BAB IV

IMPLEMENTASI SURAT AL-ARAF AYAT 172 TENTANG PENDIDIKAN PRENATAL

A. Analisis Konsep Pendidikan Prenatal Surat Al-Araf Ayat 172

Nilai pendidikan prenatal yang terkandung dalam A.S. Al-Araf ayat 172, secara garis besar temanifestasikan pada penggalan ayat قالوا بلي شهدنا (benar (Engkau Tuhan kami) kami bersaksi).

Secara umum ayat tersebut menjelaskan bawa nyawa, sebelum bertugas memberi hidup kepada manusia, telah dibaiat oleh Allah dengan perjanjian mengaku ber-Tuhan kepada Allah. Dan semua nyawa telah mengaku bertuhan kepada-Nya. Dan secara tidak langsung bahwa janin yang berada dalam kandungan seorang wanita dapat menerima pendidikan yang kemudian disebut dengan *prenatal.*

Semua nyawa telah mengaku bertuhan kepada Allah. Pembaiatan tersebut memberi indukasi bahwa nyawa-nyawa tersebut mengerti dan dapat memahami makna *baiat*. Hati kita akan berkata mustahil sekali Allah Yang Maha Berakal bertindak membaiat makhluk-Nya yang tidak hidup dan tidak mengerti. Sebaliknya mustahil pula nyawa-nyawa tersebut mampu mengakui, menjawab dan mampu melafalkan pengakuan dalam bentuk bertuhan kepada Allah jika mereka tidak hidup dan tidak mengerti makna baiat yang ditunjukan kepada mereka. Inilah yang menjadi dalil dari Al-Qur'an bahwa anak prenatal sudah bisa dididik. Karena ia sendiri

sesungguhnya sudah hidup berkat nyawa yang diberi kehidupan oleh Allah.[1] Adapun pendidikan ini dilangsungkan melalui usaha yang sadar dan teratur serta sistematis oleh orang dewasa yang diserahi tanggung jawab dalam rangka mempengaruihi pertumbuhan dan perkembangan janin dalam kandungan atau anak yang masih berada dalam rahim.

Terkait tentang pendidikan prenatal, selain Q.S. Al-A'raf ayat 172, Allah juga berfirman dalam Q.S. Attahrim ayat 6 dan An-Nisa ayat 1.

1. Q.S. Attahrim Ayat 6

يَـٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ قُوٓاْ أَنفُسَكُمۡ وَأَهۡلِيكُمۡ نَارٗا وَقُودُهَا ٱلنَّاسُ وَٱلۡحِجَارَةُ عَلَيۡهَا مَلَـٰٓئِكَةٌ غِلَاظٞ شِدَادٞ لَّا يَعۡصُونَ ٱللَّهَ مَآ أَمَرَهُمۡ وَيَفۡعَلُونَ مَا يُؤۡمَرُونَ ٦

Hai orang-orang yang beriman, peliharalah dirimu dan keluargamu dari api neraka yang bahan bakarnya adalah manusia dan batu; penjaganya malaikat-malaikat yang kasar, keras, dan tidak mendurhakai Allah terhadap apa yang diperintahkan-Nya kepada mereka dan selalu mengerjakan apa yang diperintahkan.(Q.S. At-Tahrim/66:6)[2]

[1] Baihaqi, *Pendidikan Agama Dalam Keluarga Bagi Anak Prenatal*,Editor, Ahmad Tafsir, (Bandung, PT Remaja Rosdakarya, 2000), hlm. 24-25

[2]Departemen Agama Republik Indonesia, *Al-Qur'an Dan Terjemahannya*, (Surabaya: Duta Ilmu, 2002), hlm.699

Ayat ini berbicara tentang bagaimana seharusnya seorang kepala keluarga menjaga diri dan keluarganya dari siksa api neraka. Dari hal tersebut secara tidak langsung orang tua wajib memberikan pendidikan pada anak dalam usia sedini mungkin. Karena anak adalah anugerah yang luar biasa untuk setiap orang tua. Karena setiap anak yang Allah ciptakan adalah keistimewaan yang tidak dapat diukur dengan nilai materi yang ada. Setiap anak layak untuk dicintai dan layak untuk mendapatkan yang terbaik dalam hidup. Maka sudah sewajarnya orang tua memberikan pengarahan sejak dini, agar kelak bisa bahagia di dunia maupun akhirat.[3]

