

NRIMA ING PANDUM: MENERIMA ATAU PASRAH DENGAN KEADAAN?

Safira Mahanani, & Yohanes Kartika Herdiyanto

Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Udayana, Jl. PB Sudirman, Denpasar, 80232, Indonesia

Korespondensi: mahanani.2302531047@student.unud.ac.id

NRIMA ING PANDUM: ACCEPTANCE OR RESIGNATION?

Manuscript type: Original Research

Abstract

Nrima ing pandum is a Javanese life philosophy that emphasizes acceptance of life reality. Although this concept has been widely discussed in cultural and local psychological studies, existing literature remains fragmented and often ambiguously interprets *nrima ing pandum* as passive resignation rather than an adaptive coping strategy. This scoping review aims to examine the meaning of *nrima ing pandum* and its psychological function as a coping strategy in dealing with life stress. The study employs a scoping review method to systematically collect and synthesize findings from relevant literature. A synthesis of 11 selected studies shows that *nrima ing pandum* contributes to emotional calmness, self-acceptance, resilience, and meaning-making across various stress contexts, including poverty, illness, aging, disasters, and emotional distress. However, several studies also reveal the risk of maladaptive outcomes when *nrima* is misunderstood as fatalistic surrender. These findings highlight the importance of a contextual and accurate understanding of *nrima ing pandum* as an active, culturally grounded coping strategy that can inform culturally sensitive mental health practices.

Article history:

Received 10 Jul 2025

Received in revised form 4 November 2025

Accepted 27 November 2025

Available online 10 May 2026

Keywords:

acceptance

coping

Javanese culture

mental health

nrima ing pandum

Abstrak

Nrima ing pandum merupakan falsafah hidup masyarakat Jawa yang menekankan penerimaan terhadap kenyataan hidup. Meskipun konsep ini banyak dibahas dalam kajian budaya dan psikologi lokal, literatur yang ada masih terfragmentasi dan kerap memaknai *nrima ing pandum* sebagai bentuk kepasrahan pasif sehingga fungsi adaptifnya sebagai strategi koping belum tergambar secara utuh. Kajian ini bertujuan untuk menelaah makna *nrima ing pandum* dan perannya sebagai strategi koping dalam menghadapi tekanan hidup. Metode yang digunakan adalah kajian literatur lingkup (*scoping review*) melalui pengumpulan dan sintesis temuan-temuan penelitian yang relevan. Berdasarkan analisis terhadap 11 artikel, *nrima ing pandum* berperan dalam menjaga ketenangan batin, memperkuat penerimaan diri, membangun resiliensi, serta membantu individu menemukan makna dalam situasi sulit, seperti kemiskinan, penyakit, penuaan, bencana, dan tekanan emosional. Namun, pemaknaan yang keliru berpotensi mengarah pada sikap pasrah yang tidak adaptif. Oleh karena itu, pemahaman yang tepat terhadap *nrima ing pandum* penting untuk pengembangan strategi kesehatan mental berbasis budaya.

Kata Kunci: budaya Jawa, kesehatan mental, koping, *nrima ing pandum*, penerimaan

Dampak dan Implikasi dalam Konteks Ulayat

Kajian ini menyoroti *nrima ing pandum* sebagai kekuatan budaya lokal masyarakat suku Jawa dalam merespons tekanan hidup secara adaptif. Temuan ini memperkuat pentingnya nilai budaya lokal sebagai sumber koping yang relevan secara psikologis dan kultural. Hasil studi ini menunjukkan bahwa *nrima ing pandum* bukan sekadar sikap pasrah, melainkan strategi koping aktif yang dimaknai secara kontekstual dan dijalankan melalui kesabaran, rasa syukur, serta usaha yang berkelanjutan. *Nrima* tidak hanya menjaga ketenangan batin, tetapi juga memperkuat resiliensi individu dalam konteks komunitas. Implikasinya, nilai-nilai budaya lokal seperti *nrima* dapat diintegrasikan ke dalam intervensi psikologis berbasis budaya dan menjadi dasar pengembangan pendekatan psikologi yang lebih kontekstual.

Handling Editor: Karel Karsten Himawan, Faculty of Psychology, Universitas Pelita Harapan, Indonesia



This open access article is licensed under [Creative Commons Attribution License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/), which permits unrestricted use, distribution, and reproduction, provided the original work is properly cited.

PENDAHULUAN

Dalam kehidupan, manusia dihadapkan pada berbagai tantangan seperti ketidakpastian ekonomi, kompetisi sosial, bencana alam, wabah penyakit, atau tekanan psikologis yang berkaitan dengan pencarian makna hidup (Lubis dkk., 2024). Tekanan-tekanan tersebut tidak hanya berdampak pada kualitas hidup, tetapi juga berkontribusi pada meningkatnya gangguan kesehatan mental di berbagai belahan dunia. Banyak orang kemudian mengalami stres, kecemasan, bahkan depresi. Di Indonesia, data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 menunjukkan prevalensi depresi mencapai 1.4% dan prevalensi masalah kesehatan jiwa mencapai 2% pada penduduk berusia ≥ 15 tahun (Kementerian Kesehatan RI, 2023). Hal ini diperkuat oleh penelitian yang menunjukkan bahwa stres dan kecemasan akibat pandemi terbukti menurunkan kesejahteraan psikologis pekerja generasi milenial dan lansia, serta tingkat depresi tertinggi di Asia Tenggara terjadi pada remaja karena tekanan akibat transisi dari masa anak-anak menuju dewasa (Krisnatuti & Latifah, 2021; Maserati & Purba, 2021; Nathasya dkk., 2024).

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2018) mencatat prevalensi depresi nasional sebesar 6.1%, sementara gangguan mental emosional mencapai 9.8%. Jawa Tengah, Jawa Timur, dan Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY)—tiga provinsi yang menjadi tempat tinggal bagi 89.42% masyarakat suku Jawa (Badan Pusat Statistik, 2024)—menunjukkan prevalensi depresi masing-masing sebesar 4.4%, 4.5%, dan 5.5%. Angka gangguan mental emosional di ketiga provinsi tersebut pun cukup mencolok, terutama di DIY yang mencapai 10.1%, lebih tinggi dibanding Jawa Tengah (7.7%) dan Jawa Timur (6.8%), serta melampaui rata-rata nasional. Angka ini mencerminkan bahwa masyarakat Jawa yang dikenal memiliki budaya yang menjunjung nilai spiritual dan keharmonisan batin juga rentan terhadap gangguan kesehatan mental akibat tekanan hidup. Dengan demikian, dalam menghadapi berbagai tantangan tersebut, dibutuhkan sebuah strategi untuk melewatinya.

Dalam konteks psikologi, cara individu merespons berbagai tekanan disebut sebagai strategi koping (*coping strategy*). Lazarus dan Folkman (1984) mendefinisikan koping sebagai pikiran dan tindakan yang digunakan untuk mengelola tuntutan internal dan eksternal dari situasi yang dinilai melebihi sumber daya pribadi individu tersebut. Dua bentuk utama dari koping adalah koping berfokus pada masalah (*problem-focused coping*), yaitu usaha untuk mengubah atau mengatasi sumber stres secara langsung, dan koping berfokus pada emosi (*emotion-focused coping*), yakni usaha untuk mengelola emosi yang muncul akibat situasi yang tidak bisa dikendalikan (Mora & Ozakinci, 2013). Koping bukan proses yang statis, melainkan proses dinamis yang bergantung pada cara individu mengevaluasi sebuah situasi. Evaluasi tersebut dapat dilakukan melalui penilaian primer

(*primary appraisal*) yang memunculkan pertanyaan “apakah situasi ini mengancam?”, atau menimbulkan pertanyaan “apa yang bisa saya lakukan?”, yang disebut sebagai penilaian sekunder (*secondary appraisal*). Mora dan Ozakinci (2013) menjelaskan bahwa coping dipengaruhi oleh sumber daya yang dimiliki individu tersebut seperti sumber daya psikologis, spiritual, sosial, lingkungan, material, dan juga karakteristik dari situasi yang ada terutama apakah hasilnya dapat dikendalikan atau harus diterima apa adanya.

