

BAB I

PENDAHULUAN

A. Konteks Penelitian

Tradisi merupakan warisan budaya yang menjadi bagian dari identitas suatu masyarakat. Di Indonesia, tradisi tidak hanya mempresentasikan kebiasaan yang diwariskan lintas generasi, tetapi juga menjadi sarana membangun keseimbangan sosial, spiritual, dan psikologis komunitas. Salah satu tradisi yang masih eksis dan memiliki nilai sosial yang tinggi adalah tradisi Ulur-Ulur, yang hidup dan berkembang di Desa Sawo, Kecamatan Campurdarat, Kabupaten Tulungagung, Jawa Timur. Tradisi ini dilaksanakan setiap bulan Selo penanggalan Jawa sebagai ungkapan syukur masyarakat terhadap Tuhan atas berkah air dari Telaga Buret, sumber kehidupan utama bagi masyarakat sekitar.

Desa Sawo merupakan wilayah agraris atau pertanian yang warganya sangat bergantung pada sumber daya air untuk kebutuhan bertani dan kehidupan sehari-hari. Tradisi Ulur-Ulur lahir dari kesadaran ekologis dan spiritual masyarakat setempat terhadap pentingnya menjaga keseimbangan antara manusia dan alam. Prosesi ritual yang mencakup kirab sesaji, doa bersama, serta pelarungan sesaji ke Telaga Buret tidak hanya menjadi ekspresi rasa syukur, tetapi juga sarana memperkuat hubungan sosial antarwarga. Nilai kebersamaan dan spiritualitas yang terkandung dalam

tradisi ini memperlihatkan keterikatan mendalam antara masyarakat Desa Sawo dengan lingkungan alam sekitarnya.

Bagi masyarakat khususnya salah satu seorang petani di Desa Sawo mengatakan tradisi Ulur-Ulur bukan sekadar agenda budaya tahunan, melainkan ruang batin yang menghadirkan ketenangan setelah menghadapi siklus pertanian yang penuh ketidakpastian. Ketergantungan pada air Telaga Buret membuatnya menyadari bahwa hasil panen bukan sepenuhnya hasil kerja manusia, tetapi juga bergantung pada keseimbangan alam dan kehendak Tuhan. Ia memaknai prosesi pelarungan sesaji sebagai bentuk penyerahan diri sekaligus ungkapan syukur, yang menghadirkan perasaan lega dan tentrem setelah melewati masa tanam dan panen.

Keterlibatannya pada ritual itulah petani merasakan kebersamaan dengan warga lain yang mengalami perjuangan serupa, sehingga muncul perasaan tidak sendiri dalam menghadapi risiko gagal panen atau perubahan musim. Pengalaman ini menunjukkan bahwa tradisi Ulur-Ulur hidup sebagai pengalaman psikologis yang nyata, di mana rasa syukur, harapan, dan ketenangan batin tumbuh melalui partisipasi kolektif dalam ritual yang dimaknai secara personal.

Tradisi Ulur-Ulur dapat dipahami sebagai kegiatan budaya yang bukan hanya sekadar upacara tahunan, tetapi memiliki makna yang dalam bagi masyarakat Desa Sawo. Tradisi ini dipahami sebagai sebuah sistem simbolik tentang relasi manusia dengan Tuhan, alam, dan sesama. Telaga Buret, sesaji, serta prosesi kirab bukan sekadar elemen ritual, melainkan

media internalisasi nilai yang tidak hanya dianggap sebagai sumber air untuk bertani, tetapi juga sebagai sumber kehidupan yang harus dijaga dan disyukuri.

Masyarakat sering memaknai tradisi Ulur-Ulur sebagai ruang untuk memperkuat kebersamaan, menjaga harmoni sosial, serta mengekspresikan rasa syukur atas keberlangsungan kehidupan yang bergantung pada sumber daya alam Telaga Buret. Berbagai nilai tersebut tampak dalam praktik ritual yang diwariskan secara turun-temurun. Namun demikian, bagaimana pengalaman tersebut dirasakan dan dimaknai oleh partisipan masih memerlukan pemahaman yang lebih mendalam. Oleh karena itu, penting untuk menelaah pengalaman hidup masyarakat yang terlibat secara langsung dalam tradisi tersebut agar makna yang muncul benar-benar berasal dari perspektif partisipan.