2. An-Nisa' ayat1

يَـٰٓأَيُّهَا ٱلنَّاسُ ٱتَّقُواْ رَبَّكُمُ ٱلَّذِى خَلَقَكُم مِّن نَّفْسٍ وَٰحِدَةٍ وَخَلَقَ مِنْهَا زَوْجَهَا وَبَثَّ مِنْهُمَا رِجَالاً كَثِيرًا وَنِسَآءً ۚ وَٱتَّقُواْ ٱللَّهَ ٱلَّذِى تَسَآءَلُونَ بِهِۦ وَٱلْأَرْحَامَ ۚ إِنَّ ٱللَّهَ كَانَ عَلَيْكُمْ رَقِيبًا ﴿١﴾

Hai sekalian manusia, bertakwalah kepada Tuhan-mu yang telah menciptakan kamu dari seorang diri, dan dari padanya. Allah menciptakan isterinya; dan dari pada keduanya Allah memperkembang biakkan laki-laki dan perempuan yang banyak. dan

[3] Muhamad Abdullah, "Pendidikan Prenatal: Telaah Pemikiran Ibn Qayyim Al-Jauziyyah Dalam Kitab Tuhfah Al-Maudud Bi Ahkam Al-Maulud Dan Relevansinya Dengan Pendidikan Islam", *Jurnal*, (Vol, 2 No.2 tahun 2017), hlm. 344

bertakwalah kepada Allah yang dengan (mempergunakan) nama-Nya kamu saling meminta satu sama lain, dan (peliharalah) hubungan silaturrahim. Sesungguhnya Allah selalu menjaga dan mengawasi kamu (Q.S. An-Nisa/4:1).[4]

Ayat ini erat kaitannya dengan pendidikan prenatal sebelum masa kehamilan. Pendidikan prenatal yang nantinya dipersiapkan untuk anak dalam kandungan padahakikatnya telah dipersiapkan sejak jauh hari. Maka pemilihan jodoh adalah awal dari dimulainya pendidikan prenatal. Orang tua wajib memberiakan petunjuk kapada anak bagai mana mencari pendamping hidup yang sesuai dengan apa yang telah diajarkan oleh agama Islam.

Dari tiga ayat dalam Al-Qur'an yang berkaitan dengan pendidikan prenatal, yaitu surat al-Arof ayat 172, surat At-Tahrim ayat 6 dan surat An-Nisa' ayat 1 terlihat bahwa cakupan pendidikan prenatal memiliki peranan yang cukup *urgen.* Keluarga sebagai masyarakat konteks kecil yang terdiri dari ayah, ibu, kaka dan adik mempunyai peranan masing-masing. Dimana peranan tersebut nantinya memberikan dampak pendidikan dari segi kehidupan emosional ataupun tempat berinteraksi yang nantinya akan berpengaruh terhadap kehidupan anak baik dari segi fisik maupun psikis.

Adapun nilai yang terkadung dalam surat al-A'raf ayat 172 tentang pendidikan prenatal adalah anak yang telah ditiupkan ruh

[4] Departemen Agama Republik Indonesia, *Al-Qur'an Dan Terjemahannya,* (Surabaya: Duta Ilmu, 2002), hlm.77

dalam jasadnya pada hakikatnya telah bisa menerima pelajaraan. Pengajaran yang diberikan yang diberikan tentu tidaklah sama seperti pengajaran yang diberikan kepada anak setelah ia lahir ke dunia. Akan tetapi melalui stimulus pendidikan yang dipusatkan kepada kedua orang tuanya.

Pada dasarnya tujuan pokok keluarga yang secara otomatis akan menciptakan kesehatan mental keluarga meliputi dua hal penting. *Pertama*, mendapatkan ketentraman hati, terhindar dari kegelisahan dan kebimbangan yang tidak berujung pangkal. *Kedua*, melahirkan keturunan yang yang sholeh dan sholehah.[5] Karena bagaimanapun anak yang sholeh dan sholehah adalah inventaris orang tua untuk mendapatkan kebahagiaan baik di dunia maupun akhirat.

