

"RITUAL KEHAMILAN, KELAHIRAN DAN AKIL BALIG DI DESA NYALINDUNG, KABUPATEN BANDUNG BARAT SEBAGAI FAKTOR EPIGENETIKA PERILAKU SUNDA"

Mira Sartika¹, Isabela Andhika Paramita² dan Hernandi Tismana³

¹Chakra Cultural Foundation

Email: mirasartika.edu@gmail.com

²Chakra Cultural Foundation

Email: isabela.andhika@gmail.com

³Dinas Pariwisata dan Kebudayaan Kabupaten Bandung Barat

Email : pletonsigelap@gmail.com

Artikel disubmit: 23-09-24

Artikel direvisi: 09-11-24

Artikel disetujui: 16-12-2024

ABSTRACT

Rites of passages during pregnancy, birth, and adolescent, can serve as frameworks for behavioural epigenetics. The purpose of this study is to document rites of passages as oral traditions in Nyalindung Village, West Bandung Regency, West Java, and analyse the elements involved according to epigenetic perspectives. We documented three rites of passage during pregnancy, one rite of passage during childbirth, and two rites of passage in adolescence. Positive parental and social support for children in the community as a prominent factor of behavioural epigenetics were observed from the traditions. Epigenetic changes and brain development are most critical during childhood. Sufficient and positive external stimulation in the form of ceremonial rites and prayers during this time can influence the physiological and psychological health outcome of an individual in later life.

Keywords: *rites of passage, behavioral epigenetics, childhood, adolescence, West Bandung.*

ABSTRAK

Ritus peralihan selama kehamilan, kelahiran, dan masa remaja dapat berfungsi sebagai kerangka kerja untuk epigenetika perilaku. Tujuan penelitian ini adalah mendokumentasikan ritus peralihan sebagai tradisi lisan di Desa Nyalindung, Kabupaten Bandung Barat, Jawa Barat, serta menganalisis elemen-elemen yang terlibat berdasarkan perspektif epigenetika. Kami mendokumentasikan tiga ritus peralihan selama kehamilan, satu ritus peralihan saat kelahiran, dan dua ritus peralihan pada masa remaja. Dukungan orang tua dan sosial yang positif terhadap anak-anak di komunitas tersebut diamati sebagai faktor penting dalam epigenetika perilaku. Perubahan epigenetik dan perkembangan otak paling kritis terjadi selama masa kanak-kanak. Stimulasi eksternal yang cukup dan positif dalam bentuk ritus upacara dan doa selama masa ini dapat memengaruhi hasil kesehatan fisiologis dan psikologis individu di kemudian hari.

Kata Kunci : ritual peralihan, epigenetika perilaku, masa kanak-kanak, remaja, Bandung Barat.

PENDAHULUAN

Tradisi lisan merupakan salah satu kekayaan budaya yang memiliki nilai penting dalam menjaga identitas dan warisan suatu komunitas. Kabupaten Bandung Barat, salah satu daerah di Jawa Barat, memiliki tradisi lisan yang beragam, mencakup cerita rakyat, mitos, legenda, upacara adat, dan ritus peralihan. Namun, banyak tradisi lisan ini tidak terdokumentasi secara tertulis dan rentan terhadap ancaman kepunahan. Faktor seperti modernisasi, perubahan gaya hidup, serta kurangnya perhatian generasi muda terhadap tradisi lokal turut mempercepat proses hilangnya tradisi tersebut. Misalnya, cerita rakyat Sunda "Sangkuriang" yang menggambarkan hubungan antara manusia dan alam, kini mulai jarang dikenalkan kepada generasi muda. Upacara adat seperti khitanan dan pernikahan pun semakin minim pelaksanaan sesuai tata cara tradisionalnya.

Selain itu, tradisi lisan yang berkaitan dengan ritual peralihan, seperti upacara kelahiran, khitanan, dan pernikahan, memiliki makna simbolis yang dalam, baik secara sosial maupun spiritual. Ritual-ritual ini tidak hanya menandai transisi kehidupan individu, tetapi juga menjadi cara untuk memperkuat ikatan sosial dan budaya dalam komunitas. Sebagai contoh, upacara khitanan dalam tradisi Sunda melibatkan berbagai elemen budaya seperti musik, tarian, dan makanan tradisional, yang semuanya memiliki nilai historis dan simbolis. Namun, dengan tidak adanya upaya dokumentasi dan pelestarian, tradisi ini berisiko hilang dari ingatan kolektif masyarakat.

Berdasarkan Undang-Undang Nomor 5 Tahun 2017, tentang Pemajuan Kebudayaan, Tradisi Lisan adalah salah satu dari 10 Objek Pemajuan Kebudayaan yang harus dilestarikan. Masalah utama yang dihadapi adalah kurangnya dokumentasi tradisi lisan di Kabupaten Bandung Barat, terutama terkait ritual peralihan. Tradisi ini memiliki nilai signifikan sebagai bagian dari identitas budaya lokal, tetapi banyak elemen tradisionalnya yang mulai terkikis. Selain itu, belum banyak kajian yang mengeksplorasi hubungan antara elemen-elemen tradisi ini dengan studi genetika yaitu tepatnya mekanisme epigenetik yang dapat memengaruhi perilaku masyarakat Sunda.

Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk; 1) Mendokumentasikan tradisi lisan terkait ritual peralihan di lima desa terpencil di Kabupaten Bandung Barat; 2) Mengidentifikasi elemen-elemen ritual yang berpotensi memengaruhi epigenetika perilaku masyarakat Sunda; 3) Menganalisis makna simbolis dari elemen-elemen tersebut dalam rangka mewariskan nilai budaya kepada generasi mendatang.

Kajian sebelumnya telah banyak menyoroiti tradisi lisan di Jawa Barat. Misalnya, Danandjaja (2007) membahas cerita rakyat Sunda seperti “Sangkuriang” dan nilai-nilai moral yang terkandung di dalamnya. Koentjaraningrat (2007) menyoroiti pentingnya upacara adat sebagai bentuk ekspresi budaya, sementara Iskandar (2012) menyoroiti fungsi seni tradisional seperti wayang golek sebagai media edukasi. Dalam konteks tradisi lisan Kabupaten Bandung Barat, penelitian lebih lanjut diperlukan untuk mengupas aspek-aspek spesifik dari ritual peralihan.

