



E-ISSN: 2722-8576

E-ISSN: 1978-7014

# SPHATIKA: JURNAL TEOLOGI

UNIVERSITAS HINDU NEGERI  
I GUSTI BAGUS SUGRIWA DENPASAR  
VOLUME 14 NOMOR 1, MARET 2023

## AJARAN TRI GUṆA DALAM BHAGAVAD GĪTĀ

*Ida Bagus Subrahmaniam Saitya*<sup>1\*</sup>, *I Gede Sathya Dharma Putra Mahardika*<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Universitas Hindu Negeri I Gusti Bagus Sugriwa Denpasar

Email: <sup>1</sup>tugusbramsaitya@uhnsugriwa.ac.id\*, <sup>2</sup>adesathya1@gmail.com

\*Penulis Koresponden

---

### Keywords:

*Bhagavad Gītā; Tri Guṇa.*

---

### Abstract

*Hinduism is a religion that has moral teachings to guide individuals in living this life. With it, individuals can improve their quality of life both physically and psychologically. In Hinduism, there are many teachings that can improve the psyche. One of them is the Tri Guṇa which prohibits us from the natural qualities that exist in individuals which will be discussed according to the Bhagavad Gītā Sacred Library. This research method uses a qualitative descriptive research design. By reviewing the results that have been obtained through literature review, both journals, books, research results, and magazines related to research titles. The research results that have been obtained, analyzed and set forth in the form of a narrative. Tri Guṇa are the three characteristics contained in each individual, namely sātṭvam, rājas, and tāmas. This third trait has a tremendous influence on individuals in carrying out life in the world. In the Bhagavad Gītā, the Tri Guṇa originate from Brahman. Therefore, the Tri Guṇa can be used as a way for us to get closer to Him, even to achieve union with Him. The Tri Guṇa in the Bhagavad Gītā explain the knowledge, work activities, and doers stated in the Samkhya, the differences and determination (intelligence) of the Tri Guṇa, and the happiness attained by each of these gunas. With this knowledge, Tri Guṇa really help us to have a better personality and let go moksa.*

---

### Kata Kunci:

*Bhagavad Gītā; Tri Guṇa.*

---

### Abstrak

Agama Hindu merupakan agama yang memiliki ajaran moral untuk menuntun individu dalam menjalani hidup ini. Dengannya, individu dapat meningkatkan kualitas hidupnya baik dari segi fisik maupun psikis. Dalam Hindu, ajaran yang dapat meningkatkan psikis sangatlah banyak. Salah satunya yakni *Tri Guṇa* yang mengajarkan kita sifat-sifat alami yang ada dalam diri individu yang akan dibahas menurut Pustaka Suci *Bhagavad Gītā*. Metode Penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif

---

kualitatif. Dengan mengkaji hasil yang telah diperoleh melalui studi literatur, baik jurnal, buku, hasil penelitian, dan majalah yang berkaitan dengan judul penelitian (Ratna, 2006). Hasil penelitian yang telah diperoleh, dianalisis dan dituangkan dalam bentuk narasi. *Tri Guṇa* merupakan tiga sifat yang terkandung dalam setiap individu yakni *sāttvam*, *rājas*, dan *tāmas*. Ketiga sifat ini memiliki pengaruh yang luar biasa kepada individu dalam menjalankan kehidupan di dunia. Dalam *Bhagavad Gītā*, ajaran *Tri Guṇa* berasal dari Brahman. Oleh karenanya, ajaran *Tri Guṇa* dapat dijadikan cara kita untuk lebih dekat dengan-Nya, bahkan mencapai penyatuan dengan-Nya. *Tri Guṇa* dalam *Bhagavad Gītā* menjelaskan pengetahuan, kegiatan kerja, dan pelaku yang dinyatakan dalam ajaran Samkhya, perbedaan dan keteguhan hati (kecerdasan) dari ketiga guna, dan kebahagiaan yang dicapai oleh masing-masing guna tersebut. Dengan pengetahuan ini, ajaran *Tri Guṇa* sangat membantu kita memiliki pribadi yang lebih baik dan melepaskan ikatan duniawi untuk mencapai moksa.

