



<http://ojs.uhnsugriwa.ac.id/index.php/JYK>

Ajaran Yoga dalam Teks *Satua I Belog*

I Kadek Abdhi Yasa

Sekolah Tinggi Agama Hindu Negeri Mpu Kuturan Singaraja

e-mail: ikadekabdhayasa@gmail.com

Diterima 11 Januari 2022, direvisi 14 Februari 2022, disetujui 17 Maret 2022

ABSTRAK

Satua I Belog sebagai salah satu jenis sastra klasik yang mengandung nilai-nilai adiluhung yang sangat perlu untuk dikembangkan serta diadakan usaha penelitian dan pengkajian yang lebih intensif agar segala isinya dapat dihayati dan diterapkan di masyarakat. Berdasarkan analisa yang dilakukan, hal yang berkaitan dengan konsepsi yoga salah satunya dapat dilihat dari pengalasan cerita pada penggambaran seekor kuda kesayangan raja daha yang galak sehingga tidak ada yang berani kecuali *I Belog*, maknanya kuda galak diharapkan pikiran manusia dikendalikan atau dikekang dan *I Belog* sebagai simbol pengendalian pikiran dan pada cerita "tiba-tiba tali pelana kuda tersebut putus dan kuda yang binal lari "Kebancingah" dan membuat onar, tapi *I Belog* berhasil menangkap dan memasukan kuda tersebut kembali kekandangannya". Makna penggalan cerita tersebut, kuda tanpa tali pelana bagaikan pikiran tanpa kendali yang menyebabkan manusia terpengaruh oleh berbagai musuh-musuh yang ada dalam diri manusia dan pikiran sebagai pengendali dalam pengendalian. Dari pikiranlah yang memegang peranan penting, pikiran adalah faktor pengendali mengarahkan perbuatan manusia menuju hal-hal baik dan menghindari dari hal-hal buruk, dalam konteks ajaran yoga, pengendalian terhadap pikiran menjadi kunci utama alam pikiran dibangun atas tiga komponen yakni manah, budhi, ahamkara.

Kata Kunci : *Satua I Belog*, Ajaran Yoga

ABSTRACT

Satua I Belog as one of the types of classical literature that contains noble values that are very necessary to be developed and held a more intensive research and study so that all its contents can be lived and applied in society. Based on the analysis done, things related to the conception of yoga can be seen from the story on the description of a favorite horse of the king of Daha who is fierce so that no one is brave except *I Belog*, meaning the fierce horse is expected to be controlled or restrained and *I Belog* as a symbol mind control and in the story "suddenly the saddle rope broke and the horse ran away" *Kebancingah* "and made a fuss, but *I Belog* managed to catch and put the horse back in the cage". without control that causes human beings

to be affected by the various enemies that exist in human beings and the mind as a controller in control. From the mind that plays an important role, the mind is the controlling factor directing human actions towards good things and avoiding bad things, in the context of yoga teaching, control over pi kiran is the main key to the nature of the mind built on three components namely manah, buddhi, ahamkara.

Keywords: Satua I Belog Yoga Teaching

I. PENDAHULUAN

Satua Bali adalah bagian dari kesusastraan Bali yang menggunakan bahasa lisan dalam penyampaianya serta mengandung pesan atau nilai-nilai yang adiluhung seperti misal nilai etika nilai estetika, nilai religius, nilai tattwa atau filsafat, dan nilai budaya serta nilai pendidikan keagamaan . Salah satu satua yang sudah tidak asing lagi dikenal oleh masyarakat bali adalah *satua I Belog* (Aryani, 2022)

Satua Bali khususnya *satua I Belog* bukan saja sebagai penghibur masyarakat khususnya anak-anak, tetapi dibalik itu cerita lisan ini juga menyajikan suatu pesan moral yang secara inflisit mewarnai disetiap bagian ceritanya. Seperti halnya dalam penokohan *I Belog* yang teramat bodoh dan lugu sehingga tidak mampu untuk membedakan mana hal-hal yang baik untuk dilaksanakan dan hal yang tidak baik untuk dihindari. Namun dibalik keluguan dan kebodolan tokoh *I Belog* tersebut tersebut dalam penggambaran kisah kehidupannya mengandung berbagai makna serta pesan-pesan yang sangat menarik untuk diketahui dan dipahami. Satua Bali biasanya diperdengarkan pada saat anak-anak menjelang tidur atau dengan istilah zaman sekarang untuk meninabobokkan anak.