Untuk mendapatkan keturunan yang baik maka harus mendapatkan pasangan yang baik pula, karena anak yang shaleh dan shalehah berasal dari bagusnya pendidikan yang diberikan oleh orang tua baik segi agama maupun sosial.

Pembawaan sejak pralahir tidak hanya pembawaan fisik dan mental, tetapi otomatis jenis kelain individu, dalam pembawaan itu sebagai dasar bagi perkembangan selanjutnya, seiring dengan pendapat yang dikemukakan oleh Elizabeth yang menyatakan bahwa:

[5] Nina Surtiretna, Bimbingan Seks Suami Istri "Pandangan Islam dan Medis", (Bandung: Rosda Karya, 2002), Cet. IX, hlm.5

The heedity endowment, which serve as he foundation for later development is fixed at the time. This is true not only of physical and mental traits but also of the individual's sex. Pendidikan bisa berhasil hakikatnya akan ditentukan oleh dua faktor besar yang masing-masing saling memberikan aksi dan reaksi serta saling mempengaruhi terhadaap individu dan disamping itu manusia merupakan makhluk yang perkembangannya dipengaruhi oleh pembawaan dan lingkungan.[6] Karena tidak bisa berjalan keduanya bila sifat bawaan tersebut belum ada, misal bentuk fisik, mental, kecerdasan dan sebagainya. Tidak mungkin saling aksi daan bereaksi yang keduanya saling pengaruh mempengaruhi. Hal ini terjadi sejak pertama kali ia menjadi embrio atau masa konsepsi. Seiring dengan pendapat A.Aziz El-Qussy, lingkungan mulai bekerja sejak detik pertama, demikian juga keturunan mulai bekerja sejak detik pertama. Dan tidak mungkin pengaruh keturunan akan kelihatan kecuali dalam lingkungan. Oleh karena itu kenyataan-kenyataan hidup ini dalam waktu apapun adalah dari kedua kelompok yaitu faktor keturunan dan lingkungan.

Memang ada hubungan yang seolah-olah mempunyai kesempatan atau kekuatan yang sama dalam mempengaruhi individu seseorang. Namun kenyataan kadang-kadang ada yang lebih dominan dari yang lainnya. Sebagai contoh benih yang baik ditanam

[6] Ahmad Tafsir, *Ilmu Pendidikan dalam Perspektif Islam,* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 1996), hlm. 34

di lingkungan kurang baik, hasilnya akan kurang kurang memenuhi harapan. Mengenai pengaruh kedua faktor tersebut, secara iplisit dapat kita temukan dari hadis nabi supaya kita berbakti kepada kedua oraang tua agar anak-anak kita kelak juga berbakti kepada kita. Dengan demikian dapat dipahami melalui dua segi yaitu segi genetik dan segi pedagogik. Ditinjau dari segi genetis maka orang-orang yang berbakti kepada orang tuanya diungkinkan akan menurunkan sifat-sifat baktinya kepada anak-anak melalui gen-gen yang disubangkan, sedangkan bila ditinjau dari segi pedagodis dan lingkungan, orang yang berbakti kepada orang tuanya tentu akan mendidik atau mengajar anak-anak agar berbakti kepadanya. Dan anak-anak tersebut hidup di tengah-tengah lingkungan orang yang berbakti kepada orang tuanya, maka dengan sendirinya ia akan berpengaruh dan berinteraksi dengan lingkungan. Bila mencermati hadis nabi bahwa setiap anak lahir dalam keadaan fitrah maka ayah dan ibunya yang menjadikannya Yahudi, Nasrani atau majusi. [7]

Aspek selanjutnya menilik dari pemilihan jodoh. Hal ini Islam meberikan perhatian yang sangat khusus. Islam tidak serta merta melepas para pemeluknya dalam memilih jodoh. Ada beberapa kriteria yang harus dipenuhi untuk mendapatkan pasangan yang ideal. Hal ini erat kaitannya dengan pendidikan kepada anak, karena bagaimanapun tidak bisa dipungkiri, kualitas anak yang baik

[7] Mansur, *Mendidik Anak Sejak dalam Kandungan*, (Yogyakarta: Mitra Pustaka, 2006), hlm. 213-214.

berawal dari kualitas orang tua yang baik pula. Sering kali kita sebagai manusia memilih pasangan yang tapan atau cantik dalam segi fisik dan kaya dalam segi materi, padahan dua cakupan tersebut tidaklah cukup dalam memenuhi kebutuhan untuk menjadi keluarga yang sakinah mawadah dan warohmah.

