



**PENDIDIKAN ANAK DALAM KANDUNGAN SEBAGAI UPAYA MELAHIRKAN ANAK
YANG SUPUTRA DI PULAU LOMBOK**

Oleh

Desak Made Yoniartini

STAHN Gde Pudja Mataram

Email: yoniartini@stahn-gdepudja.ac.id

Abstrak

Artikel ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana Pendidikan Anak dalam Kandungan Sebagai Upaya Melahirkan Anak yang Suputra di pulau Lombok. Dengan mempergunakan teori Adaptasi dan teori Religi maka artikel ini berhasil menemukan kenyataan bahwa Pendidikan anak dalam kandungan dilakukan secara tidak langsung yaitu mengatur kehidupan dan pikiran dari kedua orang tuanya sejak bersenggama sampai pada saat wanita melahirkan. Keluarga dan lingkungan juga memberikan pengaruh yang besar bagi pendidikan anak dalam kandungan. Selanjutnya dalam agama ajaran Hindu Upacara *mege dong-gedongan* merupakan salah satu upacara penting yang harus dilakukan saat wanita sedang mengandung, hal ini karena saat melaksanakan upacara *mege dong-gedongan* maka calon ibu merasa tentram dan damai sehingga sangat berpengaruh terhadap calon bayi, selain itu upacara *mege dong-gedongan* merupakan salah satu bentuk pendidikan dalam kandungan yang dilakukan oleh umat Hindu di pulau Lombok

Kata Kunci : Anak, Religi, Bayi & Kandungan

PENDAHUALUAN

Manusia yang terlahir ke dunia memiliki empat macam tahap kehidupan yang dikenal dengan istilah *Catur Asrama*, yang bagian-bagiannya terdiri dari *Brahmacari*, *Grihasta*, *Wanaprasta* dan *Sanyasin Asrama*. Setiap *Asrama* memiliki tujuannya masing-masing. Setiap pemeluk Hindu harusnya menjalankan masing-masing tahapan dalam kehidupan agar kehidupan berjalan berimbang yaitu dengan mengawali sebagai seorang *brahmachari* dengan menuntut ilmu sebanyak-banyaknya, lalu memasuki masa *grihasta* yaitu berumah tangga, dan bermasyarakat, selanjutnya mencoba untuk terlepas dari sifat-sifat keduniawian yaitu *wanaprasta* dan benar-benar terlepas dari dunia keduniawian yaitu *sanyasin*.

Melahirkan anak yang *suputra* merupakan dambaan dan idaman bagi setiap orang tua maka segala macam cara akan dipergunakan karena dalam Niti Sastra dinyatakan bahwa

Bulan dan bintang sebagai pelita menerangi di waktu malam, matahari yang sedang terbit sebagai pelita menerangi seluruh wilayah bumi, ilmu pengetahuan, sastra utama

sebagai pelita menerangi ketiga dunia dengan sempurna, kalau dikalangan putra (anak), maka anak yang utama (suputra) menerangi seluruh keluarga.

Namun demikian, saat ini banyak kita jumpai banyak anak yang *kuputra*, anak-anak yang tidak lagi menghormati orang tuanya, anak-anak yang menyusahkan orang tuanya, bahkan ada beberapa kasus dimana seorang anak yang menuntut orang tuanya dipengadilan karena urusan harta benda dan yang paling menakutkan bahkan ada anak yang membunuh orang tuanya, tidak dapat dibayangkan bagaimana perasaan orang tua yang memiliki anak yang *kuputra*, anak yang telah dikandung selama sembilan bulan oleh ibunya, lalu dilahirkan dengan bertarung nyawa sehingga anak tersebut dapat lahir dan kemudian anak dipelihara dan dihidupi dengan berbagai cara dan dengan kasih sayang, namun ternyata menjadi anak yang *kuputra*.

Orang tua yang memiliki anak yang *kuputra* rasanya seperti mendapatkan neraka dalam kehidupannya, hal ini karena anak yang nantinya menjadi sandaran hidup dikemudian hari ternyata sama sekali tidak dapat diharapkan.



Seperti yang tercantum dalam Canakya Nitisastra III.15.

“Seluruh hutan terbakar hangus hanya karena satu pohon kering yang terbakar. Begitulah seorang anak yang kuputra menghancurkan dan memberikan aib bagi seluruh keluarga”.

Orang tua yang menginginkan memiliki anak yang *suputra* harus mengupayakan dengan maksimal yakni dengan melakukan pendidikan pada anak secara bersungguh-sungguh diantaranya memberi pendidikan sejak dalam kandungan, hal ini karena sejak dalam kandungan seorang anak sudah dapat diberikan pengetahuan. Seperti hasil penelitian yang dilakukan oleh Lembaga Kesehatan Anak dan Perkembangan Manusia yang bekerja untuk Universitas Carolina di Amerika. Anthony Casper mengumumkan penemuannya 3 Januari 1984 bahwa makanan yang dimakan oleh ibu hamil, gagasan-gagasan yang telah dipikirkannya, dan kata-kata yang didengarkannya mempengaruhi janin dalam kandungan. (Titib, I Made. 2003: 53), namun jauh sebelum penelitian yang dilakukan oleh Anthony Casper pada tahun 1971 telah didirikan suatu badan internasional oleh seorang Psiko-Analis yang bernama Gustav Hans Graber di BEM (Jerman Barat) Membuktikan kebenaran bahwa anak dalam kandungan itu telah mendengar dan merasa (Sudharta, Tjok Rai. 1992; 4). Dengan demikian salah satu upaya yang dapat dilakukan oleh orang tua adalah memberikan pendidikan pada anak sedini mungkin yaitu pada saat dalam kandungan sebagai upaya memiliki anak yang *suputra*.

Penelitian ini menjadi sangat menarik karena, umat Hindu yang telah memiliki konsep tentang pendidikan anak dalam kandungan ternyata masih banyak yang tidak menjalankannya, salah satu contohnya adalah dengan melaksanakan upacara *megeconggedongan*, dengan demikian peneliti ingin menggali mengenai pendidikan dalam kandungan sebagai upaya untuk melahirkan anak yang *suputra* agar dapat menjadi harapan bagi kedua orang tuanya, bagi agama Hindu dan bagi dunia.

Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah :

1. Bagaimanakah pendidikan anak dalam kandungan sebagai upaya melahirkan anak *suputra* perspektif agama Hindu ?
2. Bagaimana upacara bayi dalam kandungan dalam perspektif agama Hindu ?

Dalam setiap penelitian pasti memiliki tujuan penelitian agar penelitian dapat mencapai arahnya, maka dalam penelitian ini memiliki dua tujuan yang dapat mengarahkan penelitian ini, yaitu ; Secara umum penelitian ini bertujuan untuk memberikan penjelasan kepada berbagai pihak mengenai Pendidikan anak dalam kandungan sebagai Upaya melahirkan anak *suputra* agar semua pihak memahami bahwa Pendidikan dapat dilakukan sejak anak masih dalam kandungan.

Merumuskan tujuan sangat penting dalam tulisan karya ilmiah, untuk itu tujuan khusus yang peneliti ingin capai dalam penelitian ini antara lain;

1. Untuk mengetahui pendidikan anak dalam kandungan perspektif agama Hindu
2. Untuk mengetahui upacara-upacara anak dalam kandungan perspektif agama Hindu

Hasil penelitian ini diharapkan memiliki manfaat, bagi semua pihak yang secara langsung maupun tidak terkait dalam permasalahan yang dikaji dalam penelitian ini, adapun manfaat Teoritis dan Praktis dari penelitian ini adalah :

1. Manfaat Teoritis/Akademis

Penelitian ini diharapkan memiliki manfaat Teoritis yaitu menjadi acuan atau panduan bagi peneliti selanjutnya yang akan membahas atau tertarik membahas mengenai Pendidikan anak dalam kandungan sebagai upaya bagi umat Hindu untuk melahirkan anak yang *suputra*. Tidak dipungkiri bahwa hasil penelitian sebelumnya dapat menjadi acuan bagi peneliti lainnya dalam membuat suatu kajian atau menambah paradigma berfikir seorang peneliti.

2. Manfaat Praktis



Penelitian ini diharapkan memiliki manfaat praktis bagi pasangan yang merencanakan memiliki anak dan mendambakan memiliki anak yang *suputra*. Selanjutnya tentu saja penelitian ini diharapkan memberikan pengetahuan kepada masyarakat umum mengenai Upaya yang dapat dilakukan oleh orang tua yang ingin melahirkan anak yang *suputra* dengan memberikan pendidikan sejak dalam kandungan.

LANDASAN TEORI

Dalam sebuah penelitian posisi kepustakaan dan penelitian yang relevan sangat penting, Hal ini guna menjangkau sumber acuan yang digunakan peneliti. Setelah melakukan identifikasi terhadap berbagai hasil penelitian dan buku, maka peneliti menemukan beberapa karya ilmiah yang berhubungan dengan penelitian yang akan peneliti laksanakan, diantaranya yaitu dari buku berjudul *Proses Terbentuknya Bayi di Dalam Kandungan Menurut Garbha Upanisad* yang memuat kesimpulan tentang bagaimana proses terbentuknya seorang manusia sejak dalam kandungan yang dilihat berdasarkan Garbha Upanisad.

Adapun Kontribusi Buku I Wayan Maswinara dalam Penelitian ini adalah menambah paradigma berfikir peneliti tentang bagaimana terbentuknya manusia sejak dalam kandungan berdasarkan Garba Upanisad.

Buku kedua yang berkaitan dengan penelitian ini berjudul *Membentuk Kepribadian Anak Dalam Kandungan* yang memuat kesimpulan bagaimana harusnya orang tua memberikan pendidikan kepada anaknya sejak dalam kandungan. Adapun kontribusi buku Made Awanita dalam penelitian ini adalah bagaimana kewajiban orang tua dalam membentuk kepribadian anak sejak dalam kandungan.

Sedangkan buku selanjutnya adalah *Mendidik Suputra Anak Dalam Kandungan* yang membahas bagaimana mendidik anak sejak sebelum konsepsi sampai anak telah lahir ke dunia. Kontribusi buku Ketut Sumarta dalam penelitian ini adalah bagaimana mempersiapkan

anak *suputra* sejak memilih pasangan sampai anak telah lahir ke dunia.

Buku terakhir Adalah *Upacara Bayi Dalam Kandungan Sampai Bayi Umur 1 Bulan 7 Hari*, dimana dalam buku ini berisi mengenai upacara-upacara sejak bayi dalam kandungan sampai anak berusia 1 bulan 7 hari. Kontribusi buku S Swari Gria dalam penelitian ini adalah bahwa dalam buku ini menjelaskan secara lengkap upacara bayi dalam kandungan sampai usia 1 bulan 7 hari.

Teori merupakan hubungan antara dua fakta atau lebih, dimana fakta adalah sesuatu dapat diamati dan diuji secara empiris (Soerjono, Soekamto dan Sulistyowati Budi.2014: 28), sedangkan menurut James A Black dan Champion Dean J. (1999: 49).Teori yang dipergunakan dalam penelitian ini adalah teori adaptari dan teori religi.

METODE PENELITIAN

Rancangan Penelitian merupakan sebuah dasar dalam membuat rencana sebuah penelitian. Dalam penelitian ini digunakan metode penelitian kualitatif. Metode penelitian kualitatif muncul karena terjadi perubahan paradigma dalam memandang suatu realitas /fenomena/gejala. Dalam paradigma ini realitas sosial dipandang sebagai suatu yang yang holistik/utuh, kompleks, dinamis dan penuh makna. Paradigma yang demikian disebut paradigma *post positivisme*.

Kualitas sebuah penelitian sangat tergantung pada validitas dan akurasi sebuah data. Jenis dan sumber data yang tepat merupakan sebuah keharusan dalam sebuah penelitian, sehingga sebuah penelitian dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah. Data kalau digolongkan menurut asal sumbernya dapat dibagi menjadi dua: (1) data primer (2) data sekunder. Data primer dalam penelitian ini akan merujuk pada para informan yang mengetahui tentang penelitian ini yaitu para wanita yang pernah hamil dan melahirkan, pria yang telah menjadi ayah, Pinandita dan orang-orang yang berhubungan langsung dengan penelitian ini. Sedangkan data sekunder akan diperoleh dari dokumen-dokumen yang berkaitan dengan



penelitian ini, seperti hasil penelitian sebelumnya yang berkaitan dengan penelitian ini.