Beberapa kajian juga telah membahas hubungan antara budaya dan epigenetika. Misalnya, Powledge (2011) mengungkapkan bagaimana faktor lingkungan seperti nutrisi dan paparan terhadap ritual dapat memengaruhi ekspresi genetik. Penelitian lain oleh Pang et al. (2019) menyoroiti pentingnya metilasi DNA dalam pembentukan memori dan perilaku, yang relevan dengan tradisi ritual yang dilakukan secara repetitif dalam komunitas. Namun, belum ada penelitian yang secara khusus menghubungkan ritual peralihan dalam tradisi lisan masyarakat Sunda dengan faktor epigenetika.

Pentingnya menggunakan epigenetika dalam analisis tradisi lisan terletak pada kemampuannya untuk menjelaskan hubungan antara praktik budaya dan respons biologis individu. Misalnya, praktik ritual tertentu yang melibatkan pola makan, aktivitas fisik, atau penggunaan bahan alami dapat memengaruhi tanda epigenetik yang diwariskan lintas generasi. Dengan demikian, pendekatan epigenetik memberikan dimensi baru dalam memahami bagaimana tradisi lisan tidak hanya menjaga nilai budaya, tetapi juga berkontribusi pada kesehatan dan adaptasi biologis masyarakat. Hal ini menjadikan epigenetika sebagai alat analisis yang mendalam untuk mengeksplorasi keterkaitan antara budaya, lingkungan, dan biologi manusia. Analisis ini juga dapat memberikan wawasan baru dalam merancang intervensi kesehatan yang berbasis pada kearifan lokal, khususnya dalam konteks kesehatan berbasis individu.

Penelitian ini menawarkan pendekatan baru dengan mengintegrasikan analisis tradisi lisan dan epigenetika perilaku. Dalam konteks Kabupaten Bandung Barat, fokus pada ritual peralihan sebagai elemen budaya yang berpotensi memengaruhi epigenetika perilaku masyarakat Sunda

merupakan langkah inovatif yang belum banyak dijelajahi. Kajian ini tidak hanya mendokumentasikan tradisi yang terancam punah, tetapi juga mengeksplorasi implikasi ilmiah dari praktik budaya dalam membentuk perilaku dan identitas komunitas.

KERANGKA TEORI

Upacara dan ritual merupakan serangkaian tindakan simbolis yang dilakukan oleh individu atau kelompok dalam konteks sosial, budaya, atau spiritual tertentu. Upacara umumnya melibatkan perayaan kolektif yang berfungsi untuk memperingati momen penting seperti kelahiran, perkawinan, dan kematian, sementara ritual menekankan pada pola tindakan berulang yang mengandung makna simbolis mendalam (Durkheim, 1912; Turner, 1969). Keduanya memiliki fungsi penting, baik secara sosial untuk mempererat solidaritas dan identitas budaya, maupun secara psikologis sebagai mekanisme pengelolaan transisi kehidupan individu. Dalam konteks spiritual, upacara dan ritual juga menjadi sarana untuk menjalin hubungan dengan kekuatan supranatural atau leluhur (Geertz, 1973).

Ritual dapat dikategorikan menjadi beberapa jenis, seperti ritual siklus hidup (kelahiran hingga kematian), agraris (kesuburan dan panen), keagamaan (doa atau ziarah), serta sosial-politik (penobatan pemimpin atau peringatan nasional) (Bell, 1992). Unsur-unsur penting dalam ritual meliputi simbolisme, partisipasi kolektif, narasi mitologis, serta penggunaan tempat dan waktu yang dianggap sakral. Perspektif teoritis, seperti struktural-fungsionalis, simbolis, psiko-sosial, dan ekologi budaya, memberikan wawasan tentang peran upacara dalam menjaga stabilitas sosial, mengelola emosi individu, hingga menyesuaikan diri dengan lingkungan (Malinowski, 1948; Rappaport, 1999).

Dalam masyarakat modern, ritual mengalami transformasi akibat modernisasi dan globalisasi, yang memengaruhi bentuk dan pelaksanaannya. Namun, meskipun beberapa elemen ritual teradaptasi dengan teknologi dan media, pelestarian tradisi tetap menjadi perhatian utama. Pelestarian ini dilakukan melalui pendidikan, kebijakan, dan upaya komunitas lokal untuk menjaga nilai budaya yang terkandung di dalamnya (Appadurai, 1996). Ritual tradisional tidak hanya menjadi warisan budaya, tetapi juga berfungsi sebagai pijakan dalam memahami dinamika sosial-budaya masyarakat kontemporer.

Epigenetika merupakan cabang ilmu biologi yang mempelajari perubahan dalam ekspresi gen tanpa mengubah urutan DNA itu sendiri. Proses epigenetik melibatkan mekanisme seperti metilasi DNA, modifikasi *histon*, dan aktivitas RNA *non-coding*, yang semuanya dapat dipengaruhi oleh lingkungan, pola makan, dan gaya hidup seseorang. Faktor-faktor ini berperan dalam menentukan bagaimana gen diaktifkan atau dinonaktifkan, sehingga membentuk respons biologis yang unik pada individu (Berger et al., 2009). Dalam konteks kesehatan, epigenetika membantu menjelaskan bagaimana pengaruh lingkungan dapat diwariskan antargenerasi, tanpa melalui perubahan genetik langsung (Feinberg, 2007).

Dalam perspektif sosial dan budaya, epigenetika menawarkan wawasan tentang hubungan antara tradisi dan kesehatan. Sebagai contoh, pola makan tradisional yang kaya akan nutrisi tertentu dapat memengaruhi tanda epigenetik yang berhubungan dengan metabolisme dan imunitas. Studi menunjukkan bahwa interaksi antara pola makan dan epigenetik dapat menjelaskan variasi dalam kerentanan terhadap penyakit kronis antar populasi (Mathers et al., 2010). Dengan demikian, epigenetika menjadi landasan penting dalam pendekatan *personalized medicine*, yang mempertimbangkan interaksi antara faktor genetik, epigenetik, dan lingkungan individu termasuk budaya untuk merancang intervensi kesehatan yang lebih efektif.