Dalam penyajian satua Bali di samping untuk menghibur anak menjelang tidur, penyajian satua Bali juga biasanya untuk diperlombakan yang merupakan salah satu upaya dalam pelestarian kebudayaan tradisional atau daerah khususnya budaya mesatua Bali, sebab satua yang mengandung nilai- yang luhur dapat dijadikan sebagai panutan, pedoman, tuntunan untuk mengarahkan anak-anak sebagai generasi penerus dalam berpikir dan bertingkah laku ke arah yang lebih baik (Suari, 2020)

Satua I Belog sebagai salah satu jenis sastra klasik memang sangat perlu untuk dikembangkan penulisannya serta diadakan usaha penelitian dan pengkajian yang lebih intensif agar segala isinya dapat dihayati dan diterapkan di masyarakat. Selain mengandung nilai-nilai moral, etika dan susila teks *satua I Belog* ini juga kaya akan konsepsi tattwa dan dalam tulisan ini akan dibahas mengenai konsep tattwa khususnya ajaran yoga. Ajaran yoga yang terkandung didalam teks *Satua I Belog* ini didapatkan dari pemaknaan akan isi dari bagian-bagian cerita yang membangun naskah tejk satua tersebut.

II. METODE

Karya ini menggunakan pendekatan filosofis yang membahas tentang ajaran yoga terkandung secara implisit dalam teks *Satua I Belog* yang berkaitan erat dengan pengendalian diri dimulai dari pengendalian pikiran. Jenis karya ini tergolong *kualitatif deskriptif* dengan analisis isi atau *content analysis*. Dimana pada beberapa penggalan teks *Satua I Belog* ini menggambarkan pemaknaan akan pengendalian diri melalui pikiran yang dibangun atas tiga komponen ialah *manah, budhi, ahamkara*. Teori yang digunakan dalam membedah permasalahan terkait Ajaran Yoga Dalam Teks Satua Ibelog adalah *hermeneutic* dengan mencoba menggambarkan melalui interpretasi teks, diuraikan serta membandingkan pada teks-teks terkait sehingga makna yang terkandung di dalamnya menjadi *coherent*. (Suertini, 2021)

III. PEMBAHASAN

3.1 Sinopsis *Satua I Belog*

Ada sebuah cerita yang disebut *I Belog*. *I Belog* tinggal di wilayah kerajaan Daha sebagai abdi Anak Agung. Raja Daha disebutkan mempunyai seekor kuda kesayangan yang sangat galak sehingga tidak ada yang berani kecuali *I Belog*. Para Patih yang tidak suka pada *I Belog* selalu galak dan kasar pada *I Belog*. Kuda kesayangan Raja selalu digembalakan di ladang.

Pada suatu ketika, kuda kesayangan Raja tersebut yang sedang digembalakan oleh *I Belog* di tinggal bermain. Tiba-tiba tali pelana kuda tersebut putus dan kuda yang binal tersebut lari ke Bencingah dan membuat onar. Tapi *I Belog* berhasil menangkap dan memasukkan kuda tersebut kembali ke kandangnya. Keesokan harinya kembali kuda tersebut digembalakan oleh *I Belog* ke ladang. Dengan tiba-tiba pada siang hari tersebut turun hujan dengan lebatnya, langit menjadi hitam, tetapi *I Belog* tetap bertahan sambil memegang tali pelana kuda yang sedang digembalakannya. Beberapa saat kemudian, tiba-tiba datang sesosok tubuh yang berbadan besar, kulit berwarna hitam legam serta langsung berbicara pada *I Belog*, “Belog, mendekatlah! akan kuberi kesaktian pada lidahmu”. Tangan berpikir panjang *I Belog* langsung, mendekat serta mengeluarkan lidahnya. Kemudian sesosok tubuh yang tinggi besar dan hitam tersebut kembali berbicara pada *I Belog*, “Belog sekarang lidahmu sudah aku rajah, sudah aku beri ilmu, sekarang kamu jadi orang sakti serta pandai bicara”. Setelah berucap seperti itu, dengan tiba-tiba orang tersebut menghilang yang dibarengi dengan redanya hujan serta langit terang kembali seperti sedia kala dengan seketika.

I Belog adalah orang yang sangat bodoh sehingga *I Belog* tidak menyadari bahwa dirinya sudah memiliki kesaktian. Di saat *I Belog* membawa kembali kuda yang digembalakannya ke bencingah, tiba-tiba kuda tersebut kembali mengamuk serta membuat orang-orang di sekitarnya

menjadi ketakutan. Hal tersebut diketahui oleh para Patih, sehingga *I Belog* dimarahi, dipukul tanpa rasa kasihan.

