



PROSIDING SEMINAR NASIONAL BAHASA DAN BUDAYA DALAM MEMBANGUN KARAKTER BANGSA

30 SEPTEMBER 2014
KAMPUS PASCASARJANA
IHDN DENPASAR
BALI



PROSIDING SEMINAR NASIONAL “BAHASA DAN BUDAYA
DALAM MEMBANGUN KARAKTER BANGSA”
30 September 2014

ISBN 978-602-71464-0-2

PENANGGUNG JAWAB:

Dr. Drs. I Made Suweta, M.Si.
(Ketua Program Studi Magister Pendidikan Sastra Agama)
PPs. IHDN Denpasar

EDITOR

Prof. Dr. Drs. I Nengah Duija, M.Si.

PENYUNTING LAYOUT

Ni Putu Sutramiani, S.Kom.

DISAIN SAMPUL

Dr. Made Iwan Indrawan Jendra, S.S.,M.Hum.

FOTO PADA SAMPUL

I Ketut Arta Widana, S.S.,M.Par.

KETUA PANITIA SEMINAR

Gek Diah Desi Sentana, S.S., M.Hum.

SEKRETARIS:

I Nyoman Suka Ardiyasa, S. Pd.B, M. Fil.H.

ANGGOTA:

Ni Nyoman Istiadi, S.Ag.

Anak Agung Sri Candra Dewi, S.Pd.

Made Susila Putra, S.Pd.B.

I Made Swartama, S.Pd.B.

CEURIK DINA
LAHUNAN”
KARYA DARPAN

54	GEURITAN SALAMPAH LAKU SEBUAH ANALISIS STILISTIKA	I Nyoman Suka Ardiyasa	Institut Hindu Dharma Negeri Denpasar	377
55	PENDIDIKAN KARAKTER BERBASIS YOGA	Luh Asli	STKIP Agma Hindu Singaraja	387
56	PENDIDIKAN KARAKTER DALAM PUPUJIAN SUNDA	Wiwin Setiawati	Universitas Pendidikan Indonesia	395
57	ETNOGRAFI SEBAGAI PENELITIAN KUALITATIF KEBUDAYAAN	Ade Sutisna	Universitas Pendidikan Indonesia	400
58	BAHASA DAN BUDAYA DALAM MEMBANGUN KARAKTER BANGSA	I Dewa Gede Adnyana	Institut Hindu Dharma Negeri Denpasar	409

PENDIDIKAN KARAKTER BERBASIS YOGA

LUH ASLI

Abstrak

Iptek dimaksudkan untuk mempermudah dan memperbaiki kualitas hidup manusia, namun disisi lain menimbulkan dampak negative. Jika tidak difilterisasi dan diproteksi sedini mungkin, dikhawatirkan memasuki ranah karakter manusia yang membuatnya semakin terpuruk. Berbagai fakta sosial menunjukkan profile dekadensi moral. Karakter merupakan basic segala prilaku dalam kehidupan sosial maupun individual seseorang. Pendidikan pada dasarnya adalah suatu kegiatan memanusiakan manusia. Ada beberapa model pendidikan karakter yang bisa diadopsi dijadikan pedoman dalam memperkuat serta memproteksi karakter kemanusiaan. Ada pendidikan karakter berbasis kearifan local, pendidikan karakter berbasis spiritual dll. Salah satu konsep yang juga bisa dijadikan pertimbangan dalam membentuk karakter serta memproteksinya sedini mungkin adalah konsep pendidikan karakter berbasis yoga.

kata kunci: *karakter, yoga*

I. Pendahuluan

Di era posmodern ini karakter manusia bahkan karakter bangsa mengalami kecendrungan abrasi/degradasi. Segala aspek kehidupan manusia lebih berorientasi pada hal-hal yang bersifat pragmatis. Peradaban materi telah membuat manusia sangat sibuk sehingga tidak ada waktu untuk memikirkan Tuhan. Setiap keberhasilan yang didapat dianggap sebagai keberhasilan pribadi sehingga ego dan keangkuhan semakin menjadi-jadi, kehidupan semakin kehilangan jati dirinya, hidup terasa hambar (Cudamani, 1991: 6).

