



PENDIDIKAN *ĀTMAVIDYĀ* SEBAGAI METODE PENGENDALIAN DIRI DALAM MENGHADAPI REVOLUSI INDUSTRI 4.0

Oleh

I Made Dwi Susila Adnyana

Denpasar SMA Negeri 3 Negara

e-mail: ringofdevilbali@gmail.com

Diterima: 04 Maret 2023, Direvisi: 03 September 2023, Diterbitkan: 31 Oktober 2023

Abstract

*The Industrial Revolution 4.0 is a revolutionary industrial transformation model based on the connectivity of cyber systems in its implementation. The rapid change of world civilization in various countries is marked by the use of limitless information systems based on computing and big data. The positive impacts that can be felt are the ease of accessing information using gadgets, the ease of learning using e-learning, and so on. However, on the other hand, the Industrial Revolution 4.0 also has negative impacts such as being more vulnerable to cyber-attacks and easy access to illegal sites, making it very risky for the degradation of human morality. To anticipate and minimize these matters, a special method is needed that aims to control oneself. If in human beings it can be controlled and controlled in accordance with the rules of truth (dharma), then the output produced will also be in accordance with the true essence of "manusia", namely 'manut teken sesana'. In connection with this, a question will arise: what method can be used to control oneself in the face of the Industrial Revolution 4.0? The method is through *Ātmavidyā* education.*

Keywords: *Ātmavidyā Education, Self-Control Methods, Industrial Revolution 4.0*

I. PENDAHULUAN

Revolusi industri 4.0 merupakan sebuah era industri berbasis teknologi mutakhir yang sedang mengguncang kehidupan manusia di abad ini. Teknologi telah merasuki jiwa-jiwa disegala lini, yang membuat dinamika peradaban manusia dengan cepat mudah berubah. Para ilmuwan berlomba-lomba untuk menemukan dan menciptakan sesuatu, sehingga semakin hari teknologi semakin 'up to date' dalam arti terus berkembang dan semakin pesat. Tanpa disadari, budaya persaingan pun semakin marak sehingga manusia hanya berorientasi pada sebuah ajang kompetisi. Akibatnya, mind set manusia dewasa ini dipenuhi dengan rivalitas.

Ningsih (2019:9) menyatakan bahwa revolusi industri 4.0 sangat berpengaruh terhadap kehidupan manusia beserta makhluk hidup lainnya. Dampak yang ditimbulkan diantaranya adalah sistem mesin berteknologi komputer yang mampu mengadopsi kemampuan manusia yang juga dikenal dengan sebutan *Artificial Intelligence* (AI). Adanya sistem tersebut sudah pasti akan menggantikan tenaga kerja manusia menjadi tenaga robot yang berbasis komputer. Akibatnya, kaum buruh banyak yang kehilangan pekerjaan.

Peristiwa semacam ini tentunya akan membuat tingkat pengangguran semakin meningkat. Hanya mereka yang mahir dalam teknologi dan menguasai jejaring sosial media saja yang mampu untuk bertahan menghadapi revolusi industri 4.0. Bagi mereka yang tidak mampu bertahan, tentu saja

akan melakukan segala cara untuk bisa bertahan hidup menghadapi era revolusi industri 4.0; meskipun dengan cara yang berujung pada kriminalitas.

Dalam paradigma agama Hindu, kondisi revolusi industri 4.0 ini dapat dipadankan dengan era Kali Yuga. Suatu masa dimana moralitas dan tingkat spiritualitas manusia kian menurun. Pola pikir manusia sudah dijejali dengan asumsi yang bersifat instan. Kemajuan teknologi malah menyebabkan perilaku manusia semakin merosot. Hal semacam ini mengakibatkan citra manusia tidak lagi mencerminkan manusia yang “manusia”.

Untuk dapat mengantisipasi dan meminimalisir perkara tersebut, dibutuhkan sebuah metode khusus yang bertujuan sebagai pengendalian diri. Apabila dalam diri manusia sudah dapat dikendalikan dan dikontrol sesuai dengan kaidah kebenaran (dharma), maka output yang dihasilkan juga akan sesuai dengan hakikat “manusia” yang sesungguhnya, yaitu ‘manut teken sesana’. Berkaitan dengan hal tersebut, maka akan timbul sebuah pertanyaan: metode apakah yang dapat digunakan untuk mengendalikan diri dalam menghadapi revolusi industri 4.0? Metode tersebut ialah melalui pendidikan *Ātmavidyā*.

Pendidikan *Ātmavidyā* adalah pendidikan yang mengarahkan seseorang untuk mencari ilmu dan pengetahuan ke dalam diri. Dalam diri manusia terdapat sebuah energi yang disebut sebagai energi spiritual, sedangkan di luar diri manusia terdapat sebuah energi yang disebut energi material. Kedua energi ini sepatutnya harus bertemu dan terkoneksi, karena pada dasarnya tubuh manusia (bhuna alit) dan lingkungan luar (bhuna agung) mempunyai korelasi yang sangat erat.

Lebih lanjut tentang pendidikan *Ātmavidyā* Donder (2017) mendefinisikan bahwa pendidikan *Ātmavidyā* merupakan sebuah metode yang digunakan untuk membangunkan atau membangkitkan kesadaran diri seseorang. Ketika *kesadaran* diri seseorang dapat dikontrol, secara tidak langsung praktik tri kaya parisudha ‘berpikir, berkata, dan berbuat yang baik dan benar’ akan mampu terealisasikan. Oleh sebab itu, pendidikan dalam diri lebih penting untuk diaktualisasikan terlebih dahulu. Dengan merealisasikan pendidikan dalam diri (*Ātmavidyā*), maka implikasi pendidikan yang ada di luar akan mampu dikendalikan.

II. METODE

Metode dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif, dengan mengidentifikasi teknik pengumpulan data yang sesuai, seperti wawancara mendalam, observasi, atau analisis dokumen. Metode penelitian kualitatif ini dirancang untuk mendapatkan pemahaman mendalam tentang bagaimana individu mengelola pengendalian diri mereka dalam menghadapi tantangan Revolusi Industri 4.0.

III. PEMBAHASAN

2.1 Definisi Pendidikan *Ātmavidyā*

Pendidikan *Ātmavidyā* merupakan suatu metode pelatihan untuk menjaga kestabilan rohani. Apabila diuraikan secara spesifik, terdapat dua variabel di dalamnya yaitu “Pendidikan” dan “*Ātmavidyā*”. Pembahasan pertama dimulai dari variabel pendidikan. Secara umum pendidikan dapat didefinisikan sebagai usaha sadar dan terencana yang dilakukan untuk menunjang proses pembelajaran peserta didik untuk mengembangkan potensi dirinya. Aspek penting yang perlu dikembangkan melalui pendidikan ialah keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, keilmuan, pengetahuan, dan keterampilan.

Secara etimologi, kata pendidikan berasal dari bahasa Latin yaitu “*ducare*” yang mengandung arti; menuntun, mengarahkan, atau memimpin. Kata “*ducare*” ditambahkan awalan “*E*” yang berarti keluar, sehingga apabila disatukan akan menjadi kata “*Educare*” yang memiliki arti kegiatan menuntun ke luar (John Dewey, 1944:5). Kegiatan menuntun ke luar yang dimaksudkan adalah bahwa setiap pengalaman yang memiliki efek formatif pada cara orang berpikir, merasa, atau bertindak dapat dianggap sebagai suatu pendidikan.

