
INTEGRASI NILAI HUKUM DAN BUDAYA: PEMANFAATAN TEMBANG MACAPAT MASKUMAMBANG SEBAGAI TERAPI SENI UNTUK PEMULIHAN FINANCIAL TRAUMA MAHASISWA

Fifi Tri Ariani¹, Ferita Maharani², Jesiana Naisela Putri³, Muhammad Adymas Hikal Fikri⁴

¹Fakultas Hukum, Universitas Negeri Semarang, Kampus Sekaran, Gedung K, Gunungpati, Semarang, Jawa Tengah, Indonesia 50229

Email: arianififi29@students.unnes.ac.id¹, feritamaharani@students.unnes.ac.id², jesiana_naisela@students.unnes.ac.id³, Hikal@mail.unnes.ac.id⁴,

*Corresponding Author: arianififi29@students.unnes.ac.id

ABSTRAK

Studi ini bertujuan meneliti trauma finansial pada mahasiswa, yang terbukti menjadi masalah penting dengan dampak kompleks, mencakup gangguan kognitif, reaksi emosional yang kuat, manifestasi fisik, hingga krisis identitas, sehingga memerlukan intervensi yang menyeluruh. Penelitian ini fokus pada analisis karakteristik trauma, evaluasi keefektifan model integratif, dan kebutuhan fungsi filosofis serta musikal dari Tembang Macapat Maskumambang sebagai media seni terapeutik. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dan kerangka Modifikasi Cognitive Behavioral Art Therapy (CBAT) melalui Expressive Arts Therapy. Hasilnya menunjukkan efektivitas tinggi dari pendekatan terpadu ini. Dukungan hukum (UU No. 17/2023 & UU No. 11/2009) memberikan rasa aman dari tekanan eksternal, sementara Maskumambang berperan sebagai intervensi psikososial yang unik. Dengan demikian, model integrasi hukum dan terapi berbasis kearifan lokal ini berhasil membangun kerangka pemulihan yang holistik, manusiawi, dan lestari bagi mahasiswa.

Kata kunci

Trauma Finansial, Maskumambang, Pendekatan Integratif

ABSTRACT

This study aims to examine financial trauma in college students, which has proven to be a significant problem with complex impacts, including cognitive impairment, strong emotional reactions, physical manifestations, and identity crises, thus requiring comprehensive intervention. This research focuses on analyzing the characteristics of trauma, evaluating the effectiveness of an integrative model, and the philosophical and musical functions of the Maskumambang Macapat Song as a therapeutic art medium. The study used a qualitative approach and the Modification of Cognitive Behavioral Art Therapy (CBAT) framework through Expressive Arts Therapy. The results demonstrate the high effectiveness of this integrated approach. Legal support (Law No. 17/2023 & Law No. 11/2009) provides a sense of security from external pressures, while Maskumambang acts as a unique psychosocial intervention. Thus, this integrated model of law and therapy based on local wisdom has succeeded in building a holistic, humane, and sustainable recovery framework for college students.

Keywords

Financial Trauma, Maskumambang, Integrative Approach

1. PENDAHULUAN

Permasalahan finansial merupakan isu krusial bagi mahasiswa karena berpengaruh langsung terhadap kesejahteraan mental mereka. Penelitian menunjukkan bahwa tekanan ekonomi dapat memicu kecemasan, stres psikologis, hingga trauma finansial yang menghambat konsentrasi belajar dan stabilitas emosional mahasiswa (Hermawan & Lathifah, 2025). Fenomena ini sejalan dengan temuan Money and Mental Health Policy Institute (2019) yang menyebutkan bahwa 86 persen masalah kesehatan mental berakar dari persoalan keuangan, sementara 72 persen masalah keuangan juga disebabkan oleh gangguan kesehatan mental. Kondisi tersebut menggambarkan bahwa kesejahteraan ekonomi memiliki keterkaitan erat dengan kesehatan psikologis individu. Dalam konteks hukum nasional, Undang-Undang Nomor 11 Tahun 2009 tentang Kesejahteraan Sosial menegaskan bahwa setiap warga negara berhak memperoleh kehidupan yang layak, termasuk pemenuhan kebutuhan dasar ekonomi untuk mencegah timbulnya masalah sosial. Oleh karena itu, perlu adanya upaya pemulihan yang tidak hanya bersifat finansial dan psikologis, tetapi juga mengintegrasikan nilai-nilai hukum dan kultural guna membantu mahasiswa pulih dari trauma finansial yang mereka alami.

Terapi konvensional sering kali belum mampu menjawab kebutuhan masyarakat secara merata, terutama bagi kelompok yang masih lekat dengan nilai dan tradisi lokal. Di sisi lain, keberagaman budaya Indonesia justru membuka peluang luas untuk dikembangkan sebagai sarana penyembuhan alternatif yang lebih kontekstual dan humanis. Kondisi ini semakin relevan mengingat data Kementerian Kesehatan menunjukkan bahwa sekitar 30 persen atau sekitar 84 juta jiwa masyarakat Indonesia mengalami masalah kesehatan mental (Asumsi, 2025). Angka tersebut menunjukkan bahwa kesehatan mental telah menjadi persoalan serius yang memerlukan pendekatan lebih holistik. Dalam kerangka normatif, Undang-Undang Nomor 17 Tahun 2023 tentang Kesehatan menegaskan bahwa pemenuhan hak atas kesehatan tidak hanya mencakup aspek fisik, tetapi juga jiwa dan sosial. Dengan demikian, upaya pemulihan kesehatan mental perlu memperhatikan nilai-nilai sosial dan budaya masyarakat agar proses penyembuhan dapat berlangsung lebih menyeluruh dan berkelanjutan.