Keesokan harinya, kembali *I Belog* membawa kuda tersebut untuk di gembalakan di ladang. Tiba-tiba kuda tersebut mengamuk, karena merasa kesal tanpa sadar *I Belog* berucap, “matilah kau baru tahu rasa”, dengan tiba-tiba kuda tersebut benar-benar mati. *I Belog* sangat terkejut dan takut kemudian menangis sejadi-jadinya. Kemudian datanglah seorang kakek menghampiri *I Belog* sambil bertanya, “apa yang menyebabkan kuda tersebut mati”?, kemudian sambil menangis *I Belog* menjawab, “tidak tahu, tiba-tiba saja kuda tersebut mati tanpa sebab”.

I Belog berhenti menangis sambil berpikir dalam hati, “apa yang menyebabkan kuda ini mati, oh, tadi aku menyuruh kuda ini untuk mati, kalau begitu aku coba sekarang untuk menyuruh kuda ini untuk hidup kembali. Memang benar sesuai dengan apa yang diucapkan *I Belog*, akhirnya kuda yang digembalanya hidup kembali. Alangkah senangnya hati *I Belog*. Barulah *I Belog* sadar bahwa dirinya menjadi sakti. Sambil berucap, “sekarang aku sakti, sekarang biar tahu rasa mereka yang iri dan jahat padaku, terutama para Patih yang kejam”.

Di ceritakan sekarang di Puri Deha, I Galuh Dehe sakit keras dan akhirnya meninggal. Upacara ngaben sudah disiapkan dengan segala bentuk sarana upacara dan upakaranya. *I Belog* yang disuruh oleh I Patih untuk mencari daun sirih terlambat datang. Kembali *I Belog* dimarahi, dipukul dengan kasar oleh I Patih. Akhirnya kesabaran *I Belog* memuncak sambil menjawab, “alangkah hebatnya engkau Patih, hanya pintar pada saya lantaran saya bodoh, miskin, lemah, coba kalau Patih memang benar-benar pintar, sakti, coba hidupkan kembali I Galuh!”. Sambil tertawa, I Patih menjawab, “Ha! *I Belog*, dasar kamu orang bodoh, mana ada manusia yang bisa menghidupkan orang yang sudah mati”. Kembali *I Belog* menjawab, "Patih sekarang ijinkan saya untuk menghadap Raja dan menghidupkan kembali I Galuh, dan apabila I Galuh hidup kembali saya minta untuk dinikahkan dengan I Galuh". Akhirnya I Patih segera menghadap bersama *I Belog* ke Puri untuk menghidupkan I Galuh. Setelah mendapatkan izin dari Raja, kemudian *I Belog* mendekat pada jasad I Galuh sambil berucap "Galuh, hiduplah kamu sekarang!", tiba-tiba keajaiban terjadi, I Galuh hidup kembali seperti sedia kala. Semua yang hadir di Puri pada saat itu sangat terkejut dan kagum seakan tidak percaya dengan apa yang terjadi.

Dengan hidupnya kembali I Galuh membuat hati raja sangat senang dan bahagia. Tapi kebahagiaan tersebut berganti dengan kebingungan karena harus menepati janji kepada *I Belog* setelah I Galuh berhasil hidup kembali akan langsung dinikahkan dengan *I Belog*. Anak Agung merasa ragu karena harus mempunyai menantu seperti *I Belog* yang bodoh, miskin dan tidak berpendidikan. Tapi janji telah terucap dan janji bagi seorang Raja pantang untuk diingkari. Akhirnya Anake Agung pasrah dan berpikir bahwa itu semua sudah takdir dan Tuhan, anggap saja

I Galuh sudah mati dan ibarat malam hari yang tidak akan menjadi siang. Sarana upacara dan upacara pernikahan *I Belog* dengan I Galuh sudah disiapkan.

I Belog pergi untuk mandi, pada saat itulah *I Belog* kembali berdoa minta pakaian atau busana yang mewah serta selayaknya dipakai oleh calon menantu raja, kemudian *I Belog* lagi meminta supaya dirinya menjadi tampan. Sekarang *I Belog* telah berubah dengan wajah yang tampan, berpakaian serba mewah membuat orang-orang yang melihatnya amat terkagum-kagum. *I Belog* pada saat itu, bagaikan Shang Hyang Semara yang turun ke dunia.

Setelah semua itu berlalu, *I Belog* ingat kembali pada masa lalunya disaat para Patih serta orang-orang yang semena-mena menghukum, mencaci maki, menyakiti dirinya. Semua orang-orang tersebut dipanggil untuk menghadap ke puri dan sesampainya di Puri, semuanya diikat, kemudian dibawa ke lapangan untuk di jemur selama tujuh hari. Setelah tujuh hari berlalu, semua orang-orang tersebut di panggil kembali ke Puri. Sesampainya di Puri, *I Belog* berbicara, “dari dulu para Patih belum pernah merasakan sakit, kepanasan, kesusahan serta penderitaan menjadi rakyat kecil. Sekarang aku berucap bahwa sebenarnya semua rakyat merasakan suatu penderitaan. Semuanya yang kalian nikmati datang dari rakyat. Sebab ada jalan, ada Puri, ada pasar, dari rakyatlah datangnya. Sebab kalian semua bisa makan enak, tidur enak, aman, tiada lain dari rakyatlah datangnya.