Ketika potret sosial dibawa pada layar kaca, manakala yang tabu dibuka dalam kemasan ilmu pengetahuan, sementara mental sebagai salah satu alat untuk memfilterisasi di semua usia belum cukup siap dan belum cukup matang untuk memilih mana yang pantas, yang baik, yang berguna untuk dirinya, maka inilah menjadi awal tumbuhnya benih-benih pelanggaran terhadap norma dan nilai. Seperti salah satu tayangan iklan obat kuat yang membuat alat vital menjadi besar, membuat lebih tahan lama, membesarkan payudara dll, semua ini berakibat kurang baik bagi pertumbuhan psykologis anak-anak (Piliang, 2006: 340). Dampak negatif

potret ini tanpa disadari telah menggerus bagian yang amat hakiki dalam diri manusia yaitu karakter.

Pendidikan pada dasarnya adalah suatu kegiatan memanusiakan manusia. Perbedaan manusia dengan makhluk lain adalah terlihat dari karakternya. Yoga sebagai salah satu sumber ajaran agama Hindu mengandung nilai-nilai luhur yang bisa dijadikan sebagai salah satu alternatif dalam pembentukan disiplin dan karakter yang mulia.

II. PEMBAHASAN

2.1 Pengertian dan Unsur-Unsur Pendidikan Karakter

Pendidikan karakter adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana serta proses pemberdayaan potensi serta pembudayaan peserta didik, guna membangun karakter pribadi/kelompok yang unik sebagai warga negara (kebijakan nasional pendidikan karakter 2011-2025). Karakter merupakan kualitas moral seseorang dalam mengambil keputusan dan tingkah laku yang kokoh dan dilakukan secara integral dengan berpijak pada kebenaran (Prayitno&Manulang, 2010)

Sedangkan unsur-unsur pendidikan karakter sebagaimana yang dipaparkan pada Pedoman Penyelenggaraan Pendidikan di Sekolah oleh Pusat kurikulum Jakarta ada delapanbelas point yang harus dikembangkan di sekolah bagi tenaga pendidik. Delapan belas pont tsb: relegius, jujur, olera, disiplin, kerja keras, kreatif, mandiri, demokratis, rasa ingin tahu, semangat kebangsaan, cinta tanah air, menghargai prestasi, bersahabat, cinta damai, gemar membaca, peduli lingkungan, peduli sosial, tanggung jawab (Pedoman penyelenggaraan pendidikan di sekolah, 2010: Jakarta: pusat kurikulum)

2.2 Implementasi Pendidikan Karakter berbasis Yoga

Pendidikan pada hakekatnya merupakan suatu proses untuk memanusiakan manusia. Sehat jasmani saja tidaklah cukup, namun di sisi lain diperlukan upaya untuk menumbuhkembangkan nilai-nilai kemanusiaan. Untuk menggali nilai-nilai kemanusiaan dan kemuliaan manusia itu maka pendidikan Agama, Pendidikan Budi Pekerti, Pendidikan sejarah mengemban amanat bahwa semua mata pelajaran di sekolah supaya berwawasan budi pekerti. Meskipun demikian, fakta dilapangan sangat ironis, bahkan semakin marak berbagai kriminal terjadi. Hal ini menunjukkan masih rendahnya karakter dan martabat bangsa.

Berdasarkan fenomena sosial di atas, untuk mrrnggali nilai-nilai kemanusiaan, maka dalam makalah ini ditawarkan satu konsep pembelajaran/pendidikan yakni: "Pendidikan Karakter Berbasis Yoga". Konsep pendidikan karakter ini didasarkan atas pengalaman seorang Resi dalam kurun waktu yang cukup lama yakni, Rsi Patanjali. Patanjali seorang Maharsi agung dalam sutra sutranya memaparkan tentang bagaimana seorang calon siswa yang akan mengikuti jalan yoga. Seorang akan dapat

mengikuti yoga serta dapat mencapai hasil yang optimal bilamana yoga itu diikuti melalui prosedur yang benar. Sebelum seorang siswa terjun latihan yoga, ada beberapa ketentuan/aturan yang harus diketahui dan ditaati. Sistem pendidikan dalam yoga mendasarkan penggalan karakter melalui delapan tahapan yang disebut dengan *Astangga Yoga*, dimana sebagai basic konsep karakter ada pada konsep *Yama Nyama* (Sathya Prakas Sarasvati, 1979).