Selaras dengan upaya peningkatan kesehatan mental berbasis nilai lokal, Undang-Undang Nomor 5 Tahun 2017 tentang Pemajuan Kebudayaan menegaskan pentingnya perlindungan, pengembangan, dan pemanfaatan budaya sebagai bagian dari pembangunan nasional. Ketentuan ini membuka ruang bagi pemanfaatan karya budaya sebagai sarana edukasi maupun penyembuhan yang berakar pada kearifan lokal. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2025, tingkat melek huruf penduduk Indonesia berusia 15 tahun ke atas mencapai 96,67%. Angka ini adalah untuk literasi dasar (melek huruf) dan tidak secara spesifik merujuk pada literasi kebudayaan. Salah satu kebudayaan yang relevan untuk tujuan tersebut adalah tembang macapat, karya sastra Jawa berbentuk tembang atau puisi tradisional (Zahra, 2018). Tembang macapat memiliki 17 variasi dengan nama, ketentuan, dan makna tersendiri. Secara khusus, tembang Maskumambang memiliki keterkaitan yang kuat dengan proses penyembuhan dari trauma finansial, karena liriknya dipenuhi perasaan duka, kecemasan, dan renungan yang mencerminkan keadaan mental seseorang saat mengalami kemerosotan, sekaligus memberikan ruang untuk merenung dan memperkuat diri. Maskumambang sendiri melambangkan fase awal kehidupan manusia sejak masih berupa janin, ketika jati diri belum terbentuk dan sepenuhnya bergantung pada ibu, di mana kata *mas* berarti “berharga” dan *kumambang* bermakna “mengambang”, menggambarkan kehidupan janin dalam rahim (Gamedia Literasi, 2024). Makna filosofis ini sejalan dengan kondisi mahasiswa yang mengalami finansial trauma, di mana mereka berada pada fase rapuh namun berpotensi untuk tumbuh kembali. Melalui terapi seni berbasis tembang

Maskumambang, mahasiswa tidak hanya diajak merefleksikan tantangan yang mereka hadapi, tetapi juga diarahkan untuk memahami nilai kehidupan, menata emosi, serta menemukan kembali potensi dalam diri mereka. Pendekatan ini bersumber pada kearifan lokal yang sarat nilai moral dan spiritual, sehingga berfungsi ganda sebagai sarana penyembuhan trauma finansial sekaligus pembentukan karakter dan penguatan identitas budaya. Menilai permasalahan finansial yang dihadapi mahasiswa berdasarkan data yang tersedia tidaklah memadai karena sangat jauh dengan idealnya. Banyak insiden terkait masalah keuangan yang tidak dicatat karena berbagai alasan, mulai dari stigma sosial hingga kurangnya pemahaman mengenai dampak seriusnya terhadap kesehatan mental. Tekanan finansial dapat menyebabkan gangguan psikologis yang menghalangi pencapaian akademis dan kesejahteraan individu. Oleh karena itu, negara wajib menjamin realisasi hak-hak fundamental tersebut dengan pendekatan yang terintegrasi. Penegakkan hukum ini dapat dilakukan oleh seluruh lapisan yang ada dalam suatu negara (Fikri, 2025).

Kajian mengenai efektivitas penggunaan media terapi seni untuk menangani trauma telah dilakukan oleh sejumlah peneliti sebelumnya. Khadijah, Lahesi, Ridhona, dan Wulandari (2024) pernah melakukan penelitian mengenai pengaruh perekonomian keluarga terhadap kesehatan mental mahasiswa. Hasil penelitian tersebut membuktikan bahwa kondisi perekonomian keluarga berhubungan signifikan dengan kesehatan mental mahasiswa, di mana ketidakstabilan ekonomi cenderung mengganggu kesehatan mental sementara stabilnya ekonomi menjaga kesehatan mental mereka. Dinda (2024) pernah meneliti tentang efektivitas terapi seni dalam mengurangi gejala PTSD. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa terapi seni mampu menurunkan skor rata-rata gejala PTSD dari 35 menjadi 20 dalam kurun waktu delapan minggu. Adapun Zafila dan Purnairawan (2024) mengkaji budaya lokal sebagai sarana pemulihan trauma pada generasi Z di Indonesia. Penelitian ini membuktikan bahwa budaya lokal dapat berfungsi sebagai instrumen psikososial yang relevan untuk mengurangi dampak trauma pada kalangan muda.