Tradisi Ulur-Ulur selama ini umumnya dipahami sebagai praktik budaya yang merepresentasikan ungkapan rasa syukur masyarakat terhadap Tuhan atas keberlimpahan air dari Telaga Buret. Selain itu, tradisi ini juga sering diposisikan sebagai sarana memperkuat kebersamaan, solidaritas sosial, dan harmoni antarwarga. Namun, pemaknaan tersebut cenderung bersifat deskriptif struktural, sehingga belum sepenuhnya menjelaskan bagaimana tradisi ini benar bekerja dalam memaknai pengalaman psikologis partisipan. Narasi tentang kebersamaan dan rasa syukur sering kali diterima sebagai sesuatu yang umum atau belum bisa dipahami tanpa dikaji lebih jauh sebagai proses kesejahteraan psikologis.

Konteks ini muncul pertanyaan kritis mengenai bagaimana pengalaman keterlibatan dalam tradisi Ulur-Ulur dimaknai secara subjektif oleh masyarakat?. Apakah rasa tentrem yang dialami partisipan merupakan pengalaman personal, atau hasil dari interaksi sosial yang dibentuk oleh nilai budaya dan spiritual yang diwariskan? Selain itu, bagaimana mekanisme sosial emosional bekerja melalui ritual tersebut dalam merespons ketidakpastian hidup, seperti risiko gagal panen atau perubahan musim? Pertanyaan ini menunjukkan bahwa fenomena tradisi Ulur-Ulur belum sepenuhnya dipahami sebagai proses pengalaman psikologis yang hidup (*lived experience*), melainkan masih berada pada tataran deskripsi kultural. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan yang lebih fenomenologis untuk mengungkap bagaimana tradisi ini berfungsi sebagai ruang produksi makna psikologis dalam kehidupan masyarakat.

Hal ini diperkuat dengan penelitian Sari dan Relawaty yang menemukan bahwa integrasi nilai-nilai kearifan lokal dalam aktivitas komunitas mampu meningkatkan kesejahteraan psikologis melalui rasa memiliki, kebersamaan, dan kebermaknaan hidup individu dalam kelompok sosial.¹ Temuan ini sejalan dengan praktik tradisi Ulur-Ulur di Desa Sawo, di mana partisipasi kolektif masyarakat dalam ritual tahunan memperkuat rasa kebersamaan dan makna hidup yang bersumber dari hubungan harmonis antara manusia, alam, dan Tuhan.

¹ S D Sari and R Relawaty, "Integrasi Nilai-Nilai Kearifan Lokal Untuk Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis," *Prosiding KKN UNP Kediri* (2025), <https://proceeding.unpkediri.ac.id/index.php/kkn/article/view/6491>.

Abshar menegaskan bahwa kesejahteraan psikologis masyarakat tidak dapat dilepaskan dari tradisi, simbol, dan praktik religius yang hidup dalam komunitas lokal.² Tradisi berfungsi sebagai sistem makna yang membantu individu memahami diri, lingkungan, dan tujuan hidupnya. Hal ini sejalan dengan tradisi Ulur-Ulur yang sarat simbol spiritual dan ekologis, di mana air Telaga Buret dimaknai sebagai sumber kehidupan sekaligus sarana refleksi spiritual yang menumbuhkan ketenangan batin dan keseimbangan psikologis masyarakat Desa Sawo.