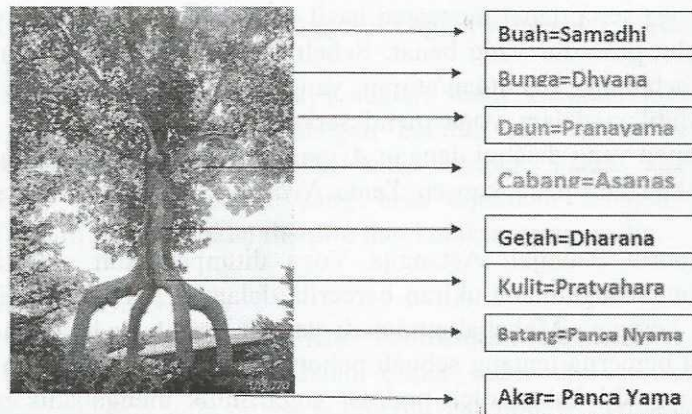
Menurut Patanjali Astangga Yoga diumpamakan seperti fostur sebuah pohon, sebagaimana ukiran bercerita dalam bentuk seni relief pada sebuah kuil bernama Mahabalipuram di daerah Tamil Nadu India. Relief pada kuil ini bercerita tentang sebuah pohon yoga merupakan pesan sebuah komitmen yang dilakukan oleh praktisi yoga untuk mengabadikan ajaran yoga yang sarat dengan prinsip moral, etika proses pencarian, penggalan diri dalam rangka menjadi manusia seutuhnya.

Sebuah pohon akan bisa tumbuh berdiri dengan tegak, kokoh jika pada bagian akar dari pohon itu bercengkeraman dengan kuat-kuat pada tanah. Melalui akar, air dan zat makanan bagi pohon tersebut diserap, lalu menyebabkan batang tumbuh yang semakin hari bertambah besar. Dengan batang yang subur akan tumbuh daun-daun rindang, dengan cabang-cabangnya. Melalui daun-daun ini sinar matahari memberi energinya dan pada daun inilah terjadi fotosintesis lalu energi ini diedarkan ke seluruh bagian pohon, membuat pohon tersebut berbunga, untuk kemudian berbuah yang manis, dengan warnanya yang ranum menggugah siapapun yang melihatnya, dan buah pohon ini mengandung vitamin yang bermanfaat bagi lingkungannya (Svati & Rajiv Chanchani, 1995: 18).

Demikian pentingnya peran akar pada sebuah pohon, karena akar adalah kaki yang berfungsi sebagai kekuatan berpijak menjadikan pohon bisa berdiri dengan kokoh. Tanpa ada akar sebuah pohon tidak akan ada/tidak bisa dinamakan pohon, wujudnyapun tidak ada, lebih-lebih bunga, buahnya. Kesuburan dan kekuatan akar pohon itu mencerminkan kekuatan, kesuburan, kerindangan, cabang yang banyak. Indah-harum bunganya dan besar dan lebat serta ranum buahnya.

Akar pada pohon dalam Astangga Yoga identik dengan Panca Yama Brata artinya lima pengendalian diri dalam aktifitas pisik dan pshykhis (*Ahimsa, Asteya Satya, Brahmacari dan Aparigraha*). Sedangkan batang pohon pada Astangga Yoga identik dengan Panca Nyama Brata (*Ahimsa, Asteya, Satya, Brahmacari dan Aparigraha*) yaitu lima komitmen disiplin diri secara mendalam dan merupakan janji pada diri sendiri.

Ilustrasi Astangga Yoga sebagai sebuah batang pohon dapat dicermati pada bambar pohon sebagai berikut:



Seorang sadhaka/siswa yang berniat sungguh-sungguh di jalan yoga, sebelum beranjak belajar tentang berbagai fostur asanas harus menjalani tahapan Yama-Niyama Berta sebagai dasar dari kekuatan mental untuk belajar yoga pada tingkat yang lebih tinggi. Model ini sudah diterapkan di sekolah-sekolah pavorit di berbagai masyarakat mancanegara, seperti perguruan Sivananda yang menyebar hingga ke Amerika dan Eropa, Bihar School Of Yoga, dsb. Tahapan pertama dan kedua ini (Yama dan Nyama) sebagai satu keharusan. Tahapan ini tidak boleh dilewatkan atau dilangkahi karena tahap ini merupakan tahap basic/dasar yang menjadi landasan moril, etik, dan syarat untuk melangkah naik menuju tangga yang lebih tinggi. Tanpa didasari oleh Yama dan Nyama, maka dikhawatirkan akan terjadi penyimpangan atau penyelewengan misi dan tujuan yoga yang sangat luar biasa. Sebab justru ketika Yama-Nyama ini dilakoni dengan penuh ketaatan, kesungguhan, maka berimplikasi pada segala prilaku yang spiritual dalam hidup seorang siswa yoga. Dari sinilah melahirkan insan-insan yang memiliki karakter/berakhlak mulia. .