Kerangka teori ini berfungsi untuk memahami fenomena bagaimana praktik tradisi lisan dan ritual tidak hanya sebagai sarana pewarisan budaya, tetapi juga sebagai faktor yang memengaruhi ekspresi genetik melalui mekanisme epigenetik. Dengan menggunakan kerangka epigenetika, kajian ini menggambarkan dan menjelaskan bagaimana lingkungan budaya, praktik ritual, dan pengalaman masyarakat dapat memengaruhi pola epigenetik yang diwariskan dari satu generasi ke generasi berikutnya. Lebih jauh, kerangka ini juga bertujuan memprediksi dan mengevaluasi dampak praktik budaya terhadap kesejahteraan biologis, khususnya dalam kerangka *personalized medicine* dan adaptasi lingkungan yang kompleks.

METODE PENELITIAN

Metode kajian ini menggunakan pendekatan ilmiah yang sistematis untuk mengungkap hubungan antara tradisi lisan, ritual, dan epigenetika dalam memahami fenomena biologis dan budaya. Metode ini meliputi beberapa komponen penting yang saling berkaitan untuk mencapai tujuan kajian. Pendekatan penelitian yang digunakan adalah pendekatan multidisipliner, yang menggabungkan kajian antropologi budaya dan epigenetika sebagai kerangka teoritis utama. Pendekatan ini memungkinkan eksplorasi yang komprehensif terhadap hubungan antara praktik tradisi lisan, ritual, dan tanda epigenetik yang dipengaruhi oleh lingkungan budaya dan sosial (Creswell, 2013; Ember & Ember, 2009).

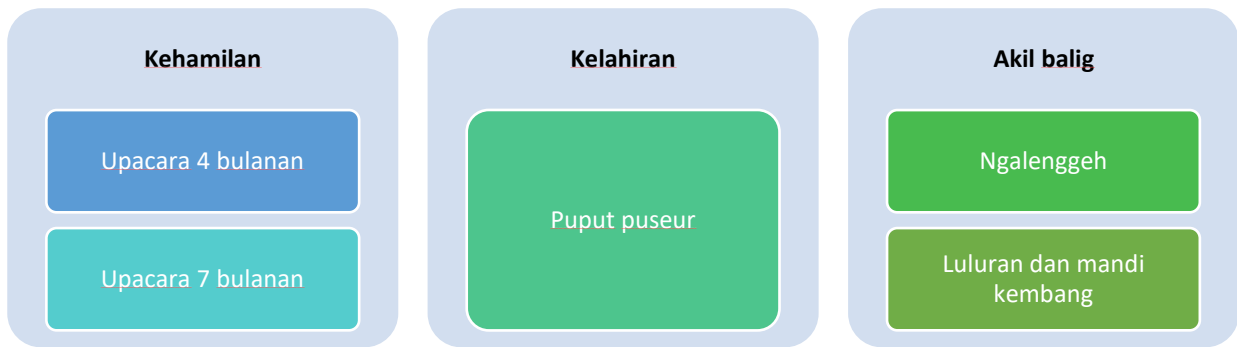
Sasaran kajian difokuskan pada Kabupaten Bandung Barat, yaitu di Desa Nyalindung (Desa Wisata) di Kecamatan Cipatat. Wawancara kualitatif berisi pertanyaan terbuka dan tertutup untuk memahami esensi atau makna simbolis dari ritual yang dilakukan. Informan kunci yang terlibat di dalam penelitian ini meliputi tokoh adat dan pemuka yang memiliki pengetahuan mendalam tentang tradisi lisan dan dipercaya oleh masyarakat setempat. Seluruh proses wawancara disupervisi oleh Kepala Bidang Kebudayaan dari Pemerintah Kabupaten Bandung Barat. Narasumber dalam kajian ini meliputi anggota masyarakat yang memiliki pengalaman langsung dengan ritual tersebut, yaitu pemangku adat.

Data yang diperoleh kemudian dianalisis dengan metode kualitatif yang memadukan analisis tematik dan interpretasi epigenetik untuk memahami hubungan budaya dan ekspresi genetik. Dengan metode ini, kajian bertujuan memprediksi serta mengevaluasi dampak praktik budaya terhadap ekspresi epigenetik dan kesejahteraan biologis dalam kerangka *personalized medicine* (Gluckman et al., 2009).

Kajian ini penting dilakukan di Kabupaten Bandung Barat, khususnya di Desa Nyalindung, Kecamatan Cipatat, karena daerah ini memiliki kekayaan tradisi lisan dan praktik ritual yang masih dilestarikan oleh masyarakat lokal. Dan kajian ini dilakukan bersamaan dengan riset Pendataan Tradisi Lisan di Kabupaten Bandung Barat oleh Yayasan Duta Chakra Budaya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Desa Nyalindung merupakan salah satu desa di Kecamatan Cipatat, Kabupaten Bandung Barat, Jawa Barat. Desanya berada di daerah perbukitan, dengan ketinggian antara 500–550 m dpl (di atas permukaan laut). Terdapat 7 mata air di Desa Nyalindung ini salah satunya adalah mata air yang biasa digunakan orang mandi untuk membersihkan diri disertai dengan doa (mantra) yang sudah tertulis dibatunya. Dari hasil wawancara dengan dua narasumber yang berprofesi sebagai paraji atau bidan melahirkan dan pemangku adat di Desa Nyalindung di Kampung Parakansalam, kami mendapatkan beberapa praktik upacara adat pada masa kehamilan, kelahiran, dan akil balig yang dapat dilihat di Gambar 1.



Gambar 1. Diagram alur adat istiadat berdasarkan ritual peralihan masa kanak-kanak di Desa Nyalindung (Desa Wisata), Kecamatan Cipatat.