Akhirnya *I Belog* merasa kasian setelah melihat orang-orang tersebut mengaku paham dan mengerti serta menjadi sadar. Semua rasa sakit para Patih dan orang-orang lainnya yang ikut terlibat diobati oleh *I Belog*.

Akhirnya *I Belog* berganti nama menjadi Anak Agung Anom. Kesejahteraan rakyat dan jagat Daha menjadi semakin terjamin, makmur berkat kepemimpinan *I Belog*.

3.2 Struktur *Satua I Belog*

Secara etimologi kata *Satua* artinya cerita. Suatu cerita untuk menyampaikan pesan dalam bentuk kesustraan baik secara lisan maupun tertulis yang isinya tentang nilai-nilai kehidupan. (Anandakusuma, 1986;171) Suatu cerita memiliki beberapa macam bentuk bila dikaji dari isi cerita. Dimana bentuk kesustraan seperti, dongeng, hikayat dan cerita rakyat yang berkembang secara turun-temurun. Untuk mengetahui bentuk *satua I Belog* ditinjau dari isi dan beberapa pendapat dari informan.

Satua I Belog berbentuk prosa lama yang banyak berpusat pada kehidupan tradisional dan tema karangan dalam prosa lama bersifat khayal atau di luar kenyataan. Pendapat lain menyebutkan bentuk *satua I Belog* dapat ditinjau dari isinya yaitu kisah yang melukiskan suatu kehidupan manusia seperti dalam kesusastraan Indonesia terdapat pada prosa lama yaitu berupa

dongeng bentuk sage. Dihiasi dengan peristiwa atau kejadian Sakti yang menakjubkan dan percintaan yang selalu diakhiri dengan kebahagiaan pelaku (tokoh) utamanya.

Prosa adalah karangan bebas yang tidak terikat oleh banyaknya baris, banyaknya suku kata, serta tak terikat oleh irama seperti dalam puisi. (Anggraini.2018). Prosa lama adalah sastra melayu yang pada mulanya berbentuk suatu ujaran atau kata-kata (sastra lisan). Yang termasuk prosa lama adalah :

1. Hikayat: ialah yang mengisahkan tentang kehidupan raja-raja atau dewa-dewa. Dalam hikayat biasanya melukiskan kesaktian atau kehebatan pelakunya.
2. Cerita-Cerita Panji Disebut pula hikayat yang berasal dari kesustraan Jawa yang berkisah tentang 4 kerajaan di pulau jawa yaitu: kerajaan Jenggala, Kediri, Ngurawan, dan Singosari.
3. Cerita Berbingkai Ialah cerita yang didalamnya ada pula ceritanya. Cerita dalam cerita itu disebut dengan cerita sisipan. Kadangkala cerita sisipan inti didalamnya ada cerita berbingkai ini menjadi cerita yang bersusun.
4. Tambo Ialah cerita sejarah yang tidak sepenuhnya mengandung kebenaran, karena dicampurkan dengan hal-hal yang tidak masuk akal.
5. Dongeng Ialah cerita yang lahir dari khayalan pengarangnya. Jadi dongeng bukan merupakan cerita yang benar-benar terjadi.

Sebelum mengkaji bentuk *satua I Belog* terlebih dahulu disebutkan beberapa ciri-ciri dan sumber yang sama, di atas dapat dikaji bentuk *satua I Belog* berdasar isi cerita yang menunjuk pada sastra lama atau prosa lama. Disebutkan beberapa ciri-ciri dari prosa lama :

1. Istanasentris : Cerita-cerita yang dihasilkan dalam sastra lama berpusat pada kehidupan istana.
2. Statis : Proses perubahan bentuk dan tema dalam sastra lama berlangsung sangat lambat.
3. Fantastis : Tema dalam karangan dalam sastra lama bersifat khayal atau diluar kenyataan.
4. Tradisional : Bentuk-bentuk karangan dalam sastra lama selalu terikat pada pola tradisi secara mutlak, misalnya pada bentuk-bentuk pantun dan syair.
5. Berbahasa klise : Bahasa yang digunakan dalam sastra lama sering berupa ungkapan yang sama diulang sampai beberapa kali.
6. Anonim : Dalam sastra lama, nama pengarangnya sering tidak dinyatakan sehingga lama kelamaan tidak lagi diketahui siapa pengarang aslinya (Anggraini, 2018)