---

## PENDAHULUAN

Agama Hindu merupakan agama tertua yang diakui oleh dunia. Dalam ajarannya, mengandung norma-norma yang membuat individu menjadi lebih baik dalam menjalani kehidupan baik dari segi fisik maupun psikis. Berbicara tentang psikis tidak terlepas dari sifat-sifat individunya. Dalam hal ini, Agama Hindu merincinya dalam tiga sifat yang mempengaruhi pikiran manusia yang disebut *Tri Guṇa* yaitu sifat alami yang diperoleh sejak lahir yaitu (*sāttvam*) kebaikan, (*rājas*) nafsu, dan (*tāmas*) kebodohan. Ketiga sifat itu akan saling mempengaruhi pikiran manusia, maka pengaruh dari sifat *Sāttvam*, sifat *Rājas* dan sifat *tāmas* pun akan memberi dampak terhadap tingkat keyakinan (*sraddha*) dalam memberikan pengaruh budhi pekerti pada individu. Ajaran *Tri Guṇa* ini memberi kita penjelasan lebih lanjut bagaimana sifat manusia terbentuk dan apa dampaknya dalam kehidupan. Ajaran-ajaran ini termuat dalam berbagai pustaka suci salah satunya *Bhagavad Gītā*.

Dalam kondifikasi rumpun kitab suci Weda, pada hakekatnya kitab suci *Bhagavad Gītā* karya Maharsi Vyasa atau sering disebut Bhagawan Vyasa ini adalah bagian dari *Bhīṣma Parwa*. *Bhīṣma Parwa* adalah bagian dari Kitab *Māhabhārata* yang mencertitakan kisah pertempuran *wangsa* atau keturunan *Bhārata*. Selanjutnya, *Māhabhārata* adalah bagian dari kitab *Ītihasa* dan berdampingan dengan kitab *Rāmāyana*. *ītihasa* sendiri merupakan bagian dari *Upaweda/Upaveda* yang tergolong dalam rumpun *Smṛti* (Saitya & Suryana, 2022).

*Bhagavad Gītā* merupakan salah satu pustaka suci Hindu yang memuat wejangan Kṛṣṇa kepada Arjuna. Di dalamnya terkandung ajaran-ajaran yang digunakan oleh umat Hindu dalam menjalani kehidupan. Begitupun dengan *Tri Guṇa*, hal ini juga terkandung dalam *Bhagavad Gītā* yang akan kita bahas dalam artikel ini.

## METODE

Penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif kualitatif. Dengan mengkaji hasil yang telah diperoleh melalui studi literatur, baik jurnal, buku, hasil penelitian, dan majalah yang berkaitan dengan judul penelitian (Ratna, 2013). Hasil penelitian yang telah diperoleh, dianalisis dan dituangkan dalam bentuk narasi.

## PEMBAHASAN

*Tri Guṇa* adalah tiga guna yang ada dalam diri manusia yang akan memunculkan kecenderungan-kecenderungan perilaku seseorang. Apapun jenis *guṇa* ini begitulah sifat dari pikiran. Perilaku seseorang akan ditentukan oleh intensitas pengaruh salah satu dari *Tri Guṇa* itu (Mastiningsih, 2019).

*Tri Guṇa* merupakan tiga sifat yang terkandung dalam setiap individu yakni *Sāttvam*, *Rājas*, dan *tāmas*. Ketiga sifat ini memiliki pengaruh yang luar biasa kepada individu dalam menjalankan kehidupan di dunia. Dalam *Bhagavad Gītā* sendiri, penjelasan tentang *Tri Guṇa* sangat detail menerangkannya. Dengan adanya sifat-sifat ini, jika individu dapat memiliki sifat yang dominan kearah *sāttvam*, ia akan memiliki pengetahuan yang hakiki akan *atman* dan *Brahman* dan dengannya dapat menuntunnya menjalani hidup dengan baik tanpa terikat dengan hal-hal duniawi. Jika individu dominan memiliki sifat *rājas*, ia akan memiliki rasa ego dan ke-akuan yang tinggi. Dengan rasa ini, orang yang bersifat *rājas* akan terikat dengan hal-hal duniawi dan susah terlepas dengan keterikatan ini untuk mencapai penyatuan dengan *Brahman*. Jika individu memiliki sifat yang dominan *tāmas*, ia akan penuh dengan *avidya* lengkap dengan hal-hal negatif seperti kemalasan yang membuat sang jiwa (*atman*) mengalami kemerosotan.

