

# Komunikasi Jiwa Ibu dan Janin: Pengalaman 30 Tahun Menjadi Dokter Kandungan

Oleh: dr. Maximus Mujur, SpOG

*“Saya sudah lebih dari 30 tahun menolong kelahiran. Saya belajar ilmu kebidanan, ilmu kandungan, ilmu sains, tapi saya juga belajar mendengarkan ibu-ibu yang hamil. Di situlah saya sadar: ilmu kedokteran itu penting, tapi mendengarkan jiwa ibu–dan janinnya–jauh lebih penting.”*

## □ Bukan Sekadar Rahim, Tapi Rumah Jiwa

Banyak orang berpikir kehamilan hanya proses biologis: pembuahan, pembelahan sel, perkembangan organ, hingga persalinan. Itu benar, tapi tidak lengkap. Selama praktik saya, saya melihat bagaimana rahim bukan cuma tempat menumbuhkan tubuh bayi–tapi tempat menumbuhkan *jiwa manusia*.

Saya ingat seorang ibu yang tiap malam membelai perutnya sambil berdoa, meski tidak terdengar oleh siapapun. Katanya, ia ingin bayinya tenang dan merasa disambut. Ilmu medis tidak bisa mengukur doa, tapi saya melihat hasilnya: bayinya lahir sehat, ibunya pun tenang. Itulah komunikasi jiwa.

## □ Antara Kasih dan Bukti

Kedokteran modern menuntut kita berpikir berbasis bukti. Saya pun begitu. Kami belajar *evidence-based medicine*: resep yang tepat, dosis yang akurat, protokol persalinan yang aman. Tapi saya juga belajar *evidence of the heart*–bukti yang hanya bisa dirasakan.

Saya melihat ibu yang stres, cemas, marah terus-menerus selama hamil. Hasilnya? Tekanan darah naik, janin sering gerak gelisah, bahkan kadang lahir prematur. Sebaliknya, ibu yang damai, yang percaya pada proses, yang memelihara komunikasi jiwa dengan bayinya, sering menjalani kehamilan lebih sehat. Ini bukan klenik—ini fisiologi yang dipengaruhi psikologi.

*“Hati yang damai adalah obat terbaik untuk ibu hamil.”*

## □ **Janin Bukan Milik, Tapi Titipan**

Saya kadang sedih melihat ibu atau ayah yang bilang, “Anak ini milikku, harus begini, harus begitu.” Saya ingatkan mereka: anak bukan milik kita, melainkan titipan. Ia adalah subjek, bukan obyek.

Komunikasi jiwa dimulai sejak dalam kandungan. Ibu yang memperlakukan janinnya sebagai pribadi lain yang layak dihormati biasanya lebih peka pada kebutuhan si bayi: makan lebih sehat, istirahat lebih baik, menghindari stres yang tidak perlu. Mereka tidak hanya “memelihara rahim” tapi “mengasuh jiwa.”

## □ **Ilmu Kandungan Itu Lengkap: Tubuh dan Jiwa**

30 tahun saya menjadi dokter kandungan mengajarkan bahwa kita tidak bisa hanya melihat janin sebagai “massa jaringan” atau “produk konsepsi” yang harus dilahirkan dengan selamat. Tugas kami lebih besar: membantu ibu menjadi pengasuh jiwa.

Kami dokter kandungan memang belajar teknologi USG, CTG, induksi, operasi sesar. Tapi kami juga harus belajar menjadi pendengar, penenang, dan pemberi semangat. Kadang ibu hamil tidak butuh obat, tapi butuh ditemani ketakutannya.

# □ Komunikasi Jiwa Itu Sederhana Tapi Dalam

Bagaimana ibu berkomunikasi dengan janinnya? Bukan sulap. Hanya perlu:

- Menyadari janin sebagai manusia penuh.
- Membelai perut dengan kasih.
- Berdoa sesuai keyakinannya.
- Berbicara dengan lembut.
- Menenangkan diri saat stres.

Ilmu pengetahuan modern sekarang mendukung ini: hormon stres ibu memengaruhi janin. Suara ibu menenangkan detak jantung bayi dalam kandungan. Sentuhan dan niat baik memengaruhi hormon oksitosin yang menenangkan.

# □ Penutup: Pelajaran untuk Kita Semua

Sebagai dokter kandungan, saya tidak menolak sains—justru saya menggunakannya setiap hari untuk menyelamatkan ibu dan bayi. Tapi saya juga mengingatkan diri sendiri dan para orang tua: **anak bukan hanya tubuh untuk dilahirkan, tapi jiwa untuk diasuh sejak dalam kandungan.**

Komunikasi jiwa ibu dan janin bukan sekadar romantika—ia adalah kebutuhan. Karena di situlah kita menanam nilai kasih, rasa aman, dan penghormatan pada kehidupan.

Saya percaya—dan saya sudah melihat ribuan bukti dalam praktik saya—bahwa ibu yang berkomunikasi dengan janinnya sejak dini menyiapkan bukan hanya kelahiran yang sehat, tapi manusia yang utuh.