Penentuan informan dalam sebuah penelitian merupakan hal yang sangat penting guna mendapatkan informasi yang akurat dan tepat. Penelitian kualitatif tidak dipersoalkan jumlah informan, tetapi bisa tergantung dari tepat tidaknya pemilihan informan kunci, dan kompleksitas dari keragaman fenomena sosial yang diteliti. Teknik penentuan informan dilakukan dengan teknik *purposive sampling*, yaitu teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu (Sugiono, 2013: 78). Pertimbangan tertentu yang dimaksud adalah dengan menentukan informan dari orang-orang yang diketahui memiliki kemampuan, pengalaman, dan memahami permasalahan mengenai penelitian ini.

Metode deskriptif adalah suatu cara penyajian hasil penelitian yang dilakukan dengan jalan menyusun secara sistematis data-data yang telah dihimpun sehingga diperoleh suatu kesimpulan umum. Artinya data yang diperoleh dari penelitian ini tidak disajikan dengan menggunakan prosedur statistik atau dengan kuantitatif tetapi disajikan dengan kualitatif. Dengan demikian, penelitian ini merupakan penelitian kualitatif, artinya analisis dari penelitian ini berdasarkan kata-kata yang tersusun dalam bentuk teks.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Pendidikan Anak Dalam Kandungan

Pendidikan anak dalam kandungan di mulai sejak mempersiapkan pernikahan yaitu sejak mempersiapkan calon suami dan istri sampai pada prosesi pernikahannya. Pemilihan pasangan suami dan istri harusnya sesuai dengan tujuan pernikahan yaitu : Menurut I Made Titib (Menumbuhkembangkan Pendidikan Budhi Pekerti Pada Anak, 2003;84)

1. *Dharmasampati*, kedua mempelai secara bersama-sama melaksanakan Dharma yang meliputi semua aktivitas dan kewajiban agama seperti melaksanakan *Yadnya*, sebab di dalam *grehastalah* aktivitas *Yadnya* dapat dilaksanakan secara sempurna.

2. *Praja*, kedua mempelai mampu melahirkan keturunan (putra-putri) yang akan melanjutkan amanat dan kewajiban kepada leluhur. Melalui *Yadnya* dan lahirnya putra yang suputra seorang anak akan dapat melunasi hutang jasa kepada leluhur (*Pitratna*), kepada Dewa (*Dewatma*) dan kepada para guru (*Rsi rna*).

3. *Rati*, kedua mempelai dapat menikmati kepuasan seksual dan kepuasan-kepuasan lainnya (*Artha dan kama*) yang tidak bertentangan dan berlandaskan *Dharma*

Adapun dalam ajaran agama Hindu perkawinan merupakan hal yang sangat di sakralkan karena merupakan bagian dari *Catur Asrama* yaitu, *Grhasta Asrama* yaitu masa berumah tangga. Dalam perkawinan Hindu ada beberapa jenis perkawinan diantaranya : Menurut kitab Manawa Dharma Sastra III. 21 disebutkan 8 bentuk perkawinan sebagai berikut:

1. *Brahma wiwaha* adalah bentuk perkawinan yang dilakukan dengan memberikan seorang wanita kepada seorang pria ahli weda dan berkelakuan baik yang diundang oleh pihak wanita.
2. *Daiwa wiwaha* adalah bentuk perkawinan yang dilakukan dengan memberikan seorang wanita kepada seorang pendeta pemimpin upacara.
3. *Arsa wiwaha* adalah bentuk perkawinan yang terjadi karena kehendak timbal-balik kedua belah pihak antar keluarga laki-laki dan perempuan dengan menyerahkan sapi atau lembu menurut kitab suci.
4. *Prajapatya wiwaha* adalah bentuk perkawinan dengan menyerahkan seorang putri oleh ayah setelah terlebih dahulu menasehati kedua mempelai dengan mendapatkan restu yang berbunyi semoga kamu berdua melakukan *dharmamu* dan setelah memberi penghormatan kepada mempelai laki-laki.
5. *Asuri wiwaha* adalah bentuk perkawinan jika mempelai laki-laki menerima wanita setelah terlebih dahulu ia memberi harta sebanyak yang diminta oleh pihak wanita.



6. *Gandharva wiwaha* adalah bentuk perkawinan berdasarkan cinta sama cinta dimana pihak orang tua tidak ikut campur walaupun mungkin tahu.
7. *Raksasa wiwaha* adalah bentuk perkawinan di mana si pria mengambil paksa wanita dengan kekerasan. Bentuk perkawinan ini dilarang.
8. *Paisaca wiwaha* adalah bentuk perkawinan bila seorang laki-laki dengan diam-diam memperkosa gadis ketika tidur atau dengan cara memberi obat hingga mabuk. Bentuk perkawinan ini dilarang.

2. Proses Terbentuknya Bayi Dalam Kandungan

Seorang anak akan lahir dari hubungan yang sah dari kedua orang tuanya, maka pasti orang tua tersebut berkeinginan untuk melahirkan anak yang suputra yang nantinya dapat membanggakan keluarga. dalam ajaran agama Hindu maka ada waktu baik yang dapat dipilih bagi pasangan suami istri untuk bersenggama, hal ini merupakan salah satu usaha untuk melahirkan anak yang suputra dan hal ini menjadi bukti bahwa untuk memiliki anak yang suputra harus dengan usaha, doa dan hari-hari baik, diantaranya :

Menurut kepercayaan dalam Tjok Rai Sudharta (1992;16), senggama yang membuahkan anak yang baik adalah kalau dilakukan pada malam 8,9,10,11,12,12,14,15,16 setelah sang istri selesai kotor kainnya.

