

Mendengar Rahim yang Berbicara: Sains, Rasa, dan Budaya dalam Kehamilan

Oleh : dr. Maximus Mujur, Sp.OG

Rahim Sebagai Ruang Percakapan

Kehamilan bukan sekadar pertumbuhan janin di dalam tubuh ibu, melainkan juga sebuah ruang percakapan yang sunyi namun penuh makna. Tubuh ibu tidak hanya menyediakan nutrisi dan perlindungan, tetapi juga menjadi mediator pesan yang dikirimkan janin. Rasa mual, lapar yang aneh, kantuk mendadak, bahkan rasa damai saat berdoa—semuanya dapat dilihat sebagai “bahasa” yang dipakai janin untuk berbicara dengan ibunya.

Sains Menemukan Jejak Komunikasi

Penelitian mutakhir membuktikan bahwa janin memang tidak pasif. Hormon seperti **GDF15** terbukti memicu mual pada ibu, sementara sel janin yang masuk ke sirkulasi ibu (**mikrochimerisme**) dapat memengaruhi imunitas dan otak. Di level biologis, janin seolah “mengetuk” tubuh ibu agar menyesuaikan ritme hidup demi pertumbuhan yang optimal.

Dengan demikian, pengalaman ibu—meski kerap dianggap subjektif—memiliki landasan biologis yang nyata. Ketika seorang ibu berkata, “Bayi saya tidak suka kopi,” pernyataan itu sebenarnya selaras dengan temuan sains bahwa tubuhnya memang sedang menolak zat tertentu.

Intuisi sebagai Peta Batin

Selain sinyal biologis, ada jalur lain yang tidak kalah penting: **intuisi ibu**. Melalui interosepsi, ibu belajar membaca sinyal tubuhnya lalu menafsirkan maknanya. Inilah yang membuat

seorang ibu percaya bahwa bayinya sedang “meminta” istirahat, atau bahwa doa menenangkan janin. Intuisi adalah peta batin yang menuntun ibu melewati jalan berliku kehamilan.

Sayangnya, peta ini sering diremehkan. Norma medis yang serba standar, nasihat keluarga yang menyepelekan, hingga komentar sosial yang meragukan, kerap membuat ibu meragukan perasaan tubuhnya sendiri. Maka, muncul pertarungan diam-diam: apakah mengikuti suara tubuh atau patuh pada suara luar?

Negosiasi di Antara Dua Dunia

Banyak ibu akhirnya hidup di antara dua dunia: dunia tubuh dan dunia norma. Sebagian memilih mencatat sinyal tubuh lalu membicarakannya dengan tenaga medis. Ada yang mencari sekutu dalam pasangan agar intuisi tidak lagi dianggap “aneh.” Ada pula yang menyeleksi nasihat, hanya menyerap yang terasa selaras dengan tubuhnya.

Ketika intuisi dihargai—misalnya dokter menjelaskan bahwa mual parah bukan kelemahan tapi sinyal biologis—ibu merasa lebih berdaya, lebih patuh pada pola hidup sehat, dan lebih dekat dengan janinnya. Namun ketika intuisi ditolak, ibu justru merasa bersalah, cemas, bahkan menarik diri dari layanan kesehatan.

Dari Pertarungan ke Harmoni

Kehamilan seharusnya tidak menjadi arena konflik antara sains dan rasa, tetapi wadah untuk menyatukan keduanya. Tubuh berbicara melalui biologi, jiwa berbicara melalui intuisi, sementara masyarakat memberi makna melalui budaya. Ketiganya bisa saling memperkuat jika diberi ruang yang adil.

Maka, pertanyaannya bukan lagi “apakah intuisi ibu bisa dipercaya?”, melainkan “bagaimana kita bisa mengintegrasikan intuisi dengan ilmu pengetahuan?” Dengan begitu, rahim bukan hanya ruang pertarungan sunyi, tetapi menjadi **panggung**

harmoni—tempat sains, rasa, dan budaya bertemu demi kesejahteraan ibu dan anak.