

Transformasi Ajaran Pendidikan Agama Hindu Dalam Membangun Keseimbangan Intelekt, Moral, dan *Spiritual* Siswa di UWP Vidya Wisata Kubutambahan

I Nyoman Raka, Ni Rai Vivien Pitriani*

Sekolah Tinggi Agama Hindu Negeri Mpu Kuturan Singaraja, Indonesia

*vivinpitriani50@gmail.com

Abstract

This research aims to examine the transformation of Hindu religious teachings in fostering intellectual, moral, and spiritual balance among students at UWP Vidya Wisata Kubutambahan. The study employs a qualitative approach with a case study method. Data were collected through in-depth interviews, participant observation, documentation, and focused group discussions with subjects including students, teachers, the principal, and Hindu religious education program managers. The findings indicate that the integration of Hindu religious values into the school schedule at UWP Vidya Wisata Kubutambahan is implemented through specific Hindu religious subjects, the application of values in other subjects, and extracurricular activities. Teachers play a crucial role in this transformation process through training and a holistic approach that combines cognitive, affective, and psychomotor aspects. The impact of integrating Hindu religious values is reflected in students' increased intellectual understanding of Hindu teachings, the strengthening of moral values such as honesty and responsibility, and spiritual balance characterized by heightened spiritual awareness and stress management abilities. However, the research also identifies challenges such as resistance to change, limited resources, and diverse student backgrounds that affect program implementation. Based on these findings, it is recommended to continue developing a curriculum that integrates Hindu values more comprehensively, enhance teacher training, and provide more supportive resources and facilities. This is expected to make the transformation of Hindu religious teachings more effective in building intellectual, moral, and spiritual balance among students at UWP Vidya Wisata Kubutambahan.

Keywords: *Transformation of Hindu Religious Teachings; Intellectual Balance; Moral; Spiritual; Hindu Religious Education*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji transformasi ajaran agama Hindu dalam membangun keseimbangan intelektual, moral, dan *spiritual* siswa di UWP Vidya Wisata Kubutambahan. Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kualitatif dengan studi kasus. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam, *observasi* partisipatif, dokumentasi, dan diskusi kelompok terfokus dengan subjek penelitian yang meliputi siswa, guru, kepala sekolah, dan pengelola program pendidikan agama Hindu. Hasil penelitian menunjukkan bahwa integrasi nilai-nilai ajaran agama Hindu dalam jadwal pembelajaran di UWP Vidya Wisata Kubutambahan dilakukan melalui mata pelajaran khusus agama Hindu, penerapan nilai-nilai dalam mata pelajaran lain, dan kegiatan ekstrakurikuler. Guru berperan penting dalam proses transformasi ini melalui pelatihan dan pendekatan holistik yang menggabungkan aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik. Dampak dari integrasi nilai-nilai ajaran agama Hindu ini terlihat dalam peningkatan pemahaman intelektual siswa terhadap ajaran Hindu, penguatan nilai-nilai moral seperti kejujuran dan tanggung jawab, serta keseimbangan *spiritual* yang ditandai dengan

peningkatan kesadaran spiritual dan kemampuan mengelola stres. Namun, penelitian ini juga menemukan tantangan seperti resistensi terhadap perubahan, keterbatasan sumber daya, dan perbedaan latar belakang siswa yang mempengaruhi implementasi program. Berdasarkan temuan ini, direkomendasikan untuk terus mengembangkan kurikulum yang mengintegrasikan nilai-nilai Hindu secara lebih menyeluruh, meningkatkan pelatihan bagi guru, dan menyediakan lebih banyak sumber daya serta fasilitas pendukung. Dengan demikian, diharapkan transformasi ajaran agama Hindu dapat lebih efektif dalam membangun keseimbangan intelektual, moral, dan spiritual siswa di UWP Vidya Wisata Kubutambahan.

Kata Kunci: Transformasi Ajaran Agama Hindu; Keseimbangan Intelektual; Moral; *Spiritual*; Pendidikan Agama Hindu

Pendahuluan

Pendidikan merupakan salah satu aspek *fundamental* dalam perkembangan manusia yang tidak hanya bertujuan untuk mengembangkan intelektualitas tetapi juga membentuk karakter moral dan *spiritual*. Dalam konteks pendidikan agama Hindu, ajaran-ajaran Hindu memiliki peran penting dalam membangun keseimbangan antara intelektualitas, moralitas, dan spiritualitas siswa. Transformasi ajaran agama Hindu dalam sistem pendidikan menjadi krusial untuk menciptakan individu yang tidak hanya cerdas secara akademis, tetapi juga berintegritas dan memiliki kesadaran *spiritual* yang tinggi.

Era Globalisasi yang semakin canggih, mengharuskan pemerintah untuk membuka peran serta masyarakat dalam meningkatkan kualitas pendidikan keagamaan Hindu bagi peserta didik. Dengan dikeluarkannya Peraturan menteri Agama No 56 Tahun 2014 tentang pendidikan keagamaan yang selanjutnya mendapatkan perubahan dalam Peraturan Menteri Agama No 10 tahun 2020, pemerintah membawa harapan besar akan perkembangan Pendidikan keagamaan. Ditengah gencarnya keinginan pemerintah untuk dapat menyelenggarakan pendidikan berbasis Pasraman sampai dengan saat ini masih minim ditemukan pasraman formal yang ada di Bali.

Minimnya Pasraman *formal* memunculkan kekhawatiran dari para pendidik dan tokoh agama akan munculnya dampak kurangnya pemahaman generasi muda terhadap nilai-nilai pendidikan agama Hindu, dan hilangnya karakter para generasi muda. Maka dipandang perlu untuk menguatkan sistem pembelajaran yang ada pada Pasraman *formal* di Bali saat ini. Pendidikan pada pasraman *formal* di Bali memiliki karakteristik yang khas, mencerminkan kearifan lokal, budaya, dan tradisi keagamaan Hindu Bali. Pasraman *formal* di Bali umumnya mengacu pada lembaga pendidikan yang menyediakan pelajaran agama Hindu serta pengetahuan umum yang didasarkan pada sistem tradisional.

Pendidikan pasraman *formal* di Bali memiliki banyak aspek positif, terutama dalam hal menjaga dan mengajarkan nilai-nilai keagamaan serta tradisi budaya Bali. Namun, untuk menjawab tantangan zaman, pasraman perlu beradaptasi dengan kebutuhan pendidikan global yang lebih luas, seperti mengintegrasikan teknologi, keterampilan praktis, dan pengajaran tentang toleransi. Pembaharuan dalam kurikulum, peningkatan fasilitas, dan pelatihan guru harus dilakukan untuk memastikan bahwa pendidikan di pasraman tidak hanya mempertahankan budaya Bali, tetapi juga memberikan kesempatan bagi siswa untuk berkembang dan bersaing di era globalisasi, hal ini harus menjadi perhatian bagi semua pasraman *formal* yang ada di Bali.