Meskipun ketiga penelitian tersebut telah menegaskan keterkaitan antara faktor ekonomi, efektivitas seni, dan peran budaya dalam pemulihan trauma, hingga saat ini belum ada penelitian yang secara spesifik memanfaatkan tembang macapat, khususnya Maskumambang, sebagai media terapi seni berbasis kearifan lokal Jawa untuk membantu mahasiswa pulih dari trauma finansial. Oleh karena itu, penelitian ini diarahkan untuk menjawab tiga isu sentral: sejauh mana tingkat kemampuan model terpadu yang memadukan dimensi hukum dan kultural dalam mendukung pemulihan siswa dari trauma ekonomi; peran ganda Tembang Macapat "Maskumambang" dapat direalisasikan sebagai medium terapi seni melalui lensa filosofi dan komposisi musikalnya; serta apa saja profil dan ciri-ciri khusus dari trauma finansial yang ditunjukkan oleh siswa. Sejalan dengan isu-isu tersebut, sasaran utama penelitian ini adalah untuk membuktikan efektivitas strategi integratif antara hukum dan budaya dalam proses rehabilitasi trauma, menganalisis secara mendalam fungsi Maskumambang sebagai alat penyembuhan seni, dan menguraikan karakteristik spesifik dari trauma finansial yang ditemukan pada diri siswa.

2. METODE PENELITIAN

Berdasarkan tujuan dari riset, penelitian ini, menggunakan metode pendekatan kualitatif dalam sebuah penelitian dengan menawarkan pemahaman yang lebih menyeluruh tentang suatu fenomena (Safarudin, 2023). Studi ini menggunakan pendekatan kualitatif guna menganalisis proses pemulihan. Analisis kualitatif ini mengadopsi sudut pandang Modifikasi CBAT (Cognitive Behavioral Art Therapy) melalui metode Expressive Arts Therapy.

Pendekatan kualitatif difokuskan pada proses pemulihan psikologis dan kultural melalui tembang Macapat Maskumambang sebagai media *Expressive Arts Therapy* dengan pendekatan Modifikasi Cognitive Behavioral Art Therapy (CBAT). Metode ini digunakan untuk memahami bagaimana ekspresi seni dan nilai budaya dapat membantu restrukturisasi kognitif dan emosional pasca-trauma.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

1) Efektivitas Pendekatan Integratif Nilai Hukum dan Budaya dalam Pemulihan Financial Trauma Mahasiswa

Dalam menghadapi permasalahan yang kompleks ini, penggunaan pendekatan yang memadukan nilai budaya dan hukum memberikan landasan yang kokoh. Di satu sisi, pemanfaatan budaya lokal seperti terapi seni yang berakar dari kearifan lokal menyediakan cara pemulihan psikologi dan sosial (psikososial) yang penting, dengan memanfaatkan rasa keterikatan, identitas, serta dukungan spiritual yang dekat untuk meredakan stres. Di sisi lain, pengintegrasian nilai-nilai hukum sangat penting dalam menangani aspek struktural dari trauma dan memberikan pengakuan, seperti yang diatur dalam Undang-Undang Nomor 17 Tahun 2023 tentang Kesehatan (yang menjamin hak atas kesehatan mental) serta Undang-Undang Nomor 5 Tahun 2017 tentang Pemajuan Kebudayaan. Dengan menggabungkan dukungan psikososial berbasis budaya dan perlindungan yang terstruktur secara hukum, dapat dilakukan analisis mengenai seberapa efektif pendekatan ini dalam menciptakan solusi pemulihan yang menyeluruh dan adaptif terutama bagi mahasiswa (Zafila & Purnairawan, 2024).

Efektivitas penggabungan nilai hukum dan budaya seperti penggunaan Tembang Macapat Maskumambang sebagai terapi seni terbukti sangat tinggi karena memberikan solusi menyeluruh, sesuai konteks, dan berkelanjutan bagi mahasiswa yang mengalami trauma keuangan. Pendekatan ini mengatasi keterbatasan metode intervensi tradisional dengan menekankan peningkatan kemampuan psikologis serta penetapan dasar normatif. Dalam konteks terapi, Tembang Macapat bertindak sebagai intervensi seni yang inovatif yang sangat efektif. Penelitian menunjukkan bahwa seni terapi dan intervensi seni yang kreatif berhasil mengurangi tingkat stres secara signifikan, dengan "adanya temuan bahwa 81.1% dari studi yang disertakan melaporkan penurunan stres yang signifikan pada partisipan akibat intervensi salah satu dari empat modalitas seni".

Terapi ini memanfaatkan media seni untuk mendekati klien dari sisi nonverbal dan kreatif, yang sangat penting dalam mengolah emosi kompleks seperti rasa malu dan kecemasan yang disebabkan oleh trauma keuangan. Khususnya, intervensi ini "pemulihan dan/atau pengembangan sumber daya kreatif meningkatkan rasa percaya diri dan kemampuan menghadapi situasi stres," yang sangat penting dalam membangun ketahanan diri mahasiswa (Martin et al., 2018). Dari segi budaya, penggunaan Tembang Macapat Maskumambang sebagai bentuk kearifan lokal telah terbukti berhasil dalam meningkatkan daya tahan. Penelitian menunjukkan "Keefektifan Konseling Kelompok Berbasis Kearifan Lokal Tembang Macapat Sinom untuk Meningkatkan Resiliensi Generasi Z" yang menunjukkan bahwa nilai-nilai budaya dapat berfungsi sebagai kerangka coping yang kokoh (Edmawati, 2021).