Ritual Peralihan Kehamilan

Ketika seorang wanita hamil memasuki usia kandungan 4 (empat) bulan, acara syukuran sering diadakan dengan mengundang masyarakat sekitar untuk mengumumkan bahwa seorang anggota keluarga sedang mengandung. Syukuran ini bertujuan untuk memohon kepada Allah agar anak yang dikandung sehat dan ibu diberi keselamatan. Selain itu, ada juga serai yang ditumbuk. Hal ini memiliki simbol agar anak yang lahir nantinya memiliki sopan santun, seperti dalam pepatah Sunda “*nete taraje tincak hambalan busun,*” yang berarti menjalani hidup dengan langkah yang teratur, tidak terburu-buru, dan mempertimbangkan segala sesuatu dengan hati-hati, apakah itu akan membawa untung atau kerugian. Budaya Sunda menekankan pembelajaran yang luas, tidak hanya dari Al-Qur’an, tetapi juga dari alam dan kearifan tradisional, termasuk nasihat-nasihat dari leluhur. Ini menunjukkan bahwa pembelajaran bisa berasal dari mana saja, termasuk dari lingkungan sekitar. Setelah ritual selesai, ibu hamil biasanya dimandikan dengan air bunga yang harum. Air bunga ini melambangkan harapan agar anak yang lahir ke dunia kelak akan terkenal dan membawa harum namanya, layaknya wangi bunga. Ini menggambarkan harapan bahwa anak tersebut akan dikenal karena kebaikannya dan mendapatkan tempat yang baik dalam masyarakat. Penggunaan bunga 7 (tujuh) rupa dalam tradisi Sunda memiliki makna yang mendalam. Angka 7 diibaratkan sebagai simbol waktu, seperti 7 hari dalam seminggu. Hal ini mengajarkan pentingnya menghargai dan memanfaatkan waktu dengan baik. Kita diajarkan untuk tidak membuang-buang waktu dan sebaiknya mengisinya dengan kegiatan yang bermanfaat. Bunga 7 rupa ini sering digunakan untuk mandi, tetapi mandinya bukan mandi biasa. Mandi dengan bunga 7 rupa dilakukan sebagai bagian dari proses menaikkan ilmu-ilmu atau belajar, sejalan dengan praktik berguru yang dilengkapi dengan doa-doa atau jampi-jampi. Upacara 4 bulanan biasanya dilakukan pada sore hari, diawali dengan mandi ritual. Ibu hamil dimandikan oleh paraji (dukun beranak) menggunakan air yang diambil dari tempat asal ibu hamil tersebut, bukan dari parajinya. Setelah mandi, acara syukuran atau ngariung biasanya dimulai setelah maghrib atau setelah isya, dan dihadiri oleh masyarakat sekitar untuk berdoa dan memohon kesehatan bagi ibu dan janin yang dikandungnya. Pada usia kehamilan 7 bulan, dilakukan tradisi yang mirip dengan upacara 4 bulanan. Namun, pada bulan ke-7, ibu hamil tidak dimandikan, hanya didoakan saja.

Ritual Peralihan Masa Kelahiran

Setelah bayi lahir, upacara dilangsungkan ketika dilakukan pemotongan ari-ari yang dinamakan ‘puput puseur’. Keutamaan dalam upacara ini pada masyarakat Sunda adalah menjaga tatakrama sopan santun pada saat pelepasan tali pusar melalui ritual khusus. Setelah anak lahir, anak segera dirajah, lalu tali ari-arinya dipotong dengan lafaz “*ashhadu alla ilaha illallah, ashhadu anna muhammadan Rasulullah*” beserta bacaan-bacaan tambahannya. Ketika tali pusar sudah dipotong, di atas pusar bayi dipakaikan kunyit agar cepat kering dan ditambahkan uang (bengol) sebelum ditutup dengan kain kasa sambil membacakan kalimat syahadat.

Sesaji yang disiapkan dalam upacara '*puput puseur*' antara lain air, kopi pahit, teh, kopi manis, kemenyan, rujakeun, dawegan, cerutu/rokok, bubur merah, bubur putih, ayam, benang, uang logam/uang, nasi tumpeng, kunyit dan nasi. Masing-masing elemen sesaji ini memiliki makna simbolis yang terkait dengan harapan dan doa untuk kesejahteraan, perlindungan, dan berkah. Air melambangkan kesucian dan penyucian dan sering digunakan untuk membersihkan dan melambangkan pembaharuan. Kopi pahit menjadi simbol kekuatan dan keteguhan yang menggambarkan bahwa kesulitan harus dihadapi dengan ketabahan. Teh menandakan kedamaian dan keseimbangan, serta memberikan rasa tenang dan kenyamanan. Kopi manis mewakili kebahagiaan dan kebaikan dalam kehidupan, serta melambangkan harapan akan kesejahteraan dan kemakmuran. Kemenyan menjadi simbol dari doa dan pengabdian, serta untuk mengusir roh jahat dan memohon perlindungan. Rujakeun atau rujak, sebagai makanan campur, mewakili keharmonisan dan keseimbangan, serta melambangkan perpaduan berbagai aspek kehidupan. Dawegan atau buah kelapa menjadi simbol kesuburan, keberuntungan, kehidupan, dan rezeki. Cerutu atau rokok menandakan penghormatan dan penghargaan. Cerutu atau rokok sering digunakan dalam upacara sebagai simbol status dan penghormatan. Bubur merah melambangkan kebahagiaan dan kesuksesan. Bubur merah sering dikaitkan dengan perayaan dan sukacita. Bubur putih merupakan simbol kesucian, kemurnian, serta harapan akan kehidupan yang bersih dan penuh berkah. Ayam menandakan keberanian dan perlindungan dari bahaya. Benang melambangkan keterhubungan dan persatuan antara manusia dan kekuatan spiritual. Uang digunakan sebagai simbol kemakmuran dan kesejahteraan. Uang logam digunakan untuk melambangkan harapan akan keberuntungan finansial. Nasi tumpeng menjadi perwakilan rasa syukur dan penghormatan. Nasi tumpeng adalah simbol dari rasa terima kasih dan harapan akan keberhasilan. Kunyit menjadi simbol kesehatan dan kesejahteraan. Kunyit melambangkan kekuatan dan perlindungan. Nasi mewakili kebutuhan dasar dan kehidupan. Nasi adalah makanan pokok yang melambangkan keberlangsungan hidup dan kesejahteraan.