UWP Vidya Wisata yang berada di Kubutambahan Buleleng merupakan Pasraman *formal* yang setara SMA, Penerapan ajaran agama Hindu Pada UWP Vidya Wisata dalam kurikulum pendidikan telah menjadi bagian *integral* dari proses pengajaran dan pembelajaran. UWP Vidya Wisata Kubutambahan berkomitmen untuk

mengintegrasikan nilai-nilai Hindu dalam setiap aspek pendidikan, baik melalui mata pelajaran khusus maupun melalui kegiatan ekstrakurikuler dan lingkungan sekolah yang mendukung pengembangan karakter siswa.

Pembentukan karakter siswa yang baik akan terlihat dari keseimbangan antara aspek intelek, moral, dan *spiritual* yang menjadi tujuan utama dari pendidikan holistik. Pendidikan intelektual yang kuat tanpa disertai dengan pendidikan moral dan *spiritual* dapat menghasilkan individu yang cerdas namun kurang beretika dan tidak memiliki kesadaran sosial. Sebaliknya, pendidikan yang hanya fokus pada aspek moral dan *spiritual* tanpa memperhatikan perkembangan intelektual dapat menghambat kemampuan siswa untuk berkompetisi dan berkontribusi secara optimal dalam masyarakat yang semakin kompleks khususnya dalam bidang Pendidikan Agama Hindu.

Winanti (2021) dalam penelitiannya yang berjudul pasraman sebagai upaya peningkatan mutu pendidikan berbasis budaya dan *spiritual* menyatakan bahwa pendidikan agama Hindu menghendaki perubahan tingkah laku secara menyeluruh, utuh, dan *integral* yang meliputi seluruh aspek (potensi) yang ada pada diri manusia, baik dimensi *spiritual*, emosional, kecakapan maupun fisik, karena manusia merupakan makhluk hidup yang paling utama di antara makhluk hidup ciptaan Tuhan lainnya. Pendidikan pasraman dengan pola pendidikan dan kurikulumnya yang khas memberikan kontribusi yang nyata dalam upaya meningkatkan mutu Pendidikan nasional dan upaya pembangunan karakter bangsa.

Naraditya & Paramarta (2021) dalam penelitiannya yang berjudul peran pasraman sebagai lembaga pendidikan *formal* dalam membentuk karakter *religius* peserta didik menyatakan bahwa Kegiatan Pasraman, sebagai lembaga pendidikan *formal*, merupakan upaya untuk memberikan Pendidikan dan pembinaan kepada generasi muda Hindu dalam bentuk yang sederhana sesuai dengan adat istiadat, tradisi, dresta, kondisi setempat, dan tata kesepakatan yang dilakukan oleh para tokoh, pemuka agama, sesepuh dan pemuka masyarakat lainnya yang terlibat dalam aktivitas pasraman agama Hindu.

Dengan adanya pasraman *formal* memiliki peran yang sangat penting dalam menanamkan karakter religius peserta didik yang mungkin kurang atau bahkan tidak di dapatkan di sekolah *formal* pada umumnya. Dua penelitian dalam artikel diatas memberikan penguatan bahwa Pasraman sebagai lembaga pendidikan formal memainkan peran krusial dalam mendidik dan membina generasi muda Hindu. Pasraman *formal* berperan sebagai pelengkap pendidikan yang lebih holistik, yang menekankan pembentukan karakter dan kedalaman *spiritual* bagi generasi muda Hindu, Sehingga pendidikan di pasraman dipandang sebagai suatu jalan yang strategis dalam meningkatkan mutu pendidikan Hindu dan pendidikan nasional.

Melihat fungsi pasraman *formal* maka sangat penting dilakukan transformasi ajaran Hindu dalam konteks Pendidikan. Transformasi ajaran agama Hindu dalam konteks pendidikan mencakup penyesuaian dan penerapan nilai-nilai dan prinsip-prinsip Hindu dalam metode pengajaran dan materi pembelajaran. Nilai-nilai seperti *dharma* (kebenaran dan kewajiban), *ahimsa* (tanpa kekerasan), *karma* (tindakan dan konsekuensinya), serta *bhakti* (pengabdian) harus diintegrasikan dalam kurikulum untuk membangun karakter siswa yang utuh. Di UWP Vidya Wisata Kubutambahan, upaya transformasi ini dilakukan melalui berbagai program dan kegiatan.

Pembelajaran berbasis proyek yang mengajak siswa untuk mengaplikasikan nilai-nilai Hindu dalam kehidupan sehari-hari, misalnya, menjadi salah satu metode yang efektif. Selain itu, kegiatan seperti upacara keagamaan, diskusi kelompok tentang teks-teks suci Hindu, dan program pelayanan masyarakat juga menjadi bagian penting dari proses pendidikan di sekolah ini. Dalam melaksanakan transformasi ajaran agama Hindu, terdapat berbagai tantangan yang dihadapi oleh UWP Vidya Wisata Kubutambahan.

Tantangan ini termasuk resistensi terhadap perubahan, keterbatasan sumber daya, serta kebutuhan untuk terus menyesuaikan metode pengajaran dengan perkembangan zaman. Namun, terdapat pula peluang besar untuk menciptakan model pendidikan yang inovatif dan holistik, yang dapat menjadi contoh bagi institusi pendidikan lainnya. Pentingnya artikel ini untuk diulas, dan menjadi tujuan penulisan artikel ini adalah mengeksplorasi lebih lanjut tentang bagaimana transformasi ajaran agama Hindu di UWP Vidya Wisata Kubutambahan untuk dapat membangun keseimbangan intelektual, moral, dan *spiritual* siswa. Dengan memahami praktik-praktik terbaik dan tantangan yang dihadapi, diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi nyata bagi pengembangan pendidikan agama Hindu di Indonesia.