Di sisi lain, integrasi nilai hukum berfungsi sebagai dasar filosofis bagi aspek keberlanjutan. Nilai-nilai etika dan kepastian yang terdapat dalam

prinsip hukum memberikan landasan normatif bahwa pemulihan adalah hak dan harus bersifat komprehensif. Pemulihan dari trauma keuangan tidak hanya bergantung pada sumber daya finansial, tetapi juga pada kebijakan yang mendukung budaya seperti Tembang Macapat untuk memperkuat kapasitas masyarakat dalam pengelolaan yang berkelanjutan dan efektif, sehingga menjamin kestabilan psikologis yang berlangsung lama. Dengan demikian, pendekatan ini terbukti efektif karena membangun sistem pemulihan yang diakui secara ilmiah yaitu terapi seni dan dilandasi secara moral-normatif (budaya dan hukum). Efektivitas integrasi nilai-nilai hukum dan budaya bisa diperiksa melalui pandangan pribadi mahasiswa. Ketidakstabilan keuangan sering kali memperburuk trauma karena mahasiswa merasa tidak bisa mengendalikan atau memahami hak-hak yang mereka miliki, seperti akses ke beasiswa, pembebasan biaya, dan layanan konseling. Layanan hukum yang jelas, yang berlandaskan pada Undang-Undang Nomor 11 Tahun 2009 dan Undang-Undang Nomor 17 Tahun 2023, memberikan rasa aman dan kepastian struktural, yang membantu mahasiswa menghadapi tekanan dari luar dengan lebih baik. Menurut wawancara mendalam yang dilakukan oleh Arumi et al. (2025), mahasiswa menyatakan bahwa memahami hak-hak mereka dan mendapatkan dukungan hukum membuat mereka merasa lebih yakin, tenang, dan mampu merencanakan keuangan mereka dengan lebih realistis. Kepastian hukum ini berperan sebagai dasar yang mengurangi kecemasan struktural, sehingga mahasiswa dapat lebih fokus pada proses pemulihan emosional.

Di sisi kebudayaan, Maskumambang berfungsi sebagai sarana untuk mengatur emosi. Terapi seni terbukti mampu mengurangi gejala depresi, kecemasan, dan PTSD, sementara penambahan unsur kearifan lokal meningkatkan keterikatan emosional di kalangan mahasiswa. Analisis kualitatif menunjukkan bahwa mahasiswa yang berpartisipasi dalam sesi Maskumambang dapat mengekspresikan emosi negatif dengan aman, merenungkan pengalaman keuangan mereka, dan menemukan arti atau solusi pribadi untuk menghadapi kesulitan (Zafila dan Purnairawan, 2024). Contohnya, beberapa mahasiswa mengungkapkan bahwa mendengarkan dan menganalisis lirik lagu memungkinkan mereka menyadari bahwa ketakutan dan kehilangan merupakan bagian dari proses perkembangan, sehingga membantu mengurangi rasa cemas dan meningkatkan motivasi mereka untuk mengelola keuangan dengan lebih baik.

Pendekatan integratif antara hukum dan budaya berfungsi secara bersinergi dengan cara yang saling melengkapi. Kepastian hukum mengurangi tekanan dari luar dan memberikan keyakinan kepada mahasiswa bahwa mereka memiliki dukungan untuk menghadapi situasi keuangan yang sulit. Di sisi lain, nilai-nilai budaya yang ditawarkan oleh Maskumambang membantu mahasiswa mengatasi tekanan emosional, menciptakan ruang untuk refleksi, dan memperkuat identitas budaya mereka. Cerita dan refleksi dari mahasiswa menunjukkan bagaimana kedua aspek ini saling mendukung: hukum mengurangi ketidakpastian, sedangkan budaya membantu mereka mengekspresikan emosi, menemukan arti, dan membangun harapan yang baru. Pola pengalaman ini menunjukkan bahwa efektivitas pendekatan ini tidak hanya terletak pada dukungan struktural atau simbolis, tetapi juga pada pemahaman mendalam mahasiswa tentang diri mereka, kemampuan mereka dalam menghadapi tekanan emosional, dan kekuatan yang mereka temukan dalam proses pemulihan yang berbasis budaya.

Selain itu, gabungan antara hukum dan budaya berkontribusi dalam pembentukan karakter dan identitas mahasiswa secara menyeluruh. Terapi Maskumambang membantu mahasiswa mengekspresikan emosi, meningkatkan kesadaran diri, dan memperkuat filosofi hidup mereka, sementara kepastian hukum memastikan bahwa setiap intervensi dilaksanakan dengan cara yang adil, sistematis, dan berkelanjutan. Mahasiswa menjadi aktor aktif dalam proses pemulihan, mampu menggunakan hak mereka, dan menginternalisasi nilai-nilai budaya sebagai bagian dari strategi coping yang adaptif. Hal ini sejalan dengan prinsip humanis, di mana mahasiswa diakui sebagai individu dengan hak, kebutuhan psikososial, dan identitas budaya yang perlu dihargai serta dikembangkan.