Penelitian Adiputro dan Marchira yang mengkaji fungsi tradisi slametan dalam masyarakat Jawa ikut memperkuat urgensi tersebut. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ritual budaya berbasis kebersamaan mampu mendukung kesehatan mental komunitas melalui partisipasi sosial, gotong royong, dan rasa keterhubungan antarwarga.³ Jika dibandingkan, tradisi Ulur-Ulur di Desa Sawo menunjukkan pola yang serupa, di mana keterlibatan aktif masyarakat dalam seluruh rangkaian ritual menciptakan ruang aman secara sosial dan emosional, sehingga partisipan merasa diterima, dihargai, dan menjadi bagian dari kesatuan sosial yang bermakna.

Praktik tradisi seperti Ulur-Ulur dalam psikologi budaya dapat menjadi sarana pengalaman kesejahteraan psikologis komunitas. Menurut teori kesejahteraan psikologis yang dikemukakan oleh Ryff, menjelaskan

² Abshar, "Tradisi, Simbol, Dan Praktik Religius Dalam Kesejahteraan Psikologis Masyarakat Lokal," *Al-Irfan Journal* (2025).

³ B Adiputro and C R Marchira, "Fungsi Slametan Dalam Mendukung Kesehatan Mental Komunitas Jawa," *Parikesit: Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat* (2024).

bahwa kesejahteraan psikologis mencakup dimensi penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi.⁴ Nilai tersebut dipahami dalam tradisi Ulur-Ulur melalui pengalaman spiritual kolektif, rasa syukur, kebersamaan, serta keterhubungan dengan alam.

Penelitian terdahulu seperti Trisnawati menemukan bahwa keterlibatan aktif masyarakat dalam tradisi pedesaan memperkuat solidaritas sosial dan meningkatkan kepuasan hidup. Tradisi menjadi sarana penting untuk mengelola tekanan sosial dan menjaga harmoni emosional masyarakat.⁵ Huda dan Nisa menemukan bahwa nilai gotong royong dalam budaya Jawa berkontribusi signifikan terhadap pengalaman kesejahteraan psikologis pasca pandemi.⁶ Hal ini relevan dengan masyarakat Desa Sawo yang juga menjunjung tinggi gotong royong dalam setiap prosesi Ulur-Ulur.

Maharani dan Nurkholis menegaskan bahwa pelestarian tradisi lokal di pedesaan berkontribusi pada kestabilan emosional, moral, dan spiritual masyarakat.⁷ Kondisi ini tampak nyata dalam kehidupan masyarakat Desa Sawo yang menjadikan Ulur-Ulur sebagai simbol kebersamaan dan ketenteraman sosial.

⁴ Carol D Ryff, *Psychological Well-Being Revisited: Advances in Science and Practice*, vol. 83, 2014.

⁵ R Trisnawati, "Tradisi Sebagai Media Penguatan Kesejahteraan Sosial Masyarakat Pedesaan," *Jurnal Psikologi dan Pemberdayaan Komunitas* 4, no. 1 (2022): 55–68.

⁶ S Huda and R Nisa, "Nilai Gotong Royong Dan Kesejahteraan Psikologis Masyarakat Jawa Pasca Pandemi COVID-19," *Jurnal Psikologi Sosial dan Budaya* 9, no. 2 (2023): 101–115.

⁷ D Maharani and M Nurkholis, "Tradisi Lokal Dan Keseimbangan Emosional Masyarakat Pedesaan Di Jawa Timur," *Jurnal Ilmu Sosial dan Humaniora* 13, no. 1 (2024): 22–35.

Akan tetapi sebagian besar penelitian sebelumnya masih gagal menangkap tradisi sebagai pengalaman psikologis yang hidup (*lived experience*) dalam kesadaran subjek pelaku budaya. Kajian tersebut cenderung terjebak dalam pendekatan deskriptif struktural yang menempatkan tradisi sebagai objek eksternal, sehingga lebih berfokus pada fungsi sosial, nilai normatif, atau simbol budaya yang tampak di permukaan. Akibatnya, dimensi subjektif yang bersifat mendalam, seperti pengalaman rasa tentrem, makna spiritual personal, serta mekanisme regulasi emosi kolektif yang muncul melalui keterlibatan dalam ritual, belum dijelaskan secara menyeluruh. Kondisi ini menunjukkan adanya keterbatasan konseptual dalam memahami relasi antara praktik budaya lokal dan kesejahteraan psikologis berbasis pengalaman subjektif.