Sebagaimana pendapat John Dewey di atas, pendidikan hanya diasumsikan sebagai pencarian ilmu dan pengetahuan ke luar semata. Ini menandakan bahwa peserta didik dituntut untuk melakukan pembelajaran ke luar saja; melalui pengalaman dan interaksi lingkungan. Lalu, bagaimana cara mencari ilmu dan pengetahuan ke dalam? Kalau hanya mencari pengetahuan ke luar tanpa menghiraukan pengetahuan ke dalam, maka akan terjadi ketidak-seimbangan. Maka dari itu, kini akan dijelaskan mengenai variabel kedua tentang Ātmavidyā.

Berdasarkan Kamus Digital Bahasa Sansekerta (Cologne Digital Sanskrit Dictionaries: Benfey Sanskrit-English Dictionary), Ātmavidyā dapat diartikan sebagai ilmu pengetahuan spiritual tentang jiwa. Selanjutnya, Kamus Digital Bahasa Sansekerta “Digital Sanskrit Dictionaries: Shabda-Sagara Sanskrit-English Dictionary” lebih jelas menguraikan bahwa Ātmavidyā (आत्मविद्या), secara etimologi kata berasal dari dua gabungan suku kata yaitu “Ātman” yang berarti jiwa dan “Vidyā” yang berarti ilmu pengetahuan (diakses tanggal 25 Juli 2021, melalui <https://www.wisdomlib.org/definition/atmavidya>).

Masih banyak lagi uraian tentang pengertian Ātmavidyā yang dijelaskan dari berbagai sumber kamus digital, antara lain: (1) Cologne Digital Sanskrit Dictionaries: The Purana Index, menjelaskan bahwa Ātmavidyā mengacu pada dua arti, yaitu (a) The Vedānta (teks suci Hindu), (b) Symbolical of Devī (simbol para Dewi); (2) The Molesworth Marathi and English Dictionary menjelaskan Ātmavidyā sebagai (a) Self Knowledge, yaitu pengetahuan diri dan (b) Spiritual of Science (ilmu spiritual/spiritual sains); (3) The Aryabhusan School Dictionary, Marathi-English, menjelaskan bahwa Ātmavidyā merupakan “Self-Knowledge and Spiritual Knowledge”; (4) The Practical Sanskrit-English Dictionary, menjelaskan bahwa Ātmavidyā adalah dua senyawa Sansekerta yang terdiri dari istilah Ātma dan Vidyā yang secara umum mengandung arti: (a) pengetahuan tentang jiwa; (b) pengetahuan spiritual; (c) pengetahuan tentang Roh Tertinggi (diakses tanggal 25 Juli 2021, melalui <https://www.wisdomlib.org/definition/atmavidya>).

Berdasarkan beberapa definisi yang dijelaskan di atas, dapat disimpulkan bahwa pendidikan Ātmavidyā adalah pendidikan yang mengarahkan seseorang untuk mencari ilmu dan pengetahuan ke dalam diri. Dalam diri manusia terdapat sebuah energi yang disebut sebagai energi spiritual, sedangkan di luar diri manusia terdapat sebuah energi yang disebut energi material. Kedua energi ini sepatutnya harus bertemu dan terkoneksi, karena pada dasarnya tubuh manusia (bhuana alit) dan lingkungan luar (bhuana agung) mempunyai korelasi yang sangat erat.

Berikut ini, ada sebuah ungkapan filsafat yang ditulis oleh seorang filsuf Jerman bernama Friedrich Wilhelm Joseph Schelling dalam karyanya yang berjudul “Philosophical Fetters on Dogmatism and Criticism”. Schelling mengungkapkan:

“Di dalam diri kita semua terdapat kekuatan rahasia yang sangat mengagumkan, yakni kekuatan untuk membebaskan diri dari belenggu kebodohan. Kekuatan ini dapat dibangkitkan hanya jika kita mampu melaksanakan disiplin spiritual yang tekun” (Adams, 2020).

Ungkapan Schelling tersebut sesungguhnya menjelaskan tentang pentingnya pendidikan Ātmavidyā untuk seseorang. Dengan memahami pengetahuan dalam diri (Ātmavidyā), maka seseorang akan mampu mengontrol spirit negatif dan mengubahnya menjadi spirit positif. Dalam Upanisad dijelaskan bahwa pendidikan Ātmavidyā dapat mengkorespondensikan alam pikiran yang semula abstrak menjadi sebuah realisasi nyata. Ini bisa dibuktikan dari penggambaran Tuhan yang abstrak menjadi wujud nyata berupa lukisan atau arca.

Penggambaran Tuhan yang abstrak menjadi wujud nyata, dalam ilmu filsafat disebut dengan konsep antropomorfisme. Lorens (2002) menjelaskan bahwa antropomorfisme diambil dari bahasa Yunani ‘anthropos’ yang berarti manusia, dan ‘morphe’ yang berarti bentuk, sehingga antropomorfisme didefinisikan sebagai penggambaran Tuhan dengan bentuk wujud manusia.

Antropomorfisme merupakan suatu penggambaran manifestasi Tuhan dengan berbagai rupa Dewa dan Dewi yang menyerupai wajah manusia dengan berbagai kelebihan seperti manusia setengah binatang, bertangan empat, dan lain sebagainya (Donder, 2006:149; Titib, 2009: 33). Makna penggambaran Dewa dan Dewi yang menyerupai wajah manusia dengan berbagai kelebihan seperti manusia setengah binatang, bertangan empat dalam hiasan kober tersebut, menurut hemat penulis adalah sebagai suatu simbol bahwa alam semesta ini tidak hanya dihuni oleh manusia dan makhluk

hidup lainnya seperti binatang dan tumbuhan. Akan tetapi, Dewa-Dewi juga terdapat di dalamnya sebagai pelindung alam semesta beserta isinya.

Alam ini beserta segala isinya banyak sekali ragam dan bentuknya. Ada manusia, ada binatang, ada benda, dan masing-masing beraneka warna pula jenis dan macamnya. Apakah perbedaan di antara segala yang ada itu sungguh? Kenyataannya ialah, bahwa manusia nantinya mati, dan lenyap. Begitu pula binatang dan tumbuh-tumbuhan. Benda pun akan usang, rusak, hancur, akhirnya lenyap. Jadi adanya semua itu hanyalah untuk sementara, yaitu hanya dalam keadaan, tempat, dan batas waktu tertentu. Kalau keadaan, tempat, dan batas waktu yang tertentu itu sudah berubah atau beralih, maka lenyaplah segala yang tadinya ada itu.

Jadi, untuk memahami segala hal yang bersifat abstrak agar menjadi nyata, sangat penting untuk menerapkan pendidikan *Ātmavidyā*. Dengan merealisasikan pendidikan *Ātmavidyā* melalui pengetahuan ke dalam diri, maka esensi pengetahuan yang berada di luar diri akan mampu terkoneksi. Dengan demikian, implementasi pengetahuan (*jnana*) yang sebenarnya dapat direalisasikan secara seimbang (harmonis). Inilah yang dimaksud dengan pendidikan *Ātmavidyā*.