Ajaran Agama Hindu tentang tiga sifat yang ada dalam setiap individu yang disebut dengan *Tri Guṇa* pastilah memiliki akarnya atau asal usulnya. Sama halnya dari Eka menjadi jamak, dari jamak kembali menjadi Eka dst. Begitupun dengan *Tri Guṇa* yang akhirnya akan menjadi jalan kita menuju yang Eka yakni *Brahman* atau Ida Sang Hyang Widhi Wasa. Dalam *Bhagawad Gītā* VII.12 disebutkan:

*ye caiva sāttvikā bhāvā rājasāstāmasāśca ye,  
matta eveti tānviddhi na tvahaṁ teṣu te mayi*

Terjemahannya:

Dalam keadaan apapun juga sifat makhluk itu, baik yang *sattvika* (dipenuhi kebajikan); *Rājasika* (dipenuhi nafsu) atau *tāmasika* (dipenuhi kemalasan), ketahuilah olehmu bahwa itu semua berasal dariku, bukan Aku di dalam mereka, namun mereka ada di dalamku (Tim Pengkaji dan Penerjemah Pustaka Suci Veda (Vedānūvāda Samiti), 2021).

Dari penjelasan sloka tersebut ajaran *Tri Guṇa* yaitu tiga sifat yang mempengaruhi sifat manusia yakni *sāttvam*, *rājas*, dan *tāmas* berasal dari Brahman atau Tuhan Yang Maha Esa (Mujirah et al., 2021). Dari sini jelas bahwa segala sesuatu didunia ini berasal dari-Nya begitupun dengan *Tri Guṇa* ini. Dengan mengetahui asal usul dari *Tri Guṇa*, kita dapat meningkatkan sradha kita akan Brahman yang Maha Segalanya.

Dalam *Bhagavad Gītā*, Kṛṣṇa menjelaskan dengan detail kepada Arjuna tentang *Tri Guṇa* baik itu pengetahuan, kegiatan kerja, pelaku, perbedaan, keteguhan hati (kecerdasan), dan kebahagiaan dari ketiga sifat tersebut. Hal ini lebih lanjut dijelaskan dalam *Bhagavad Gītā* XVIII.19, 29, & 36:

*jñānaṁ karma ca kartā ca tridhaiva guṇabhedataḥ,  
procyate guṇasaṅkhyāne yathāvacchṛṇu tānyapi.*

(*Bhagavad Gītā* XVIII.19)

Terjemahannya:

Pengetahuan, perbuatan dan pelaksana dikatakan dalam Ilmu triguṇa di dalam ajaran Sankhya hanya tiga macam cara, menurut perbedaan di dalam triguṇa. engkau dengarkanlah semua itu yang sebenarnya (Tim Pengkaji dan Penerjemah Pustaka Suci Veda (Vedānūvāda Samiti), 2021).

*buddherbhedaṁ dhṛteścaiva guṇastrividhaṁ śṛṇu,  
procyamānamaśeṣeṇa prthaktvena dhanāñjaya.*

(*Bhagavad Gītā* XVIII.29)

Terjemahannya:

Dengarkanlah sekarang tiga macam perbedaan tentang kecerdasan dan juga keimanan (keteguhan), oh Arjuna sesuai dengan sifat (*Tri Guṇa*), sebagai yang akan Aku jelaskan masing-masing dan secara mendalam (Tim Pengkaji dan Penerjemah Pustaka Suci Veda (Vedānūvāda Samiti), 2021).