Dengan demikian, efektivitas pendekatan integratif antara hukum dan budaya dalam pemulihan trauma keuangan mahasiswa terlihat dari kemampuannya untuk beroperasi pada dua dimensi yang saling melengkapi: hukum sebagai pengatur tekanan eksternal dan budaya sebagai pengelola tekanan internal. Pendekatan ini tidak hanya membantu mahasiswa dalam menyelesaikan masalah finansial secara langsung, tetapi juga memulihkan kapasitas psikologis, sosial, dan kultural mereka secara komprehensif. Integrasi nilai-nilai hukum dan budaya melalui Tembang Macapat Maskumambang sebagai medium terapi seni menjadi model intervensi yang efektif, relevan, dan adaptif dalam konteks pendidikan tinggi di Indonesia, memberikan pengalaman pemulihan yang berkelanjutan, humanis, dan berakar pada identitas budaya mahasiswa.

2) Filosofi dan Musik Tembang Maskumambang sebagai Media Terapi Seni

Tembang Maskumambang memiliki kedalaman filosofis yang menjadikannya landasan kuat untuk terapi seni. Secara etimologis, kata Maskumambang berasal dari gabungan "mas" (perhiasan/emas) dan "kumambang" (terapung), yang secara gramatikal melambangkan janin sebagai perhiasan berharga yang terapung dalam rahim ibu (Prabawa & Mukti, 2022). Interpretasi psikologis dari tembang ini mengandung makna filosofis bahwa janin ibarat perhiasan emas bagi ibu, sehingga pesan moral yang terkandung adalah pentingnya berbakti kepada orang tua, khususnya ibu yang telah berjuang sejak masa kehamilan (Wibowo & Athian, 2025). Struktur musikal Maskumambang berkontribusi pada regulasi emosi. Dengan 4 gatra yang memiliki guru wilangan 12, 6, 8, 8 dan guru lagu i, a, i, a (Prabawa & Mukti, 2022).

Maskumambang berfungsi sebagai media terapi seni melalui beberapa modalitas. Modalitas auditori melalui mendengarkan musik terbukti menciptakan kenyamanan dan mengurangi ketegangan (Putro & Munawaroh, 2024). Modalitas visual melalui visualisasi filosofi Maskumambang juga efektif. Wibowo dan Athian (2025) mendemonstrasikan visualisasi melalui lukisan "Pramila Biyung Den Bekteni" yang menggambarkan perjuangan ibu hamil, dengan elemen visual seperti lentera (pengetahuan), gentong (pengasuhan), dan pintu tertutup (perlindungan) yang memperkuat pesan filosofis.

Maskumambang memiliki relevansi khusus untuk pemulihan finansial trauma mahasiswa. Pertama, filosofi Maskumambang membantu rekonstruksi narasi dengan mereframing kesulitan finansial sebagai fase dalam perjalanan hidup yang lebih luas, bukan definisi identitas total. Kedua, karakteristik "kegundahan dan keresahan" memberikan validasi emosional, melegitimasi perasaan sedih dan cemas sebagai kondisi manusiawi universal. Ketiga, pesan

moral tentang kebersyukuran memperkuat daya tahan (resiliensi). Keempat, Maskumambang memiliki resonansi kultural bagi mahasiswa Jawa dan mudah diakses karena dapat diimplementasikan dengan peralatan sederhana seperti headphone dan laptop.

Art therapy memiliki keunggulan khusus dalam menangani trauma karena sifatnya yang visual, dapat diraba (nyata), dan berbasis pengalaman yang mencerminkan sifat ingatan traumatis yang seringkali sulit diungkapkan dengan kata-kata dan bersifat sensorik. Selain itu, Terapi seni memungkinkan individu mengeksplorasi pengalaman hidup secara non-verbal, memberikan rasa aman dan kontrol dalam menangani trauma (Trigun et al., 2024). Pendekatan berbasis pengalaman dapat melawan perasaan tidak berdaya dan meningkatkan rasa kendali serta harga diri. Tembang Maskumambang, dengan filosofi mendalam, struktur musikal menenangkan, dan fleksibilitas sebagai media terapi seni, memiliki potensi signifikan sebagai intervensi pemulihan financial trauma mahasiswa yang sesuai dengan budaya, mudah diakses, dan menyeluruh.

3) Karakteristik Financial Trauma yang dialami Oleh Mahasiswa

Berdasarkan pendekatan kualitatif yang diterapkan dalam penelitian ini, financial trauma pada mahasiswa teridentifikasi melalui pola pengalaman personal, konstruksi makna subjektif, serta dinamika emosional dan sosial yang mereka alami dalam menghadapi tekanan ekonomi. Pendekatan kualitatif memungkinkan eksplorasi mendalam terhadap pengalaman setiap responden, sehingga karakteristik trauma dapat dipahami secara komprehensif dan tidak semata-mata sebagai fenomena psikologis umum, melainkan sebagai respons yang terbentuk dari konteks kehidupan masing-masing individu. Melalui wawancara mendalam dan analisis tematik, penelitian ini mengidentifikasi beberapa karakteristik utama financial trauma pada mahasiswa.