Dalam pendidikan prenatal ada delaan prinsip dasar yang menjadikan pendidikan prenatal bisa dilakukan oleh orang tua atau calon orang tua dalam mendidik anak prenatal.

1. Prinsip kerjasama

   Permainan-permainan belajar dan latihan stimulasi membantu orang tua dan anggota keluarga lain bekerja sama untuk mencapai kesejahteraan bayi sebelum ia dilahirkan sehingga mereka akan mengetahui bagaimana bekerja setelah bayi lahir.

2. Prinsip ikatan cinta pralahir

   Latihan- latihan pendidikan prenatal membantu mempersiapkan orang tua untuk menerima bayi. James W. Prescot melaporkan bahwa stimulasi gerakan dan sentuhan, membantu bayi belajar memberi dan menerima kasih sayang.

3. Prinsip stimulus pralahir

   Seorang bayi belajar dari stimulasi, latihan-latihan pendidikan prenatal memberikan stimulasi sistematis bagi otak dan perkembangan syaraf bayi sebelum dilahirkan. Semakin banyak bukti ilmiah menunjukkan bahwa, kegiatan semacam itu

membantu otak bayi menjadi lebih efisien dan menambah kapasitas belajar setelah ia dilahirkan. Masa pertumbuhan maksimal otak bayi terjadi sebelum kelahiran sampai ia berusia kira-kira dua tahun.

4. Prinsip kesadaraan pralahir

   Latihan-latihan pendidikan prenatal memiliki potensi mengajarkan bayi untuk menyadari bahwa tindakannya mempunyai efek. Permainan bayi menendang misalnya, ketika dia menendang perut ibu di suatu tempat, tangan ibu dianjurkan menekan di tempat yang sama. Kenyataan bahwa bentuk stimulasi lingkungan ini dapat diajarkan sebelum kelahiran mempunyai potensi besar mempercepat bayi belajar tentang sebab-akibat sebelum ia dilahirkan.

5. Prinsip kecerdasan

   Kecerdasan berkembang dari rasa tertarik padahal yang terjadi dan mengapa terjadi. Progam pendidikan prenatal mencakup pelatihan-pelatihan untuk menarik minat bayi yang sedang berkembang terhadap sensasi dan urutan yang dapat dipahami sebelum dilahirkan. Setelah lahir bayi perlu perhatian, artinya ia mulai mengembangkan kecerdasannya.

6. Prinsip mengembangkan kebiasaan-kebiasaan baik

   Mengembangkan kebiasan-kebiasaan baik seperti berbicara dengan jelas, mengharapkan bayi menanggapi dan mengulang

latihan pendidikan prenatal dengan perasaan senang. Kebiasaan ini dengan mudah akan diteruskan setelah bayi lahir.

7. Prinsip melibatkan kakak-kakak sang bayi

   Dengan ikut serta dalam ikut latihan-latihan pendidikan prenatal anak yang lain akan merasa penting dan tidak diabaikan. Mereka belajar berharap bahwa adik bayi akan belajar dari mereka, anak- anak akan merasa yakin bahwa posisi mereka dalam keluarga aman, sekalipun waktu ayah dan ibu untuk mereka berkurang.

8. Prinsip peran penting ayah dalam masal kehamilan

   Penelitian telah menunjukkan bahwa hubungan baik antara ayah dan bayi sangat berkaitan dengan perkembangan sosial anak, karena banyak latihan pendidikan prenatal dapat dilakukan dengan mudah oleh ayah, dan sang bayi akan menanggapi nada dalan suara ayah.[8]

Dengan melaksanakan prinsip-prinsip tersebut, diharapkan proses kemajuan potensi instrumen jasmani dan rohani akan berkembang dengan baik. Sehingga, ketika stimulasi otak dan latihan intelektual untuk bayi dalam kandungan dilakukan, ia sudah potensial dapat menerima stimulasi atau sensasi yang diberikan orang tua.