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus untuk memahami secara mendalam bagaimana transformasi ajaran agama Hindu diterapkan di UWP Vidya Wisata Kubutambahan dan dampaknya terhadap keseimbangan intelektual, *moral*, dan *spiritual* siswa. Lokasi penelitian adalah UWP Vidya Wisata Kubutambahan, sebuah *institusi* pendidikan yang berkomitmen mengintegrasikan nilai-nilai agama Hindu dalam proses pembelajaran. Subjek penelitian meliputi siswa, guru, kepala sekolah, dan pengelola program pendidikan agama Hindu di sekolah ini. Dilakukan wawancara terhadap guru agama Hindu, kepala sekolah, dan siswa untuk memperoleh pemahaman mendalam tentang pelaksanaan dan dampak transformasi ajaran agama Hindu. Wawancara juga melibatkan pengelola program untuk mengetahui strategi dan kendala yang dihadapi dalam penerapan nilai-nilai Hindu. Peneliti melakukan *observasi* langsung pada kegiatan pembelajaran, upacara keagamaan, dan kegiatan ekstrakurikuler yang berkaitan dengan ajaran agama Hindu. *Observasi* fokus pada bagaimana nilai-nilai Hindu diterapkan dalam berbagai aktivitas dan bagaimana siswa merespon serta menginternalisasi nilai-nilai tersebut. Pengumpulan data melalui dokumen-dokumen resmi seperti kurikulum, silabus, rencana pembelajaran, dan laporan kegiatan sekolah. Analisis terhadap buku teks dan bahan ajar yang digunakan dalam pendidikan agama Hindu. Dilakukan diskusi dengan kelompok siswa dan guru untuk membahas pengalaman, persepsi, dan pandangan mereka tentang transformasi ajaran agama Hindu di sekolah. Analisis data dilakukan dengan metode analisis tematik, yang melibatkan langkah-langkah Pengumpulan data, Pengkodean, Kategorisasi, Interpretasi. Untuk memastikan validitas dan reliabilitas penelitian, digunakan teknik triangulasi data, yaitu menggabungkan hasil dari berbagai sumber data (wawancara, *observasi*, dokumentasi, dan diskusi kelompok terfokus).

Hasil dan Pembahasan

1. Transformasi Nilai Agama Hindu ke Dalam Jadwal Pembelajaran di Pasraman

UWP Vidya Wisata Kubutambahan adalah Pasraman *formal* yang merupakan lembaga pendidikan yang berperan penting dalam mengajarkan dan menanamkan nilai-nilai agama Hindu kepada siswa. Transformasi nilai-nilai agama Hindu ke dalam jadwal pembelajaran di UWP Vidya Wisata tidak hanya sekadar pengajaran teori agama, melainkan juga mengintegrasikan ajaran tersebut dalam kehidupan sehari-hari siswa sehingga dapat membentuk keseimbangan intelektual, moral, dan *spiritual* mereka. Tidak ada perbedaan signifikan antara jadwal pasraman UWP Kubutambahan dengan jadwal pasraman lain pada umumnya di Bali. Transformasi nilai agama Hindu dalam pembelajaran di UWP Vidya Wisata didasarkan pada konsep *Tri Hita Karana*, yang mencakup *Parahyangan* (Hubungan manusia dengan Tuhan), *Pawongan* (Hubungan antar sesama manusia) dan *Palemahan* (Hubungan manusia dengan alam).

Konsep ini tercermin dalam setiap jadwal pembelajaran dan aktivitas di UWP, sehingga siswa tidak hanya memperoleh pengetahuan teologis tetapi juga dapat menerapkannya dalam kehidupan sosial dan ekologi. Perbedaan yang menonjol ditemukan pada penekanan pembelajaran yang lebih menyeimbangkan penanaman ajaran agama Hindu, yang tidak sebatas penguasaan materi, namun juga mengedepankan latihan, atau praktik (Julaecha, 2019). Nilai-nilai utama dalam ajaran Hindu yang ditransformasikan ke dalam jadwal pembelajaran di UWP Vidya Wisata Kubutambahan meliputi nilai *Satya* (kebenaran), *Dharma* (kewajiban moral), *Ahimsa* (tanpa kekerasan), *Karma Phala* (hukum sebab-akibat) dan nilai *Tat Twam Asi* (kesatuan dengan semua makhluk).

Mata pelajaran di UWP Vidya Wisata Kubutambahan mengintegrasikan ajaran agama Hindu dalam setiap komponennya yaitu transformasi nilai Hindu dalam mata pelajaran, 1). Teologi dan Filosofi Hindu yang berfokus pada pengajaran *Veda*, *Upanishad*, dan konsep-konsep penting dalam ajaran Hindu yang menjadi landasan moral, 2). Etika dan Moral Hindu dengan mengajarkan bagaimana menerapkan nilai-nilai seperti *Dharma* dan *Satya* dalam kehidupan sehari-hari, termasuk hubungan dengan sesama manusia, makhluk hidup lain, dan lingkungan, 3). Yoga dan Meditasi dengan memberikan pelatihan praktis kepada siswa dalam upaya mencapai keseimbangan *spiritual* dan mental, yang menjadi bagian penting dalam ajaran Hindu untuk kesehatan jiwa, 4) Sejarah dan Kebudayaan Hindu dengan mengajarkan sejarah perkembangan Hindu, baik secara global maupun di Nusantara, serta bagaimana ajaran ini telah membentuk kebudayaan dan tradisi setempat.

Pembelajaran yang diterapkan harus mampu mengaitkan teori dengan praktek dalam kehidupan nyata, baik dalam aktivitas ibadah, sosial, maupun alam. Transformasi nilai agama selain dalam jadwal di dalam kelas *formal*, nilai-nilai agama Hindu juga harus diterapkan dalam kegiatan ekstra kurikuler dan upacara keagamaan yaitu siswa diharuskan mengikuti ritual seperti *Tri Sandhya* (sembahyang tiga kali sehari) atau upacara Piodalan di pura yang ada di areal sekolah. Pembuatan banten piodalan juga dibuat oleh siswa dan guru dengan memperkenalkan dan memberlakukan konsep ngayah. Kegiatan ini bukan hanya sekadar formalitas, tetapi menjadi sarana penguatan nilai-nilai *spiritual*.

Siswa yang mendapatkan materi pelajaran Yoga misalnya, tidak saja diajarkan apa itu yoga secara teoritis, namun diajarkan yoga ke dalam bentuk praktik. Demikian halnya untuk mata pelajaran acara, dan etika. Selain mendapatkan acara dan etika secara konsep teori, siswa pasraman diajak praktik, atau latihan membuat *upakara* sesuai tradisi umat Hindu di Bali, sesuai dengan etika yang ada. Bahkan yang tidak ketinggalan adalah siswa diajak memahami esensi dari setiap mata pelajaran, baik etika maupun upakara dalam praktik kehidupan sehari-hari. Sebagai pasraman *formal*, UWP Kubutambahan menawarkan mata pelajaran pendidikan *formal* pada umumnya.