*sukhaṁ tvidānīm trividhaṁ śṛṇu me bhatararṣabha,  
abhyāsādramate yatra duḥkhāntaṁ ca nigacchati.*

(*Bhagavad Gītā* XVIII.36)

Terjemahannya:

Dan sekarang dengarkanlah dariku, Oh Arjuna, tiga macam kebahagiaan. Kebahagiaan di mana seorang belajar menikmati karena latihan yang lama dan dengan mana orang dapat mengakhiri kedukaannya (Tim Pengkaji dan Penerjemah Pustaka Suci Veda (Vedānūvāda Samiti), 2021).

Dengan penjelasan sloka diatas, penulis akan membedahnya satu per satu sesuai dengan sifat dan kategorinya sebagai berikut.

### 1. *Sāttvam* dalam *Bhagavad Gītā*

Penjelasan tentang *Sāttvam* dalam *Bhagavad Gītā* terkandung dalam *Bhagavad Gītā* XVIII.20, 23, 26, 30, 33, & 37:

*sarvebhūteṣu yenaikaṁ bhāvamavyayamīkṣate,  
avibhaktaṁ vibhakteṣu tajjñānaṁ viddhi sāttvikam.*

(*Bhagavad Gītā* XVIII.20)

Terjemahannya:

Pengetahuan yang dapat melihat Hyang Tunggal abadi dalam semua makhluk, yang tidak dapat dipisahkan di dalam yang terpisah-pisah, ketahuilah bahwa pengetahuan itu adalah sāttvika (Tim Pengkaji dan Penerjemah Pustaka Suci Veda (Vedānūvāda Samiti), 2021).

*niyatam saṅgarahitamarāgadveṣataḥ kṛtam,  
aphalaprepsunā karma yattatsāttvikamucyate.*

(*Bhagavad Gītā* XVIII.23)

Terjemahannya:

Perbuatan yang diwajibkan, yang dilakukan tanpa ikatan, tanpa cinta atau benci oleh seorang yang tidak mengharapkan buahnya, itu disebut sāttvikam (Tim Pengkaji dan Penerjemah Pustaka Suci Veda (Vedānūvāda Samiti), 2021).

*muktasaṅgo 'nahaṁvādī dhṛtyutsāhasamanvitah,  
siddhyaśiddhyonirvikārah kartā sāttvika ucyate.*

(*Bhagavad Gītā* XVIII.26)

Terjemahannya:

Pelaku yang bebas dan ikatan, yang tidak punya rasa keakuan, teguh, hati, rajin dan yang tidak digoyahkan oleh kesuksesan atau kegagalannya, ia dikatakan sāttvika (Tim Pengkaji dan Penerjemah Pustaka Suci Veda (Vedānūvāda Samiti), 2021).

Dalam ajaran Samkhya, pengetahuan, kegiatan kerja, dan pelakunya yang memiliki sifat *Sāttvam* dijelaskan oleh ketiga sloka diatas. Pengetahuan yang bersifat *Sāttvam* ialah pengetahuan akan hubungan antara Brahman dan Atman yang tak terpisahkan. Kegiatan kerja yang bersifat *Sāttvam* ialah kegiatan yang dilakukan dengan rasa tulus ikhlas segala kegiatan yang dilakukan sesuai dengan dharma (kewajiban)nya tanpa ada rasa keterikatan, keinginan akan untung dan rugi, dll. Pelaku yang bersifat *Sāttvam* ialah pelaku yang tak terikat oleh ikatan duniawi (maya) dan menjalankan dharmanya sesuai dengan ketentuannya (tak lebih maupun kurang).

*pravṛttim ca nivṛttim ca kāryākārye bhayābhaye,  
bandham mokṣam ca yā vetti buddhiḥ sā pārtha sāttvikī.*

(*Bhagavad Gītā* XVIII.30)

Terjemahannya:

Pengertian yang mengetahui mana perbuatan dan mana tanpa perbuatan, apa yang harus dilakukan dan apa yang tidak harus dilakukan, apa yang ditakutkan dan apa yang tidak harus ditakutkan, apa yang mengikat dan apa yang membebaskan jiwa, pengertian ini, oh Arjuna disebut Sāttvikī (Tim Pengkaji dan Penerjemah Pustaka Suci Veda (Vedānūvāda Samiti), 2021).