Permasalahan tersebut menunjukkan bahwa hubungan antara tradisi dan kesejahteraan psikologis selama ini lebih banyak dipahami sebagai hubungan yang bersifat normatif dan fungsional. Berbagai penelitian telah menjelaskan manfaat tradisi dalam memperkuat solidaritas sosial, menjaga harmoni masyarakat, serta mendukung kesehatan mental komunitas. Namun demikian, belum diketahui secara mendalam bagaimana individu yang terlibat dalam tradisi benar mengalami, merasakan, dan memaknai keterlibatan tersebut dalam kehidupan sehari-hari. Dengan demikian, persoalan utama bukan terletak pada ada atau tidaknya fungsi tradisi, melainkan pada bagaimana fungsi tersebut hadir, dialami, dan diberi makna oleh partisipan dalam kesadaran mereka. Oleh karena itu, pendekatan

fenomenologi menjadi relevan untuk mengungkap pengalaman subjektif yang selama ini belum terjangkau oleh pendekatan deskriptif struktural.

Keterbatasan ini menunjukkan adanya celah konseptual yang signifikan dalam literatur, khususnya dalam menjembatani antara praktik budaya lokal dan kesejahteraan psikologis berbasis pengalaman partisipan. Dengan kata lain, belum banyak penelitian yang secara fenomenologis menggali bagaimana partisipan memaknai keterlibatan mereka dalam tradisi sebagai sumber pembentukan kesejahteraan psikologis. Oleh karena itu, penelitian ini menjadi penting untuk mengisi kekosongan tersebut dengan mengkaji tradisi Ulur-Ulur sebagai ruang produksi makna psikologis kolektif yang hidup dan dialami secara langsung oleh masyarakat.

Secara ilmiah, penelitian ini penting karena berkontribusi dalam memperkaya pengembangan kajian psikologi budaya dan psikologi komunitas, khususnya dalam memahami hubungan antara praktik budaya lokal dan kesejahteraan psikologis berbasis pengalaman partisipan. Secara praktis, temuan penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar dalam pengembangan pendekatan psikologis dan bimbingan konseling berbasis kearifan lokal yang lebih kontekstual, relevan, dan sesuai dengan realitas kehidupan masyarakat.

Tradisi Ulur-Ulur di Desa Sawo belum sepenuhnya dikaji sebagai kesejahteraan psikologis yang hidup dalam kesadaran masyarakat, padahal pengalaman partisipan dalam ritual berpotensi menjadi sumber pengalaman kesejahteraan psikologis komunitas. Oleh karena itu, penelitian ini berupaya

menggeser cara pandang dari deskripsi budaya menuju makna pengalaman psikologis komunitas secara fenomenologis, sehingga tradisi tidak hanya dipahami sebagai warisan budaya, tetapi sebagai ruang pembentukan, pemeliharaan, dan pengalaman kesejahteraan psikologis masyarakat.

Keunikan lokasi penelitian di Desa Sawo semakin memperkuat urgensi kajian ini. Keberadaan Telaga Buret sebagai pusat spiritual, ekologis, dan sosial menjadikan tradisi Ulur-Ulur memiliki karakteristik khas yang tidak ditemukan di wilayah lain. Relasi simbolik antara air, kehidupan, dan spiritualitas menjadikan tradisi ini sebagai bentuk *collective resilience*, yaitu daya lenting sosial yang lahir dari kebersamaan dan kesadaran ekologis masyarakat.

Desa Sawo memiliki hubungan yang erat dengan Telaga Buret, sumber utama kegiatan Ulur-Ulur. Air telaga bukan hanya simbol kehidupan, tetapi juga refleksi spiritual dari keseimbangan antara manusia dan alam. Tradisi ini memperkuat kesadaran ekologis masyarakat untuk menjaga kelestarian lingkungan, sekaligus menumbuhkan kesejahteraan psikologis melalui keterhubungan dengan alam.