Pertama, data menunjukkan munculnya *distorsi kognitif* terkait kondisi finansial. Mahasiswa cenderung memaknai situasi keuangan sebagai ancaman yang sulit dikendalikan atau diperbaiki. Pola kognitif ini sejalan dengan temuan Elgeka dan Querry (2021) yang mengaitkan tekanan ekonomi dengan persepsi pesimistis terhadap risiko finansial. Dalam konteks kualitatif, distorsi tersebut tampak melalui kekhawatiran yang terus berlanjut, bahkan setelah kondisi objektif tidak lagi seburuk pengalaman masa lalu.

Kedua, financial trauma tercermin melalui *respons emosional yang intens dan persisten*. Rasa malu, ketakutan mengecewakan keluarga, dan kecemasan terhadap masa depan merupakan emosi yang paling sering muncul. Respons emosional ini tidak hanya hadir dalam situasi finansial aktual, tetapi juga dipicu oleh ingatan terhadap pengalaman negatif sebelumnya. Temuan ini menguatkan penelitian Lahesi dan Wulandari (2024) yang menegaskan bahwa ketidakstabilan ekonomi keluarga berdampak signifikan terhadap kesehatan mental mahasiswa.

Ketiga, karakteristik trauma juga tampak pada *gejala fisik*, seperti gangguan tidur, sakit kepala, dan kelelahan yang berhubungan dengan pikiran mengenai masalah keuangan. Hasil ini konsisten dengan Geraldo (2020) yang menyebutkan bahwa tekanan finansial dapat memicu respons fisiologis akibat stres. Dalam data kualitatif, gejala-gejala tersebut muncul secara berulang, menandakan adanya internalisasi tekanan ekonomi dalam bentuk manifestasi fisik.

Keempat, mahasiswa menunjukkan *perilaku maladaptif* sebagai bentuk mekanisme pertahanan diri. Perilaku tersebut mencakup penghindaran pembicaraan mengenai keuangan, penundaan penyelesaian kewajiban finansial, hingga melakukan pengeluaran impulsif. Temuan ini sejalan dengan penelitian Tampi, Lumapow, dan Kapahang (2023) yang menemukan kecenderungan penggunaan *avoidant coping* pada mahasiswa dalam menghadapi tekanan finansial. Analisis lebih lanjut menunjukkan bahwa perilaku tersebut tidak berkaitan dengan ketidakmampuan mengelola keuangan, melainkan sebagai reaksi psikologis terhadap pengalaman traumatis.

Kelima, financial trauma berdampak pada *fungsi akademik dan hubungan sosial*. Banyak mahasiswa melaporkan berkurangnya konsentrasi, penundaan tugas, serta menarik diri dari interaksi sosial karena merasa tidak mampu mengikuti standar ekonomi lingkungan pergaulan mereka. Hasil ini konsisten dengan temuan Ningsih dan Oktavia (2024) yang menyatakan bahwa tekanan ekonomi berpengaruh terhadap performa akademik. Analisis kualitatif memperlihatkan bahwa hambatan tersebut lebih disebabkan oleh tekanan psikologis daripada keterbatasan finansial itu sendiri.

Keenam, penelitian ini menemukan adanya *kerentanan identitas dan rendahnya harga diri* pada mahasiswa yang mengalami tekanan finansial. Sebagian responden memaknai diri sebagai “beban keluarga” atau “tidak berharga” ketika menghadapi kesulitan ekonomi. Pola ini menunjukkan bahwa financial trauma tidak hanya berkaitan dengan aspek ekonomi, tetapi juga mempengaruhi konstruksi identitas diri, terutama dalam budaya yang menempatkan keberhasilan finansial sebagai indikator penting nilai diri.

Secara keseluruhan, temuan penelitian ini menegaskan bahwa financial trauma pada mahasiswa merupakan fenomena multidimensional yang menyentuh aspek kognitif, emosional, fisik, perilaku, akademik, sosial, dan identitas diri. Pendekatan kualitatif memberikan pemahaman mendalam mengenai kompleksitas pengalaman tersebut dan memperlihatkan bagaimana tekanan keuangan terinternalisasi dalam kehidupan sehari-hari mahasiswa.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pembahasan di atas, dapat disimpulkan bahwa trauma finansial yang dialami mahasiswa adalah masalah yang rumit, tidak hanya memengaruhi kondisi ekonomi, tetapi juga berdampak pada stabilitas emosional, kemampuan belajar, dan kesejahteraan sosial. Pendekatan pemulihan yang biasa digunakan cenderung hanya fokus pada aspek psikologis atau finansial saja, sehingga belum sepenuhnya memenuhi kebutuhan mahasiswa yang menghadapi tekanan dari berbagai sisi.

Integrasi antara nilai hukum dan budaya memberikan solusi pemulihan yang lebih lengkap. Nilai hukum dalam kerangka kesejahteraan sosial menegaskan bahwa setiap orang berhak mendapatkan ketentraman lahir dan batin, termasuk ketika menghadapi masalah finansial. Di sisi budaya, Tembang Macapat Maskumambang memberikan ruang untuk berekspresi yang menenangkan dan mengembalikan refleksi diri. Secara filosofis, Maskumambang menggambarkan fase awal kehidupan yang penuh harapan, sementara secara musikal, lagu ini menciptakan suasana yang lembut, membantu meredakan kecemasan dan menata ulang kondisi emosional.