*dhṛtyā yayā dhārayate manaḥprāṇendriyakriyāḥ,  
yogenāvyabhicāriṇyā dhṛtiḥ sā pārtha sāttvikī.*

(*Bhagavad Gītā* XVIII.33)

Terjemahannya:

Ketetapan hati yang tidak dapat digoncangkan dan dengan melalui pemusatan pikiran, orang menguasai segala gerak dan pikiran, nafas kehidupan dan indria, kemantapan (iman) yang seperti itu wahai Arjuna, disebut "Sāttvika" (Tim Pengkaji dan Penerjemah Pustaka Suci Veda (Vedānūvāda Samiti), 2021).

Dalam kedua sloka diatas, dijelaskan tentang pengertian dan keteguhan hati dari sifat *Sāttvam*. Pengertian dari sifat *Sāttvam* ialah kecerdasan yang mengetahui bagaimana melakukan kegiatan kerjanya sesuai dengan dharma-nya. Seseorang yang tahu *jobdes*-nya akan melakukan sesuai proporsinya tanpa menambah ataupun mengurangi *jobdes* tersebut. Keteguhan hati yang bersifat *Sāttvam* ialah orang yang selalu konsisten dengan apa yang ia kerjakan, teguh dalam mengendalikan pikiran dan indrianya, dan selalu menstabilkan nafas agar resonansi yang dikeluarkan memiliki rasa tenang, tentram, dan damai.

*yattadagre viṣamiva pariṇāme 'mṛtopamam,  
tatsukham sāttvikam proktamātmabuddhiprasādajam.*

(*Bhagavad Gītā* XVIII.37)

Terjemahannya:

Kebahagiaan yang sebagai racun pada mulanya, tetapi akhirnya sebagai air amerta yang timbul dari kejernihan budi disebabkan oleh karena pengertian yang jelas mengenai ātma, kebahagiaan ini dikatakan *Sāttvika* (Tim Pengkaji dan Penerjemah Pustaka Suci Veda (Vedānūvāda Samiti), 2021).

Kebahagiaan dalam sifat *Sāttvam* ialah kebahagiaan yang dicapai ibarat berakit-rakit dahulu, berenang-renang ketepian. Kebahagiaan ini tercapai karena adanya usaha yang tak mudah yang akhirnya membuahkan hasil yang memuaskan. Kebahagiaan tertinggi dari sifat *Sāttvam* ialah kebahagiaan karena lebih mengenal akan hakekat sang diri (atman) dan dengannya terhubung dengan sumber dari atman tersebut.

## 2. *Rājas* dalam *Bhagavad Gītā*

Penjelasan tentang *Rājas* dalam *Bhagavad Gītā* terkandung dalam *Bhagavad Gītā* XVIII.21, 24, 27, 31, 34, & 38:

*prthaktvena tu yajjñānam nānābhāvānprthagvidhān,  
vetti sarveṣu bhūteṣu tajjñānam viddhi rājasam.*

(*Bhagavad Gītā* XVIII.21)

Terjemahannya:

Pengetahuan yang melihat banyak ātma-ātma di dalam makhluk yang berbeda-beda karena mereka nampak terpisah-pisah, ketahuilah olehmu bahwa pengetahuan itu adalah *Rājasika* (Tim Pengkaji dan Penerjemah Pustaka Suci Veda (Vedānūvāda Samiti), 2021).

*yattu kāmeṣunā karma sāhaṅkāreṇa vā punaḥ,  
kriyate bahulāyāsam tadrājasamudāhṛtam.*

(*Bhagavad Gītā* XVIII.24)

Terjemahan:

Akan tetapi perbuatan yang dilakukan dengan perasaan yang sangat tegang oleh seorang yang mencari kepuasan keinginannya atau didorong oleh keakuannya dikatakan *Rājasika* (Tim Pengkaji dan Penerjemah Pustaka Suci Veda (Vedānūvāda Samiti), 2021).

