

Konsep Bimbingan dan Konseling Ibu Hamil dalam Menstimulasi Kecerdasan Janin dan Metode Pendekatannya Menurut Perspektif Baihaqi

Imas Kania Rahman*, Lisa Hardiana

Universitas Ibnu Khaldun Bogor, Indonesia

* imas.kania@uika-bogor.ac.id

Abstract

Fetal intelligence can be influenced through stimulation and the physical and psychic health of pregnant women. Physical and psychic changes during pregnancy cause problems for pregnant women so that negative feelings arise that can inhibit the intelligence of the fetus. So there is a need for guidance and counseling for pregnant women to stimulate fetal intelligence with an approach method. This research method is a literature study by analyzing a book written by Baihaqi, 'Educating Children in the Womb'. The results of the study found that there are 11 methods of approach to stimulate the fetus according to the perspective of baihaqi, namely: prayer methods, worship methods, Qur'an methods, participation methods, compassion methods, methods of the following recitation in taklim assemblies, rewards methods, methods of dialogue and discussion, methods of tadzkirah, methods of story or storytelling, methods of songs or sholawat. Guidance and counseling of pregnant women involve midwives by paying attention to the physical and psychic efforts of pregnant women and providing knowledge and teaching pregnant women about how to stimulate brain boosters in the fetus for their intelligence with the 11 Baihaqi methods.

Keywords: Guidance And Counseling; Pregnant Mother; Fetal Intelligence.

Abstrak

Kecerdasan janin dapat dipengaruhi melalui stimulasi dan kesehatan fisik dan psikis ibu hamil. Perubahan fisik dan psikis selama kehamilan menyebabkan problematika bagi ibu hamil sehingga muncul perasaan-perasaan negatif yang dapat menghambat kecerdasan janin. Sehingga perlu adanya bimbingan dan konseling ibu hamil sebagai upaya menstimulasi kecerdasan janin dengan metode pendekatan. Metode penelitian ini adalah studi pustaka dengan menganalisis buku yang ditulis oleh Baihaqi, 'Mendidik Anak dalam Kandungan'. Hasil penelitian menemukan bahwa terdapat 11 metode pendekatan untuk menstimulasi janin menurut perspektif Baihaqi, yaitu: metode doa, metode ibadah, metode *qur'ani*, metode mengikut sertakan, metode kasih sayang, metode mengikuti pengajian di majelis-majelis taklim, metode penghargaan, metode dialog dan diskusi, metode *tadzkirah*, metode kisah atau bercerita, metode lagu atau sholawat. Bimbingan dan konseling ibu hamil melibatkan bidan dengan memperhatikan upaya fisik dan psikis ibu hamil serta memberikan pengetahuan dan mengajarkan ibu hamil mengenai cara menstimulasi *brain booster* pada janin untuk kecerdasannya dengan ke 11 metode Baihaqi.

Kata kunci: Bimbingan dan Konseling; Ibu Hamil; Kecerdasan Janin.

Pendahuluan

Kecerdasan merupakan potensi manusia yang telah diberikan oleh Allah sejak roh ditiupkan pada janin dalam kandungan dan kecerdasan itu mulai berfungsi sejak janin berusia 100 hari. Berdasarkan hal tersebut maka orang dewasa tidak dapat dijadikan sebagai patokan untuk kecerdasan karena dalam banyak kasus yang ditemui bahwa banyak anak-anak yang memiliki kecerdasan di atas orang dewasa baik itu di bidang pendidikan ataupun *skill*. Sehingga peran orang tua terutama ibu hamil dalam menstimulasi janinnya sangat diperlukan untuk menumbuhkan atau mengaktifkan kecerdasan anak yang telah Allah hadirkan sejak janin.

Menurut hasil penelitian (Aprilia, 2020), dalam tesisnya yang berjudul, “Perkembangan pada Masa Prenatal dan Kelahiran”. Perkembangan masa prenatal dan kelahiran memiliki pengaruh yang sangat penting bagi perkembangan anak di masa perkembangan berikutnya. Terdapat beberapa hal yang harus diperhatikan agar anak mengalami perkembangan yang sempurna mulai dari tahap pembuahan sampai dengan siap dilahirkan ke dunia, serta beberapa hal yang harus dilakukan oleh ayah dan ibu demi menjaga perkembangan yang baik bagi bayi dan kondisi yang baik juga bagi ibunya dengan memberikan stimulasi/rangsangan.

Merangsang kecerdasan janin mampu meningkatkan pembentukan *sinaps* atau hubungan antar sel saraf dan menghambat *apoptosis* atau kematian sel. *Apoptosis* mengalami puncak pada usia kehamilan sekitar 36-40 minggu (Widoyant, Hermanto, & Widjiati, 2020). Tingkat maksimal fungsi otak janin ditentukan oleh banyaknya *sinaps* yang terbentuk. Menurut departemen kesehatan pemberian stimulasi akan meningkatkan potensi kecerdasan otak janin apabila dilakukan saat hamil dan awal kehidupan janin. Kurangnya rangsangan kemampuan kognitif pada otak yang diberikan ibu hamil terhadap janinnya akan menjadi alasan ketidakmampuan anak untuk belajar dan beradaptasi dengan lingkungan masyarakat. (Aisyah, Fitriyani, Suparni., 2017).

Selain memberikan stimulasi pada janin, kecerdasan janin juga dapat dipengaruhi oleh kesehatan fisik dan psikis ibu hamil. Menjaga kesehatan fisik dan psikis melalui asupan makanan dengan komposisi gizi seimbang, melakukan olah raga ringan dan istirahat yang cukup selama proses kehamilan dapat mencerdaskan otak janin (Soedjatmiko, 2012). Selama kehamilan, perubahan psikologis kerap kali terjadi pada ibu hamil seperti kekhawatiran akan kesehatan dan keselamatan janin, kekhawatiran tentang proses melahirkan, hingga perubahan psikologis menyebabkan kekhawatiran ibu hamil tentang proses penyesuaian ketika sudah menjadi ibu nantinya (Rahmatika, 2014).