2.2 Tantangan Revolusi Industri 4.0

Revolusi ialah perubahan ketatanegaraan (pemerintah atau keadaan sosial) yang dilakukan dengan kekerasan; seperti dengan pemberontakan bersenjata (Poerwadarminta, 2011:975). Sumber lain menjelaskan bahwa revolusi adalah perubahan pemerintahan dengan paksa; perubahan masyarakat yang cepat sekali (Soetrisno, 2013:737). Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) dijelaskan bahwa revolusi merupakan perubahan yang mendasar di suatu bidang; peredaran bumi dan planet-planet lain dalam mengelilingi matahari; perubahan politik atau pemerintahan yang dilakukan dengan cara kekerasan (Tim Prima Pena, 2000:658).

Berdasarkan uraian sumber-sumber di atas, maka dapat ditarik sebuah kesimpulan bahwa revolusi ialah suatu perubahan sosial dan kebudayaan yang berlangsung secara cepat dan menyangkut dasar atau pokok-pokok kehidupan masyarakat. Di dalam revolusi, perubahan yang terjadi dapat direncanakan atau tanpa direncanakan terlebih dahulu dan dapat dijalankan tanpa kekerasan atau melalui kekerasan. Sedangkan, yang dimaksud dengan revolusi industri adalah perubahan mendasar dalam upaya mencapai produksi dengan mesin-mesin baru dan tenaga untuk memproses sesuatu (Tim Prima Pena, 2000:658).

Selanjutnya dijelaskan oleh Ningsih (2019) bahwa istilah revolusi industri diperkenalkan oleh Friedrich Engels dan Louis-Auguste Blanqui di pertengahan abad ke-19. Revolusi industri ini merupakan perubahan yang sangat cepat di bidang ekonomi, yaitu dari kegiatan ekonomi agraris ke ekonomi industri yang menggunakan mesin dalam mengolah bahan mentah menjadi bahan siap pakai. Jadi, revolusi industri telah mengubah cara kerja manusia dari penggunaan tangan menjadi menggunakan mesin.

Dari berbagai definisi di atas yang telah banyak menjelaskan tentang revolusi industri, maka yang menjadi fokus penelitian ini adalah revolusi industri 4.0, yang merupakan model transformasi industri revolusioner yang berbasis pada konektivitas sistem siber dalam implementasinya. Perubahan peradaban dunia yang sangat cepat di berbagai negara, ditandai dengan penggunaan sistem informasi tanpa batas berbasis komputasi dan big data. Digitalisasi teknologi dengan bantuan mesin berbasis online menjadi sangat dominan pada konektivitas antar manusia diberbagai penjuru dunia. Kehadiran revolusi industri 4.0 bisa terlihat dari berbagai perubahan fundamental.

Hermann, et. all. (2016) secara spesifik menjelaskan bahwa Salah satu ciri revolusi industri adalah interaksi manusia dengan menggunakan teknologi smartphone. Oleh karena kehidupan manusia didominasi oleh teknologi smartphone yang banyak dilengkapi dengan fitur-fitur berupa gambar, video, pesan suara dan lain-lain, menyebabkan interaksi manusia lebih banyak di dunia maya. Ini tentunya membuat hal yang jauh menjadi dekat dan yang dekat akan semakin menjauh.



Fenomena Kecanduan Gadget sebagai Dampak Revolusi Industri 4.0.

Contoh sederhana yang dapat di lihat pada kehidupan sehari-hari adalah fenomena kecanduan gadget. Di halte bus, di stasiun kereta api, di kantor, di sekolah, bahkan di lingkungan keluarga, semuanya sibuk dengan gadget masing-masing. Bahkan, interaksi dari lingkungan sekitar kadang-kadang tidak dihiraukan; karena terlalu fokus dengan gadgetnya.

Maraknya fenomena kecanduan gadget tidak hanya terjadi di kota-kota besar, namun sudah meluas ke pelosok desa. Hal ini sangat berdampak besar, terutama bagi self concept (konsep diri) seseorang. Tanggapan dari orang lain di media sosial (facebook, Instagram, twitter, dll) baik like maupun komentar akan membentuk self concept seseorang. Orang yang mendapatkan banyak like dan komentar positif pada postingannya akan merasa disukai dan dihargai sehingga self esteem-nya tinggi.

Namun sebaliknya, orang yang mendapatkan like sedikit dan komentar negatif akan mengakibatkan orang itu menjadi terpuruk, tidak disukai dan dihargai sehingga self esteem (harga diri) rendah.

Orang yang self esteem-nya rendah akan menjadi pesimis, canggung, dan bahkan nekat melakukan hal di luar kendali; seperti menyiksa diri, hingga bunuh diri. Problema seperti inilah yang sering terjadi dan menjadi sebuah tantangan revolusi industri 4.0. Lebih lanjut, Hurlock (2002) menjelaskan bahwa era revolusi industri 4.0 juga sangat mempengaruhi perkembangan fisik seseorang. Perubahan biologis dan perkembangan fisik seseorang erat kaitannya dengan masalah psikologis.

Dampak revolusi industri 4.0 terhadap psikologis seseorang ditimbulkan karena adanya kemudahan teknologi yang membuat seseorang menjadi manja; dalam artian segala sesuatu dilakukan serba instan, cepat, dan mudah. Hal ini akan menyebabkan seseorang tidak mau melakukan sesuatu secara berproses, sehingga sangat susah untuk keluar dari zona nyaman. Ini merupakan problem yang berkaitan dengan mental health seseorang. Akibat yang ditimbulkan adalah budaya instans dan manja.

Lebih lanjut Asiah., dkk (2020) menguraikan bahwa dampak dan pengaruh revolusi industri 4.0 lebih besar menukik kepada kaum “generasi Z” atau yang disebut juga sebagai ‘generasi internet’ dalam teori generasi-nya Graeme Codrington & Sue Grant-Marshall. Dampak yang ditimbulkan berpengaruh terhadap karakteristik dan perilaku seseorang yang mengarah kepada budaya hacker, cyber bullying, dan reaksi negatif lainnya sehingga menimbulkan kemerosotan moral.

Hal semacam itu tentunya akan mempengaruhi atmosfer kehidupan manusia menjadi semakin rusak. Jikalau degradasi moral terus berkembang, lambat laun ajaran agama mulai memudar. Manusia tidak akan lagi mengindahkan kepercayaan terhadap Tuhan dan kitab suci tidak lagi dijadikan sebagai pedoman dan tuntunan hidup. Bahkan, etika sosial dan nilai kemanusiaan akan berubah menjadi sebuah ketamakan.

Tantangan revolusi industri 4.0 juga mengarah kepada lingkungan sosial individu. Individu dewasa ini sangat kurang peka terhadap lingkungan sosial di dunia “nyata” mereka. Tidak jarang kita menemui individu baik itu anak-anak, remaja, bahkan orang tua yang lebih betah di dalam rumah untuk bermain gadget, sehingga mereka seringkali tidak mengenal tetangga yang tinggal di sekitaran rumahnya Asiah., (2020:27). Hal ini tentu berdampak pada kerukunan sosial di masyarakat. Akibatnya, hubungan antara individu dengan tetangga menjadi kurang harmonis.

Donder (2017) juga menjelaskan dalam penelitiannya bahwa efek dari pengaruh revolusi industri 4.0 membuat karakteristik setiap orang cenderung materialistik dan individualistik. Pada era ini tidak mudah untuk membangunkan atau membangkitkan kesadaran diri seseorang (Ātmavidyā), dan kenyataan itu harus diakui. Dibutuhkan berbagai macam upaya dan disiplin spiritual yang matang untuk dapat meningkatkan kualitas diri seseorang pada era ini. Apabila kualitas dan kesadaran diri seseorang merosot jauh ke dalam kegelapan, maka dampaknya akan sangat berpengaruh pada regenerasi yang akan datang.