*rāgī karmaphalapreṣurlubdho himsātmake 'suciḥ,  
harṣaśokānvitaḥ kartā rājasah parikīrtitaḥ.*

(*Bhagavad Gītā* XVIII.27)

Terjemahannya:

Pelaku yang diombang-ambingkan oleh nafsu, yang ingin mencari buah dari pekerjaannya, yang serakah dan sifatnya keras, tidak bersih, yang digoyahkan oleh kesenangan dan kesedihannya ia dikatakan Rājasika (Tim Pengkaji dan Penerjemah Pustaka Suci Veda (Vedānuvāda Samiti), 2021).

Dalam ajaran Samkhya, pengetahuan, kegiatan kerja, dan pelakunya yang memiliki sifat *Rājas* dijelaskan oleh ketiga sloka di atas. Pengetahuan yang bersifat *Rājas* ialah pengetahuan akan atman yang ada dalam setiap individu berbeda seperti Karma Phala dimana phala setiap individu sesuai dengan apa yang ia perbuat. Kegiatan kerja bersifat *Rājas* ialah kegiatan yang dilakukan dengan rasa ego dimana segala kegiatan yang dilakukan untuk memenuhi keinginan akan keuntungan dan tidak ingin rugi. Pelaku yang bersifat *Rājas* ialah pelaku yang terikat dengan ikatan duniawi (maya) dan menjalankan dharma dengan keinginan akan phala (untung).

*ya yā dharmamadharmaṁ ca kāryaṁ cākāryameva ca,  
ayathāvatprajānāti buddhiḥ sā pārtha rājasī.*

(*Bhagavad Gītā* XVIII.31)

Terjemahannya:

Bila kecerdasan itu mengelirukan, tentang apa yang benar dan apa yang tidak benar, apa yang harus dilakukan dan apa yang tidak dilakukan, kecerdasan ini, oh Arjuna, adalah Rājasika (Tim Pengkaji dan Penerjemah Pustaka Suci Veda (Vedānuvāda Samiti), 2021).

*ya yā tu dharmakāmārthāndhṛtyā dhārayate 'rjuna,  
prasaṅgena phalākāṅkṣī dhṛtiḥ sā pārtha rājasī.*

(*Bhagavad Gītā* XVIII.34)

Terjemahannya:

Ketetapan hati dengan mana orang memegang teguh pada kewajiban, kesenangan dan kekayaan, dengan mengingini hasil dari perbuatannya itu, sebagai balasan, ketetapan hati demikian wahai Pārtha (Arjuna) disebut Rājasika (Tim Pengkaji dan Penerjemah Pustaka Suci Veda (Vedānuvāda Samiti), 2021).

Dalam kedua sloka di atas, dijelaskan tentang pengertian dan keteguhan hati dari sifat *Rājas*. Pengertian dari sifat *Rājas* ialah kecerdasan yang mengetahui bagaimana melakukan kegiatan kerjanya akan tetapi tidak sesuai dengan dharma. Seseorang yang memiliki sifat *Rājas* mengetahui *jobdes*-nya akan tetapi melakukannya tidak sesuai proporsinya. Keteguhan hati yang bersifat *Rājas* ialah orang yang teguh dengan apa yang ia kerjakan, demikian pula dengan keinginan akan keuntungan dari yang dikerjakannya yang membuat seseorang yang memiliki sifat *Rājas* memiliki keterikatan duniawi yang mendalam. Seseorang yang memiliki keterikatan duniawi tidak mudah untuk mencapai penyatuan dengan Brahman.

*viṣayendriyasamyogādyattadagre ' mṛtopamam,  
pariṇāme viṣamiva tatsukhaṁ rājasam smṛtam.*

(*Bhagavad Gītā* XVIII.38)

Terjemahannya:

Kebahagiaan yang muncul dari adanya kontak antara indriya dengan objek-objeknya dan yang kelihatan sebagai amerta pada permulaannya, akan tetapi sebagai racun pada akhirnya, kebahagiaan demikian dikenal sebagai Rājasika (Tim Pengkaji dan Penerjemah Pustaka Suci Veda (Vedānūvāda Samiti), 2021).