Siswa mendapat pelajaran bahasa Indonesia, matematika, bahasa *Inggris*, penjas, IPS, PKN, dan lain lain, sebagai kompetensi dasar yang harus dimiliki lulusan siswa pasraman (Muflihini, 2017). Untuk mendukung kompetensi ke-Hindu-an, ajaran agama Hindu ditransformasikan ke dalam jadwal pelajaran. Sejumlah materi ke-Hinduan yang ditransformasikan ke dalam jadwal ini adalah mata pelajaran weda, bahasa kawi, bahasa samskerta, etika, yoga, dan lain lain. Supartini (wawancara, 30 Mei 2023) selaku wakil kepala pasraman bidang akademik menjelaskan:

Karakteristik ke-Hindu-an lulusan UWP menjadi kompetensi inti yang mewarnai kompetensi *formal* lulusan UWP ini. Artinya lulusan kami tidak saja dibuat untuk cerdas secara intelektual, namun yang tidak kalah penting adalah membuat lulusan yang cerdas secara moral dan *spiritual*, serta memiliki kompetensi etika khas

Hindu. Untuk itu kami berusaha berkoordinasi dengan setiap guru yang memegang pelajaran agama Hindu, agar menekankan keseimbangan teori dan praktik, jadi pelajaran agama Hindu di tempat ini lebih membutuhkan dukungan pendekatan pembelajaran kontekstual.

Pendekatan kontekstual dalam pelaksanaan pembelajaran di pasraman, tidak sebatas memberikan contoh-contoh di lingkungan pasraman. Praktik pembelajaran berbasis pendekatan kontekstual, yang dilakukan di pasraman adalah, siswa diajak praktik langsung, mempraktikkan teori yang ada sesuai dengan tradisi yang ada di lingkungan masyarakat pasraman, yakni masyarakat Kubutambahan. Dengan demikian lulusan UWP betul-betul memiliki kompetensi untuk itu. Selain pelaksanaan pembelajaran dilakukan juga evaluasi pembelajaran. Evaluasi Pembelajaran di pasraman *formal* tidak hanya berdasarkan pencapaian akademis, tetapi juga berdasarkan sikap dan perilaku siswa yang mencerminkan nilai-nilai agama Hindu.

Penilaian yang dilakukan di UWP Vidya Wisata meliputi Keterlibatan dalam kegiatan *spiritual*, kemampuan memahami dan menerapkan nilai-nilai Hindu, dan Etika dalam berinteraksi dengan sesama dan lingkungan. UWP Vidya Wisata Kubutambahan juga melaksanakan kerja sama dengan keluarga dan masyarakat untuk memastikan bahwa nilai-nilai yang diajarkan di sekolah dapat dilanjutkan di rumah dan lingkungan sosial siswa. Dengan demikian, pendidikan agama Hindu yang diberikan di sekolah menjadi lebih komprehensif dan berkesinambungan. Di era modern ini, transformasi nilai Hindu juga mengakomodasi penggunaan teknologi sebagai sarana pembelajaran. Materi agama Hindu yang diberikan di UWP Vidya Wisata juga diintegrasikan dalam platform digital yang mudah diakses oleh siswa.

Penggunaan aplikasi dan media sosial juga dapat menjadi alat untuk memperkuat pembelajaran agama di luar kelas *formal*, seperti bahan ajar melalui yang diakses di *youtube*, *flipbook* dan lain sebagainya. Jadwal pembelajaran di UWP Vidya Wisata Kubutambahan disusun secara sistematis berdasarkan kurikulum yang mencakup berbagai aspek kehidupan *spiritual*, moral, dan intelektual siswa. Kurikulum yang digunakan bersifat dinamis, menyesuaikan dengan kebutuhan zaman tanpa kehilangan esensi dari nilai-nilai agama Hindu yang diajarkan di UWP Vidya Wisata Kubutambahan. Dengan pendekatan holistik ini, transformasi nilai agama Hindu dalam jadwal pembelajaran di UWP Vidya Wisata Kubutambahan akan mampu menciptakan generasi yang tidak hanya cerdas secara intelektual, tetapi juga memiliki kedalaman *spiritual* dan moral yang kuat.

2. Implementasi Pembelajaran di UWP Kubutambahan

Hasil pengamatan atas praktik pembelajaran mata kuliah yoga, acara dan etika menemukan data sebagai berikut, mata ajar yoga diberikan untuk semua angkatan. Kelas X, XI, XII mendapat mata ajar yoga selama dua jam dalam seminggu, pelajaran teori dan praktik yoga dilakukan setiap minggu ketiga. Mata pelajaran yoga tergolong mata pelajaran yang cukup diminati oleh siswa pasraman (Sari, 2018). Selain sebagai mata pelajaran yang diberikan secara teori, mata pelajaran yoga tergolong mata pelajaran olah raga, olah pikiran dan olah hati (Widya, 2017). Para siswa mampu memahami gerak latihan sebagai konstruksi pemahaman sendiri. Dipahami pula bahwa mata ajar yoga cukup baik untuk kesehatan mental (Kim, 2016). Putri (wawancara, 30 Mei 2023) salah seorang siswa pasraman menyatakan.

Yoga adalah olah raga yang menggabungkan latihan pernafasan, dengan meditasi ke dalam bentuk pose gerakan, yang berujung pada latihan fokus pikiran dan ketenangan. Hal ini terjadi karena melalui latihan yoga dapat memberikan efek relaksasi dan dapat mengurangi stres.

Pernyataan Putri di atas menunjukkan bahwa siswa yang melaksanakan latihan yoga telah merasakan manfaat kesehatan yang ditimbulkan melalui latihan yoga. Melalui pembelajaran yoga yang dilakukan secara teori selama tiga minggu dalam sebulan menerima teori yoga, dan setiap minggu ketiga siswa melakukan praktik yoga, cukup efektif menjaga keseimbangan diri sebagai indikator keseimbangan intelek, emosi dan *spiritual* siswa (Rakhshae, 2011).



Gambar 1. Pelaksanaan Pembelajaran dan Praktek Yoga

Selain pembentukan keseimbangan pikiran, rasa dan *spiritual*, melalui mata ajar yoga, siswa dapat membangun keseimbangan intelek, rasa dan *spiritual* melalui mata pelajaran acara (Pujiastuti, 2015). Siswa di UWP juga melaksanakan dan antusias dalam mata pelajaran acara. Wantari (wawancara, 30 Mei 2023) selaku guru yang mengampu mata pelajaran acara menjelaskan.

Untuk mata pelajaran acara yang saya ampu dengan menekankan praktik berpacara, teori secara konsep saya berikan sebagai pengantar untuk bisa dijadikan acuan praktik. Pemahaman teori lebih pada acuan melakukan praktik berpacara. Dengan cara seperti itu, anak belajar praktis, bukan teoritis belaka. Pola ini lebih disukai oleh siswa.

Paparan Wantari terkait mata pelajaran acara relatif sama dengan paparan Suparti selaku guru yang memegang mata pelajaran yoga. Dua guru ini menekankan pentingnya kompetensi lulusan melalui pembelajaran berbasis pendekatan praktik. Pelajaran acara secara teori, sebagai pengantar kemudian siswa diajak latihan membuat upakara yang dibutuhkan dalam upacara, versi tradisi masyarakat lingkungan Kubutambahan. Dengan demikian, anak dapat merasakan betul, bagaimana beracara di Kubutambahan, mulai dari menentukan hari baik, mempersiapkan upakara, atau sesaji, sampai dengan melaksanakan upacara versi kubutambahan. Pola pembelajaran acara di pasraman melalui praktek, lebih mengantarkan lulusan untuk mencapai kompetensinya (Asmani & Ma'mur, 2009).