Melalui wawancara, narasumber di desa Nyalindung memaparkan bahwa ada pepatah bahwa "*segala sesuatu harus amitan kasaderek anu opat kalima pancer, muka lawang karahayuan orok walagri wujud jagjag waringkas kersaning Allah SWT*". Makna dari kalimat tersebut adalah bahwa manusia lahir ke dunia tidak sendiri, Tetapi ada ari-arinya atau plasenta (bali) sebagai pengiring kelahiran, sehingga perlu dilakukan penyampaian rasa syukur secara gaib transedental, karena bayi sudah dibuka pintu kesehatan secara sempurna oleh ketetapan Allah SWT.

Dalam upacara '*puput puseur*', pemberian nama diresmikan dengan cara mengawali berdoa sambil membakar kemenyan di atas parukuyan atau tempat arang panas. Kemudian, *parukuyan* diangkat lalu diputar berlawanan arah jarum jam di atas kepala bayi sebanyak 7 (tujuh) kali dengan mengucapkan, "sampai hari ini namanya tidak lagi bayi, tetapi bernama....." Setelah itu, bayi ini telah resmi menyandang nama yang sah sesuai adat tradisi budaya. Tujuh kali putaran itu melambangkan hari dalam satu minggu yang akan dilalui anak dari bayi sampai dewasa menjadi orang tua dalam keadaan "cageur, bageur, singeur, pinteur, mulus, banglus, berkah, waras, waluya jeung rahayu" yang artinya secara berurutan: sehat, tidak nakal, respek, pintar, tanpa cacat, sangat baik, keberkahan, normal pikirannya, selamat. Di desa lain, pemberian nama kepada jabang bayi dapat dilakukan di hari lain dan jika sudah ada kesepakatan, syukuran akan diadakan dengan upacara guntingan (*aqiqah*) dengan gunting emas. Upacara ini dapat dilakukan dalam rentang waktu 7 sampai 40 hari. Bibir bayi juga digurat dengan emas supaya ucapan anaknya kelak bermanfaat.

Setelah pemberian nama, upacara '*puput puseur*' ditutup dengan penguburan ari-ari di halaman rumah. Ari-ari dimasukkan terlebih dahulu ke dalam kantong putih yang berisi berbagai macam bumbu seperti *koneng* dan *harupat* sebelum dikubur. Kantong putih berisi ari-ari ini disebut 'kanjut kunang', yang dapat diambil kembali atau digunakan sebagai obat jika anak tersebut sakit-sakitan. Beberapa benda dan bahan yang juga dimasukkan ke dalam 'kanjut kunang' memiliki makna doa untuk bayi. Bunga-bunga biasanya digunakan bunga tujuh rupa yang

melambangkan keberagaman dan keharuman, yang diharapkan membawa kebaikan bagi bayi. Kunyit dan panglay digunakan sebagai simbol perlindungan dan kesehatan. Kunyit dianggap memiliki sifat antiseptik dan pengusir energi negatif. Jarum atau silet sering dimasukkan sebagai pelindung atau penangkal terhadap gangguan roh jahat atau energi negatif. Uang Logam dimasukkan sebagai simbol rezeki dan keberuntungan yang diharapkan menyertai kehidupan bayi. Bubur merah dan bubur putih melambangkan keseimbangan antara keberanian (merah) dan kemurnian (putih), serta keselamatan (merah-putih). Garam melambangkan keberuntungan dan pelindung dari energi negatif. Benang putih atau hitam digunakan sebagai simbol perlindungan dan pengikat keselamatan bayi. Daun Sirih diyakini memiliki sifat pelindung dan pemurnian. Setelah semua bahan dimasukkan, kantong Kanjut kundang ini biasanya ditutup dengan rapat dan dikubur di tempat khusus atau ditaruh di tempat yang dianggap aman, sering kali di dekat pintu rumah atau di bawah pohon yang besar. Hal ini dilakukan sebagai penghormatan dan untuk memastikan keselamatan serta kesehatan bayi seiring pertumbuhannya.

Ritual Peralihan di Usia Akil Balig

Salah satu upacara yang dilakukan dalam adat istiadat Kampung Parakansalam Desa Nyalindung pada saat akil balig atau ketika anak-anak menjadi remaja adalah Ngalenggeh. Ngalenggeh dalam konteks budaya Sunda adalah sebuah upacara atau ritual yang dilakukan sebagai bentuk penghormatan atau tolak bala. Upacara ini biasanya dilakukan dalam bentuk doa atau pernyataan spiritual untuk menjaga keselamatan, kesehatan, dan kesejahteraan. Ritual lain yang dilakukan adalah luluran 3 hari sebelum disunat dengan resep luluran yang terdiri dari beras, jambe hijau, bubur china, dan kunyit putih. Adapun setelah luluran biasanya anak yang akan disunat juga menjalankan ritual mandi kembang dari mata air sekitar yang disertai berbagai macam jenis bunga. Pada saat dimandikan, dilakukan juga siraman oleh uang kertas, dimana setelah disiramkan kepada anak yang akan disunat maka uang yang menempel pada badannya dimaknai sebagai rezeki anak tersebut. Setelah luluran dan mandi kembang, anak akan diputari dengan telur oleh Mamak Parajinya untuk menarik berbagai macam penyakit dari anak tersebut. Ada pula tradisi mengoleskan bawang putih yang sudah dihaluskan di kepala sang anak dalam bentuk tanda silang untuk menjaga keselamatan anak dalam ritual tolak bala atau mengusir segala bentuk mara bahaya atau hal-hal yang dianggap bisa membawa nasib buruk kepada anak. Salah satu sesajen yang digunakan dalam hajatan seperti sunatan adalah kupat leupeutantang angin yang diletakkan di atas nyiru (alat dari anyaman bambu) dan kemudian di 'aurkeun' (disebarkan atau dihembuskan angin). Ritual ini memiliki makna untuk menenangkan dan menyebarkan energi positif dalam kehidupan anak.