Sedangkan dalam Titib (2003;46) pada kitab Manawadharmasastra (III.40), melakukan hubungan suami istri untuk memperoleh anak yang baik adalah 16 hari setelah mulainya menstruasi atau setelah hari ke-5 sampai ke-12. Dan Ayurveda dikatakan, jika suami istri melakukan hubungan diantara dua belas hari sejak selesai menstruasi dan hamil, anak yang lahir akan sempurna, sehat serta bijaksana. Jika wanita hamil dari hasil hubungan setelah hari ke-1, anak yang akan lahir kurang sempurna dalam umur, kesehatan, kekayaan, keuntungan, kekuatan dan warna. Dalam Manusmrti dikatakan, jika menginginkan anak laki-laki yang lahir, hubungan perlu dilakukan setelah selesai menstruasi, yaitu empat hari pada malam ke-

6,8,10,12, 14 dan 16. Bila dilakukan pada hari tiga hitungan dari belakang (16.14 dan 12) akan lahir bayi laki-laki yang tampan. Tetapi jika menginginkan anak perempuan, hubungan dilakukan setelah menstruasi pada malam ke-5,7,9, dan 15. Dikatakan pula jika kelebihan *sukla* (sperma) dari suami menyebabkan anak yang lahir laki-laki dan kelebihan *svanita* (ovum) dari istri akan melahirkan anak perempuan

a. Dalam Weda (Garbandhana Upanisad dari Krsna Yajur Veda)

Dalam Maswinara I Wayan (1998;35), setelah melalui hubungan pada *rtu* (musim) yang sesuai bagi timbulnya kehamilan, ia (janin terbentuk di dalam kandungan) seperti air pada malam yang pertama; pada malam yang ke tujuh, ia seperti sebuah gelembung; dan pada akhir tengah bulan ia menjadi sebuah bola. Pada akhir dari satu bulan, ia mengental; dalam dua bulan kepala terbentuk ; dalam umur tiga bulan daerah sekitar kaki; dan pada bulan ke empat, daerah sekitar perut, pinggang dan juga mata kaki terbentuk ; pada bulan ke lima , tulang belakang (spinal); pada bagian ke enam bagian muka, termasuk hidung, mata dan telinga; pada bulan ke tujuh ia bersatu dengan *jiwa* (*atman*) ; pada bulan ke delapan ia menjadi sempurna (organ-organnya lengkap); pada bulan ke Sembilan ia menjadi gemuk.

b. Dalam Buku-Buku Kesehatan

Evarina, Andriana (2013;51) Lamanya masa kehamilan dihitung dengan skala Trisemester, yaitu per tiga bulan. Setiap bulannya dihitung selama empat minggu. Jadi, total usia kehamilan sempurna adalah 40 minggu (atau 10 bulan). Dalam dunia kesehatan anak yang terlahir sebetulnya mencapai usia 38 minggu dikatakan sebagai anak yang prematur.

3. Peran Ibu Dalam Proses Pendidikan Dalam Kandungan

Seorang wanita yang sedang hamil memegang peranan penting dalam mendidik anak yang sedang berada dalam kandungannya. Hal ini karena sang anak telah bersama dengan ibunya sejak dalam kandungan. Anak akan beradaptasi dengan apapun yang dialami oleh ibu yang mengandungnya, seperti kejiwaan dan kesehatan.



Hal ini sesuai dengan teori adaptasi yaitu Adaptasi adalah suatu penyesuaian pribadi terhadap lingkungan, penyesuaian berarti mengubah diri pribadi sesuai dengan keadaan lingkungan, juga dapat berarti mengubah lingkungan sesuai dengan keadaan keinginan pribadi (Gerungan: 1991). Dalam hal ini bayi menyesuaikan kondisinya dengan kondisi yang dirasakan atau dialami oleh ibunya.

a. Dalam weda

Ketika bayi masih dalam kandungan segala getaran jiwa dan perasaan si ibu memberikan rangsang dasar-dasar perwatakan terhadap anak yang anak lahir (Made Awanita.2008; 40)

Dalam Caraka Samhita (Made Titib. 2003; 52) menyatakan “sejak awal kehamilan, ibu yang mengandung hendaknya selalu berbahagia, memakai busana dan kain berwarna putih, berpikiran yang tenang, selalu berkeinginan untuk menolong orang lain, seperti ayah, ibu, suami, guru dan lain-lain. Dia harus menghindari diri untuk hal-hal yang jelek, menghindari makanan yang basi, tidak pergi kerumah yang kosong, demikian juga tidak pergi ke pembakaran mayat”

b. Dalam lontar

Dalam lontar Eka Pratama Dharma (Made Awanita.2008;54) menjelaskan semasih bayi berada dalam kandungan, sang mengandung harus berdoa terus, membersihkan diri setiap hari suci Purnama, Tilem, Budha Kliwon, Tumpek, Anggara Kasih.

c. Anjuran makanan

Untuk melahirkan anak yang *suputra*, maka penting bagi seorang ibu untuk memakan makanan yang dianjurkan oleh ajaran suci Weda dan tidak memakan makanan yang dilarang atau tidak dianjurkan, hal ini semata-mata agar anak dalam kandungan mendapatkan asupan gizi yang baik dan sesuai dengan ajaran Weda.

Dalam ajaran Weda ada beberapa sloka mengenai anjuran makan makanan yang dianjurkan, yaitu :

Atharvaveda X. 6. 24 :

Beras dan gandum adalah makanan untuk

Kecerdasan dan kecemerlangan

Atharwa veda I.15.4 :

Makanan yang bergizi meliputi mentega yang

Dijernihkan, madu, susu dan air.

Ajur veda II.34 :

Wahai, semua manusia yang

berkeinginan mendapatkan

Moksa, puaslah engkau dengan

memakan makanann yang

manis, seperti mentega, susu sapi, buah-buahan yang

matang, dan air, oleh karena semuanya

mengandung

gizi yang baik.