Pohon subur, tumbuh besar dan kuat, menjadi tempat berlindung dari kepanasan dan guyuran hujan, mempersembahkan oksigen bagi kehidupan, mempersembahkan buah kasihnya bagi sebagian kehidupan kesehatan makhluk hidup tempat bertengger aneka jenis unggas menikmati makanan, beristirahat dan menikmati hidup nyaman dengan pasangannya. Demikian pula orang yang memiliki karakter yang baik, positif sebagaimana konsep yoga, maka kebajikannya akan dimuliakan dunia, akan dijadikan tempat berteduh bagi kebanyakan orang..

Dibawah ini adalah sandingan antara unsur pendidikan karakter oleh Mendiknas dengan Pendidikan karakter berbasis Yoga sebagai berikut:

	MENDIKNAS	YOGA
1	RELIGIUS	<i>Iswara Pranidhana, Saucam</i> : penyerahan diri secara total kepada Tuhan. Keyakinanini menjadikan seseorang tunduk, rendah hati karena ada kekuatan di luar diri.

2	Jujur	<i>Satya</i> : jujur dalam pikiran, ucapan dan segala perbuatan
3	Toleransi	<i>Ahimsa</i> : tdk menyakiti dengan cara menonjolkan perbedaan, pemisahan kelas-kelas, ras. Semua bersaudara (Vasudevakutumbhakam)
4	Disiplin	<i>Asteya</i> : disiplin terhadap hukum dg tidak mencuri, sebab ingin memiliki kepunyaan or lain dan bukan milik kita adalah pencuri. Disiplin sikap ini akan menjadi prinsip dasar seorang siswa yoga. <i>Brahmacari</i> : tidak melanggar aturan semasa belajar terhadap apa yang tabu/tidak boleh dilakukan. Karena masa belajar adalah kesempatan emas dalam menyerap berbagai ilmu pengetahuan. Masa ini adalah masa penuh kekuatan, energi bagaikan ilalang yg tajam harus konsentrasi pada pengisian berbagai kopetensi sebagai bekal ketika terjun pada masa grehastha. Oleh karena itu akan kurang beruntung jika masa muda/Brahmacari ini dilewati dg disiplin yang rendah dan masa ini menjadi sia-sia.
5	Kerja Keras	<i>Tapah</i> : upaya pengendalian, pengekangan diri dalam disiplin, sebab mengekang keinginan yang datangnya dari dalam diri sangat sulit. Dibutuhkan latihan yang kontinyu, dan ini merupakan suatu usaha/kerja keras, kesungguhan.
6	Kreatifitas	<i>Swadyaya</i> : antusias dan kreatif melakukan penggalian dalam mencari ilmu pengetahuan dan pengalaman termasuk juga melatih berbagai fose <i>Asanas</i>
7	Mandiri	<i>Swadyaya</i> : belajar sendiri tanpa harus sll diperintahkan, karena dengan melakukan penggalian sendiri segala pengetahuan menjadi nyata bagi indra dan mendapatkan secara pribadi, sehingga kebenaran pengetahuan dirasakan secara langsung.
8	Demokratis	<i>Ahimsa</i> : tidak memnyakiti dengan cara memaksakan kehendak pada orang lain, sebab dengan memberi kesempatan yang sama kepada orang lain maka sikap itu berarti demokratis.
9	Keingintahuan	<i>Swadyaya</i> : belajar sendiri melakukan penggalian pencarian karena rasa ingin tahu
10	Semangat kebangsaan	<i>Satya</i> : setia terhadap janji, setia kepada negara, tanah air, semangat persatuan sebagaimana dalam sumpah pemuda.
11	Cinta Tanah Air	<i>Satya</i> : setia terhadap janji, setia kpd negara, tanah air
12	Menghargai prestasi	<i>Satya</i> : jujur dan taat azas jika memang seseorang berprestasi, maka layak mendapat penghargaan atas kelebihan atau prestasinya.
13	Bershabat	<i>Ahimsa</i> : Kasih kepada sesama dengan menerima siapapun sebagai sahabat. Bahkan musuhpun bisa ditundukkan hanya dengan kasih, karena kekerasan tidak akan membuat masalah berahir, justru akan berkembang menjadi dendam.
14	Cinta damai	<i>Ahimsa</i> : or yg tdk suka kekerasan sedah tentu mencintai perdamaian, hidup rukun dalam keadaan damai
15	Gemar membaca	<i>Swadyaya</i> : belajar, menggali secara mandiri melalui