Integrasi Analisis Tradisi Lisan Dan Epigenetika Perilaku

Dari berbagai elemen ritual di Desa Nyalindung di Bandung Barat, tema besar yang dapat diangkat sebagai faktor utama dari epigenetika perilaku adalah pola asuh orang tua terhadap anak melalui harapan dan doa selama kehamilan, kelahiran, dan masa kanak-kanak hingga pubertas. Hal ini sejalan dengan pola asuh positif atau *positive parenting* yang menunjukkan perilaku hangat dan sensitif terhadap kebutuhan anak, menata lingkungan untuk memancing anak agar lebih proaktif, menetapkan batasan, dan menguatkan keyakinan anak dengan memberikan pilihan (Waller et al., 2015). Istilah yang digunakan untuk menggambarkan hubungan anak dengan pengasuhnya di mana ada rasa aman untuk menjelajah dunia, kedekatan, perlindungan, dan melihat pengasuh sebagai tempat mencari pertolongan dalam kondisi bahaya disebut dengan 'attachment' atau ikatan hubungan. Faktor perilaku maternal yang mempengaruhi ikatan hubungan yang kuat antara ibu dan bayi adalah sensitivitas, dukungan, kerja sama, dan aksesibilitas. Ikatan yang kuat ini berkontribusi terhadap perkembangan sosial, kognitif, dan perilaku anak sehingga terjadi regulasi emosi yang baik (Trombetta et al., 2021). Pada masyarakat di Bandung Barat, doa

di masa kehamilan (4 dan 7 bulan) dan saat kelahiran secara berulang kali dapat berperan sebagai *positive reinforcement* pada anak.

Mekanisme epigenetika perilaku lebih banyak ditelaah pada anak-anak karena di usia dini terjadi pertumbuhan otak dan perubahan epigenetik yang cepat dan dinamik. Dua tahun pertama kehidupan merupakan masa kritis untuk otak karena mudah dipengaruhi berbagai stimulus eksternal. Tekanan atau stres yang berat, kronik, sering dan kumulatif pada masa ini dapat menyebabkan aktivasi sistem respon stress tubuh pada aksis hipotalamus-pituitari-adrenal yang berkepanjangan sehingga menyebabkan berbagai gangguan perkembangan perilaku. Perubahan epigenetik berupa metilasi DNA juga ditemukan pada jaringan plasenta, darah tali pusat, darah bayi, dan *saliva* bayi *preterm* sehingga proses kehamilan dan kelahiran diduga menyebabkan perubahan epigenetika yang dapat menjadi permanen dalam masa hidup seorang individu. Perubahan-perubahan ini juga berpengaruh terhadap kognitif dan fungsi eksekutif otak, serta kemunculan penyakit di masa depan (Lester et al., 2022).

Berbagai studi epigenetika perilaku menunjukkan adanya dugaan hubungan antara pola pengasuhan yang kurang baik di masa kecil dengan risiko terbentuknya stres kronik dan gangguan psikologis yang diturunkan akibat adanya metilasi genetik yang terbentuk dari pengalaman negatif di masa kecil. Studi pada tikus menemukan adanya gangguan regulasi dan ekspresi gen akibat metilasi pada gen *HSD11B2* yang berdampak pada sistem perkembangan saraf pada keturunannya jika mendapat paparan stres kronik di masa kehamilan dalam bentuk pengkekangan (Peña et al., 2012). Metilasi pada gen *BDNF* juga ditemukan pada tikus dengan pola pengasuhan maternal yang buruk dan mendapatkan stress dari lingkungan sosial secara kronik atau jangka panjang yang dapat menyebabkan perilaku menyerupai depresi (Tsankova et al., 2006; Roth et al., 2009). Studi pada manusia menemukan adanya metilasi DNA pada promotor di lokus *NR3C1* yang dapat mengurangi ekspresi varian reseptor glukokortikoid yang diduga disebabkan oleh adanya pengalaman kekerasan, pelecehan, dan penelantaran di masa kecil (McGowan et al., 2009). Metilasi DNA di lokus yang sama pada tikus menyebabkan adanya gangguan respons terhadap stress yang bersifat jangka panjang (Witzmann et al., 2012).

Salah satu faktor risiko adanya gangguan *attachment* antara ibu dan anak, serta adanya penelantaran dan kekerasan dalam keluarga dan masyarakat setelah melahirkan adalah munculnya depresi pasca melahirkan atau *postpartum depression* (PPD). Depresi pascamelahirkan merupakan diagnosis mental yang biasa terjadi 4-6 minggu pascamelahirkan dengan gejala menyerupai *major depressive disorder* (MDD) seperti mood depresi, kehilangan ketertarikan dalam melakukan aktivitas yang sebelumnya disukai, gangguan tidur, gangguan nafsu makan, kehilangan energi, merasa bersalah atau tidak berharga, sulit konsentrasi, iritabilitas, kecemasan, dan pikiran bunuh diri. Prevalensinya dapat bervariasi dari 0.5% hingga 60% di berbagai daerah. Prevalensi ini lebih tinggi pada negara berkembang (5.2% hingga 74%). Konsekuensi dari PPD pada ibu melahirkan dapat mempengaruhi ibu, bayi, dan interaksi antara ibu dan bayi. Ibu yang mengalami PPD melaporkan tidak bahagia, lebih cemas, memiliki tingkat kualitas hidup yang lebih rendah, merasa stress, dan merasa hubungan dengan pasangan kurang baik dibandingkan dengan ibu yang tidak mengalami PPD. Pada anak dari ibu yang mengalami PPD, efek yang dapat terjadi adalah rendahnya kenaikan berat dan panjang badan, tingkat diare yang lebih tinggi dibandingkan dengan anak dari ibu yang nondepresi, gangguan pada pola tidur, gangguan perkembangan motorik bayi di usia 6-8 bulan, gangguan motorik kasar di usia 12 bulan dan motorik halus di usia 18 bulan, hambatan pada perkembangan kognitif anak, kemampuan berbahasa yang kurang di usia 36 bulan, tingkat kecemasan dan ketakutan yang lebih tinggi dibandingkan dengan anak dari ibu yang tidak mengalami PPD, gangguan perkembangan sosial, dan gangguan perilaku di usia 2 tahun. Dari sisi interaksi ibu dan anak, PPD di usia anak 2 bulan berhubungan dengan *insecure attachment* di usia bayi 2 dan 18 bulan. Banyak ibu dengan PPD yang berhenti menyusui lebih awal (Slomian et al., 2019). Gejala gangguan emosi, hiperaktivitas, serta gangguan perkembangan sosial pada anak juga ditemukan pada anak usia 5 tahun dari ibu yang mengalami gejala depresi di usia kehamilan 4