Kebutuhan makan ibu hamil tentu berbeda dengan kebutuhan makanan mereka yang tidak hamil namun, Jumlah makanan yang dimakan oleh ibu hamil tidak menentukan apakah menentukan gizi yang baik untuk bayi yang sedang dikandungnya ataupun untuk dirinya sendiri, namun yang perlu diperhatikan adalah nilai keseimbangan gizi yang harus dipenuhi oleh seorang ibu hamil, berikut adalah anjuran makanan bagi ibu hamil yang mengandung gizi yang diperlukan baik oleh bayi dalam kandungan maupun oleh ibu hamil :

- a) Kalori
- b) Protein
- c) Lemak
- d) DHA
- e) Karbohidrat
- f) Serat
- g) Vitamin
- h) Mineral
- i) Asam Folat
- j) Zat Besi
- k) Seng

d. Istrahat

Istirahat adalah kebutuhan setiap orang, dengan beristirahat maka akan dapat meregenerasi sel dan mengembalikan kebugaran tubuh. Idealnya seseorang



membutuhkan waktu istirahat kurang lebih 8 jam dalam sehari, namun berbeda halnya dengan wanita yang sedang mengandung. Wanita yang sedang hamil disarankan memiliki waktu istirahat yang lebih banyak dibandingkan dengan wanita yang tidak hamil, hal ini karena wanita yang sedang hamil sering merasa kelelahan karena faktor hormon kehamilan.

Waktu tidur yang baik untuk ibu hamil menurut Mezy adalah :

- a) Tidur siang, waktu tidur yang baik untuk ibu hamil pertama adalah pada waktu tidur siang. Tidur siang ini sangat penting untuk membantu membuat ibu hamil untuk mengembalikan energi dan tenaga selepas beraktivitas. Kebutuhan tidur siang ini sangat penting untuk menghilangkan kepenatan serta stres yang muncul pada ibu hamil
- b) Tidur malam yang tidak larut, malam hari merupakan tidur wajibnya semua orang untuk beristirahat. Agar ibu hamil mendapatkan kualitas yang baik maka sebaiknya tidak tidur larut malam.

e. Olahraga

Demi kebugaran tubuh, maka setiap orang memerlukan olahraga, untuk membakar kalori dan membuat badan menjadi bugar. Demikian juga bagi wanita hamil, sangat memerlukan olahraga, namun olahraga yang dilakukan biasanya bersifat khusus dan ringan.

Menurut Dr.Rita Bakshi (dalam Mezy ;163) “ olahraga kehamilan dapat mendorong pelepasan hormone endorphin yang membantu ibu hamil agar tetap tenang dan bahagia”, selain itu Elise Labonte-Lemoyne, Ph.D (dalam Mezy ;164) mengungkapkan hasil penelitiannya tentang olahraga kehamilan dan hubungannya dengan perkembangan otak janin, menurut hasil penelitiannya, ia mengatakan bahwa anak yang dilahirkan dari Rahim seorang ibu yang rajin berolahraga selama masa kehamilan, pada usia 10 hari, ditemukan memiliki tingkat kematangan otak yang lebih baik dibandingkan dengan anak ibunya tidak pernah berolahraga selama masa kehamilan”.

Adapun olahraga yang dianjurkan oleh para ahli kepada wanita hamil adalah :

a. Senam hamil

Senam kehamilan dapat membantu ibu hamil lebih bugar dalam menjalani kehamilannya, namun senam hamil disarankan dilakukan dengan bantuan ahli atau instruktur, hal ini agar ibu yang sedang hamil tidak mengalami cidera

b. Yoga hamil

Yoga hamil saat ini menjadi tren positif bagi ibu-ibu yang sedang hamil, hal ini karena yoga merupakan kegiatan yang tidak hanya berkaitan dengan fisik namun lebih kepada mental dan spiritual. Maka kegiatan yoga sangat diperlukan oleh seorang ibu hamil yang biasanya banyak mengalami kegelisahan dan ketakutan selama masa kehamilan, terlebih pada wanita yang baru pertama kali mengalami kehamilan, maka akan terjadi banyak kecemasan selama mengandung maka yoga dirasa perlu untuk dilakukan agar ibu hamil dapat menjalani kehamilan dengan relaks dan menyenangkan.

c. Jalan santai

Menurut American College of Obstetricians and Gynecologist (dalam Mezy; 167), ibu hamil bisa berjalan kaki selama 30 menit perhari, hal inipun sesuai dengan hasil wawancara dengan dr. Agus Toriq,Sp.OG (wawancara 20 Juni)yang menyatakan bahwa “wanita yang sedang hamil sebaiknya berjalan kaki selama 30 menit dalam sehari dan tiga kali dalam seminggu”.

f. Pantangan-pantangan

Ibu hamil memiliki banyak pantangan-pantangan yang masih saat ini dipercayai dan dijalankan baik dalam lontar maupun dalam dunia kesehatan. Pantangan-pantangan ini untuk menjaga wanita yang sedang hamil dan bayi dalam kandungannya agar terhindar dari hal-hal yang membahayakan.

Dalam lontar Aji Dharma Kahuripan dalam Swarsi, Griya (2014; 25) berbunyi :
Ana muah Brata ri sang kesyamrat,
Angwaweh mangan guling, lawan
Sabda kasar, muah tan mangan
Surudan, mangda ayu sang mawrestri,



Tan dadya tungkas, mangundanghyun sang patni

Artinya : pantangan (brata) sang sedang mengandung antara lain : jangan makan daging guling, surudan dan jangan berkata-kata keras dan kasar.

Mezy (2016;79) hubungan anak dalam kandungan dengan emosi ibunya adalah seperti hubungan manusia dengan lingkungan. Dengan kata lain, lingkungan anak dalam kandungan itu adalah ibunya. Jika kita yang hidup di dunia memiliki lingkungan keluarga dan lingkungan sekitarnya, maka lingkungan bagi anak dalam kandungan adalah alam Rahim dan kejiwaan (emosi) sang ibu. Apalagi, betah dan tidaknya seseorang tinggal dilingkungannya tergantung apakah lingkungannya mendukung terhadap kehidupannya atau tidak.

Dalam Canaka Samhita 42 (dalam Made Titib,2003;52) dinyatakan jika seorang wanita hamil tidur terlentang, bayi yang dilahirkan akan gila. Jika ia suka bertengkar, bayinya akan penyakitan. Jika ia selalu berhubungan badan, bayi yang akan lahir, jika sudah dewasa akan selalu demikian. Jika ia selalu cemas dan sedih, bayi yang dilahirkan akan kurus dan penakut. Jika ia terlalu banyak makan asam, bayi yang akan lahir berpenyakit kulit. Jika terlalu banyak makan garam, bayinya kelak rambutnya akan cepat putih.