		sastra-sastra untuk pengayaan pengetahuan diri
16	Peduli Lingkungan	<i>Satya: setia ahimsa:</i> tidak melakukan kekerasan kepada siapapun termasuk Kasih terhadap lingkungan dengan menunjukkan kepedulian
17	Peduli Sosial	<i>Satya, ahimsa:</i> tidak melakukan kekerasan kepada siapapun termasuk Kasih terhadap lingkungan dengan menunjukkan kepedulian
18	Tanggung jawab	<i>Satya:</i> adl satya bertanggung jawab terhadap apapun yang menjadi swadharma individu. Inilah bentuk tanggungjawab baik pribadi dan ahirnya berimbas ketika berperan sebagai makhluk sosial sebaliknya.

Melihat sandingan paparan indikator/unsur karakter di atas antara pedoman Mendiknas dengan pola pembentuk karakter pada Yoga, sangat jelas bahwa unsur-unsur pendidikan karakter semua terakomodasi pada unsur pembentukan karakter pada konsep Yoga. Bahkan bisa dikatakan bahwa unsur-unsur pendidikan karakter pada konsep yoga lebih universal dibanding dengan unsur-unsur pendidikan karakter pada pedoman Mendiknas.

Ada beberapa unsur pendidikan karakter yang belum terakomodasi dalam unsur-unsur pendidikan karakter pada pedoman Mendiknas seperti:

- 1) *Konsentrasi* dalam *Astangga Yoga* disebut *Dhyana* artinya suatu penggalian (gemar membaca), jika tidak dilakukan dengan penuh konsentrasi atau fokus pada obyek, maka berdampak pada karakter siswa gampang rapuh ketika ada cobaan dalam hidup. *Dhyana* ini juga bermakna menjadikan seorang ilmuwan ataupun ahli dibidangnya sebagai seorang profesional.
- 2) *Kesederhanaan* dalam *Astangga Yoga* sama dengan *Aparigraha*. Kesederhanaan ini perlu ditanamkan kepada para siswa karena dari kesederhanaan seorang siswa diajarkan tidak serakah dalam arti memenuhi kebutuhan, bukan keinginan. Karena ketika satu keinginan terpenuhi, maka seseorang tidak akan puas sampai disana saja, tetapi akan ingin lebih dan lebih lagi. Keinginan itu tak akan pernah bisa dipuaskan. Keinginan ibarat api yang dituangi bensin, bukannya api itu berhenti membakar dan mati, bahkan akan tambah berkobar dan membesar. Oleh karena itu, keinginan itu perlu dibatasi sesuai/seberapa yang dibutuhkan. Hal ini juga mengajarkan kepada kita bahwa alam dengan segala isinya ini diciptakan oleh Tuhan untuk memenuhi kebutuhan, tapi bukan untuk memenuhi keinginan (*Selling on desire*). Tidak akan mungkin bisa peduli lingkungan jika keserakahan pada seseorang menggunung dan tidak memiliki konsep untuk membatasi sesuai/seberapa yang dibutuhkan. Contoh riil: penggalian sumber gas, minyak, tambang-tambang, penjualan tanah, pulau, perebutan wilayah hingga menyebabkan perang dari generasi ke generasi dll, semua hanya untuk memenuhi keinginan, bukan kebutuhan. Dengan basic karakter Aparigraha/kesederhanaan inilah diajarkan untuk memelihara, menjaga, memelihara keseimbangan lingkungan semesta