bulan (Yamada et al., 2022). Faktor risiko dari PPD adalah kehamilan lebih dari satu, kehamilan berisiko atau dengan komplikasi, tidak menyusui, usia muda (13-19 tahun), gangguan hormon, serta faktor sosial seperti dukungan emosional, finansial, intelektual, dan empati (Ghaedrahmati et al., 2017). Studi di Korea menunjukkan bahwa ibu melahirkan dengan dukungan sosial yang rendah atau menengah berdasarkan persepsi subjektif dari skala *The Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) memiliki risiko depresi pascamelahirkan yang lebih tinggi dibandingkan dengan ibu yang mendapat dukungan sosial yang tinggi (Cho et al., 2022). Konsumsi sayur, buah, makanan laut, dan susu ditemukan dapat mengurangi risiko PPD (Ghaedrahmati et al., 2017). Berbagai upacara yang dilakukan menjadi indikator dukungan komunitas pada ibu hamil dan melahirkan sehingga jika dieksekusi dengan itikad baik dapat membantu mengurangi risiko depresi pascamelahirkan pada ibu.

Mekanisme epigenetik selama pubertas juga memainkan peran penting dalam perkembangan otak dan perilaku, termasuk respons terhadap tantangan lingkungan. Perubahan epigenetik, seperti metilasi DNA dan modifikasi histon, dapat dipicu oleh faktor eksternal seperti stres kronis, paparan alkohol atau obat, serta aktivitas positif seperti olahraga. Misalnya, stres selama pubertas dapat memengaruhi ekspresi gen melalui metilasi reseptor glukokortikoid dan faktor pelepas kortikotropin, yang berdampak pada respons stres di masa dewasa. Perbedaan jenis kelamin juga memengaruhi kerentanan terhadap faktor ini, dengan perempuan cenderung mengalami perubahan jangka panjang pada neurogenesis dibandingkan laki-laki. Mekanisme epigenetik ini tidak hanya memengaruhi perkembangan normal, tetapi juga berkontribusi pada risiko gangguan neuropsikiatri, menjadikan pubertas sebagai periode kritis dalam pematangan sistem saraf (Morrison et al., 2014).

SIMPULAN

Ritual kehamilan, kelahiran, dan masa pubertas di Kabupaten Bandung Barat mencerminkan pola asuh positif yang berdampak pada epigenetika perilaku anak. Praktik seperti doa berulang pada usia kehamilan 4 dan 7 bulan serta saat kelahiran, selain memperkuat ikatan emosional antara orang tua dan anak, juga dapat berfungsi sebagai *positive reinforcement* yang membentuk regulasi emosi dan perkembangan kognitif anak. Dalam konteks epigenetik, ritual-ritual ini memberikan stimulus positif yang mendukung perubahan epigenetik yang sehat, terutama selama periode kritis perkembangan seperti dua tahun pertama kehidupan dan pubertas. Sebaliknya, tekanan atau stres berat selama periode ini, termasuk kurangnya dukungan sosial atau pola pengasuhan yang negatif, dapat memicu perubahan epigenetik seperti metilasi DNA yang berdampak pada regulasi stres dan risiko gangguan psikologis.

Ritual yang melibatkan komunitas juga menunjukkan pentingnya dukungan sosial dalam mengurangi risiko gangguan seperti depresi pascamelahirkan (PPD). PPD yang sering muncul akibat minimnya dukungan sosial dapat mengganggu hubungan ibu dan anak serta memengaruhi perkembangan anak secara keseluruhan. Upacara tradisional di Kabupaten Bandung Barat, yang dilakukan dengan tujuan memberikan dukungan emosional dan spiritual kepada ibu hamil dan melahirkan, berpotensi menjadi mekanisme perlindungan terhadap risiko ini. Selama masa pubertas, mekanisme epigenetik yang dipengaruhi oleh faktor lingkungan, seperti stres atau dukungan sosial, juga penting dalam mematangkan sistem saraf anak. Dengan demikian, ritual-ritual ini tidak hanya mencerminkan nilai budaya tetapi juga berperan sebagai intervensi preventif terhadap risiko gangguan perkembangan, sekaligus mendukung kesehatan mental dan fisik jangka panjang individu.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kajian ini ditulis berdasarkan hasil penelitian “*Pendataan tradisi lisan 5 ritual peralihan di Indonesia untuk dijadikan bahan referensi riset personalized medicine di masa depan*” yang didukung oleh Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset dan Teknologi melalui Direktorat Jendral Kebudayaan dalam program Dana Indonesiana dan LPDP.

Kami berterima kasih kepada rekan-rekan kami dari Chakra Cultural Foundation [Yayasan Duta Chakra Budaya] yang telah memberikan wawasan dan keahlian yang sangat membantu keberhasilan penelitian ini yaitu Sri Amanda, Ayu Poernamaningrum, Taufik Gunawan, Asri Wulandari, Wilita Putrinda dan Elena Zachnas.

Kami juga ingin menyampaikan rasa terima kasih kami kepada semua narasumber, tokoh adat dan masyarakat dari Desa Nyalindung, Kecamatan Cipatat di Kabupaten Bandung Barat yang bersedia kami wawancarai, telah membagikan pengetahuan tradisi lisannya dan mutiara kebijaksanaannya kepada tim kami. Semoga hasil penelitian ini bermanfaat bagi pelestarian budaya dan kesejahteraan masyarakat di Kabupaten Bandung Barat.