Gambar 2. Pelaksanaan Praktek Acara

Pelaksanaan *ngayah majejaitan* dalam persiapan upacara *Yadnya* di Utama Widya Pasraman (UWP) Vidya Wisata Kubutambahan memegang peranan penting dalam pengembangan nilai-nilai *spiritual* dan sosial bagi siswa. Tradisi ini bukan hanya sebatas mempersiapkan sarana upacara, tetapi juga merupakan salah satu wujud nyata implementasi ajaran agama Hindu dalam kehidupan sehari-hari siswa. Beberapa manfaat penting dari pelaksanaan tradisi *ngayah majejaitan* di UWP Vidya Wisata Kubutambahan yang disebutkan oleh Suparti (2023) dalam hasil wawancara yaitu:

a. Pendidikan *Spiritual* yang Mendalam

Ngayah majejaitan melibatkan siswa dalam kegiatan *spiritual* yang memberikan pemahaman lebih dalam tentang ajaran agama Hindu. Melalui aktivitas ini, siswa diajarkan untuk berbakti kepada Tuhan melalui tindakan nyata, dengan niat tulus dan ikhlas. Kegiatan ini memperkuat hubungan *spiritual* siswa dengan Tuhan serta menanamkan nilai-nilai penting seperti *karma yoga* (pengabdian tanpa pamrih) dan *bhakti* (pengabdian kepada Tuhan).

b. Pembelajaran Nilai Gotong Royong dan Solidaritas

Pelaksanaan *ngayah majejaitan* di UWP Vidya Wisata Kubutambahan mendorong siswa untuk bekerja sama dalam satu tujuan, yaitu mempersiapkan sarana upacara keagamaan. Kegiatan ini dapat memperkuat rasa gotong royong dan kebersamaan di antara siswa, guru, dan pegawai. Siswa belajar untuk saling membantu, berbagi tanggung jawab, dan menghormati peran setiap individu dalam persiapan upacara.

c. Pelestarian Budaya Hindu Bali

Ngayah majejaitan di UWP Vidya Wisata juga menjadi bagian dari upaya melestarikan warisan budaya Bali yang kaya. Dengan melibatkan siswa dalam pembuatan *jejaitan* (sarana upacara), sekolah berperan aktif dalam mempertahankan dan mewariskan tradisi keagamaan dan keterampilan membuat *jejaitan* kepada generasi muda. Siswa tidak hanya belajar secara teoritis, tetapi juga terlibat secara langsung dalam praktik budaya.

d. Pengembangan Keterampilan dan Kreativitas

Salah satu aspek penting dari *ngayah majejaitan* adalah pengembangan keterampilan teknis dalam membuat *jejaitan*. Siswa belajar membuat *canang*, *banten*, dan sarana upacara lainnya yang memerlukan ketelitian, kesabaran, dan kreativitas. Keterampilan ini tidak hanya berguna dalam konteks upacara keagamaan, tetapi juga mengasah kemampuan siswa dalam bekerja secara detail dan menghasilkan karya yang indah dan bermakna.

e. Penanaman Nilai Keikhlasan dan Disiplin

Ngayah majejaitan mengajarkan siswa untuk bekerja dengan keikhlasan tanpa mengharap imbalan materi. Ini adalah refleksi dari ajaran *karma phala*, di mana siswa diajarkan bahwa setiap tindakan yang dilakukan dengan ikhlas akan memberikan hasil yang baik. Selain itu, siswa dilatih untuk disiplin dalam menyelesaikan tugas mereka, bekerja secara kolektif, dan menjaga ketertiban selama persiapan upacara.

f. Penguatan Pendidikan Karakter

Tradisi *ngayah majejaitan* memberikan ruang bagi pendidikan karakter yang berfokus pada pengembangan nilai-nilai moral. Siswa belajar pentingnya saling menghargai, bekerja keras, dan menunjukkan tanggung jawab dalam setiap tugas yang mereka emban. Ini selaras dengan tujuan utama pendidikan di UWP Vidya Wisata, yaitu membentuk siswa yang tidak hanya cerdas secara intelektual, tetapi juga memiliki moral dan karakter yang kuat.

g. Meningkatkan Rasa Syukur dan Rendah Hati

Melalui *ngayah majejaitan*, siswa diajarkan untuk bersyukur atas kesempatan yang diberikan untuk berpartisipasi dalam kegiatan keagamaan dan sosial. Kegiatan ini juga

mengajarkan siswa untuk rendah hati dalam melayani Tuhan dan masyarakat. Rasa syukur ini tercermin dalam tindakan sederhana namun bermakna, seperti membuat sarana upacara dengan sepenuh hati dan dedikasi.

h. Mempersiapkan Mental dan *Spiritual* Menjelang Upacara

Ngayah majejaitan berperan sebagai bentuk persiapan mental dan *spiritual* bagi siswa sebelum melaksanakan upacara *Yadnya*. Melalui proses ini, siswa membersihkan hati dan pikiran mereka, sehingga lebih siap secara batin untuk mengikuti prosesi upacara. Ini membantu mereka menghayati makna dari setiap tahapan upacara dengan lebih mendalam.

i. Pembelajaran Intergenerasional

Kegiatan *ngayah majejaitan* di UWP Vidya Wisata melibatkan bukan hanya siswa, tetapi juga guru dan pegawai. Melalui keterlibatan ini, terjadi *transfer* pengetahuan dan keterampilan dari generasi tua ke generasi muda, sehingga terjadi proses pembelajaran lintas generasi. Tradisi ini memastikan bahwa nilai-nilai budaya dan agama Hindu tetap lestari di tengah perkembangan zaman.

j. Memupuk Rasa Tanggung Jawab terhadap Lingkungan dan Alam

Salah satu nilai yang diajarkan dalam *ngayah majejaitan* adalah pentingnya menjaga keseimbangan dengan alam. Bahan-bahan yang digunakan dalam jejaitan, seperti daun, bunga, dan janur, diambil dari alam, dan siswa diajarkan untuk menggunakan sumber daya alam dengan bijak. Ini sejalan dengan ajaran *Tri Hita Karana*, yaitu menjaga hubungan yang harmonis antara manusia dengan Tuhan, manusia dengan sesama manusia, dan manusia dengan alam.