Perubahan psikologis juga dapat disebabkan karena adanya perubahan fisik terutama bentuk perut yang semakin membesar, asupan gizi yang meningkat, peningkatan berat badan atau ketidaknyamanan pada fisik hingga keterbatasan untuk bergerak. Perubahan kondisi tersebut sering kali menyebabkan problematika bagi dirinya menyebabkan muncul perasaan-perasaan negatif seperti kurang percaya diri, mudah emosi, waswas, dan cemas berlebihan tanpa ada sebab, mudah tersinggung, merasa sedih, marah, takut, gelisah, benci, depresi dan emosi negatif lainnya. Sehingga diperlukan bimbingan dan konseling untuk membantu ibu hamil dalam upaya menjaga kesehatan fisik dan psikisnya dan memberikan pengetahuan serta mengajarkan ibu hamil mengenai cara menstimulasi kecerdasan janin.

Berbagai macam perubahan fisik dan psikologis yang terjadi selama masa kehamilan merupakan peristiwa yang normal. Namun perlu dihadapi secara khusus melalui penyesuaian diri yang tepat, menjaga kesehatan psikologis ibu hamil sangat penting, bukan hanya sekedar menjaga kesehatan fisiknya saja. Menjaga kesehatan psikis dengan ketauhidan yang lurus dan meningkatkan kualitas ibadahnya, agar kesehatan fisik dan psikis ibu hamil serta janinnya dapat terpelihara. Oleh karena itu mendidik anak dalam kandungan harus mencakup ke semua aspek, ke arah tujuan pencapaian dan keutamaan kesempurnaan hidup berdasarkan

nilai-nilai Islam. Penelitian ini menghadirkan konsep bimbingan dan konseling untuk ibu hamil dalam menstimulasi kecerdasan janin yang dapat dimanfaatkan oleh instansi kesehatan seperti puskesmas, posyandu dan instansi lainnya. Tujuan dari bimbingan dan konseling ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil dan praktiknya mengenai stimulasi janin dalam upaya meningkatkan kualitas otaknya sehingga mampu mengoptimalkan kecerdasan janin.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif dengan jenis penelitian kepustakaan (*library research*), peneliti melakukan kajian pustaka dengan menelaah buku Baihaqi yang berjudul Mendidik Anak dalam Kandungan sebagai data primer, sedangkan data sekundernya yaitu melakukan identifikasi wacana, dari buku-buku, artikel, jurnal, web (internet), atau informasi lainnya yang berhubungan dengan judul penelitian. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik dokumentasi berdasarkan sumber literatur yang relevan dengan judul penelitian ini berupa bentuk tulisan, catatan, transkrip, buku, surat kabar, majalah, teknik analisis data yang digunakan adalah *content analysis* (analisis isi).

Hasil dan Pembahasan

A. Bimbingan dan Konseling untuk Ibu Hamil

Lavender dan Walkinshaw menyebutkan bahwa perubahan fisik dan problematika yang dialami ibu hamil kadang kala menyebabkan kurang percaya diri, ketergantungan kepada pasangan, bahkan sampai merasa khawatir apakah pasangannya selalu setia dan siap siaga untuk dirinya. Kecemasan itu akan selalu muncul sampai nanti ketika akan menghadapi proses persalinan yang akan dijalani. Lingkungan bersalin yang asing, bayangan akan mengeluarkan janin, rasa tidak nyaman setiap kontraksi, perlakuan tenaga kesehatan, adanya lendir atau darah yang banyak keluar dapat menimbulkan ketegangan. Sebagian ibu juga menganggap bahwa pengalaman paling traumatis dalam hidup adalah saat melahirkan (Diponegoro, 2011).

Kondisi fisik dan psikis ibu hamil rentan dengan berbagai masalah. Upaya membantu ibu hamil dapat dilakukan melalui bimbingan dan konseling. Menurut Winkel Bimbingan adalah sebagai “bantuan” terjemahan dari *guidance*. Dalam kamus bahasa Inggris “*guidance*” berkaitan dengan makna kata asal yaitu *guide* yang diartikan sebagai memberi nasihat, memberi petunjuk memimpin, mengarahkan, mengatur dan menuntun (Mutia, 2020).

Menurut Stoops dan Walquits bimbingan adalah suatu proses yang sistematis dan berkelanjutan untuk membantu proses perkembangan seseorang atau individu untuk mencapai kemampuan maksimal diri dan memberikan manfaat yang sebesar-besarnya bagi diri sendiri maupun masyarakat di lingkungannya (Bakar, & Luddin, 2010).

Pengertian konseling yaitu bantuan profesional yang diberikan konselor (ahli) kepada konseli untuk mengentaskan suatu masalah yang dihadapi konseli (Sukardi, 2008). Menurut Arifin mengurangi masalah pada ibu hamil diperlukan pendampingan dalam bentuk bimbingan yang bersifat preventif dan diperlukan konseling islami. Bimbingan dan konseling islami merupakan proses pemberian bantuan terhadap individu agar mampu hidup selaras sesuai dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat.

Yang dimaksud mampu hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah adalah 1) Sesuai dengan kodrat yang sudah ditentukan Allah sesuai dengan sunatullah, sesuai dengan hakikatnya sebagai makhluk Allah; 2) Sesuai dengan pedoman yang telah ditentukan Allah melalui Rasulnya (ajaran Islam); 3) Menyadari peranannya sebagai khalifah di muka bumi dan

berfungsi untuk menyembah/mengabdikan kepada Allah hingga akhirnya tercipta kembali hubungan yang baik dengan Allah, dengan manusia dan alam semesta (Mintarsih, 2017).

B. Pemberian Stimulasi untuk Kecerdasan Janin

Stimulasi dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia artinya dorongan atau rangsangan, secara istilah stimulasi merupakan kebutuhan yang sangat berperan dalam mendukung kecerdasan janin. Stimulasi pada janin berfungsi sebagai penguat untuk kecerdasan janin hingga sampai pada tahap berikutnya. Oleh karena itu janin yang mendapatkan lebih banyak stimulasi yang terarah ketika dalam kandungan memiliki persentase perkembangan lebih cepat dibanding janin yang mendapatkan stimulan lebih sedikit. (Aisyah, Fitriyani, & Suparni., 2017).