Dalam konteks budaya, bentuk coping seseorang sangat dipengaruhi oleh nilai-nilai yang dipegang masyarakat (Faruq dkk., 2022; Manullang dkk., 2020). Pada budaya Jawa, terdapat falsafah hidup yang dikenal dengan istilah *nrima ing pandum*. Istilah ini memiliki arti menerima pemberian Tuhan, dan sikap *nrima* atau menerima merupakan sikap batin yang menjadi dasar dari setiap langkah yang diambil oleh orang Jawa (Endraswara, 2018). *Nrima ing pandum* tidak hanya sekadar konsep, tetapi merupakan falsafah hidup yang membentuk cara berpikir dan bersikap masyarakat Jawa. Sikap *nrima* ini muncul sebagai respons terhadap berbagai bentuk tekanan hidup yang dialami manusia, seperti penderitaan, kehilangan, dan situasi sulit lainnya.

Dalam kajian literatur ini, penulis menggunakan penulisan *nrima*, bukan *nrimo* atau *narimo*, dengan merujuk pada kamus *Baoesastra Djawa* (Poerwadarminta, 1939) dan sistem fonetik bahasa Jawa. Vokal [ɔ] dalam kata *nrima* sesuai dengan pelafalan aslinya dan berbeda dari [o] dalam kata seperti “toko” (Marsono, 2006). Pemilihan penulisan ini dimaksudkan untuk menjaga kesesuaian makna dan pelafalan dalam konteks budaya yang sedang dikaji.

Falsafah *nrima ing pandum* memiliki potensi sebagai sebuah strategi yang dapat mendukung peningkatan kesehatan mental individu dalam menghadapi berbagai tantangan. Menurut kamus *Baoesastra Djawa* (Poerwadarminta, 1939) *nrima* memiliki arti *nampa kalawan panuwun* atau menerima dengan rasa syukur. Namun, makna dari *nrima ing pandum* ini kerap disalahpahami sebagai bentuk kepasrahan yang pasif atau bahkan menyerah pada keadaan. Ketika falsafah ini dipahami secara keliru, maka ia kehilangan esensinya sebagai pedoman hidup manusia. Alih-alih menjadi jalan penerimaan dalam menghadapi tekanan, *nrima ing pandum* justru dijadikan pembenaran untuk sebuah ketidakberdayaan. Kesalahpahaman ini tidak hanya berdampak pada satu individu, tetapi juga dapat memutus rantai transmisi nilai budaya secara turun-temurun. Sebuah falsafah tidak mungkin terus diwariskan jika maknanya tidak lagi dipahami dengan tepat atau tidak lagi menjadi tuntunan dalam kehidupan.

Dalam kehidupan masyarakat modern yang ditandai oleh percepatan arus informasi, kompetisi tinggi, serta perubahan sosial dan ekonomi yang dinamis, falsafah *nrima ing pandum* tetap memiliki relevansi yang kuat. Mobilitas atau perpindahan penduduk yang tinggi membuat masyarakat

Jawa tidak hanya terisolasi bersama masyarakat Jawa saja, tetapi juga menjadi masyarakat global yang multikultur. Bagi masyarakat Jawa maupun Indonesia secara umum yang kini hidup dalam konteks global dan urban, *nrima ing pandum* dapat diaktualisasikan sebagai strategi koping yang membantu individu menyeimbangkan antara usaha aktif dan penerimaan terhadap hal-hal di luar kendali. Nilai penerimaan, kesabaran, dan rasa syukur yang terkandung di dalamnya dapat menjadi landasan spiritual dan psikologis untuk menjaga ketenangan batin di tengah tekanan hidup yang kompleks.

Meskipun falsafah *nrima ing pandum* telah banyak dibahas dalam kajian budaya dan psikologi sebagai nilai hidup yang membentuk sikap menerima, sabar, dan bersyukur, kajian empiris mengenai *nrima* umumnya masih bersifat lokal dan kontekstual. Sebagian besar penelitian dilakukan pada kelompok masyarakat Jawa di wilayah tertentu dengan jumlah partisipan yang terbatas, dan berfokus pada pengalaman hidup yang spesifik seperti kemiskinan (Jati, 2023). Kondisi ini menyebabkan pemahaman mengenai *nrima ing pandum* sebagai sebuah strategi koping belum terintegrasi secara komprehensif dalam kerangka psikologi yang lebih luas. Di sisi lain, masyarakat Jawa merupakan kelompok yang memiliki tingkat mobilitas dan migrasi yang tinggi, baik di wilayah Nusantara maupun dalam konteks global, seperti komunitas diaspora Jawa di berbagai negara (Wibowo dkk., 2025; Widodo dkk., 2023). Namun, hingga kini masih terbatas kajian yang menelaah apakah nilai *nrima ing pandum* tetap menjadi rujukan utama dalam menghadapi tekanan hidup pada konteks sosial dan budaya yang berbeda dari lingkungan asalnya. Dengan demikian, terdapat kesenjangan penelitian terkait bagaimana *nrima ing pandum* dipahami dan diaktualisasikan sebagai strategi koping, baik pada masyarakat Jawa di daerah asal maupun pada masyarakat Jawa dalam situasi modern dan multikultural.

Oleh sebab itu, kajian literatur ini akan menelaah falsafah *nrima ing pandum* dalam perspektif psikologi, khususnya sebagai bentuk strategi koping dalam menghadapi tekanan hidup. Dengan demikian, melalui kajian literatur ini, falsafah *nrima ing pandum* dapat dikembangkan menjadi sebuah strategi adaptif lintas budaya dalam menghadapi berbagai tekanan hidup dengan memperkuat pemahaman terhadap nilai budaya lokal dan menjaga warisan budaya tetap hidup. Berdasarkan kondisi tersebut, metode kajian literatur dipilih karena mampu mengakomodasi keragaman temuan penelitian terdahulu yang membahas *nrima ing pandum* dalam berbagai konteks kehidupan masyarakat Jawa, mengingat sebagian besar penelitian tentang *nrima ing pandum* masih memiliki cakupan wilayah dan jumlah yang terbatas. Dengan demikian, hasil kajian ini diharapkan dapat menjadi pijakan konseptual yang lebih kuat bagi pengembangan penelitian selanjutnya serta kontribusi bagi kajian psikologi budaya. Berdasarkan pemaparan di atas, maka tujuan dari kajian

literatur ini adalah mengetahui makna *nrima ing pandum* dalam budaya Jawa sebagai bentuk strategi koping terhadap tekanan hidup dan menggali implikasi falsafah *nrima ing pandum* bagi kesehatan mental, baik dalam konteks budaya lokal maupun sebagai kontribusi terhadap kajian psikologi lintas budaya.

METODE

Desain

Penelitian ini menggunakan metode kajian literatur lingkup (*scoping review*), yang bertujuan untuk memberikan gambaran menyeluruh mengenai suatu topik dengan mengumpulkan dan menyintesis berbagai bukti yang telah ada. Pendekatan ini digunakan untuk memetakan konsep-konsep utama, menelusuri kesenjangan pengetahuan dalam bidang yang dikaji, serta merangkum arah dan fokus penelitian yang telah dilakukan sejauh ini. Proses kajian dilakukan dengan mengacu pada *JBIM Manual for Evidence Synthesis* (Aromataris dkk., 2024), sedangkan pelaporannya mengikuti pedoman *PRISMA Extension for Scoping Reviews* (PRISMA-ScR).

Kriteria Inklusi dan Eksklusi Studi

Kriteria inklusi yang digunakan dalam mencari sumber literatur untuk menyusun kajian ini adalah: (1) artikel yang merupakan penelitian empiris, baik kualitatif maupun kuantitatif, (2) membahas pemaknaan falsafah *nrima ing pandum* oleh masyarakat dalam konteks menghadapi tekanan hidup, penggunaan falsafah *nrima ing pandum* sebagai suatu intervensi, atau yang mengkaji penerimaan sebagai strategi koping psikologis terhadap situasi sulit, (3) ditulis dalam bahasa Indonesia atau bahasa Inggris, (4) tersedia dalam bentuk naskah lengkap (*full-text*), (5) dapat diakses secara bebas (*open access*), dan (6) dipublikasikan dalam bentuk artikel jurnal ilmiah. Sementara itu, artikel-artikel yang dikecualikan dari kajian ini adalah: (1) artikel berupa opini, esai, tinjauan (*review*), atau kajian teoritis tanpa data empiris, (2) membahas *nrima ing pandum* di luar konteks tekanan hidup dan penggunaannya sebagai sebuah intervensi (misalnya hanya sebagai nilai budaya tanpa dikaitkan dengan respons terhadap tekanan), atau mengkaji penerimaan di luar konteks penggunaannya sebagai strategi koping psikologis terhadap situasi sulit, (3) tidak tersedia dalam bentuk naskah lengkap (*full-text*), (4) tidak dapat diakses secara bebas, dan (6) dipublikasikan dalam bentuk selain jurnal ilmiah seperti prosiding, skripsi, tesis, atau laporan tugas akhir.