Penelitian ini, peneliti merupakan bagian dari kultur Jawa yang tumbuh dalam lingkungan masyarakat yang menjunjung tinggi nilai spiritualitas, gotong royong, dan tradisi kolektif. Posisi ini memberikan kedekatan kultural sekaligus pemahaman implisit terhadap simbol, makna, dan struktur nilai yang hidup dalam tradisi Ulur-Ulur. Sebagai bagian dari

konteks budaya yang sama, peneliti memiliki kepekaan terhadap nuansa emosional dan spiritual yang menyertai praktik ritual masyarakat pedesaan.

Peneliti menyadari bahwa kedekatan kultural berpotensi memunculkan asumsi yang *taken for granted* atau tidak disadari. Oleh karena itu, peneliti secara sadar menerapkan sikap reflektif melalui proses bracketing (*epoché*), yaitu menanggukkan prasangka, pengalaman pribadi, dan interpretasi awal agar makna yang muncul benar-benar berasal dari pengalaman subjektif partisipan. Dengan demikian, posisi peneliti ditempatkan sebagai instrumen utama yang sensitif secara kultural namun tetap menjaga jarak reflektif demi kredibilitas teknik triangulasi.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini menjadi signifikan karena mengisi kesenjangan antara teori kesejahteraan psikologis dan praktik budaya lokal. Kajian tentang makna tradisi Ulur-Ulur di Desa Sawo, Kecamatan Campurdarat, Kabupaten Tulungagung akan memberikan pemahaman baru tentang bagaimana nilai-nilai budaya, spiritualitas, dan solidaritas sosial dapat berperan dalam memperkuat kesejahteraan psikologis komunitas. Hasil penelitian ini diharapkan berkontribusi dalam pengembangan Bimbingan dan Konseling Islam berbasis kearifan lokal, sekaligus memperkaya literatur psikologi komunitas di Indonesia.

Penelitian ini menawarkan kebaruan dengan memposisikan tradisi Ulur-Ulur tidak sekadar sebagai praktik budaya atau ritual simbolik, tetapi sebagai pengalaman psikologis kolektif yang dimaknai secara subjektif oleh masyarakat. Berbeda dengan penelitian sebelumnya yang cenderung

menggunakan pendekatan deskriptif struktural dan menempatkan tradisi sebagai objek eksternal, studi ini menggunakan pendekatan fenomenologis untuk mengungkap bagaimana pengalaman spiritual, sosial, dan ekologis terinternalisasi dalam kesadaran partisipan sebagai bagian dari pengalaman kesejahteraan psikologis.

Kebaruan penelitian ini terletak pada upaya mengungkap pengalaman subjektif masyarakat dalam memaknai tradisi Ulur-Ulur sebagai ruang terbentuknya rasa tentrem, keterhubungan sosial, makna spiritual, dan kesadaran ekologis yang berkaitan dengan kesejahteraan psikologis. Aspek-aspek pengalaman tersebut belum banyak dieksplorasi dalam penelitian sebelumnya yang cenderung berfokus pada fungsi sosial dan nilai budaya tradisi. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya memperluas perspektif dalam kajian psikologi budaya, tetapi juga menawarkan pemahaman baru mengenai relasi antara tradisi lokal dan pengalaman kesejahteraan psikologis komunitas secara kontekstual dan mendalam.

B. Fokus dan Pertanyaan Penelitian

Fokus penelitian merupakan arah utama yang menentukan ruang lingkup dan kedalaman penelitian, sedangkan pertanyaan penelitian menjadi panduan untuk menjawab permasalahan yang telah dirumuskan. Penelitian ini berfokus pada eksplorasi masyarakat Desa Sawo memaknai tradisi Ulur-Ulur dalam pengalaman hidup mereka serta pengalaman keterlibatan dalam tradisi tersebut berkaitan dengan kesejahteraan psikologis.