Menurut dr. Soedjatmiko SpA (K) MSi (Psi) bagian Ilmu Kesehatan Anak Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia, dalam simposium sehari “Penyiapan Anak Sehat dan Berkualitas Sejak Dini”, Selasa (12/8/2003), menjelaskan bahwa sel-sel otak janin mulai dibentuk sejak 3-4 bulan di dalam kandungan. Setelah lahir sampai umur 3 tahun jumlahnya bertambah dengan cepat mencapai miliaran sel, tetapi belum ada hubungan antar sel-sel tersebut. Mulai kehamilan 6 bulan, dibentuklah hubungan antarsel, sehingga membentuk rangkaian fungsi-fungsi. Kualitas dan kompleksitas rangkaian hubungan antar sel-sel otak ditentukan oleh stimulasi atau rangsangan yang dilakukan oleh lingkungan kepada janin tersebut (Sudjatmiko, 2012). Oleh karena itu pentingnya melakukan stimulasi dini (sejak janin) yang bertujuan untuk merangsang perkembangan fisik dan psikis terutama kecerdasan janin.

Danah Zohar dan Ian Marshall, dalam bukunya *SQ: Spiritual Intelligence*, menegaskan bahwa kecerdasan itu beragam. Menurutnya dalam memecahkan masalah yang bersifat logika dan strategis kecerdasan yang digunakan adalah *Intelligence Quotient* (IQ), kemudian kecerdasan yang berhubungan dengan rasa cinta, empati, motivasi dan kemampuan untuk dapat menanggapi kesedihan dan rasa kegembiraan adalah kecerdasan *Emotioal Quotient* (EQ) dan Adapun kecerdasan (SQ) adalah pengetahuan akan kesadaran diri, kecerdasan untuk menghadapi dan memecahkan persoalan makna dan nilai, tidak hanya terhadap manusia saja tetapi juga di hadapan Allah Swt.

Kecerdasan yang diberikan kepada manusia dimaksudkan untuk hal yang sangat luas dan bermakna yaitu untuk menempatkan perilaku yang sesuai norma dan jalan hidup sesuai pada karena jalan hidup seseorang lebih penting dibanding hal lainnya (Hidayatullah, 2009). Dapat dikatakan bahwa kecerdasan yang ada pada manusia adalah potensi manusia yang didapatkan bahkan sebelum dilahirkan. Allah telah memberikan kecerdasan sejak roh ditiupkan pada janin dalam kandungan, kecerdasan mulai berfungsi sejak janin berusia 100 hari. Dari hal tersebut dapat kita ketahui bahwa kecerdasan bukanlah mutlak milik orang dewasa tetapi kecerdasan dimiliki oleh semua orang bahkan anak kecil, karena banyak kasus yang ditemui bahwa ada anak-anak yang memiliki kecerdasan di atas rata-rata meskipun belum dewasa yang kita jumpai. Sehingga peran ibu hamil dalam menstimulasi janinnya sangat diperlukan untuk menumbuhkan atau mengaktifkan kecerdasan anak yang telah Allah hadirkan sejak janin (Za'im, 2016).

Selain menstimulasi kecerdasan janin terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kecerdasan janin yaitu faktor makanan *halalan thoyyiban*, faktor gizi, status kesehatan fisik dan psikis ibu hamil, perilaku, dan sikap. Sehingga sangat penting bagi ibu hamil untuk memperhatikan asupan makanan yang *halalan thoyyiban* serta memperhatikan kesehatan fisik dan psikis agar dapat berpengaruh positif pada janinnya (Hardiana, 2022).

C. Konsep Bimbingan dan Konseling Ibu Hamil dalam Menstimulasi Kecerdasan Janin

1. Bimbingan ibu hamil dalam menstimulasi kecerdasan janin dan metode pendekatannya menurut Baihaqi.

Baihaqi mendeskripsikan tentang bimbingan ibu hamil ke dalam 2 program, di antaranya mencakup upaya fisik dan psikis. Upaya fisik diarahkan kepada pengaturan makanan dan minuman *halalan thayyiban* serta pemberian nutrisi yang cukup bagi ibu hamil dalam mendukung tumbuh kembang dan kecerdasan janin secara optimal, yang dimaksud dengan makanan dan minuman *halalan thayyiban* tersebut adalah: (1) zatnya haram menurut hukum Islam dan (2) diperoleh melalui cara-cara yang halal sesuai syariat dan ajaran Islam. Makanan yang diharamkan oleh hukum Islam baik itu zatnya maupun cara memperoleh makanan tersebut tidak boleh menjadi asupan makanan janin melalui ibunya. (Baihaqi, 2003).

Pengaruh dari bahan-bahan makanan dan minuman *halalan thayyiban* yang dikonsumsi ibu hamil akan berimplikasi secara langsung pada kesehatan ibu dan janin, kesehatan ini merupakan salah satu faktor penting yang sangat mempengaruhi kecerdasan janin karena makanan yang dikonsumsi ibu hamil juga dikonsumsi oleh janin sehingga pengaturan suplai makanan dan minuman bagi ibu hamil harus terjaga kehalalannya, dengan mengonsumsi makanan dan minuman yang *halalan thayyiban* maka akan menghasilkan kebaikan untuk anaknya kelak sampai pada fase-fase berikutnya (Islam, 2003). Alquran telah menegaskan secara gamblang mengenai perintah untuk memakan makanan yang *halalan thayyiban*. Sebagaimana dalam QS. Al-Maidah ayat 88:

وَكُلُوا مِمَّا رَزَقَكُمُ اللَّهُ حَلَالًا طَيِّبًا وَاتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي أَنْتُمْ بِهِ مُؤْمِنُونَ

Dan makanlah makanan yang halal lagi baik dari apa yang Allah telah rezeki kan kepadamu, dan bertakwalah kepada Allah yang kamu beriman kepada-Nya." (QS. Al-Maidah: 88).