Kebahagiaan dalam sifat *Rājas* ialah kebahagiaan yang dicapai oleh indria dengan hal-hal duniawi. Kebahagiaan ini akan membuat orang memiliki keinginan lebih mendalam akan hal-hal duniawi yang akhirnya menjeratnya dengan keterikatan duniawi.

### 3. *Tāmas* dalam *Bhagavad Gītā*

Penjelasan tentang *Tāmas* dalam *Bhagavad Gītā* terkandung dalam *Bhagavad Gītā* XVIII.22, 25, 28, 32, 35, & 39:

*yattu kṛtsnavadekasminkārye saktamahaitukam,  
atattvārthavadalpaṁ ca tattāmasamudāhṛtam.*

(*Bhagavad Gītā* XVIII.22)

Terjemahannya:

Akan tetapi pengetahuan yang melihat pada sebuah kegiatan saja sebagai keseluruhannya, tanpa mengenal akan sebab, tanpa mengerti yang benar dan sempit, dikatakan *Tāmasika*, bodoh (Tim Pengkaji dan Penerjemah Pustaka Suci Veda (Vedānūvāda Samiti), 2021).

*anubandham kṣayam himsāmanavekṣya ca pauraṣam,  
mohādārabyate karma yattattāmasamucyate.*

(*Bhagavad Gītā* XVIII.25)

Terjemahannya:

Perbuatan yang dilakukan dengan kebodohan, tanpa memandang akibatnya atau kehilangannya, menyakiti yang lain dan tanpa menghiraukan kecakapan seseorang, dikatakan adalah *Tāmasika* (Tim Pengkaji dan Penerjemah Pustaka Suci Veda (Vedānūvāda Samiti), 2021).

*ayuktah prakṛtaḥ stabdhaḥ śaṭho ' naiṣkṛtiko ' lasaḥ,  
viṣādī dīrghasūtrī ca kartā tāmasa ucyate.*

(*Bhagavad Gītā* XVIII.28)

Terjemahannya:

Pelaku yang tidak berkualitas, kotor mulut, keras kepala, curang, malas, lekas putus asa, suka menunda pekerjaan; ia disebut *Tāmasika* (Tim Pengkaji dan Penerjemah Pustaka Suci Veda (Vedānūvāda Samiti), 2021).

Dalam ajaran Samkhya, pengetahuan, kegiatan kerja, dan pelakunya yang memiliki sifat *tāmas* dijelaskan oleh ketiga sloka diatas. Pengetahuan yang bersifat *tāmas* ialah pengetahuan yang subjektif dimana hanya ada satu sudut pandang pengetahuan dan merasa pengetahuan itulah yang paling benar. Kegiatan kerja yang bersifat *tāmas* ialah kegiatan yang dilakukan dengan tidak tulus ikhlas dimana segala kegiatan yang dilakukan tanpa ada rasa tanggung jawab dan semena-mena. Pelaku yang bersifat *tāmas*



ialah pelaku yang memiliki watak buruk mulai dari pikiran perbuatan maupun perkataan.

*adharmam dharmamiti yā manyate tāmāsāvṛtā,  
sarvārthānviparītāmśca buddhiḥ sā pārtha tāmāsī.*

(*Bhagavad Gītā* XVIII.32)

Terjemahannya:

Bila kecerdasan diselubungi kegelapan, mengertikan sebagai benar apa yang salah dan melihat segala sesuatu dengan jalan terputar balik, kecerdasan itu, oh Arjuna, ada Tāmasika (Tim Pengkaji dan Penerjemah Pustaka Suci Veda (Vedānūvāda Samiti), 2021).

*yayā svapnām bhayaṁ śokaṁ viśādaṁ madameva ca,  
na vimuñcati durmedhā dhṛtiḥ sā pārtha tāmāsī.*

(*Bhagavad Gītā* XVIII.35)

Terjemahannya:

Kecerdasan yang rendah yang mana membuat seorang tidak meninggalkan sifat suka tidur, ketakutan, kesedihan, penderitaan dan juga kesombongan, ketetapan hati, ini, oh Arjuna, disebut Tāmasika (Tim Pengkaji dan Penerjemah Pustaka Suci Veda (Vedānūvāda Samiti), 2021).