Dari fokus penelitian tersebut, maka rumusan pertanyaan penelitian yang menjadi panduan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana masyarakat Desa Sawo memaknai tradisi Ulur-Ulur dalam pengalaman hidup mereka?
2. Bagaimana pengalaman keterlibatan masyarakat Desa Sawo dalam tradisi Ulur-Ulur berkaitan dengan kesejahteraan psikologis?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian menggambarkan arah dan hasil yang ingin dicapai dalam proses kajian ilmiah. Tujuan ini dirumuskan sebagai tindak lanjut dari fokus dan pertanyaan penelitian yang telah dijelaskan sebelumnya, sehingga berfungsi sebagai panduan konseptual dalam memahami fenomena sosial dan psikologis di balik tradisi Ulur-Ulur yang dilaksanakan masyarakat Desa Sawo, Kecamatan Campurdarat, Kabupaten Tulungagung.

Berdasarkan rumusan masalah yang telah disusun, tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mendeskripsikan masyarakat Desa Sawo memaknai tradisi Ulur-Ulur dalam pengalaman hidup mereka
2. Untuk memahami pengalaman keterlibatan masyarakat Desa Sawo dalam tradisi Ulur-Ulur berkaitan dengan kesejahteraan psikologis.

D. Kegunaan Penelitian

Penelitian ini diharapkan memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktis bagi pengembangan ilmu pengetahuan, lembaga pendidikan, masyarakat, dan peneliti berikutnya. Kegunaan tersebut sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi ilmiah bagi pengembangan kajian psikologi komunitas, psikologi budaya, dan Bimbingan Konseling Islam berbasis kearifan lokal dengan memperkaya pemahaman tentang hubungan antara budaya dan kesejahteraan psikologis. Selain itu, hasil penelitian ini diharapkan berkontribusi pada pengembangan pendekatan bimbingan dan konseling berbasis budaya dengan menjadikan tradisi lokal sebagai landasan konseptual.

2. Kegunaan Praktis

Secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan memberikan manfaat langsung bagi masyarakat, lembaga, dan peneliti berikutnya, baik dalam lingkup lokal maupun nasional.

1. Bagi Pembaca

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pemahaman mengenai pentingnya tradisi lokal sebagai sumber nilai sosial, spiritual, dan psikologis dalam kehidupan masyarakat. Pembaca memperoleh gambaran bahwa tradisi tidak hanya bernilai

budaya, tetapi juga memiliki fungsi nyata dalam menjaga kesejahteraan psikologis dan keharmonisan sosial komunitas.

2. Bagi Masyarakat

Bagi masyarakat, khususnya masyarakat Desa Sawo, hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran akan makna dan peran tradisi Ulur-Ulur sebagai sarana memperkuat kebersamaan, ketenangan batin, serta keseimbangan hubungan antara manusia, Tuhan, dan alam. Penelitian ini juga dapat menjadi dasar refleksi untuk terus melestarikan tradisi sebagai bagian dari upaya menjaga kesejahteraan psikologis komunitas.

3. Bagi Mahasiswa

Bagi mahasiswa, penelitian ini dapat menjadi sumber referensi akademik dalam memahami penerapan teori psikologi komunitas, psikologi budaya, dan Bimbingan Konseling berbasis kearifan lokal. Penelitian ini diharapkan dapat mendorong mahasiswa untuk mengembangkan kajian ilmiah yang kontekstual, khususnya yang berkaitan dengan tradisi lokal dan kesejahteraan psikologis masyarakat.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, hasil penelitian ini dapat dijadikan rujukan empiris dan konseptual untuk mengembangkan penelitian lanjutan terkait tradisi lokal, kesejahteraan psikologis, dan pendekatan psikologi berbasis budaya. Penelitian ini juga membuka

peluang pengembangan studi dengan pendekatan, metode, dan lokasi yang berbeda guna memperkaya khazanah penelitian psikologi komunitas di Indonesia.