Dari beberapa pengertian dan ciri tersebut diatas dapat di interprestasikan mengenai bentuk dan isi *satua I Belog*. Cerita *I Belog* dalam prosa lama menyebutkan terdapat pada bagian dongeng

dalam bentuk sage, yakni suatu cerita yang lahir dari khayalan pengarangnya serta bukan merupakan cerita yang benar-benar terjadi, hal ini dapat dikaji dari ciri-ciri yang disebutkan dalam prosa lama seperti, Istanasentris; menyebutkan adanya kehidupan kerajaan. Statis; pada cerita *I Belog* diceritakan tema dan alur cerita lambat yang merupakan topik permasalahan berlangsung secara lambat. Fantasi; adanya unsur cerita yang sulit diterima secara ilmiah dan terselip pesan-pesan moral atau nilai-nilai pendidikan pada makna yang terkandung atau peristiwa yang terjadi di dalam alur cerita. Tradisional; latar kehidupan menceritakan tema kehidupan masa lalu (tradisional). Berbahasa klise; penggunaan bahasa terdapat pengulangan ketika menceritakan peristiwa tentang *I Belog* dan kuda sebagai cerita pembuka, inti cerita serta sampai akhir cerita. Anonim ; cerita *I Belog* adanya berapa versi yang sama mengambil tokoh dan karakter sama serta tema cerita sama dengan tidak tercantum nama pengarang sehingga disadur dari cerita asli.

Dapat disimpulkan bentuk *satua I Belog* merupakan Prosa lama dalam atau dongeng dalam bentuk sage yang tidak terikat oleh banyaknya baris, banyaknya suku kata, serta tak terikat oleh irama suatu cerita. Cerita berisikan ciri-ciri kehidupan kerajaan, adanya unsur cerita kegaiban serta gaya bahasa bersifat sederhana serta mudah dimengerti.

3.3 Ajaran Yoga Dalam Teks *Satua I Belog*

Satua I Belog dianalisis dari sudut pandang setiap isi dari jalan cerita yang secara inflisit sarat akan nilai-nilai agama, filsafat dan budi pekerti yang adi luhung. salah satunya yakni konsep atau ajaran yoga.

Analisa terhadap konsepsi yoga dalam teks ini dapat dilihat dari pemaknaan terhadap pengalangan-pengalangan cerita yang membangun teks *satua ibelog* tersebut, seperti pada cerita seekor kuda kesayangan raja dahi yang galak sehingga tidak ada yang berani kecuali *I Belog*, disini kuda galak bermakna pikiran manusia yang tidak bisa dikendalikan atau dikekang dan hanya *I Belog* sebagai simbol pengendalian pikiran.

Pada cerita “tiba-tiba tali pelana kuda tersebut putus dan kuda yang binal lari ke bancingah dan membuat onar, tapi *I Belog* berhasil menangkap dan memasukkan kuda tersebut kembali ke kandangnya. “Dengan simpulan makna cerita tersebut, kuda tanpa tali pelana bagaikan pikiran tanpa kendali yang menyebabkan manusia terpengaruh oleh berbagai musuh-musuh yaitu sad ripu dan sifat asurisempat.

Disebutkan dalam Bhagawadgita Bab XIV sloka 16, digunakan sebagai tolak ukur untuk kajian terhadap kecendrungan sifat manusia yang disebabkan oleh pikiran.

Anekachitta vibhranta
Mohajala samavritah

*Prasaktah kamabbogeshu
Patanti narake suehau (BG XIV : 16)*

Terjemahan:

Dalam Bingung oleh berbagai pikiran
Terlihat dalam jalinan keonaran
Terseret kepuasan nafsu birahi
Mereka jatuh kedalam neraka kejahatan. (S. Pendit 2002)

*Dhyoyato visayaah punsah
Sanggas tesu pajayate
Sangat samjayate kamah
Kamat krodha bihi jayate. (BG II 62)*

Terjemahan:

Bila seseorang selalu memikirkan benda-benda dunia
Ia akan terikat kepadanya
Dan ikatan muncul keinginan
Dari keinginan muncul kemarahan. (S. Pendit: 2002. 72)

Bila beracuan pada sloka di atas yang maknanya pengendalian pikiran. Proses perbuatan itu terjadi dalam pikiran dan diaplikasikan oleh unsur jasmani sehingga segala aktivitasnya dalam kehidupan bertindak dan bersikap sesuai dengan pikiran.

Bertingkah laku yang normatif adalah tujuan hidup manusia. Dan kutipan dan pendapat diatas, pikiran sebagai pengendali dalam setiap gerak manusia. Jadi pikiranlah yang memegang peranan penting, pikiran adalah faktor pengendali mengarahkan perbuatan manusia menuju hal-hal baik dan menghindari hal-hal buruk.