Dalam kedua sloka diatas, dijelaskan tentang pengertian dan keteguhan hati dari sifat *tāmas*. Pengertian dari sifat *tāmas* ialah kecerdasan dalam keadaan awidya dimana segala sesuatu yang dipahami terbalik dengan kebenaran yang sejati. Seseorang yang diliputi oleh awidya memiliki kecendrungan untuk ingin diakui oleh orang lain akan pengetahuan yang ia miliki seolah-olah ialah yang paling benar. Keteguhan hati yang bersifat *tāmas* ialah yang selalu merasa negatif dalam segala keadaan. Orang-orang yang memiliki keteguhan hati yang bersifat *tāmas* biasanya sangat mudah mengalami kecemasan, rasa minder, malas, dll. dalam melakukan kegiatan kerja.

*yadagre cānubandhe ca sukhaṁ mohanamātmanah,  
nidrālasya pramādottham tattāmāsamudāhṛtam.*

(*Bhagavad Gītā* XVIII.39)

Terjemahannya:

Kebahagiaan yang mengelabui jiwa baik pun pada permulaan dan atau pada akhirnya, dan yang muncul dari tidur, kemalasan, kelalaian, ini dikatakan Tāmasika (Tim Pengkaji dan Penerjemah Pustaka Suci Veda (Vedānūvāda Samiti), 2021).

Kebahagiaan dalam sifat *tāmas* ialah kebahagiaan yang dicapai karena rasa malas dalam apapun yang menimbulkan keawidyaan pada sang diri (atman). Orang-orang yang bersifat *tāmas* memiliki kebahagiaan akan hal-hal yang membuat sang diri mengalami *degrasi* (kemerostan).

## PENUTUP

*Tri Guṇa* dalam *Bhagavad Gītā* menjelaskan pengetahuan, kegiatan kerja, dan pelaku yang dinyatakan dalam ajaran Samkhya, perbedaan dan keteguhan hati (kecerdasan) dari ketiga guna, dan kebahagiaan yang dicapai oleh masing-masing guna tersebut. *Bhagavad Gītā* menjelaskan bahwa *Tri Guṇa* berasal dari Aku (Brahman), bukan Aku dalam mereka,

tetapi mereka didalam-Ku. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ajaran Agama Hindu tentang *Tri Guṇa* dapat menjadi acuan atau jalan perbaikan diri dan penyatuan kepada Brahman atau Tuhan Yang Maha Esa.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Mastiningsih, N. N. (2019). Mengendalikan Emosi Melalui Ajaran Tri Guna. In K. H. Primayana (Ed.), *Tantangan dan Peluang Dunia Pendidikan di Era 4.0* (pp. 157–160). Sekolah Tinggi Agama Hindu Negeri Mpu Kuturan.  
<http://jurnal.stahnmpukuturan.ac.id/index.php/dharmaacarya>
- Mujirah, Wibowo, G., & Santiawan, I. N. (2021). Pengaruh Ajaran Tri Guna dalam Meningkatkan Budhi Pekerti Anak di TK Sari Mekar Banguntapan Bantul Yogyakarta. *Jawa Dwipa Jurnal Penelitian Dan Penjaminan Mutu*, 2(1), 34–49.  
<https://ejournal.sthd-jateng.ac.id/JawaDwipa/index.php/jawadwipa/article/view/36/27>
- Ratna, N. K. (2013). *Teori, Metode, dan teknik Penelitian Sastra*. Pustaka Pelajar.
- Saitya, I. B. S., & Suryana, A. (2022). Konsep Jñāna dalam Bhagavad Gītā. *Sphatika: Jurnal Teologi*, 13(2), 186–194. <https://doi.org/10.25078/sphatika.v13i2.2212>
- Tim Pengkaji dan Penerjemah Pustaka Suci Veda (Vedānūvāda Samiti). (2021). *Bhagavadgītā dan Terjemahannya*. Direktorat Jenderal Bimbingan Masyarakat Hindu Kementerian Agama Republik Indonesia.