Suatu hal yang sangat sering terlihat di dalam kehidupan sekitar dan realita sosial adalah terjadinya persoalan bahwa seseorang yang sangat gemar mengkritik, namun tidak senang untuk

dikritik. Adams (2020) menyatakan bahwa yang membuat manusia di zaman ini cenderung bersifat individualistis, egoistis, dan pragmatis, disertai dengan suka mengkritik namun tidak suka dikritik itu sesungguhnya karena ketidak-tahuannya (Avidyā). Karena ketidak-tahuan (Avidyā) inilah manusia di zaman ini cenderung bersifat pendendam, suka emosi tanpa sebab, suka menghujat dan mencaci, sering marah-marah, serta tidak mau mengakui kesalahan diri sendiri.

Akankah ketidak-tahuan atau kebodohan ini dapat dihilangkan? Hanya dengan pengetahuan ke dalam dirilah (Ātmavidyā) manusia dapat menghilangkan ketidak-tahuan itu. Dalam ajaran Budhisme juga dijelaskan tentang pentingnya pengetahuan Ātmavidyā sebagai jalan untuk mencapai kedamaian dan kebahagiaan. Budhisme mengajarkan suatu filosofi yang dimulai dengan pernyataan tentang apa yang disebut “Empat Kebenaran Arya”. Pernyataan yang pertama ialah ‘Adanya penderitaan’; yang kedua ialah ‘Adanya penyebab penderitaan’; yang ketiga ialah ‘Penyebab penderitaan ini bisa dihilangkan’; dan yang keempat ialah ‘Jalan untuk mencapai suatu tujuan’ (Adams, 2020:184).

Pernyataan dari ajaran Budhisme tersebut mengajarkan bahwa untuk mencapai suatu tujuan (material maupun spiritual), tentu akan dihadapi dengan penderitaan. Penderitaan yang dimaksud bukanlah penderitaan berupa siksaan yang menyakitkan, namun berupa cobaan atau godaan yang tidak tentu bagaimana bentuknya. Disinilah seseorang akan diuji kemampuannya, apakah seseorang tersebut mampu melewati cobaan itu, atau malah menghindarinya. Apabila sanggup dan mampu melewati segala bentuk cobaan itu, maka tujuan yang diinginkan akan dapat dicapai.

Adnyana (2021) dalam bukunya yang berjudul “Dharma Acarya: Pembelajaran Pendidikan Agama Hindu untuk Menembus Portal Revolusi Industri 4.0” juga menyatakan bahwa manusia dalam pengaruh revolusi industri 4.0 sudah enggan untuk memanusiaikan manusia sebagai manusia. Individualisme lebih tinggi mendominasi sifat manusia kala ini. Agama yang seharusnya menjadi pedoman mulia, kini hanya dijadikan kedok untuk mencari popularitas. Ketika agama hanya dijadikan sebagai topeng, alhasil akan menciptakan karakter suram di masa mendatang. Oleh sebab itu, sangat penting untuk menyaring segala sesuatu (memfilter) di era revolusi industri 4.0 ini.

Cara agar pengaruh negatif revolusi industri 4.0 dapat difilter, dapat diterapkan melalui sistem pendidikan Hindu yang disebut dengan pendidikan Ātmavidyā. Pendidikan Ātmavidyā akan membawa pengaruh yang sangat besar untuk mengarungi era revolusi industri 4.0 yang penuh dengan tantangan negatif. Dengan menghayati dan merealisasikan pendidikan Ātmavidyā, maka spirit positif seseorang akan lebih mendominasi daripada spirit negatif; sehingga segala kegelapan dan ketidak-tahuan perlahan sirna.

2.3 Pendidikan Ātmavidyā Sebagai Metode Pengendalian Diri

Revolusi industri 4.0 menyebabkan dampak yang sangat besar bagi kehidupan manusia. Sebagaimana yang telah dijelaskan di atas bahwa salah satu dampak revolusi industri 4.0 adalah bergelornya budaya persaingan yang berorientasi pada uang. Revolusi industri 4.0 merupakan gambaran nyata era Kali Yuga, dimana kobaran ambisi manusia menukik pada keserakahan duniawi. Segala cara akan dilakukan demi mendapatkan kesenangan dan popularitas.

Adnyana (2021:6) menjelaskan bahwa era Kali Yuga telah memperlihatkan kepada kita bahwasannya manusia sudah tidak lagi menyadari hakekatnya sebagai manusia. Manusia telah lupa dengan predikatnya sebagai makhluk yang sempurna diantara makhluk ciptaan lainnya. Jiwa manusia telah dipenuhi dengan kegelapan (Avidyā) sehingga prilakunya pun menjadi buta. Untuk dapat menanggulangi hal tersebut, peranan pendidikan Ātmavidyā sangat dibutuhkan. Untuk dapat merealisasikan pendidikan Ātmavidyā sebagai sebuah ‘teori’ dan bukan hanya sekedar ‘teoritis’ saja, maka diperlukan suatu implementasi nyata.

Salah satu metode atau cara yang dapat digunakan untuk merealisasikan pendidikan dalam diri (Ātmavidyā) adalah dengan melaksanakan Yogāsanas, menghayati akidah Pañca Yama Brata dan Pañca Niyama Brata, serta menerakapkan ajaran Nivṛtti Mārga. Yogāsanas adalah sebuah gerakan (sikap) yang bertujuan sebagai pengendalian badan dan pikiran untuk mencapai tujuan terakhir yang disebut dengan samadhi. Tujuannya adalah untuk melatih mental, fisik, dan spiritual agar menyatu menjadi sebuah ketenangan batin.

Pañca Yama Brata dan Pañca Niyama Brata ialah sebuah etika pembebasan dalam agama Hindu. Dengan menghayati akidah Pañca Yama Brata dan Pañca Niyama Brata, maka seseorang akan

dapat menahan hawa nafsu atau keinginan yang bersifat serakah. Sedangkan, Nivr̥tti Mārga merupakan sebuah jalan untuk mencari kepuasan batin (rohani) melalui meditasi. Berikut ini akan dipaparkan definisi Yogāsanas dan Nivr̥tti Mārga secara lebih rinci.

2.3.1 Melaksanakan Yogāsanas Secara Teratur

Secara etimologi, Yogāsanas berasal dari dua suku kata yaitu; “yoga” yang berarti pengalaman dari keutuhan atau kesatuan dengan keberadaan batin, dan “asanas” yang berarti suatu keadaan tubuh dimana seseorang tetap mantap, tenang, santai, dan nyaman baik secara fisik maupun secara mental. Keadaan fisik dan mental seseorang akan tenang apabila dualitas pikiran dan masalah dapat dihancurkan ke dalam kesadaran tertinggi.

Sivananda (1996) menjelaskan bahwa dalam tulisan kuno mengenai ajaran Yoga oleh Rsi Patanjali yang disebut “Yoga Sutra”, ada definisi singkat tentang Yogāsanas yaitu: Sthiram Sukham Asanam yang berarti bahwa ‘keadaan yang nyaman dan mantap’. Jadi, dapat disimpulkan bahwa ajaran Yogāsanas dalam hal ini dilaksanakan untuk memperkuat kemampuan seseorang agar dapat duduk pada satu posisi tanpa kegelisahan untuk jangka waktu yang lama.

