

**MEMBANGUN KEPUASAN HIDUP DAN SPIRITUALITAS DALAM KEBERAGAMAN:
SUATU STUDI TENTANG PERTEMUAN BU JUM (BUKAN JUMAT) DI FORUM ALUMNI
MENWA KALIMASADA YOGYAKARTA**

Disusun oleh :

DIAN YUDHAWATI

dianwaskito2012@yahoo.co.id

Fakultas Psikologi Universitas Teknologi Yogyakarta

Abstrak

Membangun spiritualitas bukanlah sekedar melakukan ritual keagamaan. Seseorang yang mampu memberikan makna dalam kehidupannya sehingga jiwanya mengalami kebahagiaan, berarti telah memiliki kemampuan membangun spiritualitas dan merasakan kepuasan hidup. Spiritual berhubungan dengan atau bersifat kejiwaan (ruhani atau batin). Namun harus diakui pula bahwa agama erat hubungannya dengan kejiwaan seseorang. Nilai-nilai ajaran agama yang terkandung dalam berbagai kitab suci, berpotensi untuk meningkatkan kesejahteraan subjektif, karena mengandung nilai hidup yang positif. Berkaitan dengan hal tersebut, maka upaya membangun nilai-nilai spiritual dan kepuasan hidup dapat dilakukan dalam berbagai kegiatan keagamaan yang mampu menerima keberagaman. Dalam tulisan ini, penulis ingin memperkenalkan suatu kegiatan

yang dirintis oleh alumni Resimen Mahasiswa Kalimasada Yogyakarta yang tergabung dalam Paguyuban Babarsari Satu. Kegiatan yang diberi nama Pertemuan Bu Jum (Bukan Jumat, karena dilaksanakan pada hari selain Jumat) tersebut, memberi pemahaman tentang pemaknaan nilai-nilai spiritual dan kepuasan hidup dalam keragaman pandangan agama. Hal tersebut karena para anggotanya berasal dari berbagai fakultas di Perguruan Tinggi sejak masa mahasiswa sehingga terlatih menyamakan kepentingan dan pandangan di tataran belanegara dengan latar belakang agama maupun suku yang berbeda. Diharapkan dengan sosialisasi berbagai topik dalam kegiatan tersebut dan diskusi di forum seminar, maka akan semakin banyak individu memiliki pemahaman tentang nilai-nilai spiritual dan kepuasan hidup dalam keberagaman. Sehingga pada akhirnya mampu membangun harmoni dan memiliki kepekaan serta kesediaan untuk menerima keberbedaan dalam kehidupan bermasyarakat

Kata kunci : Kepuasan Hidup, Spiritualitas dan Pertemuan Bukan Jumat

[Fulltext Pdf](#)