Memberikan nutrisi dan gizi cukup untuk membentuk buah atau janin yang sehat kuat, seorang ibu harus memenuhi kebutuhan nutrisi dan gizi lengkap serta seimbang serta vitamin (multivitamin) selama masa kehamilannya. Gizi dan vitamin tersebut menjadi nutrisi yang sangat diperlukan dan berperan sebagai antioksidan untuk melindungi tubuh dari radikal-radikal bebas yang dapat menyebabkan kerusakan *keromosom* (jaringan sel janin) atau berfungsi untuk pertumbuhan tulang-tulang dan daging janin serta pertumbuhan sel otak dan pertumbuhan organ jasmaniah janin. Kebutuhan seorang ibu selama kehamilannya antara lain vitamin, kalsium, zat besi, suplemen mineral, protein, *kolonia*, dan air atau mineral.

Oleh karena itu ibu hamil harus menjaga diri agar terhindar dari hal-hal yang akan merugikan dirinya dan janin. Ada berbagai macam makanan atau minuman yang harus dihindari ibu hamil dalam masa kehamilannya yaitu: Menghindari makan-makanan yang menyebabkan alergi atau yang menimbulkan ketidaknyamanan bagi ibu hamil, mengurangi makanan olahan siap saji serta akan lebih baik pula untuk menghindari makanan yang sulit dicerna. Pada masa kehamilan tubuh akan memproduksi lebih banyak hormon *progesteron* yang menjadi penyebab lambatnya kerja usus dalam mencerna makanan, sehingga pengeluaran kotoran ibu saat hamil jadi mudah terganggu. Selain itu ibu hamil sangat dianjurkan untuk mengurangi konsumsi minuman yang mengandung kafein karena konsumsi kafein berlebihan dapat membuat berat badan janin menjadi rendah. Kafein yang berlebihan juga dapat menghambat penyerapan zat besi dan dapat meningkatkan tekanan darah, akibat yang paling buruk adalah mengalami keguguran (Tobroni & Munir, 2010).

Menghentikan konsumsi alkohol. Karena mengonsumsi alkohol secara berlebihan dapat menyebabkan cacat pada janin dan munculnya sindrom alkohol yang disebabkan oleh kerusakan syaraf dan gangguan pertumbuhan gejala ini dikenal dengan *Fetal Alcohol Syndrome* (FAS). Bayi yang terlahir dengan FAS ini akan memiliki berat badan yang ringan, tubuhnya kecil atau prematur, kepala yang cenderung kecil, dan bentuk wajah yang tidak normal pada umumnya. Akibatnya IQ akan lebih rendah dibanding anak-anak sebaya dan akan menderita hiperaktif, mal formasi, abnormalitas, disfungsi pada otak dan gangguan perilaku lain. Alkohol yang dikonsumsi bersamaan dengan obat dapat mengakibatkan keguguran, bahkan alkohol dapat menyebabkan janin meninggal saat lahir.

Berhenti merokok selama kehamilan. Ibu hamil yang terpapar asap rokok baik itu menjadi perokok aktif maupun pasif memiliki peluang keguguran lebih besar dan kelainan pada janin seperti berkurangnya berat janin. Karena asap rokok dapat mengurangi pasokan oksigen yang sangat diperlukan dalam proses pertumbuhan sistem saraf janin sehingga *Sudden Infant Death Syndrome* (SIDS), kematian janin secara mendadak dianulir oleh peneliti dari kemungkinan efek karbon monoksida yang terpapar melalui asap rokok yang mengganggu sistem atau pusat pernafasan janin yang dalam masa pertumbuhan. Ibu hamil sebaiknya berada dilingkungan yang tidak terpengaruh asap rokok (perokok pasif).

Berhenti menggunakan obat-obatan yang tidak bersifat urgensi karena zat-zat yang terdapat dalam obat-obatan dapat menembus ke otak melalui aliran darah yang dapat mempengaruhi pada otak janin yang dikandung. Dalam hal ini tidak terkecuali obat-obatan apa pun itu, maka ibu hamil sangat disarankan untuk berkonsultasi terlebih dahulu dengan dokter sebelum mengonsumsi obat dan mengikuti resep dokter. Hal yang sering terjadi dan ditemui akibat sering mengonsumsi obat-obatan adalah berkurangnya atau bahkan hilangnya kepekaan tubuh terhadap kerja obat-obatan tersebut. Sehingga kesehatan ibu dan tumbuh kembang janin sangat dipengaruhi oleh kesehatan ibu hamil maka berikan asupan nutrisi yang bergizi dan jangan mengonsumsi makanan yang dapat mengganggu kesehatan janin.

Stimulasi psikis diarahkan kepada suami dan keluarga ibu hamil yang juga harus memperhatikan kebutuhan psikis ibu yang sedang mengandung, di antaranya adalah: kebutuhan akan perhatian, kebutuhan akan rasa cinta yang bertambah, kebutuhan akan pengabdian, kebutuhan akan penghargaan, kebutuhan akan ketenteraman, kebutuhan akan perawatan, kebutuhan akan makanan ekstra, kebutuhan akan keindahan (Baihaqi, 2003).

Kebutuhan ibu hamil akan perhatian terutama calon ibu yang baru merasakan kehamilan untuk pertama kalinya (anak pertama) sudah pasti akan sangat merasa membutuhkan perhatian suaminya, orang tuanya dan orang-orang terdekat lainnya. Ia akan merasa sedih jika kurang, apalagi tidak diperhatikan sama sekali. Kesedihannya itu akan sangat berpengaruh pada janin.

Kebutuhan akan rasa cinta dan kasih sayang yang bertambah melebihi sebelumnya. Ibu hamil biasanya ingin lebih disayangi dan dicintai, terutama oleh suaminya. Hal yang sama juga sebenarnya dibutuhkan oleh janinnya dengan rasa cinta dan kasih sayang melalui perhatian yang diberikan baik dari suami maupun keluarga dan orang-orang sekitarnya membuat ibu hamil akan merasa senang, merasa nyaman, aman, dan bahagia. Semua yang dirasakan nantinya juga akan dirasakan oleh janin.

Kebutuhan akan pengabdian, terkadang ibu hamil mengajukan keinginan-keinginan yang terasa aneh karena belum pernah dimunculkannya, atau keinginan yang tiba-tiba terlintas dipikirkannya hingga terbayang-bayang, keinginannya itu biasa disebut mengidam. Suami diharapkan sebisa mungkin untuk mengabulkannya karena jika tidak, keinginan tersebut akan terus membayangnya.