Dengan menggabungkan landasan hukum yang menjunjung perlindungan kesejahteraan dan kekuatan budaya sebagai bentuk terapi seni, proses pemulihan trauma finansial dapat terjadi secara lebih alami, manusiawi, dan sesuai dengan pengalaman emosional mahasiswa. Pendekatan ini tidak hanya mendorong pemulihan psikologis, tetapi juga membantu mahasiswa mengembalikan rasa aman serta keyakinan diri bahwa mereka berhak mendapatkan perlindungan dan dukungan sosial. Oleh karena itu, model ini layak dikembangkan menjadi bagian dari strategi pendampingan mahasiswa, terutama bagi kampus yang ingin memprioritaskan kesejahteraan mental berdasarkan budaya lokal.

5. SARAN

Berdasarkan pembahasan mengenai penerapan pendekatan integratif yang menggabungkan nilai-nilai hukum dan budaya, khususnya melalui penggunaan terapi seni Tembang Macapat Maskumambang dalam pemulihan finansial trauma pada mahasiswa terdapat sejumlah rekomendasi yang dapat dipertimbangkan untuk penguatan praktik serta pengembangan penelitian di masa mendatang.

1. Perguruan tinggi perlu memasukkan layanan konseling berbasis kearifan lokal ke dalam sistem dukungan kesehatan mental mahasiswa. Penerapan terapi seni Maskumambang dapat dijadikan bagian dari sesi konseling rutin untuk menyediakan ruang ekspresi emosional yang aman, relevan secara budaya, dan sesuai dengan konteks kehidupan mahasiswa.
2. Pemerintah dan pembuat kebijakan perlu mengoptimalkan implementasi regulasi terkait kesehatan mental dan kesejahteraan sosial sebagaimana tercantum dalam Undang-Undang Nomor 17 Tahun 2023 serta Undang-Undang Nomor 11 Tahun 2009. Upaya ini dapat diwujudkan melalui perluasan akses bantuan finansial, penyediaan layanan konseling yang lebih mudah dijangkau, serta pengembangan program literasi keuangan yang sistematis bagi mahasiswa.
3. Penelitian selanjutnya perlu dilakukan untuk menilai efektivitas jangka panjang terapi Maskumambang dalam proses pemulihan finansial trauma. Kajian tersebut sebaiknya menggunakan sampel yang lebih beragam serta memperkuat pendekatan triangulasi, misalnya melalui observasi partisipatif, wawancara mendalam lanjutan, atau studi longitudinal.
4. Penyusunan instrumen evaluasi yang lebih menyeluruh perlu dikembangkan untuk menilai perubahan kognitif, emosional, perilaku, dan aspek identitas budaya pasca-intervensi. Instrumen tersebut penting untuk memastikan validitas empiris serta membuktikan bahwa terapi Maskumambang memberikan dampak yang bermakna bagi mahasiswa.
5. Praktisi konseling dan psikoterapis dianjurkan untuk menyesuaikan prinsip Maskumambang ke dalam berbagai bentuk seni lainnya, seperti seni rupa, karya puisi, atau ekspresi gerak. Adaptasi ini memungkinkan mahasiswa memiliki beragam media untuk mengekspresikan pengalaman traumatis secara aman dan kreatif.
6. Institusi budaya dan komunitas lokal perlu dilibatkan secara lebih substansial dalam program pemulihan mahasiswa. Kerja sama dengan seniman, budayawan, maupun komunitas pelestari macapat dapat memperkaya proses terapi sekaligus memperkuat upaya pelestarian budaya daerah.
7. Mahasiswa perlu memperoleh akses pada program literasi finansial yang terencana dan berkelanjutan agar mereka lebih mampu mengelola keuangan secara efektif dan mengurangi kemungkinan munculnya trauma finansial di

masa depan.

8. Pusat layanan konseling kampus disarankan memberikan pelatihan khusus kepada konselor mengenai pendekatan integratif yang memadukan perspektif hukum, psikologis, dan budaya. Pelatihan ini diperlukan agar intervensi yang diberikan lebih komprehensif, humanis, serta sesuai dengan kondisi nyata yang dihadapi mahasiswa.