Pelaksanaan Yogāsanas dapat dilakukan sebagai metode penyembuhan dan kesehatan. Dengan merentangkan otot-otot yang lembut, memijat organ-organ tubuh bagian dalam, dan menyelaraskan urat saraf diseluruh tubuh, kesehatan dari orang yang melakukan Yogāsanas dapat ditingkatkan. Dengan melakukan gerakan Yogāsanas secara rutin dan teratur, berbagai macam penyakit – bahkan apa yang disebut dengan penyakit non medis dalam arti ‘yang tak dapat disembuhkan’ secara medis dapat disembuhkan.

Apabila dikaji secara holistik, Sivananda (1996) lebih lanjut menjelaskan bahwa Yogāsanas memiliki arti yang lebih bernilai dalam perkembangan fisik, mental, dan kepribadian spiritual seseorang. Dari segi fisik, jaringan kelenjar endokrin yang terkendalikan secara teratur menyebabkan sejumlah hormon yang berbeda dikeluarkan dari semua kelenjar dalam tubuh. Hal ini memiliki dampak tidak langsung pada kesehatan fisik dan juga pada sikap mental seseorang.

Sekalipun satu kelenjar tidak berfungsi, kerugian yang nyata dalam kesehatan kemungkinan akan dialami. Oleh karena itu, adalah sangat penting apabila jaringan ini dipelihara pada keadaan yang maksimum. Organ-organ tubuh yang sakit dapat diperbaiki, diremajakan kembali, dan didorong untuk melakukan tugas normalnya melalui latihan Yogāsanas yang teratur. Otot dan tulang, syaraf, kelenjar, jalan pernafasan, pembuangan dan sistem peredaran darah diserasikan sehingga semua sistem jaringan tersebut saling membantu.

Yogāsanas juga dapat membuat tubuh menjadi lentur dan elastis. Fungsi-fungsi pencernaan dapat dirangsang agar jumlah yang tepat dari getah-getah pencernaan (air liur, enzim, dan lain-lain) bisa mengalir dengan bebas. Hal ini dapat membawa keadaan yang seimbang pada organ-organ dalam, dan mampu terkendalikan secara aktif. Untuk ringkasnya dapat disimpulkan bahwa Yogāsanas bisa memelihara tubuh jasmani seseorang pada keadaan yang paling baik, serta dapat menggerakkan tubuh yang mulanya tidak sehat menjadi sehat.

Dari segi mental, Yogāsanas dapat membuat pikiran menjadi kuat dan mampu menahan rasa sakit serta penderitaan seseorang. Daya penentu dan konsentrasi perlu dikembangkan. Keseimbangan dan vitalitas menjadi keadaan pikiran normal setelah melakukan latihan Yogāsanas yang teratur. Seseorang akan mampu menghadapi penderitaan, kegelisahan, dan masalah-masalah kehidupan lainnya dengan tenang tanpa terganggu. Keseimbangan pikiran dikembangkan, hidup menjadi tenang dan tentram, dan berbagai kesulitan menjadi batu loncatan untuk menyempurnakan kesehatan mental.

Latihan Yogāsanas juga dapat melepaskan berbagai kemampuan terpendam, sehingga seseorang mampu menyebarkan kepercayaan dan membangkitkan orang lain dengan ucapan, tingkah laku, dan perbuatannya dengan penuh kesucian (tri kaya parisuddha). Dari segi spiritual, Yogāsanas merupakan pondasi awal untuk menjalankan tahapan Raja Marga Yoga yang bertujuan untuk melatih tubuh seseorang agar mantap ber-samadhi – sebelum memasuki tahapan-tahapan yang lebih tinggi dari Pratyahara (penarikan indria-indria), Dharana (konsentrasi), Dhyana (meditasi), yang pada akhirnya menuju titik realisasi kosmis. Dalam Hatha Yoga, yang diperhatikan lebih mendalam adalah menyiapkan tubuh pada teknik-teknik spiritual yang lebih tinggi; terutama ditujukan untuk

menyucikan tubuh melalui proses pranayama. Semua teknik-teknik tersebut digambarkan secara rinci dalam naskah kuno seperti Hatha Yoga Pradipika dan Gheranda Samhita (Sivananda, 1996).

Pada intinya, Yogāsanas merupakan tahapan seseorang untuk menuju jalan spiritual. Banyak orang mempunyai pikiran yang keliru bahwa Yogāsanas hanya bersifat jasmaniah dan tidak mempunyai hubungan yang signifikan dengan sifat rohaniah (spiritual). Ini adalah pengertian yang benar-benar keliru. Yogāsanas sesungguhnya merupakan suatu kebutuhan bagi orang-orang yang tertarik pada spiritual untuk membangkitkan segala kemampuan batiniah mereka. Inilah metode yang dapat dilaksanakan untuk merealisasikan pendidikan Ātmavidyā.

2.3.2 Menghayati Akidah Pañca Yama dan Niyama Brata

Pañca Yama Brata merupakan lima dasar pengendalian diri yang berasal dari tiga suku kata, yaitu: (1) Pañca berarti ‘lima’, (2) Yama berarti ‘pengendalian’, (3) Brata berarti ‘prilaku religius’. Adapun bagian-bagiannya adalah ahimsa (tidak menyakiti atau membunuh), brahmacari (mempelajari pustaka suci), satya (selalu berperilaku jujur, setia, dan benar), awyawahara (tidak terikat dengan sifat duniawi), dan asteya (tidak mencuri). Sedangkan Pañca Niyama Brata merupakan lima macam pengendalian diri sebagai tahap lanjutan dari ajaran Pañca Yama Brata.

Bagian-bagiannya adalah akrodha (tidak marah), guru susrusa (hormat kepada guru), sauca (bersih lahir-batin), aharalaghawa (tidak makan yang berlebihan), dan apramada (tidak mengabaikan kewajiban). Jadi, Pañca Yama Brata merupakan proses pengendalian diri tahap awal, sedangkan Pañca Niyama Brata merupakan proses pengendalian diri tahap lanjutan untuk mencapai pembebasan jiwa.

Secara lebih spesifik, definisi bagian-bagian Pañca Yama Brata dan Pañca Niyama Brata dijelaskan oleh Surpa (2016:8-9) sebagai berikut:

a) Pañca Yama Brata

- (1) Ahimsa (tidak menyakiti atau membunuh). Ahimsa berasal dari kata ‘a’ yang berarti ‘tidak’ dan ‘himsa’ yang berarti ‘membunuh atau menyakiti’. Jadi, ahimsa berarti tidak membunuh atau tidak menyakiti makhluk hidup. Menyakiti atau membunuh makhluk hidup adalah suatu perbuatan dosa yang besar dan dilarang oleh agama Hindu.
- (2) Brahmacari (mempelajari pustaka suci). Brahmacari berasal dari kata ‘brahma’ yang berarti ‘ilmu pengetahuan’ dan ‘car’ yang berarti ‘bergerak’. Jadi, brahmacari maksudnya bergerak atau bertingkah laku dalam menuntut ilmu pengetahuan dan mempelajari pustaka suci. Tegasnya, bagaimana perilaku seseorang dalam mempelajari ilmu pengetahuan tentang ajaran-ajaran yang termuat dalam pustaka suci Weda, harus selalu berpikir bersih dan jernih serta hanya memikirkan pelajaran atau ilmu pengetahuan saja, dan tidak memikirkan masalah-masalah keduniawian.
- (3) Satya mengandung arti ‘selalu berperilaku jujur, setia, dan benar’. Ada lima jenis satya yang disebut panca satya dan patut diperhatikan oleh umat Hindu, yakni: (a) Satya Wacana, yaitu setia dan jujur dalam berkata-kata, tidak sombong, tidak mengucapkan kata-kata yang tidak sopan, tidak berkata-kata yang menyakitkan, serta tidak memaki; (b) Satya Hredaya, yaitu setia terhadap kata hati dan selalu konsisten atau berpendirian teguh; (c) Satya Laksana, yaitu jujur dan bertanggung jawab terhadap apa yang diucapkan; (d) Satya Mitra, yaitu selalu setia kepada teman dan tidak pernah berkhianat; dan (e) Satya Semaya, yaitu selalu menepati janji, tidak pernah ingkar kepada janjinya.
- (4) Awyawahara (tidak terikat dengan sifat duniawi). Awyawahara berasal dari kata ‘a’ yang berarti ‘tidak’ dan ‘wyawahara’ yang artinya ‘terikat dengan kehidupan duniawi’. Dengan demikian, awyawahara berarti tidak terikat dengan kehidupan duniawi.
- (5) Asteya (tidak mencuri). Asteya berasal dari kata ‘a’ yang berarti ‘tidak’ dan ‘steya’ yang berarti mencuri atau menginginkan milik orang lain. Jadi asteya berarti tidak mencuri atau tidak ingin memiliki barang orang lain.

b) Pañca Niyama Brata

- (1) Akrodha (tidak marah). Akrodha berasal dari kata ‘a’ yang berarti ‘tidak’ dan ‘krodha’ berarti ‘marah’. Jadi, akrodha berarti tidak marah.
- (2) Guru susrusa berarti ‘hormat kepada guru’. Setiap orang (siswa/murid) haruslah menghargai dan menghormati gurunya. Pengertian guru disini adalah dalam pengertiannya yang luas, yakni: (a) Guru Rupaka, adalah orang tua yang melahirkan (ibu dan bapak); (b) Guru Pengajian, yaitu guru yang memberikan pendidikan dan pengajaran di sekolah; dan (c) Guru Wisesa, yaitu pemerintah yang mengayomi rakyatnya, yang berusaha mensejahterakan dan memberikan perlindungan kepada rakyatnya. Konsep guru susrusa disini merupakan implementasi dari ajaran brahmacari pada bagian Pañca Yama Brata.
- (3) Sauca berarti ‘bersih secara lahiriah maupun batiniah – jasmani dan rohani’. Sebagai penyandang predikat makhluk yang paling sempurna diantara semua makhluk, manusia seyogyanya selalu mencerminkan hati yang suci dan bersih; baik lahir maupun batin, jasmani maupun rohani.
- (4) Aharalaghawa (tidak makan yang berlebihan). Aharalaghawa berasal dari kata ‘ahard’ yang berarti ‘makan’ dan ‘taghawa’ yang berarti ‘ringan’. Dengan demikian, secara sederhana aharalaghawa dapat diartikan sebagai memakan makanan yang ringan atau yang sederhana. Dalam artian, makan seperlunya saja dan tidak berlebihan.
- (5) Apramada berarti ‘tidak mengabaikan kewajiban’. Maksudnya ialah bahwa seseorang harus selalu ingat dengan tugas dan kewajiban. Jalankanlah tugas dan kewajiban tersebut dengan penuh tanggung jawab.

Suparta (2018) menjelaskan bahwa implementasi gerakan-gerakan Yogāsanas sangat berhubungan erat dengan ajaran Yama dan Niyama Brata. Yama merupakan bagian pertama dari batang tubuh Asthanga Yoga yang mengajarkan tentang latihan pengendalian diri melalui berbagai bentuk disiplin diri, sedangkan Niyama adalah pengendalian diri tingkat lanjut. Jadi, Yama Brata adalah pengendalian diri yang berorientasi keluar, sedangkan Niyama Brata orientasinya ke dalam.

Lebih lanjut Arniati (2013) menyatakan bahwa Yama dan Niyama Brata merupakan prinsip dasar yoga dan menjadi suatu keharusan untuk dipraktikkan sebagai sebuah disiplin sampai seluruh proses moral menjadi bagian kehidupan manusia. Yama Brata diartikan sebagai disiplin etis, sedangkan Niyama Brata berarti observasi diri. Kedua tipe ini merupakan jenis introspeksi diri keluar (outcome) maupun ke dalam (income). Dengan demikian, ajaran Yama dan Niyama Brata ini menjadi sebuah dasar pokok pendidikan Ātmavidyā. Yama Brata adalah etika pembebasan untuk direalisasikan keluar, sedangkan Niyama Brata adalah etika pembebasan ke dalam diri.

Pendidikan Ātmavidyā dapat direalisasikan melalui proses internalisasi ajaran Yama Brata dan Niyama Brata. Ajaran Yama Brata yang dimaknai sebagai etika pembebasan untuk direalisasikan keluar dan ajaran Niyama Brata yang dimaknai sebagai etika pembebasan ke dalam diri akan membuat korelasi yang kuat untuk meningkatkan spiritualitas seseorang. Dengan demikian, terbangunnya ajaran Yama Brata dan Niyama Brata di dalam diri telah mengindikasikan bahwa seseorang telah mengaktualisasikan beberapa nilai etika moral dalam kesehariannya melalui pendidikan Ātmavidyā.

2.3.3 Menerapkan Ajaran Nivṛtti Mārga

Nivṛtti Mārga merupakan sebuah jalan untuk mewujudkan rasa bakti terhadap Ida Sang Hyang Widhi Wasa/Tuhan Yang Maha Esa. Secara etimologi, Nivṛtti berasal dari bahasa Sansekerta dimana kata tersebut memiliki makna lebih dari satu ‘jamak’. Nivṛtti (dibaca: Niwerti) menurut penjelasan Zoetmulder (dalam Suhardana, 2009:1) mempunyai arti “meninggalkan perbuatan duniawi”. Lebih lanjut Zoetmulder menjelaskan bahwa Nivṛtti juga dapat diartikan sebagai bentuk kepuasan, memenuhi atau kebebasan akhir.

Berdasarkan penjelasan Zoetmulder, dikatakan bahwa Nivṛtti Mārga sangat berhubungan erat dengan Pravṛtti Mārga. Pravṛtti Mārga merupakan sebuah jalan untuk mencari ketenangan jasmani dengan cara melaksanakan persembahyangan dan ritual suci. Berdasarkan penjelasan tersebut dapat

disimpulkan bahwa Nivṛtti berkaitan dengan pengertian batiniah sedangkan Pravṛtti berkaitan dengan pengertian lahiriah.

Nivṛtti Mārga merupakan sebuah metode pendekatan diri kepada Ida Sang Hyang Widhi Wasa secara batiniah. Metode pendekatan tersebut bisa dilaksanakan dengan cara melakukan yoga dan meditasi. Konsep Nivṛtti Mārga ini berhubungan dengan ajaran Jnana Marga (metode pendekatan dengan jalan pengetahuan spiritual) dan Yoga Marga (metode pendekatan dengan jalan tapa semadi). Yang dimaksud dengan metode pendekatan dengan jalan pengetahuan spiritual adalah belajar untuk bisa melepaskan diri dari ikatan duniawi. Ilmu pengetahuan yang sesungguhnya adalah ilmu pengetahuan yang dapat mengantarkan manusia menuju pembebasan (mokṣa). Sedangkan yang dimaksud dengan metode pendekatan dengan jalan tapa semadi adalah pengendalian diri melalui yoga (meditasi).