Kebutuhan akan penghargaan terhadap dirinya (ibu hamil) ketika sedang mengandung baik melalui ucapan maupun perilaku atau hadiah materi. Kebutuhan akan ketenteraman baik secara lahir maupun batin atau baik secara jasmani dan rohaninya juga sangat dibutuhkan oleh ibu hamil maka suami hendaknya berupaya dengan sungguh-sungguh menjaga ketenteraman lahir batin istrinya itu agar janinnya pun merasakan ketenteraman seperti yang dirasakan oleh ibunya sehingga pertumbuhan janin dapat berkembang dengan baik.

Kebutuhan akan perawatan dengan segera manakala ibu hamil merasakan adanya sesuatu yang dirasa tidak nyaman atau bahkan sangat sakit pada dirinya. Sehingga peran suami haruslah siaga untuk merawat istrinya yang sedang hamil, termasuk memberikan makanan ekstra yang dibutuhkan oleh ibu hamil karena yang ia makan tidak hanya untuk dirinya sendiri tetapi juga untuk janin yang dikandungnya.

Kebutuhan akan keindahan sesuai dengan penemuan-penemuan dibidang penelitian ibu hamil, ibu hamil biasanya selalu ingin melihat yang indah-indah. Oleh karena itu sebaiknya ibu hamil dihindarkan dari hal-hal jelek atau buruk seperti gambar, pemandangan dan sebagainya karena apa yang dilihat akan masuk ke pikirannya dan faktor pikiran ibu akan berpengaruh pada janinnya.

Proses pertumbuhan psikis janin sangat dipengaruhi oleh faktor internal orang tuanya, faktor internal seorang ibu yang dapat menentukan kondisi kecerdasan janinnya baik berupa fisik maupun psikis sebab, ibu dan janinnya adalah satu kesatuan makhluk tunggal dan berkaitan sangat erat serta hanya dipisahkan oleh waktu melahirkan. Ibnu Qayyim menggambarkan bahwa keterkaitan ibu dan janin dalam kandungan yaitu seperti keterkaitan antara dahan pohon dengan batang pohonnya (Abdullah, 2017).

Metode pendekatan dalam menstimulasi janin yang ditawarkan oleh Baihaqi yaitu ada 11 metode yang terdiri dari metode doa, metode ibadah, metode *qur'ani*, metode mengikot sertakan, metode kasih sayang, metode mengikuti pengajian di majelis-majelis taklim, metode penghargaan, metode dialog, komunikasi dan atau diskusi, metode *tadzkiroh*, metode kisah atau bercerita, metode lagu atau sholawat (Baihaqi, 2003).

Metode doa yaitu upaya mendidik janin yang dilakukan ibu hamil sebagai bentuk penghambaan kepada sang pencipta yang dilakukan tidak hanya di dalam shalat atau setelah shalat tetapi di setiap waktu dan setiap aktivitas dalam berbagai situasi dan kondisi apa pun meski dalam keadaan tidak nyaman sekalipun.

Metode doa dalam hal ini, ibu hamil benar-benar memosisikan diri sebagai makhluk Allah yang lemah dan tak berdaya yang senantiasa berpegang teguh pada kekuatan sang pencipta sehingga menjadikan doa sebagai metode yang paling utama dalam semua kesempatan. Ketika hormonnya sedang tidak stabil, merasakan cemas berlebihan, emosi yang meningkat, lelah dan beratnya mengandung, rasa tidak nyaman saat menjelang tidur dan ketika memasuki trimester akhir bahkan rasa sakit ketika hendak melahirkan. Doa menjadi senjata bagi umat muslim dan muslimah baik yang sedang mengandung maupun tidak dalam menjalankan aktivitasnya sehari-hari untuk mendapatkan keridhoan dan perlindungan dari Allah Swt. karena pada dasarnya semua makhluk begitu lemah dan tak berdaya hanya kekuatan Allah yang mampu menolong.

Metode beribadah merupakan upaya ibu hamil dalam kecerdasan janin dengan semakin mendisiplinkan dirinya untuk melaksanakan ibadah wajib seperti shalat, puasa dibulan Ramadhan jika memang kehamilannya aman dan kuat sehingga ibu hamil sanggup untuk menjalankan ibadah puasa wajib maupun puasa sunah, zakat, sedekah dan yang merindukan baitullah dan berniat untuk beribadah haji meskipun hanya sekedar keinginan kuat maka akan tetap bernilai ibadah.

Kemudian disertai dengan ibadah-ibadah sunah seperti shalat Rawatib, shalat Tahajud, shalat Dhuha, shalat Hajat, dan sebagainya dengan memperhatikan kualitas ibadah melalui gerakan shalat (wajib dan sunah) dengan *tuma'ninah* dan dilaksanakan secara tepat waktu sesuai dengan yang telah ditentukan. Segala bentuk ibadah yang dilakukan ibu hamil akan menjadi stimulasi yang memberikan pengaruh luar biasa kepada janin. Sehingga kebiasaan kegiatan beribadah ibu hamil sangat berguna untuk perkembangan kecerdasan janin dan menguatkan mental, spiritual serta keimanannya setelah lahir hingga dewasa.

Metode *Qur'ani* (membaca, mendengar dan menghafalkan) sama halnya dengan metode beribadah, membaca Alquran merupakan salah satu upaya dalam mendidik janin. Ketika seorang ibu hamil membaca Alquran, maka dengan sendirinya ia telah membina lingkungan yang baik dan islami di dalam rumahnya, lingkungan semacam itu dengan sendirinya akan menjadi suatu rangsangan edukatif yang sangat positif dan islami bagi janin.

Metode mengikut sertakan dilakukan dengan cara mengajak janin untuk ikut terlibat dalam segala aktivitas dan perbuatan baik untuk dijadikan sebagai contoh, misalnya: ibu hamil ketika akan berwudu, berkata kepada janin yang dikandungnya, "*Ayo nak, kita sama-sama berwudu.*" Ketika akan shalat ia berkata, "*Ayo nak kita sama-sama sholat.*" Ketika akan membaca Alquran ia berkata, "*Ayo nak kita sama-sama membaca Alquran.*" Demikian halnya dengan pergi ke majelis taklim, berdiskusi, membaca buku, bersedekah dan sebagainya. Apa pun yang dilakukan oleh ibu hamil sebaiknya untuk selalu mengikut sertakan janinnya agar dapat melakukan aktivitas bersama (Islam, 2003).