[8] Ulya Nur Maziyah, ”Pemikiran Ibnu Qayyim al Jauziyyah tentang Pendidikan Prenatal dalam Kitab Maulud”, *Thesis (*Semarang: Program Pascasarjana UIN Walisongo, 2012), hlm. 51-53

Oleh karena itu orang tua harus bisa membina anak-anak, menanamkan nilainilai yang cukup untuk anak-anak sebagai modal kehidupan mereka sedini mungkin. Ini penting untuk dilakukan, bahkan sejak anak tersebut masih berada di kandungan. Karena, pada dasarnya anak merupakan generasi penerus bangsa, maka baik buruknya bangsa pada masa mendatang sangat ditentukan oleh anak pada masa sekarang. Untuk itulah Islam telah memberikan petunjuk kepada orang tua terutama ibu yang sedang hamil agar memperhatikan pendidikan anak yang masih ada dalam kandungan. Dengan demikian Islam sangat memperhatikan pendidikan umat manusia sejak dini, termasuk pendidikan ketika anak masih berada dalam kandungan (prenatal)

.

B. Implementasi Surat Al-Arof Ayat 172 Dalam Pendidikan Prenatal

Dari nilai yang terkandung dalam al-Qur'an surat al-A'rof ayat 172 diatas terlihat ada relevansi dengan pendidikan prenatal. Dikatakan bahwa pendidikan prenatal berbasis ke islaman memberikan tujuan secara umum untuk mencari keridhaan Allah SWT, dan usaha untuk mendapatkan surga-Nya. Keselamatan dari api neraka, serta mengharapkan pahala dan balasan-Nya.[9]

[9] Abu Amr Sulaiman, *Minhaj ath-Thifli al- muslim fi Dhou'I al- Kitab wa as-shunnah*, Ahmad Amin Sijihab, (Jakarta: Darul Haq, 2009), hlm. 35

Dari tujuan di atas, terlihat bahwa Islam adalah agama yang mendisain dan memberikan ruang bgi individu untuk mengenal pengetahuan dan mengembangkan potensi agar tercipta manusia yang fitrah dan sesuai dengan potensinya. Tujuan ini akan tidak akan tercapai bila orang tua sebagai pondasi awal bersikap acuh tak acuh dalam memberikan pendidikan kepada anak melalui prsoses pendidikan awal yaitu pendidikan prenatal.

Implementasi nilai pendidikan prenatal dalam tujuan menciptakan generasi yang berkuaitas termanifestasi dalam pendidikan awal pada diri anak. Prinsip ini diteraapkan dalam proses pembelajaran melalui stimulus yang diberikan kepada orang tua atau calon orang tua terutama ibu agar potensi anak nantinya semakin terasah. Selain itu pendidikan yang dilakukanpun harus bersamaan antara segi fisik juga psikis. Hal ini dimaksudkan agar terciptanya keseimbangan antara jasmani juga rohani pada diri anak. Upaya rohani atau spiritual adalah usaha atau ikhtiyar dari jiwa atau batin sang ibu untuk kepentingan menjaga keselamatan bayi dalam kandungan. Adapun upaya spiritual bisa beracam-macam. Ada upaya spiritual yang dipengaruhi oleh keagamaan (Islam) ada pula upaya spiritual yang dipengaruhi oleh tradisi. Upaya spiritual yang dipengaruhi oleh keagamaan terdiri dari bercamacam-macam aspek begitu pula dengan upaya spiritual yang dipengaruhi oleh tradisi.[10]

[10] Mansur, *Mendidik Anak Sejak dalam Kandungan,* (yogyakarta: Mitra Pustaka, 2006), hlm. 163

Adapun upaya pendidikan prenatal yang dipengaruhi oleh keagamaan yang memperngaruhi potensi rohani antara lain:

1. Ibu dianjurkan untuk selalu memiliki akhlak mulia. Dengan meneladani akhlak yang baik dan terpuji hidup manusia akan lebih tenang dan tidak akan mengalami kesengsaraan baik dunia maupun akhirat.

   Beberapa akhlak terpuji yang baik diteladani oleh ibu hamil dalam memberikan pelajaran pada anak usia kandungan seperti, tidak mengganggu tetangga, menahan lisan atau uapan agar tidak berkata buruk, tidak menyakiti anak-anaknya, serta memiliki rasa malu.
2. Memperbanyak ibadah. Ibadah adalah salah satu cara yang dilakukan oleh seorang hamba agar bisa berkomunikasi dengan Allah. Melalui ibadah orang tua atau calon orang tua berusaha untuk selalu mengajarkan kead anak agar selalu berserah diri kepada Allah dalam segala kesempatan.