Dalam Swarsi Geriya (2004;32) ibu hamil dengan calon ayah jangan berbicara kasar, marah membentak, menghujat dan tidak membuat anak mobot tersebut terkejut. Anak mobot tidak boleh menyembah mayat.

Dalam lontar Tatwaning Ngembang Wong Mobot menjelaskan mengenai pantangan-pantangan bagi ibu yang sedang mengandung, diantaranya : Jangan membangunkan orang yang sedang hamil dan jangan melangkahnya, karena pada saat si hamil, jiwa janin sedang dibentuk oleh sang Hyang Suksma, Dewa Kala semua bergoyang dan sang piratha laki-laki perempuan beryoga membentuk jiwa si bayi dan sang Hyang Mretyu Jiwa, Sang Hyang Pramawisesa, semua beliau beryoga

4. Peran Ayah Dalam Proses Pendidikan Dalam Kandungan

Suami istri yang telah menikah pasti memimpikan memiliki seorang anak sesuai dengan tujuan terjadinya sebuah pernikahan yaitu untuk memperoleh keturunan. Walaupun ayah tidak mengandung dan tidak pula melahirkan namun peranan ayah sangatlah penting selama proses kehamilan sampai melahirkan bagi istrinya. Dukungan, kasih sayang dan perhatian kepada suami yang diberikan kepada istrinya saat istri sedang mengandung sangat berpengaruh besar pada perkembangan emosional anak dalam kandungan dan emosional ibu yang sedang mengandung.

Wanita yang sedang mengandung, dan mendapatkan dukungan penuh dari suaminya maka akan kemungkinan terjadi kelahiran dini (prematuur) akan dapat diminimalisir, maka sangat diperlukan pendampingan dari seorang suami kepada istri yang sedang mengalami proses kehamilan. Sejak tri semester pertama yakni terjadinya ngidam biasanya suami memiliki peranan yang sangat besar, hal ini karena saat istri mengidam maka suami memiliki kewajiban untuk memenuhi keinginan istrinya, begitupula saat memasuki tri semester ketiga yakni menjelang melahirkan, suami memiliki peranan sangat penting, diantaranya :

1. Menyiapkan pendanaan untuk proses melahirkan
2. Membantu menyiapkan peralatan dan perlengkapan selama melahirkan
3. Membantu menyiapkan segala kebutuhan bayi baru lahir
4. Menenangkan emosional ibu yang akan mengalami proses melahirkan, karena bagi seorang wanita menghadapi proses melahirkan adalah suatu hal yang menegangkan, akan banyak terjadi perasaan-perasaan khawatir yang dialami oleh seorang wanita yang akan menghadapi proses melahirkan, diantaranya takut si cabang bayi mengalami hal-hal yang tidak diinginkan atau menghawatirkan dirinya sendiri



mengalami hal-hal yang mengkhawatirkan seperti terjadinya pendarahan sampai terjadinya kematian.

5. Peran Keluarga Besar Dalam Proses Pendidikan Anak Dalam Kandungan

Berbagai bentuk dukungan keluarga pada ibu hamil antara lain seperti di bawah ini:

- a) Menyambut bahagia kehamilan anda
- b) Menghibur atau menenangkan anda ketika merasa cemas, takut dan sedih
- c) Menyediakan waktu dan perhatian untuk mendengarkan keluhan anda dan berusaha membantu mencari solusi
- d) Membantu pekerjaan domestik anda
- e) Membantu menyediakan atau memasak makanan bergizi bagi anda
- f) Sering mengucapkan kata atau kalimat yang menyatakan rasa perhatian atau kasih sayang
- g) Mengajak anda refreshing seperti melakukan hoby memasak, menonton film, berenang, jalan-jalan ke taman dan lainnya
- h) Sering mengunjungi anda
- i) Mendoakan keselamatan anda dan janin di dalam kandungan
- j) Menyelenggarakan ritual adat istiadat seperti tradisi tujuh bulanan seperti masyarakat jawa
- k) Membahas dan memberikan nasihat tentang pengalaman hamil dan melahirkan
- l) Bersedia mengantarkan anda periksa kehamilan
- m) Bersedia menemani atau menunggu pada proses persalinan
- n) Membantu memenuhi kebutuhan berupa perlengkapan dan peralatan selama kehamilan
- o) Menyediakan rumah sakit untuk proses persalinan kelak

6. Peran Lingkungan Dalam Proses Pendidikan Anak Dalam Kandungan

Lingkungan tempat tinggal atau lingkungan tempat bekerja dari seorang wanita hamil, diharapkan dapat mendukung agar kehamilan seseorang dapat berjalan dengan lancar hal ini

<http://ejurnal.binawakya.or.id/index.php/MBI>

Open Journal Systems

sangat berkaitan dengan perasaan aman dan nyaman yang akan dialami oleh seorang wanita yang sedang hamil, yang sangat berpengaruh terhadap kondisi bayi dalam kandungannya yang diharapkan lahir dalam kondisi sehat dan sempurna agar dapat menjadi anak yang suputra dikemudian hari.

2. Upacara *Megedong-Gedongan* Sebagai Upaya Pendidikan Anak Dalam Kandungan

1. Apakah Yang Dimaksud Dengan Upacara *Megedong-Gedongan* Perspektif Masyarakat Lombok

Upacara *megedong-gedongan* mulai banyak dilakukan oleh umat Hindu yang ada di pulau Lombok sejak tahun 1990an, hal ini karena sejak dulu tradisi *megedong-gedongan* memang tidak dilakukan, namun menurut hasil wawancara dengan pemangku Gede menyatakan “dulu jaman masih susah, untuk makan saja susah jadi upacara *megedong-gedongan* tidak dilaksanakan tapi di *saup* (dijadikan satu) dengan upacara tiga bulanan, agar tidak memakan biaya banyak”

Swasri, Gria (2014;20) upacara *megedong-gedongan* adalah upacara yang terutama ditujukan untuk bayi yang ada di dalam kandungandan merupakan upacara pertama yang dialami oleh si bayi sejak terciptanya sebagai manusia jasmani bayi dianggap sempurna wujudnya ketika kandungan sudah berumur lebih dari 5 bulan (perhitungan bali) atau 6 bulan kalender. Oleh karenanya upacara tersebut dilaksanakan setelah masa ini dan sedapat mungkin sebelum si bayi lahir.

