadaan pikiran seseorang, dimana pada saat pikiran itu berada di bawah kendali keakuan palsu, pikiran disebut dalam keadaan terikat (*conditioned state*), dalam keadaan terikat tersebut pikiran selalu disibukkan oleh objek-objek kenikmatan material yang mana pikiran tersebut selalu mengembara dari satu objek ke objek material yang lainnya. Dengan keterikatan dengan objek-objek material pikiran menjadi mabuk

oleh pengaruh kenikmatan dunia material dan tidak mau terlepas oleh keadaan tersebut sehingga muncul rasa takut di dalam diri setiap orang, seperti rasa takut kehilangan, rasa takut tidak dihormati, rasa takut mati dan rasa takut lainnya

Ada sebuah kisah tentang seseorang yang baru saja membeli mobil mahal dan mewah, dia selalu merawat mobilnya dengan baik supaya mobilnya dalam keadaan bersih, semakin lama dia semakin terikat dengan mobil tersebut. Suatu hari dia membawa mobil kesayangannya tersebut berkunjung ke rumah temennya dan diparkir di tepi jalan. Selama ada dalam rumah temannya dia selalu sempat ke luar untuk melihat mobilnya, dan pada saat itu dia melihat anak kecil yang membawa pisau mendekati mobilnya, hatinya sudah dihantui oleh rasa takut karena dia tidak ingin mobilnya akan tergores oleh anak kecil yang sedang membawa pisau tersebut. Begitulah rasa takut tersebut muncul akibat keterikatan seseorang akan objek kepuasan material sehingga mempengaruhi mentalnya dan dia merasa tertekan, sehingga seseorang menjadi stress.

Pada saat pikiran seseorang sepenuhnya dikendalikan oleh keakuan palsu kecerdasan yang ada dalam pikiran menjadi tertutupi dan tidak berfungsi dan dengan demikian sepenuhnya mereka bertindak di bawah pengaruh ilusi material. Pada saat pikiran tersebut di bawah pengaruh ilusi material mereka berpikir bahwa dirinya adalah pemilik dan penikmat dunia material ini. Jeratan pengaruh sifat alam material ini sudah semakin keras dan sangat sulit untuk bisa dilepaskan. Dengan keadaan tersebut menyebabkan seseorang semakin menyimpang dari tujuan hidup yang sesungguhnya yaitu berada dalam kesadaran Tuhan.

Karena semakin lama seseorang melupakan tujuan hidup yang sesungguhnya akhirnya mereka menjadi tenggelam dalam samudra dosa yang sangat luas, dan ini juga akan menciptakan rasa takut dalam tahap berikutnya. Karena penyimpangan hidup yang sudah terlalu jauh seseorang menjadi khawatir tentang masa yang akan datang. Orang yang sadar akan Tuhan tidak pernah takut, karena dia pasti akan pulang, kembali ke angkasa rohani,

kembali kepada Tuhan Yang Maha Esa. Karena itu, masa depan orang yang sadar akan Tuhan cerah sekali. Akan tetapi, orang lain yang tidak mengetahui bagaimana masa depannya, mereka tidak mempunyai pengetahuan tentang penjelmaannya yang akan datang. Karena itu mereka selalu cemas. Kalau kita ingin bebas dari rasa takut dan kecemasan, maka cara terbaik adalah mengerti tentang Tuhan dan selalu mantap dalam kesadaran Tuhan. Hal ini dapat dilakukan dengan sembahyang, meditasi dan berjapa untuk selalu melantunkan nama suci Tuhan.

Rasa takut disebabkan oleh keterikatan dengan energi yang menyebabkan khayalan atau ilusi. Tetapi orang yang bebas dari tenaga yang menyebabkan khayalan, orang yang yakin bahwa dirinya bukan badan jasmani, yaitu bahwa dirinya adalah bagian rohani dari kepribadian Tuhan Yang Maha Esa dan menekuni bhakti rohani kepada Tuhan karena alasan itu, tidak perlu takut dalam hal apapun. Rasa takut tersebut adalah keadaan orang yang tidak sadar akan Tuhan. *Abhayam*, kebebasan dari rasa takut, hanya dimungkinkan bagi orang yang sadar akan Tuhan (Prabhupada, 2006:506).