   Ibadah yang dilakukanpun banyak macamnya seperti mengerjakan sholat fardu tepat waktu dan memperbanyak sholat sunah. Melaksanakan sholat fardu tepat waktu merupakan pengajaran ibu atau calon ibu agar anak yang dikandungnya memiliki karakter selalu tepat waktu dalam segala hal serta menanamkan sejak awal potensi karakter tanggung jawab.
3. Mengikuti pengajian. Hal ini merupakan sarana yang baik untuk menuntut ilmu bagi ibu hamil, baik itu pengajian majelis ta'lim,

pengajian akbar ataupun pengajian yang lainya. Hal ini dilakukan agar anak yang didalam perut ibu terbiasa mencari ilmu dan akan mencintai ilmu. Tentu hal ini baik untuk perkembangan otak anak dalam kandungan.[11]

Selanjutnya memperbanyak mebaca al-Qur'an. Hal ini diaksudkan agar anak terbiasa mendengar kalam-kalam Allah. Dilanjutkan dengan bersedekah. Hal ini perlu diajarkan agar anak memiliki potensi diri yang rendah hati.

Bersedekah yang dilakukan oleh ibu hail merupakan upaya batiniyah dala rangka menanamkan rasa sosial pada anak yang dikandung.

Sedangkan potensi jasmani yang bisa dilakukan oleh ibu hamil dalam pendidikan prenatal antara lain:

1. Ibu dianjurkan untuk selalu mengkonsumi makanan yang sehat, cukup karbohidrat, vitamin juga mineral.

   Ibu dianjurkan untuk memakan makanan sehat karena hal tersebut merupakan hal yang baik, serta dapat menyehatkan dan mencerdaskan anak. Tubuh ibu yang sedang mengandung memerlukan makanan yang kaya akan protein, vitamin juga mineral terutama zat besi.
2. Tidak mengkonsumsi alkohol juga narkotika

[11]Armin Ibnu Rasyim dan Halimatus Syadi'yah Pendidikan Anak Pranatal Menurut Ajaran Islam, *Jurnal STAI La Tansa Mashiro*, (volume 1, no.1, tahun 2016), hlm.62

Alkohol dan narkotika merupakan zat adiktif yang sangat membahayakan tubuh manusia. Minuman beralkohol dan narkotika tidak boleh dikonsumsi oleh ibu hamil karena kedua hal tersebut dapat menghambat bahkan merusak perkembangan anak dalam rahim. Tidak hanya itu penggunaan alkohol dan narkotika dapat mengganggu perkembangan normal, terutama perkembangan otak anak, terlebih pada masa embrio dan janin.

3. Tidak merokok

   Penggunaan rokok sebenarnya hampir sama seperti penggunaan alkohol dan narkotika bagi ibu hamil. Oleh karena itu penggunaan rokokpun sangat dilarang bagi ibu hamil.

Pada intinya seua hal ini dilakuakan tersebut agar anak yang berada dalam kandungan selalu dalam keadaan sehat, sehingga ketika lahirpun anak akan sehat dan dapat tumbuh berkembang dengan normal.[12]

Selain hal tersebut untuk mencetak potensi anak yang baik orang tua ataupun calon orang tua juga hendaknya memberikan rangsangan—angsangan lain seperti:

[12] Muhammad Abdullah, "Pendidikan Prenatal: Telaah Pemikiran Ibn Qayyim Al-Jauziyyah dalam Kitab Tauhfah Al-Maudud Bi Ahkam Al-Maulud dan Relevansinya dengan Pendidikan Islam", *Jurnal Pendidikan Agama Islam,* (Vol. 2, No.2, tahun 2017), hlm. 355-356

1. Tetap melakukan aktivitas

   Adanya kehamilan bukan berarti berhenti melakukan aktivitas. Sekalipun dalam keadaan hamil seorang ibu sebenarnya tetap bisa menjalankan aktivitasnya seperti biasa. Hanya saja ketika usia kehamilan sudah memasuki usia tua, maka sebaiknya aktivitas yang ibu hamil lakukan aga diperingan agar tidak menguras tenaga dan dapat membuat kelelahan. Kondisi ini memberikan pengaruh positif bagi janin dalam kandungan.