Prosedur

Dalam mencari dan mengumpulkan sumber literatur, penulis menggunakan basis data Google Scholar. Penggunaan basis data ini dipilih karena sumber literatur yang terkait dengan *nrima ing pandum* sulit untuk ditemukan pada basis data yang lain. Kata kunci yang digunakan untuk mencari sumber literatur adalah: (“*nrima ing pandum*” OR *nrima* OR *nrimo* OR *nerimo* OR *narima* OR *narimo*) AND (“tekanan hidup” OR “tekanan psikologis” OR “permasalahan hidup” OR “beban psikologis”) OR (“*acceptance coping strategy*” OR “*acceptance as coping strategy*” OR “*coping through acceptance*” OR “*coping strategy of acceptance*” OR “*acceptance strategies*” OR “*coping with acceptance*” OR “*acceptance coping*”).

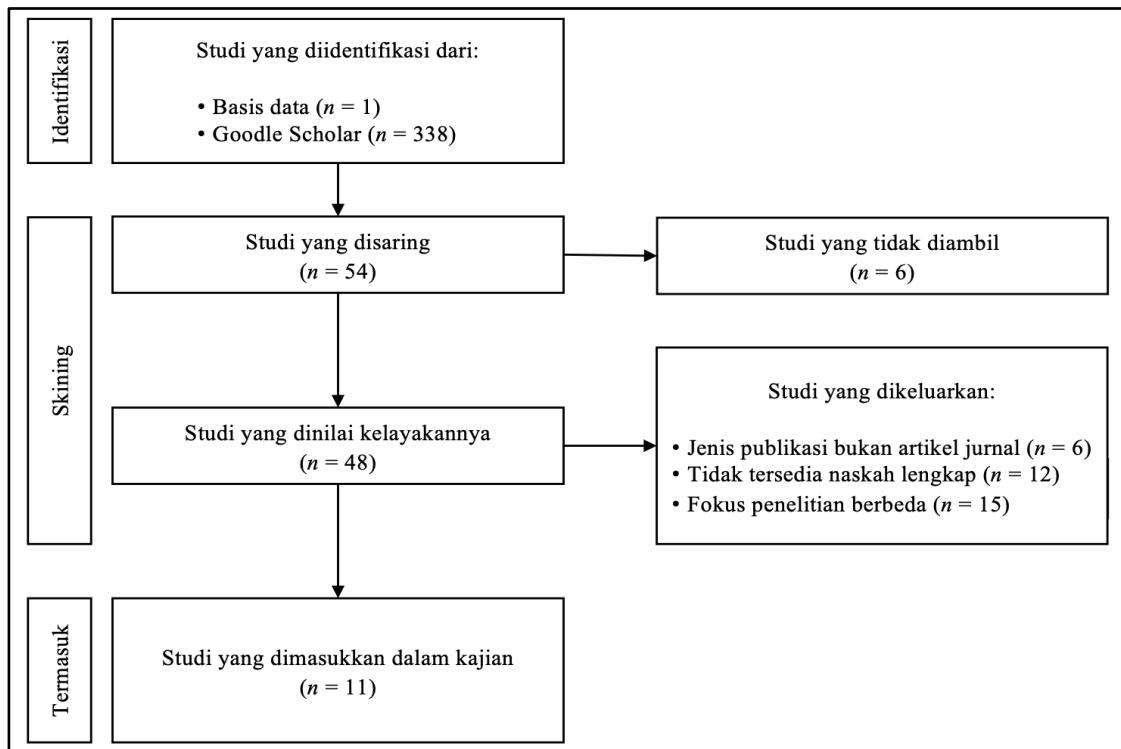
Penyaringan

Proses pencarian dan seleksi sumber literatur dilakukan oleh penulis pertama. Pencarian sumber literatur dilakukan melalui basis data Google Scholar pada periode 2–8 Juni 2025 menunjukkan hasil 338 artikel. Sebanyak 54 artikel dinyatakan relevan melalui identifikasi judul dan abstrak serta 6 di antaranya tidak dapat diakses. Kemudian, dilakukan seleksi kesesuaian dengan kriteria yang sudah ditetapkan pada 48 artikel yang tersisa dan terdapat 11 artikel yang dinilai memiliki fokus penelitian dan konteks yang sesuai dengan tujuan kajian literatur ini. Dengan demikian, terdapat 11 artikel yang memenuhi seluruh kriteria inklusi dan dapat dianalisis lebih lanjut dalam kajian ini. Proses seleksi artikel penelitian ditampilkan dalam Gambar 1. Setelah 11 artikel terpilih, proses analisis data dilakukan secara kolaboratif oleh penulis pertama dan penulis kedua. Analisis dilakukan dengan menyintesis informasi dari setiap artikel ke dalam tabel hasil analisis yang berisi kolom informasi publikasi, tujuan penelitian, jenis penelitian, lokasi dan partisipan, serta hasil penelitian.

Sintesis Data

Pembahasan dalam kajian ini kemudian dibagi ke dalam tiga bagian utama. Bagian pertama membahas mengenai makna *nrima ing pandum* dalam budaya Jawa, yang mencakup pemahaman kontekstual dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya. Bagian kedua mengulas bagaimana *nrima ing pandum* berfungsi sebagai strategi koping emosional dalam menghadapi tekanan hidup, dengan mengaitkan temuan dari berbagai studi khususnya dalam konteks budaya Jawa. Sementara itu, bagian ketiga memetakan bagaimana praktik dan pemaknaan *nrima ing pandum* dalam konteks yang berbeda-beda seperti tekanan sosial-ekonomi, kesehatan, bencana, hingga tekanan psikologis. Terakhir, ketiga bagian tersebut akan mengarah pada simpulan yang juga berisi implikasi yang

menyoroti kontribusi falsafah *nrima ing pandum* sebagai strategi koping berbasis budaya yang relevan untuk pengembangan dan pemahaman intervensi kesehatan mental di masyarakat.



Gambar 1. Proses Seleksi Artikel Penelitian

Proses seleksi menyisakan 11 artikel penelitian yang telah terseleksi dan telah dianalisis dengan melakukan sintesis terhadap informasi terkait dengan informasi publikasi, tujuan penelitian, jenis penelitian, lokasi dan partisipan, serta hasil penelitian. Berikut ini merupakan hasil sintesis terhadap setiap aspek yang disajikan di dalam Tabel 1.

Tabel 1.

Daftar Artikel Penelitian

No.	Judul, Penulis, Tahun Publikasi	Tujuan Penelitian	Jenis Penelitian	Lokasi dan Partisipan	Hasil Penelitian
1.	“Narimo ing Pandum”: How Highlander Women Perceive Poverty as Destiny in Gunungkidul, Yogyakarta. Wasisto Raharjo Jati (2023)	Memahami bagaimana prinsip <i>nrima ing pandum</i> membentuk cara wanita dataran tinggi di Gunungkidul menerima kehidupan mereka dalam kemiskinan.	Kualitatif	Lokasi penelitian di Gunung Kidul, Yogyakarta. Partisipan berjumlah lima perempuan tulang punggung sekaligus kepala keluarga.	Wanita dataran tinggi di Jawa mengelola kemiskinan melalui nilai <i>nrima ing pandum</i> , yang menolong mereka bertahan dan menjaga martabat di tengah keterbatasan.
2.	Konsep Narima ing Pandum Dalam Penerimaan Diri Lansia Jawa. Lintang Seira Putri (2020)	Mengetahui makna dan aspek <i>nrima ing pandum</i> dalam penerimaan diri lansia Jawa.	Kualitatif	Partisipan penelitian adalah lansia suku Jawa asli berumur minimal 60 tahun yang lahir dan menetap di Jawa.	Penerimaan diri pada lansia Jawa berarti menerima apa pun yang diberikan Tuhan, dalam kondisi dan jumlah apapun, setelah berusaha sesuai kemampuan.
3.	Menelusik Falsafah Nrimo Ing Pandum pada Manajemen Desa Wisata Ketingan, Sleman. I Ketut Aditya Prayoga, Azfa Naufal Yahya, & Muammar Iqbal Khadafi	Mengungkap miskonsepsi nilai <i>nrima ing pandum</i> yang menjadi budaya fatalistik di masyarakat pengelola desa wisata Sleman, dan mengaitkannya dengan	Kualitatif	Lokasi penelitian di Desa Wisata Ketingan, Kabupaten Sleman. Partisipan penelitian adalah masyarakat lokal Desa Wisata Ketingan.	Miskonsepsi masyarakat tentang filosofi <i>nrima ing pandum</i> turut berperan dalam stagnasi pengembangan desa wisata.