Terkait dengan pengendalian diri melalui yoga, Katha Upanisad. II. 12 menjelaskan sebagai berikut:

“Tam durdarsam gudham anupravistam guhahitam gahvaretstham puranam. Adhyatma-yogadhigamena devam matva dhiro harsa sokau jahati.”

(Katha Upanisad. II. 12)

“Adapun yang dimaksud sebagai Adhyatma-Yoga adalah berupa perenungan diri, layaknya latihan samadhi dengan usaha yang tenang, menyendiri secara terus-menerus dilakukan untuk mengenal kebenaran yang berbeda.”

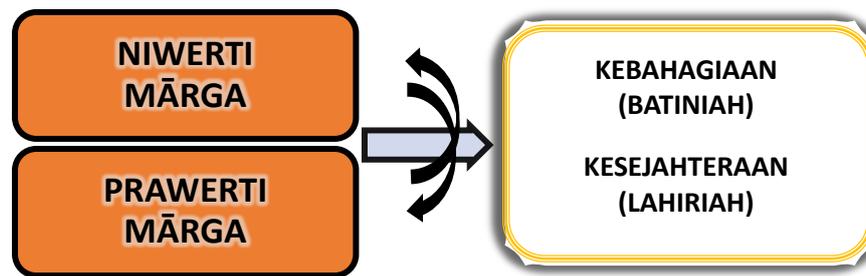
Dari penjelasan Katha Upanisad. II. 12 di atas, penerapan ajaran Nivṛtti Mārga dapat dilakukan dengan cara: perenungan diri dan latihan meditasi secara rutin dan disiplin. Melalui kegiatan tersebut, maka gejolak negatif dalam diri akan dapat dikendalikan. Sehingga, vibrasi positif akan terpancar dan memudahkan Ātman (jiwa) dapat menyatu dengan Brahman (Tuhan).

Sebagaimana yang telah dijelaskan oleh Zoetmulder di atas (dalam Suhardana, 2009:1) bahwa ajaran Nivṛtti Mārga sangat berhubungan erat dengan Pravṛtti Mārga, maka ajaran Nivṛtti Mārga dan Pravṛtti Mārga mengandung nilai-nilai yang sangat esensial yang dapat dijadikan pedoman dalam menjalani kehidupan di dunia ini. Ajaran ini merupakan sebuah landasan manusia dalam menjalankan kodratnya sebagai makhluk sosial (zoon politicon), yaitu hidup dalam lingkungan masyarakat.

Nilai yang terkandung dalam ajaran Nivṛtti Mārga dan Pravṛtti Mārga merupakan sebuah jalan untuk dapat mencapai kebahagiaan sempurna, sebagaimana tujuan dalam agama Hindu, yaitu Moksartham Jagadhita Ya Ca Iti Dharma – terbentuknya manusia Hindu yang bahagia di dunia dan bahagia di akhirat. Oleh karena ajaran Nivṛtti Mārga dan Pravṛtti Mārga merupakan sebuah ajaran untuk mendekatkan diri terhadap Ida Sang Hyang Widhi Wasa/Tuhan Yang Maha Esa secara lahir dan batin. Maka dari itu, Hinduisme menyediakan jalan yang balance (seimbang) antara dunia material dengan dunia spiritual; jasmani dan rohani; nyata dan abstrak.

Hakikat ajaran Nivṛtti Mārga yang sangat esensial serta hubungannya dengan ajaran Pravṛtti Mārga sesungguhnya sangat penting dijadikan sebagai pendidikan Ātmavidyā. Terlebih lagi dalam menghadapi era revolusi industri 4.0. Lebih jauh tentang ajaran Nivṛtti Mārga dan Pravṛtti Mārga, Ranganathananda (2000:24) menyatakan bahwa ajaran Nivṛtti Mārga merupakan kontemplasi batin yang bertujuan untuk mendapatkan kebahagiaan spiritual, sedangkan Pravṛtti Mārga adalah sebuah tindakan fisik yang bertujuan untuk mendapatkan kesejahteraan lahiriah.

Pernyataan Ranganathananda tersebut mengasumsikan bahwa ajaran Nivṛtti Mārga dan Pravṛtti Mārga mengajarkan seseorang untuk bisa bekerja agar mendapatkan hasil (materi). Setelah mendapatkan hasil, dermakanlah kepada mereka yang membutuhkan untuk mendapatkan kebahagiaan batin. Ungkapan tersebut secara sederhana dapat digambarkan sebagai berikut.



Konsepsi Ajaran Nivṛtti Mārga dan Pravṛtti Mārga beserta Korelasinya.

Berdasarkan konsepsi yang digambarkan di atas, dapat dijelaskan bahwa ajaran Nivṛtti Mārga dan Pravṛtti Mārga merupakan ajaran yang berkorelasi – Pravṛtti Mārga berkaitan dengan hubungan jasmani, dilakukan dengan jalan bekerja agar memperoleh hasil untuk mendapatkan kesejahteraan – Nivṛtti Mārga berkaitan dengan kerohanian, dilakukan dengan jalan berbakti kepada Tuhan. Sederhananya, harta benda yang kita peroleh dengan jalan berkerja akan membuat hidup kita sejahtera, dalam artian kebutuhan hidup dapat terpenuhi tanpa adanya kekurangan – inilah yang dinamakan sejahtera.

Setelah kita sejahtera, janganlah lupa untuk ber-dana punia; misalnya membantu sesama manusia yang membutuhkan, menyumbangkan harta untuk pembangunan tempat suci, dll., agar dianugerahkan kebahagiaan oleh Ida Sang Hyang Widhi Wasa/Tuhan Yang Maha Esa. Inilah yang disebut dengan ajaran keseimbangan (balance) dan keterhubungan (connect). Kesejahteraan dapat membuat kita makmur dan sentosa, kebahagiaan akan membuat kita hidup tenang.

Sugiharta (2019:73) menjelaskan bahwa keberadaan konsep Nivṛtti Mārga dan Pravṛtti Mārga tidak bisa terlepas dari keberadaan konsep ke-Tuhan-an; baik kesadaran spiritual tentang Tuhan yang tanpa bentuk (Nirguṇa Brahman) maupun yang telah berpribadi atau berbentuk (Saguṇa Brahman). Keberadaan konsep Nivṛtti Mārga dan Pravṛtti Mārga inilah yang menjadi dasar atau cikal bakal seseorang melakukan sādhanā (disiplin spiritual).

Dalam hal pendekatan spiritual, Hinduisme menyediakan berbagai pilihan untuk memuja Tuhan dan tidak pernah memaksa umatnya untuk memuja Tuhan dengan satu cara saja. Sebab, konsep ke-Tuhan-an dalam Hinduisme secara garis besar dibagi menjadi dua, yakni konsep ke-Tuhan-an Saguṇa Brahman (Personal God/Imanen) dan konsep ke-Tuhan-an Nirguṇa Brahman (Impersonal God/Transenden). Untuk memahami kedua konsep tersebut, maka seseorang akan dihadapkan pada sebuah proses kesadaran spiritual – dimulai dari kesadaran fisik (konkret) yang akan berkembang menjadi kesadaran spirit (abstrak).