DAFTAR PUSTAKA

- Art Ong Jumsai Na Ayudhya, D:MA, DIC. *Model Pembelajaran Nilai-Nilai Kemanusiaan Terpadu (Human Value Integrated Intructional Model)*. Thailand: Director Of Insitute Of Sathya Sai Edication, Thailand.
- Cudamani. 1991. *Mengatasi Stress Menurut Pandangan Hindu*. Surabaya : Paramita
- Pedoman penyelenggaraan pendidikan di sekolah, 2010: Jakarta: pusat kurikulum
- Prayitno .Prof Dr, MSc.Ed & Belferik Manullang Prof Dr. 2010. *Pendidikan Karakter Dalam Pembangunan Bangsa*. Jakarta :Gramedia
- Pujiastuti Sindhu. 2009. *Hidup Sehat dan Seimbang dengan Yoga: Daily praktice*. Bandung: Qanita
- Sri Dhammananda Nayaka Mahathera, Dr. K. J.S.M, Ph. D.Litt 2008. *Be Happy, Mengatasi Takut dan Cemas dari Akarnya dan Berbahagia dalam Segala Situasi*. Malaysia: Yayasan Karaniya
- Svami Satyananda Sarasvati. 2002. *Asana Pranayama Mudra Bandha*. Surabaya: Paramita
- Swami Satya Prakas Saraswati. 1979. *Patanjali Raja Yoga*. Paramita: Surabaya
- Svami Rama. 2011. *Spiritualitas Transpormasi ke Dalam dan ke Luar Diri*. Surabaya: Paramita
- Svati Chanchani & Rajiv Chanchani . 1995.*Yoga For CildrenA Complete Illustrated Guide To Yoga Including A Manual For Parent And Teacher Desai and Illustration By J. Nath*. New Delhi: UBS Pubisher Distributor LTD 5 Ansari Road 110002
- Yasraf Amir Piliang. 2006. *Dunia Yang Dilipat Tamasya Melalui Batas-Batas Kebudayaan*. Yogyakarta: JALASUTRA



**PROGRAM STUDI MAGISTER
PENDIDIKAN SASTRA AGAMA
KONSENTRASI PENDIDIKAN
BAHASA BALI,
PROGRAM PASCASARJANA,
IHDN DENPASAR**

Dalam sebuah buku yang berjudul *Pesona Bahasa Nusantara Menjelang Abad Ke-21* (1999), disebutkan bahwa jumlah bahasa daerah yang ada di Indonesia tidak kurang dari 750. Dari jumlah tersebut, (sebelum diberlakukannya Kurikulum 2013), hanya 30 bahasa diajarkan sebagai mata pelajaran di sekolah-sekolah. Dalam buku yang sama disebutkan pula bahwa di tingkat perguruan tinggi, di antara 750 bahasa daerah itu, hanya tiga bahasa paling sering diangkat sebagai objek penelitian, yaitu (1) bahasa Jawa, (2) bahasa Sunda, dan (3) bahasa Bali.

Dalam Prosiding ini terdapat 58 makalah yang sebagian besar mengangkat masalah bahasa, sastra, serta budaya Sunda dan Bali. Selain tiga makalah utama, yaitu (1) "Toponimi dan Antroponimi Universal dalam Khazanah Sastra Sunda Buhun Genre Carita Pantun dan Wawacan Sanghyang Jagatrasa: Kajian Semiotik (DEDI KOSWARA), (2) "Revitalisasi Kompetensi Pedagogi dalam Konteks Peningkatan Kualitas pembelajaran Bahasa Ibu" (H. RAHMAN), dan (3) "Sor Singgih Bahasa Bali Sebagai Cermin Peradaban Berbahasa Masyarakat Bali" (I MADE SUWETA), makalah-makalah lainnya sebagian besar ditulis oleh para dosen serta mahasiswa dari Program Magister Pendidikan Bahasa Sunda, UPI, Bandung, dan Program Magister Pendidikan Sastra Agama, IHDN Denpasar. Terlepas dari kekurangan - kekurangannya, makalah - makalah dalam prosiding ini telah membuktikan keperdulian kita terhadap pelestarian dan pengembangan bahasa dan sastra Nusantara yang patut dihargai sebagai kekayaan warisan bagi masa depan bangsa Indonesia.

ISBN 978-602-71464-0-2



9 786027 146402

CV. DEVA GAE SELARAS
Jl. Gandapura 40, Denpasar - Bali
Tel. (62 - 361) 46 0990, 46 5085
Fax. (62 - 361) 46 6565
devacomm@gmail.com

UD. KRISNA JAYA
DIGITAL COPY AND PRINTING
Jl. Waturenggona No.65 Denpasar, Bali
Tel. 0361-366999
krisnajayaram@gmail.com