No.	Judul, Penulis, Tahun Publikasi	Tujuan Penelitian	Jenis Penelitian	Lokasi dan Partisipan	Hasil Penelitian
	Tarwaca (2024)	stagnasi Desa Wisata Ketingan dalam manajemen destinasi pariwisata.			
4.	Pemaknaan Konsep Nrimo bagi Masyarakat di Wilayah Banjir Dusun Biting, Desa Kutorenon, Lumajang. Aisha Vierginia & Baiq Lily Handayani (2022)	Mendeskripsikan pemaknaan falsafah Jawa <i>nrima</i> oleh masyarakat dalam menghadapi bencana banjir.	Kualitatif	Lokasi penelitian di Dusun Biting, Desa Kutorenon, Kecamatan Sukodono, Kabupaten Lumajang. Partisipan penelitian merupakan masyarakat Dusun Biting.	Masyarakat Dusun Biting, mayoritas etnis Jawa, menunjukkan resiliensi pasca bencana yang tercermin dari falsafah <i>nrima</i> , diyakini sebagai pedoman hidup sesuai nilai-nilai baik.
5.	Pemaknaan Konsep Nrimo Ing Pandum Dalam Kehidupan Abdi Dalem Keraton Kasunanan Surakarta. Rizki Rian Sari, Sutiyah, & Dadan Adi Kurniawan (2021)	Mengetahui penerapan, pemaknaan, dan realisasi konsep <i>nrima ing pandum</i> oleh abdi dalem di Keraton Kasunanan Surakarta.	Kualitatif	Lokasi penelitian di Kraton Kasunanan Surakarta. Partisipan merupakan abdi dalem yang berjumlah sembilan orang.	<i>Nrima ing pandum</i> adalah sikap berserah diri kepada Tuhan setelah berusaha. Bagi abdi dalem, konsep ini berarti mencari dan menikmati berkah hidup melalui pengabdian di keraton. Realisasinya berbeda antara saat berada di dalam dan di luar keraton.
6.	Pemaknaan Konsep Nrimo ing Pandum pada Pedagang Tradisional di Pasar Legi, Surakarta. Fatimah Mutia, Nabila Putri Andari, & Nasywa Salsabila Khairunnisa (2023)	Mengetahui analisis <i>nrima ing pandum</i> dari sudut pandang pedagang konvensional di Pasar Legi, Surakarta.	Kualitatif	Lokasi penelitian di Pasar Legi, Surakarta. Partisipan merupakan pedagang tradisional di Pasar Legi berjumlah tiga orang.	Makna <i>nrima ing pandum</i> tercermin dari sikap syukur, sabar, dan menerima, terutama menghadapi kondisi ekonomi yang tidak stabil.
7.	Prinsip Nrimo ing Pandum dalam Proses Self-Acceptance Penyintas COVID-19. Ike Syamsiah Arif Saputri & Badril Mutsbit (2022)	Memperoleh gambaran <i>nrima ing pandum</i> dalam penerimaan diri penyintas COVID-19 di kalangan muslim Jawa dan faktor-faktor yang memengaruhinya.	Kualitatif	Partisipan penelitian merupakan penyintas COVID-19 beragama Islam dan bersuku Jawa.	Subjek melalui lima tahap penerimaan diri: <i>denial</i> , <i>anger</i> , <i>bargaining</i> , <i>depression</i> , dan <i>acceptance</i> , yang mana sikap <i>nrima ing pandum</i> muncul pada tahap <i>acceptance</i> dan membantu mempercepat proses depresi menuju penerimaan. Dua faktor penting dalam penerimaan diri adalah dukungan sosial dan religiusitas.
8.	Konsep Penerimaan Diri Orang Jawa Ditinjau dari Konsep Narima ing Pandum: Pendekatan Indigenous Psikologi. Daniel Yoga Pratama & Taufik Akbar Rizqi Yunanto (2024)	Memahami konsep penerimaan diri orang Jawa melalui konsep <i>narima ing pandum</i> .	Indigenous psikologi dengan metode pengambilan data menggunakan teknik survei	Partisipan merupakan etnis Jawa dan penduduk di pulau Jawa yang berjumlah 41 orang dengan rentang umur 20-60 tahun.	Pengalaman dan kondisi yang dimaknai sebagai konsep <i>nrimo ing pandum</i> merupakan peristiwa yang tidak menyenangkan namun disyukuri.
9.	Konsep Narimo ing Pandum pada Para Kusir Dokar. Primadita Yemimaistyasih & Berta Esti A. Prasetya (2021)	Mengetahui gambaran dan cara kusir dokar di Salatiga memaknai konsep <i>nrima ing pandum</i> .	Kualitatif	Lokasi penelitian di pangkalan dokar Kota Salatiga. Partisipan penelitian berjumlah tiga orang dan merupakan anggota Paguyuban Saes Dokar Salatiga, bersuku Jawa dengan rentang usia 40-60 tahun.	Dua dari tiga partisipan memahami <i>nrima ing pandum</i> sebagai sikap ikhlas, menerima apa adanya, bersyukur, dan mengandalkan Tuhan. Ketiganya memaknai falsafah ini dengan cara masing-masing: ikhlas menerima pekerjaan sebagai kusir dokar, bersyukur dan bijak mengelola penghasilan, pantang menyerah, serta selalu mengandalkan Tuhan.
10.	Program Intervensi Narimo Ing Pandum untuk Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis Keluarga Pasien Skizofrenia. Noor Hanafi Prasetyo & M. A. Subandi (2014)	Mengetahui pengaruh program intervensi Nrima Ing Pandum (NIP) terhadap peningkatan kesejahteraan psikologis keluarga dengan skizofrenia.	Kuantitatif	Partisipan adalah dua orang <i>family caregiver</i> dari pasien ODS yang pernah dirawat di RSJ Ghrasia Yogyakarta.	Intervensi NIP dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis keluarga yang merawat anggota dengan skizofrenia. Meski terjadi sedikit penurunan pada tahap tindak lanjut, sikap <i>nrima ing pandum</i> mereka tetap stabil.
11.	Psychology of "Nrima ing Pandum": Javanese People's Attitude of Self-Acceptance in Living Life. Moh. Arvani Zakky Al Kamil, Achmad Kholif Rosyidi, & Ahmad Ainun Najib (2024).	Menganalisis bagaimana falsafah <i>nrima ing pandum</i> , meliputi syukur, sabar, dan menerima, dapat membantu mereproduksi kebahagiaan bagi individu yang sedang mengalami keterpurukan.	Kualitatif	Partisipan adalah dua orang suku Jawa yang sedang mengalami keterpurukan terkait masalah pencarian kerja dan akademik.	Partisipan mampu mereproduksi kebahagiaan dengan menerapkan aspek <i>nrima ing pandum</i> : bersabar menghadapi kondisi, tetap bersyukur, dan menerima segala sesuatu sebagai ketentuan Tuhan.

HASIL

Makna Nrima ing Pandum dalam Budaya Jawa

Di tengah ketidakpastian hidup, *nrima ing pandum* mengajarkan bahwa tidak semua hal dapat dikendalikan dan karenanya perlu diterima dengan terbuka. Endraswara (2018) menjelaskan bahwa *nrima* merupakan sikap batin orang Jawa yang tidak termasuk dalam sikap fatalistik, karena dalam proses menuju *nrima*, terdapat usaha yang menjadi jembatannya. Hal ini menunjukkan bahwa *nrima ing pandum* tidak berarti takluk pada takdir, melainkan perlu adanya usaha hingga titik tertentu, lalu menerima apa pun hasilnya. Apabila usaha yang dilakukan gagal, maka usaha dan hasilnya akan diterima sebagai sebuah pelajaran. Dalam *nrima ing pandum*, terdapat keikhlasan, kerendahan hati, pengendalian diri, dan kesadaran bahwa setiap manusia memiliki bagian atau “jatah” masing-masing dalam kehidupan. Menerima bagian tersebut dengan lapang dada merupakan wujud dari kedewasaan spiritual.