Pikiran dikendalikan untuk mengatur dan memerintah kama (keinginan) tersebut agar dihadapkan dengan kemampuan individu dengan aturan-aturan yang seharusnya, sebagai rambu-rambu untuk berbuat baik. Sloka yang terdapat diatas membuat pikiran manusia dipengaruhi unsur-unsur *sad ripu* karena manusia diharuskan dapat mengendalikan indrianya kedalam ikatan benda di duniawi sehingga kebijaksanaan mempengaruhi setiap gerakan manusia.

Sebagai dasar analisis digunakan Rsi Patanjali dalam konsep yoganya sebagai landasan berpijak, menyebutkan *citta* atau alam pikiran dibangun atas tiga komponen ialah *manah*, *budhi*, *ahamkara*. *Manah* ialah bagian dari alam pikiran yang mempunyai kemampuan merekam kesan-kesan dunia luar yang diterimanya melalui indra, kesan-kesan itu dibedakan, dianalisis oleh *budhi*. Atas kecakapan *budhi* orang dapat mengadakan reaksi terhadap kesan-kesan itu. *Ahamkara* adalah rasa aku, ego yang mengklaim kesan-kesan itu sebagai miliknya.

Secara jelas dalam pikiran terjadi proses kemampuan untuk mengaplikasikan pikirannya berwiweka untuk berbuat, apakah setiap gerak individu dapat menentukan arah dan tujuannya

untuk berbuat bijaksana, susila dan lepas dari musuh-musuh manusia dalam diri. *I Belog* memiliki sifat-sifat bijaksana dan bukan berarti bodoh, dalam sloka terdapat:

*Raga dvisha viyatas ti
Vishayan indrayais charam
Atmavarsyair adhigachcati (Bg II. 64)*

Terjemahannya :

Tetapi orang yang teguh iman
walau hidup di tengah-tengah duniawi
tetap menguasai nafsunya, bebas dari suka dan benci
mencapai kedamaian dalam jiwannya (Pendit, 2002;11)

Dari dasar sloka diatas, *I Belog* memiliki sifat bebas dari suka dan benci sehingga *I Belog* selalu dalam keadaan tenang hal ini menunjukkan sifat *I Belog* sifat kebijaksanaan yang artinya, manusia sebagai makhluk yang mampu menguasai pikirannya berwiweka, dari perbuatan baik dan perbuatan buruk, suka dan benci adalah sifat-sifat bijaksana sebagai alat mengendalikan setiap gerak manusia (Tri kaya) kearah kecendrungan hawa nafsu atau keinginan duniawi yang mengakibatkan kehancuran manusia, pengendalian diri setiap gerak manusia, pikiran yang mengklasifikasi tingkah lakunya untuk mengadakan perbedaan perbuatan yang dilakukan sehingga keseimbangan diri berlangsung secara otomatis antara hubungan manusia dengan manusia, hubungan manusia dengan setiap makhluk hidup dan hubungan manusia dengan keyakinannya terhadap Tuhan (Konsep Tri Hita Karana).

Perihal dalam pengendalian diri secara lahiriah dan batiniah, yoga sutra merumuskan konsepsi yoga bahwa yama dan niyama sebagai pengendalian pikiran. Rumusan yang dimaksud adalah :

yama niyamasana pranayama pratyahara dharana dhyana samadha yo 'stawa angani (YS. II.29)

Terjemahan :

Pengekangan diri (yama), kepatuhan yang mantap (niyama), sikap badan (asana), pengaturan pernafasan (pranayama), penyaluran (pratyahara), pemusatan (konsentrasi; dhrana), perenungan (dhyana), penyerapan (samadhi) semua ini adalah bagian (dari disiplin diri dari Yoga) (Partini, 2020)

Yama adalah pengendalian diri tahap awal yang merupakan pengendalian diri dalam penampilan lahir. Adapun yang menjadi bagian dari Yama Brata yaitu ada lima:

Ahimsa satyasteya brahmacharyaparigraha yamah (Y.S.II.30)

Terjemahan:

Ahimsa, satya, asteya, brahmachari, aparigraha, semua ini adalah *Yama*. Keterangannya adalah,

1. Ahimsa artinya tidak membunuh
2. Satya artinya setia
3. Asteya artinya tidak mencuri
4. Brahmachari artinya pantang hubungan kelamin

5. Aparigraha artinya tidak menerima, tidak loba (Asli, 2014)

Niyama adalah kewajiban harian memuji kesucian untuk datang pada Tuhan. Terdiri dari lima bagian yaitu :

Sauca santosa tapah swadhyayesvarapranidhanam. (Y.S. II.32)