Pelaksanaan *ngayah majejaitan* dalam persiapan upacara *Yadnya* di UWP Vidya Wisata Kubutambahan membawa manfaat yang sangat luas bagi pengembangan intelektual, moral, dan *spiritual* siswa. Selain menjadi sarana pembelajaran keterampilan dan pelestarian budaya, kegiatan ini juga memperkuat pendidikan karakter, rasa kebersamaan, serta kecerdasan *spiritual* siswa. Dengan terlibat dalam *ngayah*, siswa tidak hanya berkontribusi dalam persiapan upacara, tetapi juga belajar untuk hidup selaras dengan nilai-nilai agama Hindu yang mendorong pengabdian, keikhlasan, dan penghargaan terhadap alam dan sesama manusia.

UWP Vidya Wisata Kubutambahan menggunakan pendekatan holistik dalam proses pembelajaran. Hal ini bertujuan untuk menciptakan keseimbangan antara kemampuan intelektual, emosional, dan *spiritual* siswa. Wantari (2023) menyatakan ada beberapa metode pembelajaran yang diterapkan di UWP Vidya Wisata yaitu:

- a. Pembelajaran Aktif, pembelajaran yang melibatkan siswa secara langsung dalam diskusi, kajian teks, serta praktik keagamaan, seperti sembahyang dan ritual-ritual Hindu. Ini dilakukan untuk memastikan siswa tidak hanya memahami teori tetapi juga mampu menerapkan ajaran tersebut dalam kehidupan sehari-hari.
- b. Pembelajaran Berbasis Proyek, pembelajaran ini dilakukan dengan siswa diajak untuk mengembangkan proyek-proyek yang relevan dengan ajaran Hindu, seperti siswa melakukan gotong royong membersihkan lingkungan dan melakukan penanaman pohon disekitar lingkungan sekolah yang berdasarkan konsep *Tri Hita Karana*, dan proyek budaya seperti mempelajari dan menghafalkan gaerak tari Bali sebagai bahan kajian tradisi Hindu Bali.
- c. Penggunaan Teknologi, UWP Vidya Wisata juga memanfaatkan teknologi dalam proses pembelajaran, terutama dalam penyampaian materi ajaran agama dan komunikasi antar-siswa. Pembelajaran daring dan penggunaan aplikasi keagamaan juga diperkenalkan untuk mendukung proses belajar-mengajar seperti *quiziz*, *zoom*, *google meet*, *spinner* dan lainnya.

3. Upaya ke Arah Pertumbuhan Kecerdasan *Spiritual*

Utama Widya Pasraman (UWP) Vidya Wisata Kubutambahan merupakan lembaga pendidikan yang berlandaskan pada ajaran Hindu. Salah satu fokus utama lembaga ini adalah membangun kecerdasan *spiritual* siswa. Kecerdasan *spiritual* adalah kemampuan seseorang untuk memahami makna hidup, tujuan keberadaan, serta menginternalisasi nilai-nilai *spiritual* yang kemudian diwujudkan dalam tindakan dan perilaku sehari-hari. Hasil wawancara dengan Suparti & Wantari (2023) menghasilkan, bahwa di UWP Vidya Wisata, upaya menuju pengembangan kecerdasan *spiritual* dilakukan melalui berbagai program pendidikan, praktik keagamaan, dan kegiatan yang mengintegrasikan ajaran agama Hindu dengan kehidupan siswa.

a. Integrasi Ajaran Hindu dalam Kurikulum

Pertumbuhan kecerdasan *spiritual* di UWP Vidya Wisata diawali dengan perancangan kurikulum berbasis ajaran agama Hindu. Kurikulum ini tidak hanya berfokus pada pengembangan aspek akademis, tetapi juga pada pemahaman mendalam terhadap nilai-nilai *spiritual* yang terdapat dalam teks-teks suci Hindu, seperti *Veda*, *Upanishad*, dan *Bhagavad Gita*. Melalui kajian-kajian teks ini, siswa diajarkan tentang makna kehidupan, hubungan dengan Tuhan (*Brahman*), serta pentingnya kesadaran diri dalam mencapai tujuan hidup yang lebih tinggi.

b. Pelaksanaan Ritual dan Upacara Keagamaan

Salah satu cara paling efektif dalam mengembangkan kecerdasan *spiritual* siswa di UWP Vidya Wisata adalah melalui pelaksanaan ritual keagamaan. Beberapa aktivitas ritual yang dilakukan secara rutin meliputi:

- 1) *Tri Sandhya*, kegiatan sembahyang tiga kali sehari (pagi, siang, dan sore) yang bertujuan untuk menghubungkan siswa dengan Tuhan dan membangun kebiasaan *spiritual*.
- 2) Upacara Keagamaan Hindu, siswa diwajibkan untuk mengikuti berbagai upacara keagamaan, seperti Galungan, Kuningan, Saraswati, dan Nyepi serta kegiatan upacara piodalan di Pura Sekolah. Melalui keterlibatan dalam upacara ini, siswa diharapkan dapat memperdalam pemahaman mereka terhadap pentingnya ritual dalam menjaga harmoni dengan alam semesta dan Tuhan.
- 3) Meditasi dan Yoga, siswa diajarkan untuk melakukan praktik meditasi dan yoga secara teratur, yang merupakan bagian *integral* dari ajaran Hindu untuk meningkatkan kesadaran diri, ketenangan batin, dan keseimbangan *spiritual*.

c. Pengajaran Nilai-Nilai Kearifan Lokal dan Konsep *Spiritual*

Nilai-nilai Hindu, terutama yang berakar pada kearifan lokal Bali, diajarkan kepada siswa untuk memperkuat kesadaran *spiritual* mereka. Salah satu nilai utama yang ditekankan adalah *Tri Hita Karana*, yang mencakup:

- 1) *Parahyangan*, menjaga hubungan *spiritual* dengan Tuhan Melalui kegiatan sembahyang dan *ritual*, siswa diajarkan untuk selalu menjaga keseimbangan dan hubungan harmonis dengan Tuhan.
- 2) *Pawongan*, menjaga hubungan dengan sesama manusia, siswa diajarkan pentingnya menjunjung tinggi nilai kasih sayang, toleransi, dan kebersamaan dalam kehidupan sehari-hari.
- 3) *Palemahan*, menjaga hubungan dengan lingkungan, dengan memperkuat kesadaran siswa tentang pentingnya menjaga alam, mereka juga diajarkan bahwa spiritualitas dapat tumbuh melalui interaksi yang harmonis dengan lingkungan.

d. Pendidikan Karakter Berbasis *Spiritual*

Pengembangan kecerdasan *spiritual* di UWP Vidya Wisata juga diwujudkan melalui pendidikan karakter yang didasarkan pada nilai-nilai agama Hindu. Siswa dilatih untuk menginternalisasi nilai-nilai seperti:

- 1) *Ahimsa* (tanpa kekerasan), siswa diajarkan untuk menghindari kekerasan dalam bentuk apa pun, baik fisik maupun *verbal*, dan menumbuhkan cinta kasih kepada semua makhluk.
- 2) *Satya* (kebenaran), kejujuran dalam berpikir, berkata, dan bertindak menjadi landasan utama dalam interaksi siswa di sekolah dan di luar sekolah.
- 3) *Dharma* (tugas moral), Setiap siswa didorong untuk menjalankan kewajibannya dengan penuh tanggung jawab, baik terhadap diri sendiri, keluarga, komunitas, maupun Tuhan.

e. Pendekatan Reflektif melalui Diskusi dan Pembelajaran Aktif

Untuk memperdalam pemahaman *spiritual*, UWP Vidya Wisata mengadopsi pendekatan reflektif dalam proses pembelajaran. Siswa diajak untuk terlibat dalam diskusi-diskusi mendalam tentang ajaran agama Hindu dan bagaimana ajaran tersebut relevan dengan kehidupan mereka sehari-hari. Melalui kegiatan ini, siswa diajak untuk merenungkan makna hidup, tujuan *spiritual*, serta bagaimana mereka dapat mengaplikasikan nilai-nilai *spiritual* dalam setiap tindakan dan keputusan yang diambil.

f. Kegiatan Pengabdian Sosial Berbasis Spiritual

Sebagai bagian dari upaya pengembangan kecerdasan *spiritual*, siswa UWP Vidya Wisata dilibatkan dalam berbagai kegiatan pengabdian sosial yang mencerminkan ajaran agama Hindu. Kegiatan-kegiatan ini meliputi:

- 1) Gotong Royong di Pura, siswa diajak untuk berpartisipasi dalam menjaga kebersihan dan kelestarian tempat-tempat suci, yang bertujuan untuk menanamkan rasa tanggung jawab *spiritual* terhadap tempat ibadah. Seperti gotong royong membersihkan lingkungan Pura Negara Gambur Anglayang yang berada di tepi pantai di Kubutambahan.
- 2) Pelestarian Alam, kegiatan penghijauan dan konservasi lingkungan berdasarkan konsep *Tri Hita Karana* dilakukan untuk memperkuat kesadaran *spiritual* siswa tentang pentingnya menjaga keseimbangan alam. Kegiatan ini dilakukan dengan menanam pohon disekitar Pura Dalem Mpuaji Desa Kubutambahan.
- 3) Bakti Sosial, melalui kegiatan sosial yang ditujukan untuk membantu masyarakat yang membutuhkan, siswa diajarkan bahwa tindakan baik dan pengabdian adalah salah satu cara untuk mengembangkan kecerdasan *spiritual* dan memperoleh kebahagiaan sejati. Kegiatan ini dilakukan dengan cara menyumbangkan pakaian bekas yang masih layak pakai ke yayasan ananda seva dharma.

g. Kolaborasi dengan Orang Tua dan Sekaa Teruna-Teruni

UWP Vidya Wisata Kubutambahan juga melibatkan orang tua dan teman sebaya dalam upaya pengembangan kecerdasan *spiritual* siswa. Orang tua diajak untuk turut serta dalam program-program *spiritual* yang diadakan sekolah, seperti sembahyang bersama dan pelatihan *spiritual*, sehingga mereka dapat mendukung perkembangan *spiritual* anak-anak mereka di rumah. Selain itu, sekolah juga bekerja sama dengan Sekaa Teruna-Teruni lokal dalam melaksanakan kegiatan keagamaan dan sosial, yang mengajarkan siswa tentang pentingnya partisipasi aktif dalam menjaga harmoni sosial dan *spiritual*. Kegiatan kolaborasi ini dilakukan pada saat kegiatan gotong royong dan penanaman pohon serta piodalan di UWP Vidya Wisata Kubutambahan.

h. Evaluasi Berdasarkan Kecerdasan Spiritual

Dalam menilai perkembangan kecerdasan *spiritual* siswa, UWP Vidya Wisata menggunakan pendekatan evaluasi yang tidak hanya mengukur pencapaian akademis, tetapi juga aspek-aspek *spiritual*. Beberapa indikator yang dievaluasi yaitu:

- 1) Keterlibatan dalam Kegiatan Keagamaan, seberapa aktif siswa dalam mengikuti ritual dan upacara keagamaan.

- 2) Kesadaran Diri dan Refleksi, kemampuan siswa untuk merenungkan dan menginternalisasi nilai-nilai *spiritual* dalam kehidupan sehari-hari.
- 3) Pengembangan Kualitas Moral, evaluasi terhadap perilaku siswa, seperti kejujuran, kebaikan, dan kepedulian terhadap sesama.

i. Pemberdayaan melalui Ekstrakurikuler *Spiritual*

UWP Vidya Wisata juga menyediakan kegiatan ekstrakurikuler yang bertujuan untuk memperkuat pertumbuhan *spiritual* siswa. Kegiatan seperti kesenian tradisional Bali, musik gamelan, tari *spiritual*, dan diskusi keagamaan dirancang untuk menciptakan lingkungan yang mendorong siswa terus mengasah kecerdasan *spiritual* mereka. Melalui kombinasi program pendidikan, ritual keagamaan, pendidikan karakter, serta keterlibatan dalam kegiatan sosial dan lingkungan, UWP Vidya Wisata Kubutambahan berusaha menciptakan siswa yang memiliki kecerdasan *spiritual* tinggi.

Upaya ini diharapkan dapat menghasilkan individu yang tidak hanya cerdas secara intelektual, tetapi juga memiliki kedalaman *spiritual* dan etika moral yang kuat, sehingga mereka mampu memberikan kontribusi positif bagi masyarakat dan dunia. Pendidikan keagamaan Hindu yang dilaksanakan secara teori dan praktik di pasraman, memainkan peranan penting dalam memperkuat keyakinan dan ketakwaan generasi muda Hindu kepada *Ida Sanghyang Widhi Wasa*, Tuhan Yang Maha Esa. Hal ini sesuai dengan pernyataan Yakin (2021) bahwa moral dapat tumbuh menuju pada peningkatan keyakinan.

Keyakinan yang tumbuh dari pemahaman mendalam merupakan hasil kostruk ajaran agama Hindu. Menurut Zainal (2011) menyatakan bahwa siswa secara mandiri dapat meningkatkan keyakinan, dan membangun hubungan yang dalam dengan Tuhan yang maha esa. Afiatin (1998) menyatakan bahwa pembelajaran mata pelajaran agama menekankan praktik berupacara sebagai salah implementasi mata pelajaran yoga dan acara merupakan hal penting dalam membangun sikap *spiritual*. Pemahaman mendalam terkait praktik upacara berbasis etika kerangka agama Hindu, menumbuhkan sikap *spiritual* sebagai implikasi pembelajaran acara, yoga, dan etika (Ahmad, 2021).