Makna dan penerapan *nrima ing pandum* dalam kehidupan tidak bersifat tunggal, melainkan kontekstual. Penelitian Jati (2023) menunjukkan bahwa perempuan yang hidup dalam tekanan ekonomi, yakni kemiskinan, memaknai *nrima ing pandum* sebagai lensa dalam memandang kemiskinan agar tetap bertahan hidup. Sementara itu, penelitian oleh Putri (2020) menemukan bahwa *nrima ing pandum* membantu lansia dalam mencapai hidup yang tenang dan damai di tengah menurunnya kemampuan fisik dan berbagai perubahan di masa lanjut usia. Menurut mereka, dalam *nrima ing pandum* terdapat rasa syukur atas pemberian Tuhan dan kesederhanaan dengan hidup secukupnya, tidak berlebihan apalagi memaksakan kehendak di luar kemampuan diri. Dalam konteks spiritual, *nrima ing pandum* dikaitkan dengan keyakinan bahwa Tuhan memberi segala sesuatu sesuai dengan usaha yang telah dilakukan oleh manusia.

Dengan demikian, *nrima ing pandum* tidak hanya dimaknai sebagai penerimaan, tetapi juga terdapat nilai-nilai kesadaran diri, kesederhanaan, ketenangan batin, rasa syukur, dan kebijaksanaan dalam merespons realitas kehidupan. Sikap *nrima ing pandum* tidak lepas dari konteks sosial dan spiritual masyarakat Jawa. Falsafah ini dijalankan sebagai cara menjaga harmoni, baik dalam diri pribadi maupun dalam hubungan dengan sekitar dan Sang Pencipta.

Nrima ing Pandum sebagai Strategi Koping Emosional dalam Budaya Jawa

Menurut Lazarus dan Folkman (1984), strategi koping merupakan upaya kognitif dan perilaku untuk mengelola tuntutan eksternal atau internal yang dianggap melebihi kemampuan individu. Ketika individu menghadapi situasi yang tidak dapat dikendalikan, strategi yang cenderung

digunakan adalah koping berfokus pada emosi, yakni mengatur respons emosional terhadap tekanan yang ada. Bentuk strategi ini dapat berupa penerimaan, pencarian makna, atau pengembangan sikap lapang dada dalam menghadapi kenyataan.

Falsafah *nrima ing pandum* dalam budaya Jawa sejalan dengan kerangka koping berfokus pada emosi. Nilai-nilai seperti *sumeleh* (berserah), *legawa* (ikhlas), dan *ora ngoyo* (tidak memaksakan kehendak) mencerminkan mekanisme psikologis yang dapat membantu individu tetap stabil secara emosional di tengah situasi yang sulit. *Nrima* tidak hanya sekadar menyerah, tetapi juga sebuah proses batin untuk menerima kenyataan setelah berusaha, disertai dengan rasa syukur dan kepercayaan bahwa hidup memiliki alur yang telah ditentukan oleh kehendak Ilahi. Al Kamil dkk. (2024) menemukan bahwa *nrima ing pandum* membantu partisipan penelitiannya mereproduksi kebahagiaan. Dalam hal ini, kebahagiaan tidak diciptakan dari nol melainkan dibangkitkan kembali dari dalam diri, bahkan dalam situasi sulit dan terpuruk sekalipun. Falsafah ini dianggap sebagai sebuah perangkat yang dapat diaktifkan dan terbagi ke dalam tiga komponen utama yang saling terkait, yakni sabar, syukur, serta menerima.

Sabar merupakan pondasi utama yang menjadi mekanisme awal pertahanan emosi. Partisipan penelitian mampu bertahan dalam kondisi yang tidak menyenangkan tanpa menjadi destruktif secara emosional karena mereka menerapkan sikap sabar yang memberikan mereka “ruang bernapas” secara psikologis sehingga mereka lebih mampu mengelola gejala emosi negatif seperti frustrasi, marah, atau putus asa. Setelah emosi menjadi lebih stabil berkat sikap sabar, terjadi pergeseran fokus kognitif yang membuat partisipan secara sadar mencari hal-hal positif yang ada pada dirinya alih-alih terpaku pada kesulitan yang sedang dihadapi. Mereka bisa menemukan hal-hal di sekitarnya untuk disyukuri, seperti kesehatan, dukungan keluarga, atau kesempatan untuk belajar. Proses ini kemudian memunculkan kembali perasaan positif dan harapan. Puncak dari proses ini adalah penerimaan yang dimaknai sebagai berdamai dengan kenyataan yang tidak dapat diubah. Hal ini juga sebagai bentuk penyerahan diri kepada takdir Tuhan yang pada akhirnya memberikan ketenangan batin. Penerimaan ini juga membebaskan individu dari beban emosional untuk terus-menerus melawan atau menyesali takdir.

Penelitian oleh Prasetyo dan Subandi (2014) mengembangkan falsafah *nrima ing pandum* menjadi program intervensi psikologis bagi *caregiver* orang dengan skizofrenia. Dua partisipan dalam penelitian ini mengalami tekanan emosional, sosial, dan ekonomi selama bertahun-tahun dalam merawat suami mereka yang mengalami skizofrenia. Melalui psikoedukasi, meditasi atau semadi, dan pendekatan naratif, partisipan dilatih untuk menemukan dan memperkuat nilai-nilai *nrima*, syukur, dan sabar dalam kehidupan sehari-hari. Hasil dari penelitian ini menunjukkan adanya

peningkatan kesejahteraan psikologis selama intervensi berlangsung. Muncul pula perasaan lebih tenang, kemampuan mengekspresikan emosi, dan sikap yang lebih terbuka dalam menghadapi beban peran sebagai seorang *caregiver* orang dengan skizofrenia.

Temuan ini memperkuat bahwa *nrima* memiliki fungsi adaptif yang relevan dalam konteks kesehatan mental, terutama ketika dikaitkan dengan makna hidup, spiritualitas, dan tanggung jawab personal. Dengan demikian, *nrima ing pandum* berperan sebagai strategi koping emosional dalam budaya Jawa yang membantu individu dalam merespons tekanan hidup dengan ketenangan batin, bukan dengan pelarian atau penyangkalan.

Nrima ing Pandum dalam Konteks Menghadapi Tekanan Hidup

Falsafah *nrima ing pandum* dalam berbagai konteks kehidupan digunakan oleh masyarakat Jawa sebagai cara merespons tekanan dan ketidakpastian. Masyarakat Jawa memaknai *nrima ing pandum* dalam berbagai kondisi seperti situasi ekonomi yang sulit, ketika terjadi bencana alam, perubahan zaman, hingga perubahan kondisi fisik. Nilai ini dijalankan oleh berbagai kelompok usia, latar sosial, dan profesi yang berbeda. Dari sebelas artikel penelitian yang ditelaah, tampak bahwa *nrima ing pandum* tidak hanya nilai spiritual yang diwariskan turun-temurun, tetapi juga dijalankan secara nyata oleh berbagai kelompok masyarakat dalam kehidupan sehari-hari. Penelitian oleh Pratama dan Yunanto (2024) menunjukkan bahwa individu yang memaknai *nrima ing pandum* sebagai penerimaan setelah melakukan usaha dan bersikap sabar dalam menghadapi kesulitan, menunjukkan kemampuan regulasi emosi yang baik, penerimaan diri yang kuat, serta menjalani hidup yang tenang dan bermakna. Meskipun demikian, pemaknaan *nrima ing pandum* oleh masyarakat Jawa dalam menghadapi tekanan hidup menjadi sebuah paradoks. Falsafah *nrima ing pandum* dapat menguatkan individu melewati kesulitan, tetapi melemahkan individu yang menyalahartikannya sebagai sikap pasrah dengan keadaan.

Tekanan Sosial dan Ekonomi. Tantangan dalam sosial dan ekonomi kerap dihadapi oleh masyarakat dalam kehidupan, terutama oleh kelompok rentan seperti perempuan dengan peran ganda, pekerja informal, dan pelaku usaha tradisional. Dalam konteks ini, *nrima ing pandum* merupakan sebuah nilai yang membantu individu dan komunitas menghadapi keterbatasan dengan sikap batin yang tenang, rasa syukur, penerimaan.

Dalam penelitian Jati (2023), perempuan di Gunungkidul yang hidup dalam kemiskinan struktural memaknai kemiskinan sebagai bagian dari takdir Tuhan. Mereka tetap bersyukur dengan segala sesuatu yang dimiliki dan tidak memaksakan diri untuk melakukan sesuatu di luar kemampuan mereka meskipun perempuan-perempuan tersebut harus menjalani peran ganda sebagai pencari

nafkah sekaligus mengasuh keluarganya. Melalui *nrima ing pandum* mereka merasa lebih tenang dan solidaritas dapat terbentuk di dalam komunitas meskipun pada saat yang sama muncul risiko stagnasi karena mereka selalu bergantung pada bantuan eksternal.