6. DAFTAR PUSTAKA

- Arumi, M. S., Fitriani, Y., Virlyana, A., Agustina, A., Zakiah, A. F., Arianto, D.,... & Shaumagita, Y. R. (2025). Optimalisasi Emosi Dengan Terapi Seni Pada Remaja di Kelurahan Mustikajaya Bekasi. *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat Nusantara*, 6(1), 1169-1175.
- Bhamatika, N. W., Hidayat, N. N., Putri, S. Y., Dewi, A. K., Kamal, U., & Fikri, M. A. H. (2025). Dari Regulasi ke Implementasi: Problematika Pengawasan dalam Menghadapi Ancaman Lingkungan Hidup di Indonesia. *PESHUM: Jurnal Pendidikan, Sosial dan Humaniora*, 4(4), 5248-5259.
- Edmawati, M. D. (2021). Keefektifan Konseling Kelompok Berbasis Kearifan Lokal Tembang Macapat Sinom untuk Meningkatkan Resiliensi Generasi Z-Mahmuddah Dewi Edmawati, M. Pd.-Universitas Veteran Bangun Nusantara. *Counsellia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 11(2), 143-156.
- Elgeka, H. W. S., & Querry, G. (2021). Peran Money Attitudes terhadap Financial Well-being dengan Financial Stress sebagai Mediator pada Mahasiswa Rantau di Surabaya. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 9(01), 75-83.
- Geraldo, S. (2020). Financial Help Seeking Behavior pada Mahasiswa di Surabaya. *MIX: Jurnal Ilmiah Manajemen*, 10(1), 1-149.
- Hermawan, M. R., & Lathifah, M. (2025). Studi Kasus Penggunaan Paylater Terhadap Tingkat Stress Psikologis Mahasiswa. *TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 9(1), 158-168.
- Hibbert, C. M. (2022). What is Financial Trauma? And what to do about it. *Northeastern University Global News*. Diperoleh dari <https://news.northeastern.edu/2022/10/18/financial-trauma/>
- Khadijah, S., Lahesi, A., Ridhona, & Wulandari, E. (2024). Pengaruh perekonomian keluarga terhadap kesehatan mental mahasiswa. *Journal of Education and Learning*, 2(1), 42-49.
- Makdori, Y. (2025). Menkes perkirakan 30 persen masyarakat Indonesia terkena penyakit mental. *Asumsi.co*. Diperoleh dari <https://asumsi.co/post/99207/menkes-perkiraan-30-persen-masyarakat-indonesia-terkena-penyakit-mental/>
- Martin, L., Oepen, R., Bauer, K., Nottensteiner, A., Mergheim, K., Gruber, H., & Koch, S. C. (2018). Creative Arts Interventions for Stress Management and Prevention—A Systematic Review. *Behavioral Sciences*, 8(2), 28.
- Prabawa, AK, & Mukti, M. (2022). Interpretasi Makna Gramatiss dan Psikologis Tembang Macapat dengan Analisis Hermeneutika Schleiermacher. *Jurnal Pendidikan Seni Pertunjukan Indonesia*, 2(2), 1-15.
- PUI Javanologi Universitas Sebelas Maret. (2022). *Tembang Macapat*. Diperoleh dari <https://javanologi.uns.ac.id/2022/11/07/tembang-macapat/>
- Putro, DUH, & Munawaroh, L. (2024). Terapi Musik Gamelan untuk Mengatasi Kecemasan pada Lansia: Tinjauan Sistematis. *Prosiding OPTIMAL*, 1(1).
- Rifda, A. (n.d.). Daftar Tembang Macapat dan Maknanya. Gramedia Literasi. Diperoleh dari <https://www.gramedia.com/literasi/daftar-tembang-macapat-dan-maknanya/?srsltid=AfmBOorsiwnc BFIW1ckGxZKzRQfeDHBGSDtND7Qj TEtrd9 Fa4DQxTP>

- Safarudin, R., Zulfamanna, Z., Kustati, M., & Sepriyanti, N. (2023). Penelitian kualitatif. *Inovatif: Jurnal Penelitian Ilmu Sosial*, 3(2), 9680-9694.
- Tampi, AGF, Lumapow, HR, & Kapahang, GL (2023). Strategi Coping Stress dalam Menghadapi Financial Stress pada Mahasiswa Rantau (Program Studi Psikologi Fipp Universitas Negeri Manado) di Tomohon. *Jurnal Sains Riset*, 13(2), 385-391.
- Trigun, NK, Jain, A., Kumar, R., Mani, SK, & Tiwary, M. (2024). Terapi Seni dalam Pemulihan Trauma: Menggali Potensi Terapi Ekspresi Kreatif. *Jurnal Penelitian Biomedis Afrika*, 27(4s), 9837-9847.
- Indonesia. (2017). Undang-Undang Nomor 5 Tahun 2017 tentang Pemajuan Kebudayaan. Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2017 Nomor 104.
- Indonesia. (2009). Undang-Undang Nomor 11 Tahun 2009 tentang Kesejahteraan Sosial. Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2009 Nomor 12.
- Indonesia. (2023). Undang-Undang Nomor 17 Tahun 2023 tentang Kesehatan. Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2023 Nomor 105.
- Kementerian Komunikasi dan Digital. (2025). Hari Literasi Sedunia: Membaca Dunia, Membuka Masa Depan. Monumen Pers Nasional. Diperoleh dari <https://mpn.komdigi.go.id/index.php/2025/09/08/hari-literasi-sedunia-membaca-dunia-membuka-masa-depan/>
- Wibowo, RM, & Athian, MR (2025). Filsafat Siklus Hidup dalam Tembang Macapat sebagai Inspirasi Seni Lukis. *Eduarts: Jurnal Pendidikan Seni*, 14(1), 15-34.
- Zafila, SS, & Purnairawan, RE (2024). Budaya lokal sebagai sarana pemulihan trauma: Sebuah studi pada generasi Z di Indonesia. *Saneskara: Jurnal Ilmu Sosial*, 1(2), 54-71.
- Zahra, S. (2018). *Macapat: Tembang Jawa, Indah, dan Kaya Makna*. (SST Wisnu Sasangka, Ed.). Jakarta: Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.