Spiritualitas didefinisikan sebagai kepercayaan akan kekuatan supranatural yang melebihi kekuatan diri sendiri (Aritonang, 2017). Sudika (2018) menyatakan proses pengembangan sikap *spiritual* juga tercermin dalam pemahaman hakikat hidup sebagai generasi beragama Hindu, memahami tujuan dan keberadaan diri dalam konteks ke-Hinduan, serta memahami nilai-nilai *spiritual* yang dapat memberikan tuntunan, dan membimbing dalam setiap aspek kehidupan. Pernyataan tersebut juga diperkuat oleh Wantari selaku guru yang memegang mata pelajaran agama pada UWP Kubutambahan Bali.

Kesimpulan

Pada penelitian ini menunjukkan, UWP Vidya Wisata Kubutambahan mengkombinasikan ajaran agama Hindu ke dalam jadwal pembelajaran. Teks-teks ajaran agama dikombinasi dengan materi pelajaran *formal*, kemudian dipraktikkan dalam proses pembelajaran. Aktivitas pembelajaran berbasis transformasi ajaran agama ke dalam jadwal pelajaran, yang dilaksanakan berbasis etika moral melahirkan lulusan yang tidak saja memiliki kompetensi intelek, juga moral bahkan memiliki kompetensi *spiritual*. Artikel ini menjelaskan bagaimana transformasi ajaran agama Hindu diimplementasikan dalam pendidikan di Utama Widya Pasraman (UWP) Vidya Wisata Kubutambahan dengan tujuan membangun keseimbangan antara kecerdasan intelektual, moral, dan *spiritual* siswa. Melalui penerapan nilai-nilai inti Hindu, seperti *Tri Hita Karana*, *Dharma*, *Karma Phala*, dan *Tat Twam Asi*, kurikulum dan kegiatan pendidikan di UWP Vidya Wisata secara aktif mengintegrasikan ajaran agama dalam kehidupan siswa, Pendekatan holistik yang diterapkan melibatkan pelaksanaan ritual keagamaan, praktik

meditasi dan yoga, serta diskusi mendalam tentang teks-teks suci Hindu. Siswa tidak hanya diajarkan untuk cerdas secara akademis tetapi juga untuk memiliki pemahaman yang mendalam tentang tanggung jawab moral dan *spiritual* mereka. Selain itu, pendidikan karakter berlandaskan pada nilai-nilai kejujuran, kasih sayang, dan disiplin diajarkan melalui kegiatan sehari-hari. Melalui berbagai program pendidikan dan kolaborasi dengan keluarga serta Sekaa teruna-teruni, UWP Vidya Wisata berhasil membentuk siswa yang seimbang dalam aspek intelektual, moral, dan *spiritual*. Upaya transformasi ajaran Hindu ini tidak hanya mencetak generasi yang kompeten secara akademis, tetapi juga individu yang memiliki kedalaman *spiritual* dan moral yang kuat, siap berkontribusi bagi masyarakat dan alam semesta secara keseluruhan.

Daftar Pustaka

- Abidin, M. Z. (2011). *Teori Belajar Konstruktivisme Vygotsky Dalam Pembelajaran Matematika*. Bandung: Alfabeta.
- Adian, D. G. (2010). *Pengantar Fenomenologi*. Depok: Koekoesan
- Afiatin, T., & Martaniah, S. M. (1998). Peningkatan Kepercayaan Diri Remaja Melalui Konseling Kelompok. *Psikologika: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*, 3(6), 66-79.
- Ahmad, S. (2021). Totem, Ritual dan Kesadaran Kolektif: Kajian Teoritik Terhadap Pemikiran Keagamaan Emile Durkheim. *Al-Adyan: Journal of Religious Studies*, 2(2), 153-161.
- Angelis, B. D. (2005). *Confidence: Percaya Diri Sumber Sukses Dan Kemandirian*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Aritonang, J. S. (2017). "Spiritualitas Luther" In *Spiritualitas Dari Berbagai Tradisi*. Yogyakarta: Kanisius.
- Asmani, J. M. (2009). *7 Kompetensi Guru Menyenangkan dan Profesional*. Jogjakarta: Power Books.
- Desmitha. (2010). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Julaecha, J. (2019). Yoga Atasi Nyeri Saat Menstruasi Pada Remaja Putri. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 1(3), 217-222.
- Muhammad, H. M. (2017). *Administrasi Manajemen Pendidikan*. Klaten: CV Gema Nusa
- Naraditya, R., & Paramarta, I. M. (2021). Peran Pasraman Sebagai Lembaga Pendidikan Formal Dalam Membentuk Karakter Religius Peserta Didik. *Cetta: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 4(4), 700-714.
- Peraturan Pemerintah (PP) No. 55 Tahun 2007 Tentang Pendidikan Agama dan Keagamaan.
- Rakhshae, Z. (2011). Effect Of Three Yoga Poses (Cobra, Cat And Fish Poses) In Women With Primary Dysmenorrhea: A Randomized Clinical Trial. *Journal Of Pediatric And Adolescent Gynecology*, 24(4), 192-196.
- Sindhu, P. (2015). *Panduan Lengkap Yoga: Untuk Hidup Sehat dan Seimbang*. Bandung: PT Raja Grafindo Persada.
- Santrock, J. W. (2012). *Adolescence Perkembangan Remaja Edisi Keenam*. Jakarta: Erlangga.
- Sari, K., Nasifah, I., & Trisna, A. (2018). Pengaruh Senam Yoga Terhadap Nyeri Haid Remaja Putri. *Jurnal Kebidanan*, 10(2), 103-115.
- Sudika, I. W. (2020). Peran Pasraman Dalam Mewujudkan Kehidupan Masyarakat yang Harmonis. *Maha Widya Duta: Jurnal Penerangan Agama, Pariwisata Budaya, dan Ilmu Komunikasi*, 2(1), 90-95.

- Widya, S. (2017). *Panduan Dasar Yoga*. Jakarta: KawanPustaka.
- Winanti, N. P. (2021). Pasraman Sebagai Upaya Peningkatan Mutu Pendidikan Berbasis Budaya Dan Spiritual. *Jurnal Penelitian Agama Hindu*, 5(2), 106-114.
- Yang, N. Y., & Kim, S. D. (2016). Effects Of A Yoga Program On Menstrual Cramps And Menstrual Distress In Undergraduate Students With Primary Dysmenorrhea: A Single-Blind, Randomized Controlled Trial. *The Journal of Alternative and Complementary Medicine*, 22(9), 732-738.
- Yaqin, A. (2021). *Pendidikan Akhlak/Moral Berbasis Teori Kognitif*. Depok: PT Raja Grafindo Persada.