Para pedagang tradisional di Pasar Legi Surakarta juga memiliki rasa syukur karena tetap dapat berjualan meskipun penghasilan mereka menurun drastis akibat kebakaran pasar dan pandemi (Mutia dkk., 2023). Pedagang-pedagang tersebut menunjukkan sikap sabar dan *nrima* di tengah persaingan dagang dan ketidakpastian ekonomi. Mereka tetap menjalani aktivitas berdagang dengan semangat dan menerima keadaan tanpa mengeluh. Falsafah *nrima ing pandum* menjadi semacam tameng psikologis yang membantu mereka menjaga ketenangan batin dan mengurangi stres.

Serupa dengan para pedagang tradisional, para kusir dokar di Salatiga juga menghadapi tantangan dalam pekerjaannya, yakni perkembangan transportasi modern (Yemimaistyasih & Prasetya, 2021). Layanan dokar mengalami penurunan peminat sehingga penghasilan para kusir menjadi tidak menentu. Meskipun demikian, mereka menjalani profesinya dengan penuh keikhlasan dan semangat pantang menyerah demi memenuhi kebutuhan keluarga. Nilai *nrima ing pandum* bagi mereka bukan hanya tentang menerima, tetapi juga tentang menjaga harga diri dan kehormatan dalam bekerja.

Sikap ini juga dijumpai pada para abdi dalem Kasunanan Surakarta yang mengabdikan kepada keraton dengan penghasilan rendah dan tuntutan loyalitas yang tinggi (Sari dkk., 2021). Pengabdian yang mereka lakukan dimaknai sebagai *ngalap berkah* (mencari berkah) dan menerima tugas tanpa pamrih. *Nrima ing pandum* menjadi bagian dari nilai luhur pengabdian meskipun para abdi dalem menyadari bahwa nilai ini semakin sulit untuk dijalani di luar lingkungan keraton karena desakan ekonomi.

Dari berbagai temuan ini, dapat dilihat bahwa *nrima ing pandum* memiliki fungsi sebagai *coping* yang mendatangkan ketenangan batin dan membantu individu bertahan dalam tekanan sosial dan ekonomi. Akan tetapi, pemaknaan terhadap falsafah ini masih berada dalam ambiguitas antara penerimaan aktif yang diiringi dengan usaha dan kepasrahan untuk tidak berupaya melakukan perubahan. Dengan demikian, perlu membangun pemahaman yang benar terkait makna *nrima ing pandum* agar tetap dapat dimanfaatkan secara adaptif dalam menghadapi tekanan hidup.

Tekanan akibat Bencana Alam. Bencana alam merupakan tantangan dalam hidup yang bersifat merusak dan sulit dikendalikan. Masyarakat Jawa dalam menghadapi bencana cenderung memaknainya sebagai kehendak ilahi yang harus diterima dengan lapang dada. Falsafah *nrima ing pandum* berperan sebagai panduan batin untuk menerima kehilangan, kerusakan, dan ketidakpastian, sekaligus menjaga ketenangan dan keberlanjutan hidup.

Penelitian Vierginia dan Handayani (2022) menggambarkan bagaimana masyarakat Dusun Biting di Lumajang yang tinggal di wilayah rawan banjir memaknai bencana alam sebagai suatu hal yang telah menjadi bagian dari kehidupan. Mereka menunjukkan penerimaan terhadap bencana banjir yang terjadi secara berkala dengan rasa syukur karena masih diberi keselamatan oleh Yang Maha Kuasa. Sikap *nrima ing pandum* diwujudkan dalam perilaku gotong royong antarwarga yang menjadi kekuatan bersama dalam menghadapi situasi darurat. Meskipun demikian, sikap *nrima* yang dipahami sebagai penerimaan atas takdir Tuhan malah menghambat upaya mitigasi jangka panjang di wilayah tersebut. Kesalahpahaman dalam pemaknaan ini membuat berkurangnya potensi untuk beradaptasi secara proaktif.

Selain masyarakat Dusun Biting, warga Desa Wisata Ketingan di Sleman juga menghadapi bencana puting beliung dan pandemi yang berujung pada stagnasi pengelolaan desa wisata (Prayoga dkk., 2024). *Nrima ing pandum* disalahpahami sebagai alasan untuk tidak melakukan inovasi karena masyarakat merasa bahwa keberhasilan atau kegagalan desa wisata mereka sepenuhnya ditentukan oleh takdir. Dalam kasus ini, *nrima ing pandum* malah menjadi justifikasi untuk bersikap pasif dan berdampak negatif terhadap kemajuan Desa Wisata Ketingan.

Dari kedua temuan tersebut, terlihat bahwa dalam konteks menghadapi bencana alam, *nrima ing pandum* dapat menguatkan selama dimaknai sebagai penerimaan aktif yang disertai semangat untuk bertahan dalam kesulitan dan membantu sesama. Sebaliknya, apabila dimaknai secara fatalistik, nilai ini justru menghambat proses adaptasi dan pemulihan. Oleh sebab itu, *nrima ing pandum* perlu dipahami secara benar agar tidak terjadi pergeseran makna yang berujung pada fatalisme, tetapi berpotensi sebagai strategi psikologis berbasis budaya yang adaptif.

Tekanan akibat Usia dan Kondisi Kesehatan

Penuaan dan gangguan kesehatan merupakan bentuk tekanan hidup yang menantang secara fisik dan emosional. Dalam kondisi ini, individu dihadapkan pada keterbatasan, perubahan peran sosial, serta perasaan kehilangan atau terisolasi. *Nrima ing pandum* menjadi penguat bagi individu untuk tetap menerima kondisi fisik mereka dengan ikhlas tanpa kehilangan makna dalam menjalani kehidupan.

Penelitian Putri (2020) menggambarkan bagaimana *nrima ing pandum* menjadi cara penerimaan diri di masa tua pada lansia. Kondisi fisik yang melemah, menurunnya pendapatan, dan keterbatasan pada akses layanan kesehatan dimaknai mereka sebagai bagian dari proses kehidupan yang sudah semestinya dijalani dengan tenang. Para lansia menekankan pada hidup yang sederhana, penuh syukur, dan berserah kepada kehendak Tuhan serta menghindari sikap mengeluh. Dengan penerimaan ini, mereka menemukan ketenangan batin dan menciptakan harmoni dalam hubungan

sosial. Akan tetapi, hal ini justru berpeluang menurunkan dorongan untuk mencari bantuan atau mengakses layanan kesehatan.

Sikap *nrima ing pandum* dalam menghadapi gangguan kesehatan juga tampak dalam studi kasus penyintas COVID-19 yang dilakukan oleh Saputri dan Mutsbit (2022). Para penyintas yang mengalami stigma sosial, isolasi, dan beban emosional akibat pandemi pada awalnya merespons tekanan-tekanan tersebut dengan penolakan, kemarahan, dan kesedihan. Seiring berjalannya waktu, melalui refleksi spiritual dan dukungan sosial mereka dapat mencapai tahap penerimaan diri. Dengan *nrima ing pandum* mereka yakin bahwa sakit yang dialaminya adalah takdir yang harus dijalani dengan ikhlas disertai upaya untuk mencapai kesembuhan. Sikap ini membantu mereka mengatasi tekanan psikologis, mempercepat pemulihan, memperkuat rasa syukur, dan membuat mereka lebih berserah kepada Tuhan.

Kedua temuan tersebut menunjukkan bahwa *nrima ing pandum* merupakan cara untuk menjalani hidup secara utuh di tengah keterbatasan dengan menerima kenyataan tubuh serta kondisi kesehatan yang ada. Nilai ini memunculkan ketenangan, makna, dan resiliensi yang penting bagi individu yang berada dalam tekanan. Dengan demikian, *nrima ing pandum* dapat dipahami sebagai mekanisme adaptif yang membantu menjaga kesehatan mental.

Berikut adalah tabel hasil analisis *nrima ing pandum* dalam konteks menghadapi tekanan hidup.