E. Penegasan Istilah

Penegasan istilah digunakan untuk mendefinisikan dan memperjelas makna dari istilah atau konsep yang digunakan dalam penelitian. Tujuan dari bagian ini adalah untuk memastikan bahwa seluruh pembaca memiliki pemahaman yang sama terhadap istilah-istilah yang digunakan dalam penelitian skripsi berjudul “Makna Tradisi Ulur-Ulur dalam Pengalaman Kesejahteraan Psikologis Komunitas”, sehingga tidak menimbulkan kebingungan atau ambiguitas, penegasan istilah tersebut adalah :

1. Makna

Makna adalah cara masyarakat Desa Sawo memahami, menilai, dan menafsirkan terhadap tradisi Ulur-Ulur berdasarkan pengalaman hidup, nilai budaya, dan keyakinan spiritual mereka.⁸

2. Tradisi Ulur-ulur

Tradisi Ulur-Ulur adalah ritual budaya masyarakat Desa Sawo, Kecamatan Campurdarat, Kabupaten Tulungagung, yang dilaksanakan setiap bulan Selo sebagai ungkapan rasa syukur kepada Tuhan atas keberlimpahan air Telaga Buret. Tradisi ini mencakup prosesi kirab

⁸ Binti Khofifah, Zulvi Rochimayasari, and Anggoro Putranto, “Nilai- Nilai Yang Terkandung Pada Tradisi ‘ Upacara Adat Ulur - Ulur ’ Di Telaga Buret (Desa Sawo - Campurdarat - Tulungagung),” no. 2011 (2024): 28–32.

sesaji, doa bersama, dan pelarungan sesaji sebagai simbol hubungan harmonis antara manusia, Tuhan, dan alam.⁹

3. Pengalaman

Pengalaman adalah pengalaman subjektif yang dialami dan dimaknai secara langsung oleh individu dalam kehidupan sehari-hari. Pengalaman dipahami sebagai lived experience, yaitu bagaimana seseorang menghayati, merasakan, dan memberikan makna terhadap suatu peristiwa yang dialaminya.¹⁰

4. Kesejahteraan Psikologis

Kesejahteraan psikologis adalah kondisi individu yang menunjukkan fungsi psikologis positif sehingga mampu menjalani kehidupan secara optimal, memiliki hubungan positif dengan orang lain, tujuan hidup yang jelas, serta kemampuan mengembangkan diri secara berkelanjutan.¹¹

5. Masyarakat Desa sawo

Masyarakat Desa Sawo adalah sekelompok individu yang berdomisili di Desa Sawo, Kecamatan Campurdarat, Kabupaten Tulungagung, serta memiliki keterikatan sosial, budaya, dan lingkungan dalam kehidupan sehari-hari.¹²

⁹ Hakim and Yoesoef, "SINKRETISME DALAM SLAMETAN RITUAL ULUR-ULUR," *Jurnal Kajian Budaya* 13, no. 1 (2023): 18–34.

¹⁰ Sufyan Abdillah et al., "Integrasi Pemikiran Fenomenologi Dan Psikologi Eksistensial Dalam Memahami Pengalaman Subjektif Generasi Digital Modern," *Community Engagement & Emergence Journal* 7 (2026): 7–16.

¹¹ Yoseph Pedhu, "Kesejahteraan Psikologis Dalam Hidup Membiara" 10, no. 1 (2022): 65–78.

¹² Khofifah, Rochimayasari, and Putranto, "Nilai- Nilai Yang Terkandung Pada Tradisi ' Upacara Adat Ulur - Ulur ' Di Telaga Buret (Desa Sawo - Campurdarat - Tulungagung)."

Dengan demikian, seluruh istilah yang digunakan dalam penelitian ini memiliki batasan makna yang jelas dan kontekstual. Penegasan istilah ini menjadi landasan konseptual bagi analisis penelitian, agar pembahasan mengenai makna tradisi Ulur-Ulur dalam pengalaman kesejahteraan psikologis komunitas dapat dipahami secara tepat sesuai dengan latar sosial budaya masyarakat Desa Sawo, Kecamatan Campurdarat, Kabupaten Tulungagung.