Sauca, santosa, tapa, swadhyaya dan istapranidana. Semuanya itu adalah niyama. Keterangannya adalah :

1. Sauca artinya suci lahir batin
2. Santosa artinya kepuasan
3. Tapa artinya pengekangan diri
4. Swadhyaya artinya belajar
5. Swarapranidhanam artinya bakti kepada Tuhan (Suertini, 2021)

Kutipan diatas dapat diinterpretasikan Panca Yama Brata yaitu pengendalian diri atau tingkah laku yang bersifat lahiriah dan panca niyama tingkah laku yang bersifat batiniyah. Yama dan Niyama bratha merupakan peraturan pengendalian diri yang merupakan pokok dari pada ajaran tata susila. Dengan berdasar kutipan sloka diatas, sangatlah penting pengendalian diri tersebut agar dapat tercapainya kebahagiaan jasmani dan rohani.

Dalam Sarasmuccaya ada disebutkan sebagai berikut:

Kunang sasekenya manah nimittaning niçcyajna

Na dadi pwana niçcajna lumakles tang ujar

Lumakes tang maprawrti

Matangyan manah ngaranika pradhan mangkana. (S.S. 79)

Terjemahan

Kesimpulannya, pikiranlah yang merupakan unsur yang menentukan, jika penentuan perasaan hati telah terjadi, maka maka mulailah orang berkata atau melakukan perbuatan, oleh karena itu pikiranlah yang menjadi pokok sumbernya.

(Kadjeng, 1997:44)

Dapat ditarik benang merah bahwa konsepsi ajaran yoga yang terkandung dalam naskah *satua I Belog* ini mengarah pada pengendalian diri, pada cerita kuda diibaratkan pikiran manusia tanpa terkendali; ajaran *Sad Ripu* yang harus dikendalikan. Pengendalian diri dengan ajaran Panca Yama dan Panca Niyama dimana kuda yang binal dan galak merupakan nilai Tattwa pada ajaran perkembangan perkembangan alam pikiran (*Citta*) dalam pengendalian diri dari segi *manah*, *budhi*, dan *ahamkara* untuk mencapai sifat kebenaran dan kebijaksanaan.

Pada cerita *I Belog* memiliki sifat-sifat polos yang selanjutnya mendapat anugrah. Nilai filosofi atau tattwa yang dapat dimaknai adalah adanya nilai-nilai bekerja tanpa pamrih (yadnya) sehingga memperoleh phala dari subha karma

Pada cerita *I Belog* selalu bekerja dengan tekun, dimana pada cerita, ketika hujan lebat *I Belog* bertahan sambil memegang tali pelana kuda, adanya nilai-nilai tanggung jawab

(swadharma). Pendapat diatas dapat dianalisis berdasar isi sloka kitab Bhagawadgita sebagai berikut :

*Tasmad aksitahsatatam
Karyam karma samachara
To asakto hy achiram karma
Param apnoti purushah. (BG. III.19)*

Terjemahan,

Dari itu laksanakanlah segala kerja
Sebagai kewajiban tanpa harap keuntungan
Sebab kerja tanpa keuntungan pribadi
Membawa orang ke-kebahagiaan tertinggi. (Pendit, 2002:94)

*Na prahrisyet priyam prapya
No dvijet prapya cha pryam
Sthitabuddhim asam mudho
Brahmavid brakmi sthitah (BG. V.20)*

Terjemahan

Dia yang tidak bergirang menerima suka
Dan juga tidak bersedia menerima duka
Tetap tinggal tenang dan berteguh iman
Mengetahui brahmana bersatu dengan atman. (Pendit, 2002;151)

Hal yang disebutkan diatas menunjukkan peningkatan dan penghayatan terhadap nilai-nilai ajaran catur marga yoga yakni karma marga yoga sebagai sebuah cara menghubungkan diri dengan jalan bekerja tanpa perhitungan hasil. Nilai karma marga sebagai tolak ukur menanamkan pemahaman mengemban tugas yang dilaksanakan dalam kehidupan dan beretika baik dalam beryadnya karena dharmalah yang meninjau manusia apakah manusia dengan tingkah laku yang benar dan bukan kearah perbuatan yang tidak baik, jadi dalam hidup bermasyarakat dharmalah yang menjadi landasan berpijak untuk mencapai kebahagiaan dan sekaligus sebagai acuan berkarma baik demi tercapainya kebahagiaan di dunia ini.

Pada cerita diberikan ilmu (kesaktian) *I Belog* membuktikan kesaktian tersebut ketika kuda dihidupkan kembali, nilai tattwa yang dapat digali adalah menyebutkan dengan dasar pengendalian diri (yoga) serta ilmu pengetahuan manusia dapat mengembangkan potensi-potensi yang ada dalam dirinya sehingga akan ada hasil belajar berupa pengalaman menganalisis dan berusaha menyelesaikan berbagai masalah.