Tabel 2.
Hasil Analisis Nrima ing Pandum dalam Konteks Menghadapi Tekanan Hidup

Konteks Tekanan Hidup	Peran dan Fungsi <i>Nrima Ing Pandum</i>	Implikasi Psikologis
Sosial dan ekonomi	<ul style="list-style-type: none"> • Mengurangi stres dan menumbuhkan rasa kebersamaan dalam komunitas (Jati, 2023). • Menjadi simbol keikhlasan, loyalitas, dan menjaga kehormatan diri (Sari dkk., 2021; Yemimaistyasih & Prasetya, 2021). 	<ul style="list-style-type: none"> • Meningkatkan resiliensi • Menumbuhkan rasa syukur • Mengurangi emosi negatif (kecemasan dan stres) • Memunculkan ketenangan batin • Menimbulkan sikap pasrah berlebihan
Bencana alam	<ul style="list-style-type: none"> • Menjadi pedoman spiritual dalam menerima takdir Tuhan (Prayoga dkk., 2024; Vierginia & Handayani, 2022). • Menumbuhkan semangat kebersamaan dan sikap gotong royong antarwarga (Vierginia & Handayani, 2022). • Menjadi pedoman dalam menjalani hidup yang telah ditentukan takdir (Prayoga dkk., 2024). 	<ul style="list-style-type: none"> • Meningkatkan resiliensi • Menumbuhkan rasa syukur • Mengurangi stres pascabencana • Menumbuhkan dukungan sosial • Menimbulkan sikap pasrah berlebihan
Usia dan kondisi kesehatan	<ul style="list-style-type: none"> • Mekanisme penerimaan diri (Putri, 2020; Saputri & Mutsbit 2022). • Menjadi sumber ketenangan batin (Putri, 2020) • Memperkuat spiritualitas (Saputri & Mutsbit 2022). 	<ul style="list-style-type: none"> • Meningkatkan resiliensi • Memelihara kesehatan mental • Menumbuhkan rasa syukur • Mengurangi stres dan perasaan tidak berdaya

Konteks Tekanan Hidup	Peran dan Fungsi <i>Nrima Ing Pandum</i>	Implikasi Psikologis
	<ul style="list-style-type: none"> • Menjadi pedoman hidup sederhana (Putri, 2020). • Mendorong pemulihan fisik dan psikologis (Putri, 2020; Saputri & Mutsbit 2022). 	<ul style="list-style-type: none"> • Memunculkan keikhlasan mencari bantuan • Menurunkan motivasi sikap pasrah berlebihan

DISKUSI

Hasil kajian literatur menunjukkan bahwa *nrima ing pandum* memiliki fungsi adaptif sebagai strategi koping emosional yang membantu individu menghadapi tekanan hidup melalui penerimaan, pengendalian emosi, dan pemaknaan spiritual. Akan tetapi, temuan ini juga memperlihatkan adanya ambiguitas dalam pemaknaan *nrima*, yang berada pada spektrum antara penerimaan aktif dan kepasrahan fatalistik. Ambiguitas ini tidak dapat dilepaskan dari konteks sosial, ekonomi, dan budaya tempat nilai tersebut dihidupi. Temuan ini juga memperkuat pandangan bahwa strategi koping tidak dapat dilepaskan dari sistem nilai budaya. Falsafah *nrima ing pandum* bukan sekadar respons pasif terhadap tekanan, melainkan sebuah proses aktif yang melibatkan usaha, refleksi diri, dan penerimaan terhadap keterbatasan. Ketika dipahami secara tepat, nilai ini berfungsi sebagai mekanisme regulasi emosi dan pencarian makna yang sejalan dengan *emotion-focused coping* (Mora & Ozakinci, 2013). Namun, ketika direduksi menjadi sekadar “pasrah”, *nrima* justru berpotensi menghambat daya adaptasi dan upaya perubahan.

Temuan ini semakin relevan dalam konteks masyarakat Jawa modern dan diaspora. Mobilitas sosial dan migrasi menempatkan individu Jawa pada lingkungan budaya yang berbeda, dengan sistem nilai yang lebih menekankan kontrol diri, kompetisi, dan pencapaian. Dalam situasi tersebut, *nrima ing pandum* berpotensi menjadi sumber ketahanan psikologis yang membantu individu menegosiasikan identitas budaya, tekanan struktural, dan keterbatasan yang tidak dapat dikendalikan. Dengan demikian, kajian ini menawarkan perspektif baru yang memaknai *nrima ing pandum* sebagai sumber daya psikologis yang relevan dalam menghadapi dinamika kehidupan modern.

Selain temuan terkait pemaknaan yang kontradiksi bahwa *nrima ing pandum* rentan disalahartikan sebagai sikap fatalistik di masyarakat, kekeliruan juga berpotensi muncul dari peneliti yang kurang sensitif terhadap konteks lokal (Yulianto, 2023). Dengan melabeli *nrima* sebagai sikap pasif, peneliti justru melakukan kekerasan epistemologis karena gagal membedakan antara kepasrahan yang fatalistik dengan daya bertindak yang adaptif (Yulianto, 2023). Akibatnya, resiliensi dalam menghadapi keterbatasan sering keliru dipahami sebagai kepasrahan. Padahal sesungguhnya

sikap tersebut merefleksikan daya bertindak yang adaptif, sebuah proses aktif yang menuntut usaha sadar untuk menjaga ketenangan batin dan memperkuat resiliensi psikologis di tengah keterbatasan.

Upaya pemahaman tersebut masih dihadapkan pada keterbatasan sumber literatur yang tersedia dari basis data daring. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk memanfaatkan sumber *full-text* cetak, seperti laporan tugas akhir yang tersimpan di perpustakaan universitas guna memperkaya kajian mengenai konsep *nrima ing pandum* agar lebih tajam dan mendalam.

SIMPULAN DAN SARAN

Sebagai kesimpulan, kajian ini menunjukkan bahwa *nrima ing pandum* memegang peranan penting dalam merespons berbagai bentuk tekanan hidup. *Nrima* dimaknai sebagai sikap penerimaan yang disertai kesabaran, rasa syukur, dan kesediaan untuk tetap berusaha meskipun hasil yang diperoleh tidak selalu sesuai dengan harapan. Pemaknaan ini menegaskan bahwa *nrima ing pandum* bukan bentuk kepasrahan pasif, melainkan strategi adaptif yang membantu individu mengelola emosi, menjaga ketenangan batin, dan menjalani hidup secara bermakna. Dalam konteks masyarakat Jawa yang memiliki mobilitas tinggi, seperti migrasi, merantau, atau mobilitas global, falsafah ini tetap relevan sebagai landasan batin yang memberikan stabilitas, menjaga kelanjutan identitas budaya, dan menjadi strategi koping dalam menghadapi ketidakpastian di lingkungan baru. Kajian ini juga menawarkan perspektif baru dengan memaknai *nrima ing pandum* tidak hanya sebagai nilai budaya tradisional, tetapi juga sumber daya psikologis yang dapat berpotensi digunakan oleh masyarakat Jawa dalam menghadapi dinamika kehidupan modern yang dinamis.

Temuan dalam kajian literatur ini menunjukkan bahwa strategi koping dapat dipahami melalui nilai-nilai budaya lokal yang hidup dan dipraktikkan dalam keseharian masyarakat. Falsafah *nrima ing pandum* memperkaya kajian psikologi budaya dengan menegaskan bahwa penerimaan dapat berfungsi secara adaptif apabila dimaknai secara aktif dan kontekstual. Penelitian selanjutnya disarankan untuk mengkaji *nrima ing pandum* dalam konteks lintas budaya, termasuk pada komunitas diaspora Jawa untuk memahami dinamika dan keberlanjutan nilai ini di luar konteks budaya asalnya.

Pemahaman yang tepat mengenai *nrima ing pandum* juga dapat dimanfaatkan sebagai landasan dalam pengembangan promosi kesehatan mental dan intervensi psikologis berbasis budaya bagi masyarakat Jawa dan budaya lainnya. Hal ini relevan terutama bagi tenaga profesional kesehatan mental yang memberikan layanan kesehatan di fasilitas kesehatan tingkat pertama maupun rujukan seperti psikolog, psikiater, perawat jiwa, maupun profesional kesehatan jiwa lainnya. Dalam

praktiknya, pemahaman terhadap falsafah ini dapat membantu tenaga profesional kesehatan mental mengintegrasikan nilai-nilai budaya yang relevan dalam proses asesmen, konseling, maupun intervensi psikologis lainnya sehingga pendekatan yang diberikan lebih kontekstual dan sesuai dengan latar belakang budaya klien. Penting untuk melakukan pemaknaan yang tepat guna mencegah *nrima ing pandum* disalahartikan sebagai sikap pasrah berlebih sehingga tetap berfungsi sebagai sumber kekuatan psikologis yang adaptif.

ASPEK ETIK STUDI

Pernyataan Etik

Seluruh prosedur yang dilakukan pada studi ini telah sesuai dengan Deklarasi Helsinki tahun 1964 dan segala adendumnya atau dengan standar etika yang relevan. Uji etik tidak diperlukan karena tidak mengambil data yang melibatkan subjek manusia/hewan. Pernyataan kesediaan berpartisipasi dari seluruh partisipan telah diperoleh.