DAFTAR PUSTAKA

- Appadurai, A. (1996). *Modernity at Large: Cultural Dimensions of Globalization*. Minneapolis: University of Minnesota Press.
- Bell, C. (1992). *Ritual Theory, Ritual Practice*. New York: Oxford University Press.
- Berger, S. L., Kouzarides, T., Shiekhatar, R., & Shilatifard, A. (2009). An operational definition of epigenetics. *Genes & Development*, 23(7), 781-783.
- Cho, H., Lee, K., Choi, E., Cho, H. N., Park, B., Suh, M., Rhee, Y., & Choi, K. S. (2022). Author Correction: Association between social support and postpartum depression. *Scientific Reports*, 12(1), 3899. <https://doi.org/10.1038/s41598-022-08119-x>
- Creswell, J. W. (2013). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches* (4th ed.). SAGE Publications.
- Danandjaja, J. (2007). *Folklor Indonesia: Ilmu Gosip, Dongeng, dan Lain-Lain*. Jakarta: Pustaka Utama Grafiti.
- Durkheim, É. (1912). *The Elementary Forms of the Religious Life*. Translated by Joseph Ward Swain. London: George Allen & Unwin Ltd.
- Ember, C. R., & Ember, M. (2009). *Encyclopedia of Medical Anthropology: Health and Illness in a Biocultural Context*. Springer.
- Feinberg, A. P. (2007). Phenotypic plasticity and the epigenetics of human disease. *Nature*, 447(7143), 433-440.
- Geertz, C. (1973). *The Interpretation of Cultures*. New York: Basic Books.
- Ghaedrahmati, M., Kazemi, A., Kheirabadi, G., Ebrahimi, A., & Bahrami, M. (2017). Postpartum depression risk factors: A narrative review. *Journal of Education and Health Promotion*, 6(1), 60. https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_9_16
- Gluckman, P. D., Hanson, M. A., & Beedle, A. (2009). *Developmental Origins of Health and Disease*. Cambridge University Press.
- Iskandar, J. (2012). "Wayang Golek sebagai Media Pendidikan Karakter." *Jurnal Kebudayaan dan Seni Tradisional*, 5(3), 45-58.
- Koentjaraningrat. (2007). *Pengantar Ilmu Antropologi (Edisi Revisi)*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Lester BM, Camerota M, Everson TM. The emergence of developmental behavioral epigenomics. *Epigenomics*. 2022 May;14(9):499-502. doi: 10.2217/epi-2022-0065.
- Malinowski, B. (1948). *Magic, Science and Religion and Other Essays*. Glencoe, IL: Free Press.
- Mathers, J. C., Strathdee, G., & Relton, C. L. (2010). Induction of epigenetic alterations by dietary and other environmental factors. *Advances in Genetics*, 71, 3-39.

- McGowan P. O., Sasaki A., D'aleccio A. C., Dymov S., Labonté B., Szyf M., Turecki G., & Meaney M. J. (2009). Epigenetic regulation of the glucocorticoid receptor in human brain associates with childhood abuse. *Nat. Neurosci*, 12, 342–348. doi: 10.1038/nn.2270.
- Morrison, K. E., Rodgers, A. B., Morgan, C. P., & Bale, T. L. (2014). Epigenetic mechanisms in pubertal brain maturation. *Neuroscience*, 264, 17–24. <https://doi.org/10.1016/j.neuroscience.2013.11.014>
- Pang, Y.-Y., Lu, R. J.-H., & Chen, P.-Y. (2019). Behavioral Epigenetics: Perspectives Based on Experience-Dependent Epigenetic Inheritance. *Epigenomes*, 3(3). <https://doi.org/10.3390/epigenomes3030018>
- Peña, C. J., Monk, C., & Champagne, F. A. (2012). Epigenetic effects of prenatal stress on 11 β -hydroxysteroid dehydrogenase-2 in the placenta and fetal brain. *PLoS ONE*, 7(6), e39791. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0039791>
- Powlledge, T. M. (2011). Behavioral Epigenetics: How Nurture Shapes Nature. *BioScience*, 61(8), 588–592. <https://doi.org/10.1525/bio.2011.61.8.4R>
- Rappaport, R. A. (1999). *Ritual and Religion in the Making of Humanity*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Roth, T. L., Lubin, F. D., Funk, A. J., & Sweatt, J. D. (2009). Lasting epigenetic influence of early-life adversity on the BDNF gene. *Biological Psychiatry*, 65(9), 760–769. <https://doi.org/10.1016/j.biopsych.2008.11.028>
- Slomian, J., Honvo, G., Emonts, P., Reginster, J.-Y., & Bruyère, O. (2019). Consequences of maternal postpartum depression: A systematic review of maternal and infant outcomes. *Women's Health*, 15, 174550651984404. <https://doi.org/10.1177/1745506519844044>
- Trombetta, T., Giordano, M., Santoniccolo, F., Vismara, L., Della Vedova, A. M., & Rollè, L. (2021). Pre-natal Attachment and Parent-To-Infant Attachment: A Systematic Review. *Frontiers in Psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.620942>
- Tsankova, N. M., Berton, O., Renthal, W., Kumar, A., Neve, R. L., & Nestler, E. J. (2006). Sustained hippocampal chromatin regulation in a mouse model of depression and antidepressant action. *Nature Neuroscience*, 9(4), 519–525. <https://doi.org/10.1038/nn1659>
- Turner, V. (1969). *The Ritual Process: Structure and Anti-Structure*. Chicago: Aldine Publishing.
- Waller, R., Gardner, F., Dishion, T., Sitnick, S. L., Shaw, D. S., Winter, C. E., & Wilson, M. (2015). Early Parental Positive Behavior Support and Childhood Adjustment: Addressing Enduring Questions with New Methods. *Social Development*, 24(2), 304–322. <https://doi.org/10.1111/sode.12103>
- Witzmann, S. R., Turner, J. D., Mériaux, S. B., Meijer, O. C., & Muller, C. P. (2012). Epigenetic regulation of the glucocorticoid receptor promoter 17 in adult rats. *Epigenetics*, 7(11), 1290–1301. <https://doi.org/10.4161/epi.22363>
- Yamada, M., Tanaka, K., Arakawa, M., & Miyake, Y. (2022). Perinatal maternal depressive symptoms and risk of behavioral problems at five years. *Pediatric Research*, 92(1), 315–321. <https://doi.org/10.1038/s41390-021-01719-9>