   Adapun aktivitas yang bisa dillakukan bisa seperti membiyasakan diri membaca majalah, membuat kerajinan dari kertas yang bisa dilakukan sambil duduk besantai, atau membuat resep makanan baru. Karena dengan melakukan hal tersebut secara tidak langsung menanamkan sifat kreativas pada diri anak.[13]

2. Berolahraga

   Olah raga erupakan suatu kegiatan yang tidak boleh dilupakan, menurut para ahli, ada beberapa manfaat dari berolahraga bagi ibu hamil. *Pertama,* olah raaga dapat membuat perasaan ibu selalu bahagia. Hal ini dikarenakan olah raga dapat memicu timbulnya hormon serotonin, sebuah hormon yang membuat manusia measa bahagia. Faktor kebahagiaan ini bisa

[13] Mansur, *Mendidik Anak Sejak Dalam Kandungan, (*Yogyakarta: Mitra Pustaka, 2006), hlm. 164

mempengaruhi kondisi janin, terutama terhadap perkembangan otak. Dan kemapuan-kemampuan lainnya.

Kedua, membuat saat stamina prima sebelum melahirkan. Saat prses persalinan, ibu hamil meerlukan energi yang optimal. Jika ibu dalam keadaan bugar semasa kehamilan maka proses persalinan dapat dihadapi dengan dengan kekuatan penuh. Artinya,persalinan bisa selancar keinginan kita. Kondisi ini tentu saja membuat ibu merasa tenang sehingga ketenangan tersebut mempengaruhi konsentrasi dan kenyamanan bayi di kemudian hari.

Ketiga, membebaskan stres. Masa kehamilan adalah masa-masa penuh kebahagiaan, tetapi juga membuat ibu lebih sensitif. Kepekaan inilah yang sering membuat suasana hati ibu menjadi berbeda. Aktivitas fisik ini membuat tubuh menjadi lebih rileks. Dan kondisi ini diartikan sebagai sinyal atas kenyamanan dan kebahagiaan bayi dalam kandungan.

3. Memperdengarkan musik

Orang tua atau calon orang tua bisa mendengarkan musik atau mendengarkan lantunan ayat al-Qur'an. Namun agar lebih maksimal orang tua atau calon orang tua mendengarkan jenis suara yang berbeda-beda. Semakin banyak jenis suara yang didengar oleh bayi maka semakin kreatif dan beragam akan wawasan yang dimiliki oleh anak kelak. Hal ini juga agar

membiasakan diri janin dalam kandungan mendengarkan hal-hal baru dari sesuatu yang didengarkan.

4. Mendengarkan kosa kata baru

   Bila semua hal yang telah disinggung lebih dominan dilakukan oleh sang ibu maka hal ini dilakukan oleh kedua pasangan. Hal ini dilakukan agar anak dalam kandungan terbiasa mendengarkan kosa kata baru dari ayah dan ibunya.

   Dalam hal ini memang tidak perlu membacakan kamus kepada janin, akan tetapi orang tua hanya perlu memperdengarkan kalimat-kaliat yang biasa diucapkan sehari-hari. Sebagai cotoh, ketika sedang makan, ayah bisa memperkenalkan kata-kata makanan kepada janin yang dikandung oleh ibu atau calon ibu. Begitu pula ketika melakukan kegiatan bersma, maka hal-hal tersebutbisa dilakukan. Dengan demikian janin yang beraada dalam kandungan akan memiliki kosakata mengenai banyak hal melalui orang tuanya, wawasan ini sangat dibutuhkan, karena dengan wawasan tersebutlah anak bisa menjai sosok yang pandai dalam hal *linguistik.*

5. Tepukan perut

Tepukan di perut dengan lembut dan penuh kasih sayang adalah hal yang dapat meningkatkan kecerdasan otak anak dalam kandungan. Tentunya tepukan ini adalah tepukan yang berirama.[14]

[14]Mansur, *Mendidik Anak Sejak Dalam Kandungan*, *(*Yogyakarta: Mitra Pustaka, 2006), hlm. 164-183