Konflik Kepentingan

Para penulis menyatakan tidak memiliki konflik kepentingan.

Ketersediaan Data

Data yang digunakan dalam studi ini tidak dapat diakses publik karena adanya pernyataan untuk tetap merahasiakan data partisipan.

Penggunaan Layanan AI

Penulis menyatakan bahwa layanan kecerdasan buatan (AI) digunakan secara terbatas dalam proses penulisan artikel ini, khususnya untuk koreksi tata bahasa dan penyempurnaan minor pada gaya penulisan. Seluruh hasil yang dihasilkan oleh layanan tersebut telah ditinjau kembali oleh penulis untuk memastikan kesesuaian dengan makna asli dan keakuratan isi. Artikel ini merupakan kajian literatur yang menggunakan sumber-sumber pustaka yang tersedia secara publik.

Kontribusi Penulis

SM melakukan proses pencarian dan seleksi sumber literatur. Proses analisis data dilakukan secara kolaboratif oleh SM dan YKH. SM dan YKH bersama-sama menulis dan merevisi naskah. Kedua penulis menyetujui naskah akhir.

REFERENSI

- Al Kamil, Moh. A. Z., Rosyidi, A. K., & Najib, A. A. (2024). Psikologi “nrima ing pandum”: Sikap penerimaan diri orang Jawa dalam menjalani kehidupan. *Empatia: Jurnal Psikologi*, 1(1), 1–14.
- Aromataris, E., Lockwood, C., Porritt, K., Pilla, B., & Jordan, Z. (2024). *JBI manual for evidence synthesis*. Joanna Briggs Institute.
- Badan Pusat Statistik. (2024). *Profil suku dan keragaman bahasa daerah hasil long form Sensus Penduduk 2020*.
<https://www.bps.go.id/id/publication/2024/12/12/6feb932e24186429686fb57b/profil-suku-dan-keragaman-bahasa-daerah-hasil-long-form-sensus-penduduk-2020.html>
- Endraswara, S. (2018). *Falsafah hidup Jawa*. Cakrawala.
- Faruq, F., Syahrina, H. M., Sabani, N., Rahmawati, S., Sukmakarti, L. D., & Prihartanti, N. (2022). Strategi koping masyarakat Jawa di masa pandemi COVID-19. *Mudra Jurnal Seni Budaya*, 37(3), 239–246. <https://doi.org/10.31091/mudra.v37i3.1881>
- Jati, W. R. (2023). “Narimo ing Pandum”: How highlander women perceive poverty as a destiny in Gunungkidul, Yogyakarta. *Masyarakat: Jurnal Sosiologi*, 28(1), Artikel 3. <https://doi.org/10.7454/MJS.v28i1.13558>
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Laporan nasional RISKESDAS*. <https://repository.kemkes.go.id/book/1323>
- Kementerian Kesehatan RI. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023*. <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/hasil-ski-2023/>
- Krisnatuti, D., & Latifah, E. W. (2021). Pengaruh faktor sosial ekonomi, stressor, dan strategi koping lansia terhadap stres lansia selama pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmu Keluarga dan Konsumen*, 14(3), 241–254. <https://doi.org/10.24156/jikk.2021.14.3.241>
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer.
- Lubis, A. H., Firman, & Netrawati. (2024). Resiliensi: Kemampuan beradaptasi dan bertahan dalam menghadapi tantangan hidup yang sulit. *Jurnal Pendidikan Sosial Dan Konseling*, 2(3), 1203. <https://doi.org/10.47233/jpdsk.v2i3>
- Manullang, C. M. G., Ranimpi, Y. Y., & Pilakoannu, R. T. (2020). Kesehatan mental dan strategi koping dalam persepektif budaya: Sebuah studi sosiodemografi di Kampung Aminweri. *Jurnal Insight Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember*, 16(1), 30–45. <https://doi.org/10.32528/ins.v16i1.3167>

- Marsono. (2006). *Fonetik*. Gajah Mada University Press.
- Maserati, G. G., & Purba, H. P. (2021). Pengaruh stres kerja dan coronavirus anxiety terhadap mental well-being pada generasi milenial. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 1(1), 183–195. <https://doi.org/10.20473/brpkm.v1i1.24785>
- Mora, P. A., & Ozakinci, G. (2013). Self-regulation model. Dalam M. Gellman & J. R. Turner (Eds.), *Encyclopedia of behavioral medicine* (hlm. 1751–1756). Springer. <https://doi.org/10.1007/978-1-4419-1005-9>
- Mutia, F., Andari, N. P., & Khairunnisa, N. S. (2023). Pemaknaan konsep nrimo ing pandum pada pedagang tradisional di Pasar Legi Surakarta. *Jurnal Ilmu Budaya*, 11(1), 75–81. <https://doi.org/10.34050/jib.v11i1.24410>
- Nathasya, H., Nuraini, P., At Thohiroh, S. Z., Salma, T., & Rozzaqyah, F. (2024). Analisis tingkat dan faktor penyebab depresi se Asia Tenggara. *Edu Research: Jurnal Penelitian Pendidikan*, 5(1), 70–80. <https://doi.org/10.47827/jer.v5i1.157>
- Poerwadarminta, W. J. S. (1939). *Baoesastra Djawa*. J. B. Wolters' Uitgevers-Maatschappij N. V.
- Prasetyo, N. H., & Subandi, M. A. (2014). Program intervensi narimo ing pandum untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis keluarga pasien skizofrenia. *Jurnal Intervensi Psikologi*, 6(2), 151–170. <https://doi.org/10.20885/intervensipsikologi.vol6.iss2.art1>
- Pratama, D. Y., & Yunanto, T. A. R. (2024). Konsep penerimaan diri orang Jawa ditinjau dari konsep narima ing pandum: Pendekatan indigenous psikologi. *Jurnal Diversita*, 10(1), 11–19. <https://doi.org/10.31289/diversita.v10i1.8902>
- Prayoga, I. K. A., Yahya, A. N., & Tarwaca, M. I. K. (2024). Menelisik falsafah nrimo ing pandum pada manajemen Desa Wisata Ketingan, Sleman. *Jurnal Nasional Pariwisata*, 14(1), 1–16. <https://doi.org/10.22146/jnp.93961>
- Putri, L. S. (2020). Konsep narima ing pandum dalam penerimaan diri lansia Jawa. *Academic Journal of Psychology and Counseling*, 1(2), 77–94. <https://doi.org/10.22515/ajpc.v1i2.3125>
- Saputri, I. S. A., & Mutsbit, B. (2022). Prinsip nrimo ing pandum dalam proses self-acceptance penyintas COVID-19. *Jurnal Pendidikan Sosiologi dan Antropologi*, 6(2), 111–119. <https://doi.org/10.20961/habitus.v6i2.61168>
- Sari, R. R., Sutiyah, & Kurniawan, D. A. (2021). Pemaknaan konsep nrimo ing pandum dalam kehidupan abdi dalem kraton kasunanan Surakarta. *Jurnal Candi*, 21(2), 29–45. <https://jurnal.uns.ac.id/candi/article/view/56888>

- Vierginia, A., & Handayani, B. L. (2022). Pemaknaan konsep nrimo bagi masyarakat di wilayah banjir Dusun Biting, Desa Kutorenon, Lumajang. *Indonesian Journal of Sociology, Education, and Development*, 4(2), 87–95. <https://doi.org/10.52483/ijsted.v4i2.81>
- Wibowo, A. S., Wasino, Kurniawan, E., & Aricindy, A. (2025). Kebertahanan budaya Jawa pada masyarakat transmigran di Kota Metro dan wilayah penyanggah: Studi observasi lapangan dan studi pustaka. *JICN: Jurnal Intelek Dan Cendekiawan Nusantara*, 2(5), 8352–8362. <https://jicnusantara.com/index.php/jicn>
- Widodo, Burhanudin, M., Kumala, S. A., Tobing, S. H., & Lestariningsih, A. D. (2023). Classical Javanese manuscripts as identity memory that speaks cultural Diaspora. *Abjad: Journal of Humanities & Education*, 1(2), 2023–2112. <https://doi.org/10.62079/abjad.v1i2.24>
- Yemimaistyasih, P., & Prasetya, B. E. A. (2021). Konsep narimo ing pandum pada para kusir dokar. *Psychopreneur Journal*, 6(1), 48–59. <https://doi.org/10.37715/psy.v6i1.2708>
- Yulianto, J. E. (2023). Mengartikulasikan tradisi kritis dalam riset kualitatif bidang psikologi di Indonesia. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 11(1), 97–108. <https://doi.org/10.24854/jpu8016feb>