Dalam ajaran agama Hindu upacara *megedong-gedongan* diyakini sebagai salah satu bentuk pendidikan anak dalam kandungan. Hal ini karena, upacara *megedong-gedongan* dapat memberikan efek yang positif bagi ibu dan anak yang sedang dikandungnya. Si ibu yang melaksanakan upacara *megedong-gedongan* merasa terlindungi, sedangkan anak yang ada di dalam kandungan mengalami perasaan nyaman yang di rasakan oleh ibunya. Hal ini sesuai dengan teori religious yaitu Teori W. Robertson Smith (1846-1894) tentang upacara bersaji. Dalam bukunya yang berjudul *Lectures on Religion of the Semites* (1989) Robertson Smith



mengemukakan tiga gagasan mengenai soal bahwa di samping sistem keyakinan dan doktrin, sistem upacara juga merupakan suatu perwujudan dari religi atau agama yang memerlukan studi dan analisis yang khusus. Hal yang menarik perhatian Robertson Smith adalah bahwa dalam banyak agama upacaranya itu tetap, walaupun latar belakang, keyakinan, maksud atau doktrinnya berubah.

Megedong-gedongan dapat pula memberikan ketenangan pada ibu yang sedang mengandung, Karena pada upacara *megedong-gedongan* akan ada doa-doa yang dikumandangkan, maka perasaan terlindungi oleh Tuhan Yang Maha Esa akan sangat terasa, berdasarkan hasil wawancara dengan Ida Ayu Rasmini, menyatakan bahwa “dengan melaksanakan upacara *megedong-gedongan* saya merasa aman dan nyaman, dan anak yang saya lahirkanpun memiliki sifat-sifat yang baik dan tenang”.

Anak yang sejak dalam kandungan mendengarkan kidung-kidung suci dan mendapatkan percikan air suci maka, dan diupacarai *megedong-gedongan* niscaya akan menjadi anak yang *suputra*, hal ini sesuai dengan teori adaptasi yaitu Adaptasi adalah suatu penyesuaian pribadi terhadap lingkungan, penyesuaian berarti mengubah diri pribadi sesuai dengan keadaan lingkungan, juga dapat berarti mengubah lingkungan sesuai dengan keadaan keinginan pribadi. Maksudnya, anak yang berada dalam kandungan beradaptasi dengan kondisi atau perasaan sang ibu yang merasakan ketengangan dengan melaksanakan upacara *megedong-gedongan*.

Sangat disarankan bagi seorang ibu yang sedang mengandung selain mendengarkan kidung-kidung suci, membaca kitab suci Weda, juga untuk mendengarkan cerita-cerita kepahlawanan seperti pada epos Ramayana dan Mahabarata. Hal ini akan mempengaruhi bayi dalam kandungan untuk memiliki sifat-sifat yang baik seperti tokoh-tokoh yang ada dalam kisah Ramayana dan Mahabarata.

2. Bagaimana Megedong-Gedongan Di Pulau Lombok

Vol.13 No.6 Januari 2018

a. Banten

- 1) Banten Nista
- 2) Banten madya
- 3) Banten utama

b. Lokasi

Lokasi melaksanakan sesuatu sangat berpengaruh terhadap hasil dari sebuah kegiatan, begitupula dengan upacara keagamaan dalam ajaran agama Hindu, lokasi yang dipilih sangat menentukan dalam melaksanakan sebuah kegiatan. lokasi kegiatan *megedong-gedongan* yang dilaksanakan oleh umat Hindu di Lombok ada dua yakni di rumah dan di Gria pedanda. Sesuai dengan hasil wawancara dengan Ni Luh Wiwiek yang menyatakan bahwa “2 anak saya *megedong-gedongan* di Pedanda agar lebih praktis, sedangkan 1 anak saya *megedong-gedongan* di rumah karena berbarengan dengan acara Melaspas”

c. Prosesi

Pelaksanaan upacara *megedong-gedongan* secara umur berbeda-beda di laksanakan di pulau Lombok, dari yang melaksanakan di rumah, di Gria Pedande. Untuk di Gria Pedanda berdasarkan hasil penelitian maka ada perbedaaan dalam prosesi upacara *megedong-gedongan* yang dilaksanakan di Gria Pedande Siwa dan Gria Pedanda Budha.

1) Prosesi di rumah

Prosesi *megedong-gedongan* di rumah biasanya di puput oleh seorang pinandita, namun banyak keluarga yang lebih memilih melaksanakan upacara *megedong-gedongan* di Gria dari pada di rumah, hal ini karena jika melaksanakan upacara *megedong-gedongan* dirumah maka biaya yang akan dikeluarkan lebih besar, hal ini karena jika mengadakan upacara *megedong-gedongan* di rumah maka akan mengundang keluarga dan tetangga, namun jika dilaksanakan di Gria Pedanda dapat hanya dihadiri oleh keluarga inti saja.

2) Prosesi di Gria Pedanda Budha

Prosesi *megedong-gedongan* yang dilakukan di Gria Pedanda Budha biasanya



dilaksanakan hanya satu kali, dan hanya dilaksanakan pada kehamilan pertama, yang artinya jika seorang wanita hamil anak kedua atau ke tiga maka tidak lagi mengadakan upacara *megedong-gedongan*, hal ini karena menurut penjelasan dari Pedanda Budha, bahwa upacara *megedong-gedongan* adalah sebagai upacara pembersihan perut atau garbha jadi hanya dilakukan saat kehamilan anak pertama saja.

3) Prosesi di Gria Pedanda Siwa

Prosesi *megedong-gedongan* di Gria Pedanda Siwa biasa dilakukan lebih dari satu kali da nada prosesi mandi. Pelsananaannya dilakukan pada hari-hari yang dianggap baik atau hari-hari raya seperti kliwon dan purnama, dan dilaksanakan pada pagi hari setelah pedanda melaksanakan *Siwa Sevanam*.