Orang yang sadar akan Tuhan adalah orang yang sudah disucikan oleh kecerdasannya, ia menjaga dirinya dalam sifat kebaikan. Dengan demikian ia mengendalikan pikirannya selalu khusuk bersemadi. Dia tidak terikat akan objek-objek kepuasan indria-indria, dan dia bebas dari ikatan dan rasa benci. Ia tidak mempunyai keakuan palsu sebab dia tidak menganggap badan sebagai dirinya. Dia puas dengan segala sesuatu yang diberikan kepadanya atas karunia Tuhan, dan tidak pernah marah bila kepuasan indria tidak ada. Bila seseorang bebas dari paham hidup material, ia menjadi damai dan tidak dapat digoyahkan. Orang yang tidak digoyahkan oleh arus keinginan yang mengalir senantiasa yang bagaikan sungai masuk ke dalam lautan, yang senantiasa diisi namun selalu tenang, hanya dia sendiri yang dapat mencapai kedamaian, bukanlah orang yang berusaha memuaskan keinginan (Prabhupada, 2006:157).



Gambar 1. Jiwa yang dibingungkan oleh tiga sifat alam material (*sattvam, rajas, tamas*) di bawah pengaruh keakuan palsu berpikir bahwa dirinya adalah pelaku setiap kegiatan, padahal ia dikendalikan oleh tiga sifat alam material (Prabhupada, 2006:173).

B. Menaklukkan Rasa Takut dalam Diri untuk Keberhasilan Pendidikan Karakter

Pendidikan karakter sedang digalakkan oleh pemerintah saat ini. Undang-undang No. 20 tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional . pada pasal 3 menyatakan bahwa pendidikan nasional berfungsi untuk mengembangkan kemampuan dan membentuk karakter serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa. Pendidikan nasional bertujuan mengembangkan potensi anak didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berahlak mulia, sehat berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab.

Berdasarkan fungsi dan tujuan pendidikan nasional, jelaslah bahwa pendidikan di setiap jenjang harus diselenggarakan secara sistematis guna mencapai tujuan tersebut.

Penyelenggaraan sistem pendidikan ini merupakan upaya perubahan terencana untuk meningkatkan sumber daya manusia serta dapat membuka pengetahuan, kesadaran, dan pemahaman mengenai diri maupun lingkungan disekitarnya, sehingga bermanfaat dalam melakukan perubahan yang lebih baik. Untuk mencapai tujuan pendidikan nasional seseorang harus berada dalam sifat kebaikan (satvam guna), baik itu sebagai anak didik maupun pendidiknya karena dalam sifat kebaikan seseorang harus mengikuti prinsip-prinsip aturan yang diberikan oleh kitab suci, seperti pelaksanaan empat tiang dharma yaitu satya (kejujuran), daya (kasih sayang), tapa (pertapaan) dan saucam (kesucian). Hanya dengan pelaksanaan prinsip-prinsip dharma ini saja seseorang baru bisa terangkat menuju dalam keinsafan diri.



Gambar 2. Jiwa yang tertindas akan mengalami rasa takut, namun dengan perbuatan baik yang pernah dilakukan dan memohon pertolongan Tuhan, Tuhan pasti akan menolong sehingga rasa takut dapat ditaklukkan (Prabhupada, 1993:427).

Keinsafan diri artinya kita menyadari bahwa kita bukanlah badan material ini, kita adalah jiwa (*sprit soul*) dan jiwa adalah bagian dan percikan dari Tuhan Yang Maha Esa, dan kedudukan dasar sang jiwa adalah pelayan kekal Tuhan. Karena untuk bisa membentuk anak didik yang bertakwa dan memiliki ahlak yang mulia kita harus mengerti kedudukan dasar kita sebagai pelayan Tuhan, karena tanpa pemahaman yang benar tentang kedudukan dasar kita

sebagai pelayan cenderung seseorang melakukan penyimpangan-penyimpangan sehingga mereka melakukan pelayanan terhadap objek-objek yang lainnya cf. Dewi Yulianti, 20016).