Metode kasih sayang adalah upaya untuk mendidik janin dengan cara memberikan perhatian yang lebih kepada ibu hamil, dengan cara tersebut maka kasih sayang yang diberikan oleh suami kepada istrinya akan tersalurkan ke janin, misalnya sang ayah harus mengasihi dan menyayangi ibu hamil karena hal itu akan membuat ibu hamil merasa tenang dan tenteram. Kondisi ketenangan dan ketenteramannya itu akan membuat situasi rumah menjadi rukun. Sehingga kasih sayang dan kerukunan itu dengan sendirinya akan menjadi rangsangan edukatif yang sangat positif bagi janin.

Metode mengikuti pengajian dan majelis taklim merupakan metode yang sangat tepat dalam upaya mendidik janin. Lingkungan yang baik untuk janin dapat diberikan oleh ibu hamil dengan membaca Alquran dan mengikuti majelis taklim yang ada karena akan berpengaruh pada pertumbuhan janin, karena ketika ibu hamil semakin sering melangkah kakinya maka janin pun akan merespons dengan fisik motoriknya apalagi jika yang dituju adalah tempat-tempat yang baik untuk menimba ilmu dan menjalin silaturahmi dengan sesama muslim.

Metode penghargaan adalah mendidik janin dengan cara memberikan penghargaan berupa ucapan tetapi tidak bersifat langsung yang dilakukan oleh ayah dan ibu hamil. Misalnya, ketika seorang ibu merasa janinnya menendang dan bergerak melalui dinding perutnya dan berkata kepada suaminya Alhamdulillah calon bayi kita sehat dan aktif, maka sang suami pun berkata: Alhamdulillah, anak kita sehat dan aktif. Semoga kelak dia menjadi anak yang aktif, pintar dan sehat.

Metode dialog, komunikasi atau diskusi akan membuat suasana menjadi ilmiah atau semi ilmiah, ini juga disebut sebagai metode interaktif antara janin dan orang-orang di luar rahim. Mengajak janin berkomunikasi dan berinteraksi secara intensif dengan melibatkan seluruh anggota keluarga dapat memberikan bermanfaat untuk janin karena selain dapat berkomunikasi dan berinteraksi dengan baik tetapi juga dapat mengenali mereka yang berada di luar Rahim (Islam, 2003)

Metode *tadzkiroh* adalah metode yang sangat sering dan mudah dilakukan di kalangan umat Islam yaitu metode mengingatkan sesama atas kelalaian dalam melakukan ibadah atau

melalaikan *hablum minallah* misalnya shalat, puasa, zakat dan lainnya. Begitu juga *hablum minannas* misalnya rukun dalam rumah tangga, hormat pada orang tua, dan berhubungan baik dengan tetangga serta masyarakat pada umumnya. Ibu hamil harus diingatkan dengan cara yang lembut agar tidak melalaikan *hablum minallah* dan *hablum minannas*. Sebaiknya, jika suami yang melalaikannya maka istrilah yang mengingatkannya dengan cara yang lembut pula. Mengingatkan dengan cara yang lembut akan membina suasana keagamaan islami yang tenang dan tertib di dalam rumah tangga.

Metode bercerita dapat digunakan untuk mendidik anak dalam kandungan. Caranya adalah dengan menceritakan sesuatu yang baik janin. Misalnya seperti cerita para nabi atau para sahabat nabi yang terkenal dalam perjuangan dan kepemimpinan mereka, para pejuang dan pahlawan bangsa, para ulama besar yang berjasa mengajar dan memimpin umat, para wali Allah, para ahli sufi yang terkenal kesalehannya dan sebagainya dapat dijadikan bahan cerita untuk janin.

Metode lagu juga merupakan salah satu upaya dalam mendidik janin, apalagi jika lagu yang didengarkan adalah kalimat-kalimat *thayyibah*, seperti lantunan zikir *Lailaha illallah, Muhammadar-rasulullah* atau lagu-lagu islami. Lagu-lagu yang islami itu, jika didengarkan dengan suara merdu serta dengan niat ibadah tidak perlu disertakan musik oleh ibu hamil akan memberi kesan positif kepada anak yang dikandungnya. Janin yang didengarkan lagu-lagu yang bersifat islami akan membuatnya menjadi lebih tenang dan nyaman, membiasakan janin mendengarkan lagu dapat melatih keterampilan kognitif dan motorik janin serta sangat baik untuk kecerdasan janin.

2. Pemberian konseling ibu hamil oleh bidan

Pemberian konseling pada ibu hamil dalam menstimulasi kecerdasan janin dilakukan oleh bidan sebagaimana dapat dilihat dalam mata kuliah asuhan kebidanan kehamilan tentang praktikum konseling pada ibu hamil di Poltekkes Medan UNM Sumatera Utara (Poltekkes Medan, 2015) dan seluruh perguruan tinggi lainnya. Hal ini berarti bahwa seluruh bidan telah dibekali keterampilan konseling untuk ibu hamil sesuai dengan peranannya sebagai tenaga kesehatan yang mencakup sebagai komunikator, motivator, fasilitator, dan konselor bagi masyarakat (Putri, 2016).

Bidan adalah orang yang telah mengikuti dan menyelesaikan pendidikan kebidanan yang diakui pemerintah dan lulus ujian sesuai dengan persyaratan yang berlaku, dicatat/terdaftar (*registered*) dan diberi izin secara sah untuk menjalankan praktik (Patimah, Widhiastuti, & Tajmiat, 2016).

Selain menjalankan praktik kebidanan pada puskesmas, rumah sakit, klinik bersalin dan unit-unit kesehatan lainnya di masyarakat. Seorang bidan juga mempunyai tugas penting dalam konseling/asuhan kehamilan dan pendidikan kesehatan ibu hamil sebagai pusat keluarga maupun masyarakat umumnya.