P E N U T U P

Kesimpulan

Pendidikan anak dalam kandungan dilakukan secara tidak langsung yaitu mengatur kehidupan dan pikiran dari kedua orang tuanya, yang melalui perasaan sang ibu akan berpengaruh pada watak sang jabang bayi. Pendidikan ini dimulai dari memilih pasangan yang baik dalam agama Hindu, dilanjutkan dengan prosesi pernikahan yang sah, prosesi bersenggama dari orang tua si jabang bayi. Keluarga dan lingkungan juga memberikan pengaruh yang besar bagi pendidikan anak dalam kandungan.

Megedong-gedongan mulai dilaksanakan di pulau Lombok sekitar tahun 1990an, acara megedong-gedongan lebih banyak dilakukan di Gria Pedande , hal ini agar lebih efektif dan efisien. Upacara *megedong-gedongan* merupakan upacara yang dipercayai merupakan pendidikan anak dalam kandungan perspektif agama Hindu

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Awanita, Made. 2008. Membentuk Kepribadian Anak Dalam kandungan (Sebuah Implementasi Keluarga). Surabaya : Paramitha.
- [2] Andriana, Evariny. 2013. Mencerdaskan Anak Sejak Dalam Kandungan. Jakarta : PT Bhuana Ilmu Populer.
- [3] Bagus, Pratama Aditya. 2011. Kamus Lengkap Bahasa Indonesia. Surabaya : Pustaka media.
- [4] Belharz, Peter. 2015. Teori-Teori Sosial. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- [5] Departemen Agama RI. 2001. Modul Keluarga Bahagia Sejahtera. Jakarta: Direktorat Jendral Bimbingan Dan Masyarakat Hindu Dan Budha Departemen Agama R.I.
- [6] Desak Made Yoniantini. 2017. Pendidikan Agama Hindu Bagi Wanita yang sudah di Sudhi Wadhani. Jurnal Media Bina Ilmiah Vol II, No.4 (hal 52-57)
- [7] Furchan, Arief. 2011. Pengantar Penelitian dalam Pendidikan. Yogyakarta : Pustaka Pelajar Offset.
- [8] Indiarti, MT. 2007. A TO Z GOLDEN AGE Merawat, Membesarkan, dan Mencerdaskan Bayi Anda Sejak Dalam Masa kandungan Hingga Usia 3 Tahun. Yogyakarta : C.V Andi Offset.
- [9] Maswinara, Wayan. 1998. Proses Terbentuknya Bayi di Dalam Kandungan Menurut Garbha Upanisad. Surabaya : Paramitha.
- [10] Mezy.2016. Manajemen Emosi Ibu Hamil. Yogyakarta : Serambi Semesta Distribusi.
- [11] Mudyahardjo, Redja. 2010. Pengantar Pendidikan. Jakarta : Rajagrafindo Persada
- [12] Nazir, Moh. 2009. Metode Penelitian. Jakarta : Penerbit Ghalia Indonesia.
- [13] Rai, Sudharta Tjok. 1992. Tahap-Tahap Kehidupan Bayi Hindu Dari Pranal Sampai Satu Weton. Denpasar: Kayumas Agung.
- [14] Raka, Mas Gede. 2002. Perkawinan Yang Ideal. Surabaya. Paramitha.
- [15] Soekamto, Soerjono dan Sulistyowati budi. 2014. Sosiologi Suatu Pengantar. Jakarta : Raja Grafindo Persada.
- [16] Soyomukti, Nurani. 2008. Pendidikan Berspektif Globalisasi. Jogyakarta : Ar-Ruzz Media.



- [17] Sumarta, Ketut. 2006. Mendidik Suputra Dalam Kandungan Ibu. Denpasar : Asta Brata Bali.
- [18] Sugiono. 2008. Memahami Penelitian Bandung : Kualitatif. Alfabeta.
- [19] Suryabrata, sumadi. 2014. Metodologi Penelitian. Depok : Rajagrafindo Persada.
- [20] Suyanto, bagong dan Sutinah. 2005. Metode Penelitian Sosial; Berbagai Alternative Penelitian. Jakarta : Prenada Media Group.
- [21] Suprijanto. 2011. Pendidikan Orang Dewasa. Jakarta: Sinar Grafika
- [22] Suantana, Gede. 2007. Seks sebagai Pendakian Spritual Kajian Teks Resi Sembia. Denpasar: Program Pascasarjana IHDN Denpasar.
- [23] Swarsi, S Geriya. 2004. Upacara Daur Hidup (Bayi Dalam Kandungan s/d Satu Bulan Tujuh Hari). Surabaya : Paramitha.
- [24] Tim penyusun. 2011. Ensiklopedi Hindu. Surabaya: Paramitha.
- [25] Tim Pustaka Phoenix. 2013. Kamus Besar Bahasa Indonesia; Edisi Revisi. Jakarta: Media Pustaka Phoenix
- [26] Titib, Made. 2003. Menumbuhkembangkan Pendidikan Budhi Pekerti Pada Anak. Bandung : Ganeca Exact Bandung.
- [27] Purwadaminta. 1983. Kamus Besar Bahasa Indonesia. Jakarta; Balai Pustaka
- [28] Undang-undang Republik Indonesia Tentang Anak. Tr3nity
- [29] <http://www.cakrawayu.org/artikel/8-i-wayan-sukarma/11-asas-asas-ritus-upacara-dan-%09religi.html>//// Minggu 25 Maret 2018, pukul 21.41 Wita
- [30] <http://Sukarma-pusah.Blogspot.co.id/2009/10/suputra.html>. Senin 26 Maret 2018, Pukul 22.00 Wita
- [31] <http://www.dharmopadesa.org/blog/artikel/p-utra-sesana.html>. Sabtu 24 Maret 2018, Pukul 10.45 Wita
- [32] www.aladokter.com. Jumat 21 September 2018. Pukul 21.30 Wita
- [33] <https://hamil.co.id>. Kamis, 06 September 2018. Pukul 09.30 Wita
- [34] www.ibudanmama.com Selasa, 21 Agustus 2018. Pukul 11.50 Wita