Dalam upaya mencapai kesadaran tersebut, disinilah peranan konsep Nivṛtti Mārga dan Pravṛtti Mārga terimplementasi dalam kehidupan sebagai metode pendidikan Ātmavidyā atau pendekatan spiritual dalam diri. Sebagai sebuah ajaran yang tersinergi, konsep Nivṛtti Mārga dan Pravṛtti Mārga berperan sebagai jumpyng stone (batu loncatan) bagi umat Hindu untuk dapat terus bergerak dan berkembang dalam hal kesadaran spiritualnya; dimulai dari menjalankan konsep Pravṛtti Mārga, kemudian dilanjutkan dengan melakukan shifted (peralihan) menuju konsep Nivṛtti Mārga.

Proses tersebut merupakan bagian dari pendidikan Ātmavidyā bagi siapapun dalam mencapai evolusi kesadaran spiritual yang bermakna; bagaimana seseorang berhak menggunakan jalan awal yang telah disediakan, namun tetap memaknai sebagai sesuatu yang penting sekaligus tidak penting. Maksud dari sebagai sesuatu yang penting adalah karena itu merupakan jalan untuk mencapai kesadaran tertinggi atau mokṣa, namun menjadi sesuatu yang tidak penting karena itu semua hanyalah media atau jalan. Dalam upaya panjang untuk mencapai kebebasan tertinggi, maka jangan sampai fokus seseorang hanya berhenti sampai di tahap tersebut, sehingga membiaskan tujuan tertinggi seseorang untuk dapat menyatu dengan Tuhan (Brahman Atman Aikhyam).

IV. SIMPULAN

Revolusi industri 4.0 memberikan dampak pada seluruh aspek kehidupan manusia, termasuk sektor pendidikan. Perubahan dan perkembangan sistem informasi yang berbasis digital memberikan dampak perubahan mendasar, termasuk cara bertransaksi antar lembaga dan bahkan antar individu. Sebagai sebuah proses perubahan drastis dalam ranah operasi industri dan sosial, revolusi industri 4.0 membawa berbagai implikasi; berdampak positif maupun negatif.

Dampak positif yang bisa dirasakan ialah kemudahan dalam mengakses informasi dengan menggunakan gadget, mudahnya pembelajaran dengan menggunakan e-learning, dan lain sebagainya. Namun disisi lain, revolusi industri 4.0 juga memberikan dampak negatif seperti lebih rentan terhadap serangan cyber dan mudah masuknya situs ilegal, sehingga sangat riskan terhadap degradasi moral manusia. Untuk dapat mengatasi hal tersebut, disinilah pentingnya menerapkan pendidikan *Ātmavidyā* (pendidikan dalam diri).

Implementasi pendidikan *Ātmavidyā* dapat dilakukan dengan cara melaksanakan *Yogāsanas*, menghayati akidah *Pañca Yama Brata* dan *Pañca Niyama Brata*, dan menerakapkan ajaran *Nivṛtti Mārga*. Dengan melatih kestabilan rohaniah melalui *Yogāsanas*, mengendalikan indria dengan menginternalisasikan *Pañca Yama Brata* dan *Pañca Niyama Brata*, serta menerakapkan ajaran *Nivṛtti Mārga* secara terus-menerus; maka pikiran, perkataan, dan perbuatan manusia akan menjerumus ke ranah yang baik. Sehingga, efek yang ditimbulkan secara jasmaniah akan menjadi positif.

DAFTAR PUSTAKA

- Adams, Beck Lily. (2020). *Sejarah Filsafat Timur*. Yogyakarta: Indoliterasi.
- Adnyana, I Made Dwi Susila. (2021). *Dharma Acarya: Pembelajaran Pendidikan Agama Hindu untuk Menembus Portal Revolusi Industri 4.0*. Badung: Nilacakra Publisher.
- Adnyana, I Made Dwi Susila. (2021). *Filterisasi Era Kali Yuga Berlandaskan Pendidikan Agama Hindu*. PANDU NUSA Provinsi Bali: Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan Acarya Mahottama Vol. (03) No. (02). ISSN: 2620-6609.
- Arniati, Ida Ayu Komang. (2013). *Etika Pembebasan dalam Agama Hindu*. Denpasar: UNHI Press.
- Asiah, Khoirul., dkk. (2020). *Revolusi Industri 4.0 dan Pengaruhnya pada Kenakalan Remaja*. Diakses melalui <https://ejurnal.stkipgrisumenep.ac.id/index.php/SHINE/article/view/81/28> pada tanggal 14 Februari 2023.
- Cologne Digital Sanskrit Dictionaries: Benfey Sanskrit-English Dictionary. (2021). *Ātmavidyā, Ātmavidyā, Atman-vidya: 12 definitions*. Tersedia secara online di <https://www.wisdomlib.org/definition/atmavidya>.
- Dewey, John. (1944). *Democracy and Education*. New York: Free Press.
- Donder, I Ketut. (2006). *Brahmavidya: Teologi Kasih Semesta*. Surabaya: Paramita.
- Donder, I Ketut. (2017). *Unsur-unsur Sains dan Teknologi dalam Ritual Hindu*. Surabaya: Paramita.
- Hermann, Mario, et. all. (2016). *Design Principles for Industrie 4.0*. New Jersey: Institute of Electrical and Electronics Engineers Scenarios.
- Hurlock, E. B. (2002). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga.
- Lorens, Bagus. (2002). *Kamus Filsafat*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Ningsih, Murti. (2019). *Pengaruh Perkembangan Revolusi Industri 4.0 dalam Dunia Teknologi di Indonesia*. Diakses melalui <https://doi.org/10.31219/osf.io/pswmu> pada tanggal 20 Desember 2022.
- Poerwadarminta, W.J.S (2011). *Kamus Umum Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Ranganathananda, Swami. (2000). *Pesan Universal Bhagawad Gita 1*. Jakarta: Media Hindu.

- Sivananda, Swami. (1996). *Yoga Asanas*. Semarang: PT. Mandira.
- Soetrisno, Eddy. (2013). *Kamus Populer Bahasa Indonesia*. Bandung: Sinergi Pustaka Indonesia.
- Sugiharta, Dewa Made Bali. (2019). Konsep Prawerti dan Niwerti pada Kitab Katha Upanisad sebagai Media Pendidikan Teologi Masyarakat Bali. *IHDN Denpasar: Jurnal Yoga dan Kesehatan Fakultas Brahma Widya Jurusan Yoga Kesehatan Vol. (02) No. (02)*. ISSN: 2621-0185.
- Suhardana, K. M. (2009). *Prawerti dan Niwerti Marga*. Surabaya: Paramita.
- Suparta, Ida Kade. (2018). Internalisasi Ajaran Yama dan Niyama pada Siswa melalui Ekstrakurikuler Yoga di Sekolah Menengah Pertama Dwijendra Mataram. Tersedia secara online di <https://e-journal.iahn-gdepudja.ac.id/index.php/WS/article/download/102/38>.
- Surpa, I Wayan. (2016). *Melalui Pembinaan Karakter Kita Tingkatkan Kehidupan Beragam*. Denpasar: Universitas Udayana.
- Tim Prima Pena. (2000). *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Gramedia Press.
- Titib, I Made. (2009). *Teologi & Simbol-Simbol dalam Agama Hindu*. Surabaya: Paramita.