Tugas penting dalam pemberian konseling pada ibu hamil tidak hanya meliputi antenatal, *intranatal*, *postnatal*, asuhan bayi baru lahir, persiapan menjadi orang tua, gangguan kehamilan dan reproduksi serta keluarga berencana saja, tetapi juga mencakup seluruh aspek seperti pendampingan kelas ibu hamil melalui bimbingan dan konseling untuk mengurangi kecemasan menjelang persalinan dan beberapa masalah ibu hamil yang membutuhkan konseling serta memberikan pengetahuan dan mengajarkan ibu hamil mengenai cara menstimulasi *brain booster* pada janin. *Brain booster* merupakan upaya untuk meningkatkan kecerdasan janin selama kehamilan dengan jalan memberikan stimulasi otak dan nutrisi yang tepat (Khuzaiyah & Kristiyanti, 2020). Menstimulasi *brain booster* juga dapat digunakan dengan ke 11 metode pendekatan yang ditawarkan oleh Baihaqi berdasarkan pedagogik Islam.

Berdasarkan undang-undang Republik Indonesia tentang tenaga kesehatan No. 67 tahun 2019 yaitu setiap orang yang mengabdikan diri dalam bidang kesehatan serta memiliki pengetahuan dan keterampilan melalui pendidikan di bidang kesehatan untuk jenis tertentu yang memerlukan kewenangan dalam melakukan upaya kesehatan. Tenaga kesehatan juga memiliki peranan penting untuk meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan yang maksimal kepada masyarakat agar masyarakat mampu meningkatkan kesadaran, kemauan, dan kemampuan hidup sehat sehingga mampu mewujudkan derajat kesehatan yang setinggi-tingginya sebagai investasi bagi pembangunan sumber daya manusia yang produktif secara sosial dan ekonomi (Kemkes, 2019).

Pemberian konseling kepada ibu hamil sebagai kewajiban bidan terhadap tugasnya yang tercantum dalam modul kode etik bidan Indonesia dan tanggung jawabnya (Patimah, Widhiastuti, & Tajmiat, 2016) yaitu:

- a. Kewajiban bidan terhadap klien dan masyarakat. (1). Setiap bidan senantiasa menjunjung tinggi, menghayati dan mengamalkan sumpah jabatannya dalam melaksanakan tugas pengabdianannya; (2). Setiap bidan dalam menjalankan tugasnya senantiasa berpedoman pada peran, tugas dan tanggung jawab sesuai kebutuhan klien, keluarga dan masyarakat; (3). Setiap bidan dalam menjalankan tugasnya mendahulukan kepentingan klien, menghormati hak klien dan nilai-nilai yang dianut klien; (4). Setiap bidan dalam menjalankan tugasnya senantiasa mendahulukan kepentingan klien, keluarga dan masyarakat dengan identitas yang sama sesuai dengan kebutuhan berdasarkan kemampuan yang dimilikinya; (5). Setiap bidan senantiasa menciptakan suasana yang serasi dalam hubungan pelaksanaan tugasnya dengan mendorong partisipasi masyarakat untuk meningkatkan derajat kesehatan secara optimal.
- b. Kewajiban bidan terhadap tugasnya: (1). Setiap bidan senantiasa memberikan pelayanan paripurna kepada klien, keluarga dan masyarakat sesuai dengan kemampuan profesi yang dimilikinya berdasarkan kebutuhan klien, keluarga dan masyarakat; (2). Setiap bidan berkewajiban memberikan pertolongan sesuai dengan kewenangan dalam mengambil keputusan termasuk mengadakan konsultasi dan atau rujukan; (3). Setiap bidan harus menjamin kerahasiaan keterangan yang didapat dan atau dipercayakan kepadanya, kecuali jika diminta oleh pengadilan atau diperlukan sehubungan dengan kepentingan klien.

Kesimpulan

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa bimbingan ibu hamil dalam menstimulasi kecerdasan janin dan metode pendekatannya menurut Baihaqi yaitu mencakup upaya fisik dan psikis ibu hamil. Upaya fisik mengenai makanan dan minuman yang *halalan thayyiban* serta pemberian nutrisi yang cukup bagi ibu hamil dalam mendukung kecerdasan janin secara optimal.

Pengaruh dari makanan dan minuman yang *halalan thayyiban* dan pemenuhan nutrisi ibu hamil akan berimplikasi secara langsung pada kesehatan ibu dan anak. Upaya psikis diarahkan kepada suami dan keluarga ibu hamil yang juga harus memperhatikan kebutuhan psikis ibu yang sedang mengandung, di antaranya adalah kebutuhan akan perhatian, kebutuhan akan rasa cinta yang bertambah, kebutuhan akan pengabdian, kebutuhan akan penghargaan, kebutuhan akan ketenteraman, kebutuhan akan perawatan, kebutuhan akan makanan ekstra, kebutuhan akan keindahan. Metode pendekatan untuk menstimulasi kecerdasan janin menurut Baihaqi terdapat 11 metode pendekatan untuk menstimulasi janin menurut perspektif Baihaqi yang terdiri dari metode doa, metode ibadah, metode *qur'ani*, metode mengikuti pengajian dai majelis taklim, metode berdialog sesama dan berdiskusi, metode bercerita atau mengisahkan, metode *tadzkiroh*, metode *reward* atau penghargaan, metode kasih sayang, metode keikutsertaan dan metode melalui lagu atau bersholawat.

Bimbingan dan konseling ibu hamil diberikan oleh bidan dengan memperhatikan upaya fisik dan psikis ibu hamil serta memberikan pengetahuan dan mengajarkan ibu hamil mengenai cara menstimulasi *brain booster* pada janin untuk kecerdasannya dengan ke 11 metode pendekatan yang ditawarkan Baihaqi sebagai upaya meningkatkan sumber daya manusia. Pemberian bimbingan dapat dilakukan oleh semua orang akan tetapi lebih baik harus dilakukan oleh ahlinya. Oleh karena itu konsep bimbingan dan konseling ibu hamil dalam menstimulasi kecerdasan janin dilakukan oleh bidan sesuai dengan kode etik dan peran serta tanggung jawabnya sebagai komunikator, motivator, fasilitator, dan konselor bagi masyarakat berdasarkan undang-undang Republik Indonesia tentang tenaga kesehatan No. 67 tahun 2019 dengan kewajiban bidan terhadap klien dan masyarakat dan tugasnya yang telah dijabarkan di halaman sebelumnya. Tujuan dari bimbingan dan konseling ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil dan praktiknya mengenai stimulasi janin dalam upaya meningkatkan kualitas otaknya sehingga mampu mengoptimalkan kecerdasan janin.