Anak didik dan pendidiknya harus berada dalam keinsafan diri, karena kita merupakan bagian dan percikan dari Tuhan dan jika hidup kita abdikan dalam pelayanan kepada Tuhan, setiap hati akan menjadi *humble* sehingga proses pendidikan akan berjalan dengan baik yang bermuara pada tercapainya tujuan pendidikan nasional. Dengan keinsafan diri yang dimiliki, pendidik akan bisa membebaskan anak didiknya dari rasa takut, karena dengan menaklukkan rasa takut anak didik akan bisa menerima pengetahuan dari pendidiknya dengan baik. Rasa takut yang muncul pada anak didik karena kecerdasannya tertutupi oleh keakuan palsunya, yang berakibat pada kesulitan dalam menerima ilmu dari pendidiknya. Demikian juga jika pendidiknya yang berada di bawah kendali keakuan palsu (*false ego*) proses pendidikan akan menjadi kacau dan menuju kegagalan.

Anak didik akan menjadi pelampiasan dari ego palsu dari pendidiknya sehingga menyebabkan rasa takut yang timbul di dalam hati anak didiknya dan proses pembentukan karakter yang baik terhadap anak didik terancam gagal. Oleh karena itu untuk mensukseskan tujuan pendidikan nasional yaitu mengangkat martabat bangsa, pendidik dan anak didik harus memiliki kualifikasi yang baik supaya tujuan pendidikan nasional untuk membangun karakter anak bangsa bisa tercapai dengan baik. Pendidik harus menanggalkan ego sehingga dapat membantu anak didik menaklukkan rasa takutnya yang diakibatkan oleh jarak atau perbedaan posisi antara anak didik dan pendidik itu sendiri.

3. SIMPULAN

Berdasarkan uraian pada bagian Pembahasan di atas, maka dapat disimpulkan hal-hal sebagai berikut.

Munculnya rasa takut adalah akibat dari keadaan pikiran seseorang, dimana pada saat pikiran itu berada di bawah kendali keakuan palsu, pikiran disebut dalam keadaan terikat (*conditioned state*). Dalam keadaan terikat tersebut pikiran selalu disibukkan oleh objek-objek kenikmatan material yang mana pikiran tersebut selalu mengembara dari satu objek ke objek material yang lainnya. Dengan keterikatan dengan objek-objek material pikiran menjadi mabuk oleh pengaruh kenikmatan dunia material dan tidak mau terlepas oleh keadaan tersebut sehingga muncul rasa takut di dalam diri setiap orang, seperti rasa takut kehilangan, rasa takut tidak dihormati, rasa takut mati dan rasa takut lainnya

Di dunia pendidikan, anak didik dan pendidiknyanya harus berada dalam keinsafan diri bahwa mereka merupakan bagian dan percikan dari Tuhan dan jika hidup diabdikan dalam pelayanan kepada Tuhan, setiap hati akan menjadi *humble* sehingga proses pendidikan akan berjalan dengan baik yang bermuara pada tercapainya tujuan pendidikan nasional. Dengan keinsafan diri yang dimiliki, pendidik akan bisa membebaskan anak didiknya dari rasa takut, karena dengan menaklukkan rasa takut anak didik akan bisa menerima pengetahuan dari pendidiknyanya dengan baik. Rasa takut yang muncul pada anak didik karena kecerdasannya tertutupi oleh keakuan palsunya, yang berakibat pada kesulitan dalam menerima ilmu dari pendidiknyanya. Demikian juga jika pendidiknyanya yang berada di bawah kendali keakuan palsu (*false ego*) proses pendidikan akan manjadi kacau dan menuju kegagalan.

DAFTAR PUSTAKA

- Dewi Yulianti, N.K. & Putra Yadnya, IB. 2016. *Self-Realization* sebagai Fondasi Pendidikan Karakter. **Prosiding Seminar Nasional Asosiasi Tradisi Lisan. Denpasar: 29-30 Juli.**
- Prabhupada, A.C. 1993. *Srimad Bhagavatam. First Canto* (English). Los Angeles: The Baktivedanta Book Trust.
- Prabhupada, A.C.. 2006. *Bhagavad Gita as It Is*. Los Angeles: The Bhaktivedanta Book Trust.