IV. PENUTUP

Ajaran yoga dalam konteks tattwa pada teks *Satua I Belog* menggambarkan tentang pengendalian diri melalui alam pikiran dibangun atas tiga komponen ialah *manah, budhi,*

ahamkara. *Manah* ialah bagian dari alam pikiran yang mempunyai kemampuan merekam kesan-kesan dunia luar yang diterimanya melalui indria, kesan-kesan itu dibedakan, dianalisis oleh *budhi*. Atas kecakapan *budhi* orang dapat mengadakan reaksi terhadap kesan-kesan itu. *Ahamkara* adalah rasa aku, ego yang mengklaim kesan-kesan itu sebagai miliknya. konsep pengendalian diri dengan ajaran *Panca Yama* dan *Panca Nyama* dimana kuda yang binal dan galak merupakan nilai Tattwa pada ajaran perkembangan perkembangan alam pikiran (*Citta*) dalam pengendalian diri dari segi *manah*, *budhi*, dan *ahamkara* untuk mencapai sifat kebenaran dan kebijaksanaan. Ajaran panca Yama dan niyama yaitu : *ahimsa*, *satya*, *asteya*, *brahmacari*, *aparigraha*, semua itu adalah Yama. *ahimsa* artinya tidak membunuh, *satya* artinya setia, *asteya* artinya tidak mencuri, *brahmacari* artinya pantang hubungan kelamin, *aparigraha* artinya tidak menerima, tidak loba. Ajaran *Niyama* adalah kewajiban harian memuji kesucian untuk datang pada Tuhan. Terdiri dari lima bagian. *Sauca* artinya suci lahir batin, *Santosa* artinya kepuasan, *Tapa* artinya pengekangan diri, *Wadhyaya* artinya belajar, *Swarapranidanam* artinya bakti kepada Tuhan. *Panca Yama Brata* yaitu pengendalian diri atau tingkah laku yang bersifat lahiriah dan panca niyama laku yang bersifat batiniah Yama dan Niyama brata merupakan peraturan pengendalian diri dan pokok dari pada ajaran tata susila. Hal yang disebutkan diatas menunjukkan peningkatan dan penghayatan terhadap nilai-nilai ajaran catur marga yoga khususnya karma marga yoga yaitu cara menghubungkan diri dengan jalan bekerja tanpa perhitungan hasil.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini, N. (2018). (n.d.). *Estetika Dan Nilai Pendidikan Karakter Panji Semirang Dalam Hikayat Karya Saleh Sastrawinata*.
- Aryani, & 2022. (N.D.). *View Of Ajaran Susila Dalam Satua Leak Maslikuan*. Retrieved March 29, 2022, From [Http://E-Journal.Stkip-Amlapura.Ac.Id/Index.Php/Jurnallampuhyang/Article/View/299/187](http://E-Journal.Stkip-Amlapura.Ac.Id/Index.Php/Jurnallampuhyang/Article/View/299/187)
- Asli, A. L. (2014). *Pendidikan Karakter Berbasis Yoga*. [Http://Repo.Stkipahsingaraja.Ac.Id/50/1/Pendidikan Karakter Berbasis Yoga.Pdf](http://Repo.Stkipahsingaraja.Ac.Id/50/1/Pendidikan%20Karakter%20Berbasis%20Yoga.Pdf)
- Kadjeng, I. N. (1997). *Sarasamuscaya*. Paramita.
- Partini, N. P. E. (2020). Yoga Asanas Sebagai Penunjang Konsentrasi Belajar Siswa. *Jurnal Yoga Dan Kesehatan*, 1(2), 166–171. <https://doi.org/10.25078/jyk.v1i2.1580>
- Pendit, N. (2002). *Bhagawadgita*. Gramedia Pustaka Utama.
- Suari, A. (N.D.). *Nilai Edukatif Satua I Ubuh Sebagai Sumber Pendidikan Karakter Anak / Suari / Widya Kumara: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*. Retrieved March 29, 2022, From [Http://Www.Jurnal.Stahnmpukuturan.Ac.Id/Index.Php/Jpaul/Article/View/930](http://Www.Jurnal.Stahnmpukuturan.Ac.Id/Index.Php/Jpaul/Article/View/930)

Suertini, N. (2021). Filsafat Kelepasan Dalam Yoga Sutra Patanjali. *Sanjiwani: Jurnal Filsafat*.
[Http://Ejournal.Ihdn.Ac.Id/Index.Php/Sanjiwani/Article/View/2614](http://ejournal.ihdn.ac.id/index.php/sanjiwani/article/view/2614)