Daftar Pustaka

- Abdullah, M. (2017). Analisis pendidikan prenatal: Telaah pemikiran ibn qayyim al-jauziyyah dalam kitab tuhfah al- maudud. *Jurnal al-Murabbi*. 2(2).
- Aisyah, R. D., Fitriyani, & Suparni. (2017). IbM Harmoni Kecerdasan untuk Janin Melalui Ibu Hamil. Prosiding Seminar Nasional Publikasi Hasil-Hasil Penelitian dan Pengabdian Masyarakat "Implementasi Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Untuk Peningkatan Kekayaan Intelektual", pp 617.
- Aprilia, W. (2020). Perkembangan pada Masa Prenatal dan Kelahiran. *Yaa Bunayya: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(1).
- Baihaqi. (2003). Mendidik Anak dalam Kandungan Menurut Ajaran Pedagogis Islam. Jakarta: Darul Ulum Press.
- Bakar, A., & Luddin, M. (2010). Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling. Bandung: Cita Pustaka Media Perintis.
- Diponegoro, A. M. (2011). Konseling Islami Panduan Lengkap Menjadi Muslim yang Bahagia, (pp.14-15). Yogyakarta: Gala Ilmu Semesta.
- Hardiana, L. (2022). Program Pendidikan Prenatal Islami untuk Menstimulasi Kecerdasan Janin (Tesis). Sekolah Pascasarjana Universitas Ibnu Khaldun Bogor, Bogor.
- Hidayatullah, M. F. (2009) Membangun Insan Berkarakter Kuat Dan Cerdas, Surakarta: Yuma Pustaka.
- Islam, U. N. (2003). Mendidik Janin, Optimalisasi Potensi Anak Sejak Dini. Jakarta: Gema Insani Press.
- Kementrian kesehatan (2019). Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 67 Tahun 2019 tentang Pengelolaan Tenaga Kesehatan. <http://bppsdmk.kemkes.go.id/pusdiksdmk/wp-content/uploads/2019/11/Salinan-PP-Nomor-67-Tahun-2019.pdf>
- Khuzaiyah, S, Kristiyanti, R. (2020). Paket Edukasi Ibu Hamil untuk Mewujudkan Anak Sehat dan Cerdas Melalui Pendekatan Asuhan Kebidanan Holistik. *Jurnal Berdikari*, 8(2), 71-72, <https://doi.org/10.18196/bdr.8278>
- Mintarsih, W. (2017). Pendampingan Kelas Ibu Hamil Melalui Layanan Bimbingan dan Konseling Islam untuk Mengurangi Kecemasan Proses Persalinan. *Jurnal Sawwa* 12 (2). 284-285
- Mutia, T., Rahman, I. K., & Indupurnnahayu. (2020). Program Bimbingan Karir Islami untuk Meningkatkan Minat Berwirausaha Siswa Prokratinasi Akademik Tingkat SMK. *Jurnal Manajemen Pendidikan Islam*, 3(2), 119. Doi: 10.30868/im.v3i02.716
- Poltekkes Medan. (2015). Bahan Ajar Modul4 praktikum Kb1. Sumatera Utara: Universitas Negeri Medan <http://www.poltekkes-medan.ac.id>
- Patimah, S., Widhiastuti, E., Tajmiat, A. (2016). Konsep Kebidanan dan Etikolegal Dalam

- Praktik Kebidanan, Modul bahan ajar cetak kebidanan. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, pp 3. [http://bppsdmk.kemkes.go.id/pusdiksdmk/wp-content/uploads/2017/08/Konsep-Kebidanan-dan-Etikolegal-dalam-Praktik Kebidanan-Komprehensif.pdf](http://bppsdmk.kemkes.go.id/pusdiksdmk/wp-content/uploads/2017/08/Konsep-Kebidanan-dan-Etikolegal-dalam-Praktik-Kebidanan-Komprehensif.pdf)
- Putri, Meidila. (2016). Hubungan Peran Tenaga Kesehatan Terhadap Kepatuhan Ibu Hamil dalam Mengonsumsi Tablet Fe. Naskah Publikasi. Fakultas Kedokteran dan ilmu keperawatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, pp 12-13
- Rahmatika, R. (2014). Hubungan antara Emotion-Focused Coping dan Stres Kehamilan. *Jurnal Psikogenesis*. 3(1), 93.
- Sudjatmiko. 2012. Stimulasi Dini pada Janin dan Balita Untuk Mengembangkan Kecerdasan Multipel dan Kreativitas Anak. Diakses pada 7 Mei 2016, dari alamat <http://www.idai.or.id>
- Sukardi, D. K., & Kusmawati, N. (2008) *Proses Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah*, Jakarta: Rineka Cipta.
- Tobroni, & Munir, A. (2010). *Merekayasa anak cerdas sejak dalam kandungan*. Yogyakarta: Cakrawala.
- Widoyant, V., Hermanto, T.J, & Widjiati. (2020). Musik Mozart Memiliki Ekspresi Brain Deriverd Neurotrophic Factor Tertinggi Pada Serebrum dan Serebellum Rattus Norvegicus Dibandingkan dengan Gamelan Jawa, Sunda dan Bali Selama Kehamilan. *Jurnal Ilmu Kesehatan*. 8(2), 104 doi.org/10.32831/jik.v8i2.243
- Za'im, M. (2016). Pendidikan Anak dalam Pengembangan Kecerdasan IQ, EQ dan SQ (Studi Kitab Tuhfat Al -Mawdud Bi Ahkam Al- Mawlud Karya Ibnu Al- Qayyim Al Jauziyah), *Muallimuna: Jurnal Madrasah Ibtidaiyah*, 2(1), 91-92.