

# WIDYA AKSARA

## Jurnal Agama Hindu

Volume 29 Nomor 1 Maret 2024

### PENERAPAN AJARAN DASA YAMA BRATA UNTUK MEMPERKUAT KESUSILAAN DAN MENCIPTAKAN KEHARMONISAN

### APPLICATION OF DASA YAMA BRATA TEACHINGS TO STRENGTHEN DECENCY AND CREATE HARMONY

Titin Sutarti

Sekolah Tinggi Hindu Dharma Klaten Jawa Tengah

#### ABSTRAK

Kesusilaan sangat penting untuk saat ini digaungkan dan ditekankan kembali implementasinya terutama di kalangan anak muda, hal itu dikarenakan saat ini nilai nilai serta pemahaman menengai kesusilaan dan implementasinya perlu diperkuat kembali keberadaan serta eksistensinya. Kesusilaan ini memiliki peran penting dalam kehidupan social karena menyangkut layak dan tidaknya sesuatu dilakukan di suatu tempat. Dasa Yama Bratha sebagai salah satu ajaran tata susila, berfungsi untuk membina dan menempa watak pribadi maupun budi pekerti yang luhur bagi setiap umat manusia seperti berperilaku rendah hati, sopan santun, menghargai orang lain, dan lain sebagainya. Setiap orang perlu bekerja keras untuk menjaga dirinya dalam kehidupan sehari-hari agar hal-hal negatif tidak menimpa dirinya. Ajaran Dasa Yamabrata, terdiri atas : a) *Ānāûangsya* yaitu harimbawa berarti tidak mementingkan diri sendiri, b) *Kûmā* berarti tahan akan panas dan dingin, c) *Satya* berarti tidak berkata bohong, d) *Ahimsā* berarti berbuat bahagianya makhluk, e) *Dama* berarti sabar serta dapat menasihati diri sendiri, f) *Ārjawa* berarti tulus hati, berterus terang, g) *Prtti* berarti sangat welas asih, h) *Prasāda* berarti kejernihan hati, i) *Mādhurya* berarti manis pandangan dan manis perkataan, j) *Mārdawa* berarti kelembutan hati. Ajaran Dasa Yama Bratha sangat penting diterapkan dalam kehidupan manusia karena ajaran ini sangat berorientasi pada pengendalian diri serta upaya menjaga keselarasan dan keseimbangan perilaku manusia agar apa yang menjadi tujuan hidup manusia dapat tercapai serta keselarasan dan keseimbangan kehidupan terjaga dengan baik. Agar ajaran Dasa Yama Bratha ini bisa terserap dan terapkan banyak orang maka bagi orang yang telah mempelajari dan memahami harus berupaya mengimplementasikan dalam kehidupan. Dengan penerapan ajaran ini akan mampu menyeimbangkan keharmonisan hidup antar manusia, karena setiap insan manusia akan senantiasa memiliki rasa cinta kasih dan saling menghormati.

**Kata Kunci : Ajaran Dasa Yama Brata, Kesusilaan**

#### ABSTRACT

*It is very important for decency to be echoed and its implementation re-emphasized, especially among young people, this is because currently the values and understanding of decency and its implementation need to be re-strengthened in their existence and existence. Morality has an important role in social life because it concerns whether or not something is appropriate to do in a place. Dasa Yama Bratha as one of the moral teachings, functions to develop and forge personal character and noble character for every human being, such as*

*behaving humbly, being polite, respecting other people, and so on. Everyone needs to work hard to take care of themselves in everyday life so that negative things do not happen to them. The teachings of the Dasa Yamabrata, consist of: a) Anãûangsyã, namely harimbawa, meaning selflessness, b) Kũmã means resistance to heat and cold, c) Satya means not telling lies, d) Ahimsã means making creatures happy, e) Dama means patience and can advise yourself, f) Årjawa means sincere, frank, g) Prtti means very compassionate, h) Prasãda means clarity of heart, i) Mãdhuryã means sweet views and sweet words, j) Mãrdawã means gentleness of heart. The teachings of Dasa Yama Bratha are very important to apply in human life because these teachings are very oriented towards self-control and efforts to maintain harmony and balance in human behavior so that the goals of human life can be achieved and the harmony and balance of life is well maintained. So that the teachings of Dasa Yama Bratha can be absorbed and applied by many people, people who have studied and understood them must try to implement them in their lives. By implementing this teaching, we will be able to balance the harmony of life between humans, because every human being will always have a sense of love and respect for each other.*

**Keywords:** *Teachings of Dasa Yama Brata, Morality*

## **I. PENDAHULUAN**

Ajaran kesusilaan adalah upaya manusia untuk menggunakan kekuatan fisik dan kecerdasan emosional, yang terdiri dari intuisi, kecerdasan emosional dan pengetahuan bawah sadar yang dapat dijadikan pedoman untuk memecahkan berbagai permasalahan yang berkaitan dengan bagaimana manusia hidup dan berperilaku baik. Manusia secara alami cenderung menghargai perilaku baik dengan berbagai cara dimana, memperlakukan orang dengan baik adalah sama dengan memperlakukan diri sendiri dengan baik juga yaitu sebagai ajaran tat twam asi. Perilaku seperti itu harus selalu ditumbuhkembangkan sebagai upaya dalam setiap tindakan sebagai manusia, setiap individu selalu berupaya berpikir dan bersikap profesional menurut guna dan karmanya. Ajaran Hindu yang berkaitan dengan kesusilaan salah satunya adalah ajaran Dasa Yama Brata. Ajaran Dasa Yama Bratha merupakan ajaran Hindu yang bertujuan untuk mengangkat harkat dan martabat manusia, moralitas, dalam meningkatkan keluhuran, tingkahlaku dan kepribadian manusia. Dasa Yama Bratha dapat memberikan kontribusi terhadap cara hidup yang seimbang dengan diterapkan dalam kehidupan sehari-hari maka akan mencapai keharmonisan, kedamaian, dan kesejahteraan.

Norma kesusilaan bersumber dari suara hati nurani manusia. Peraturan hidup ini berkenaan dengan suara hati nurani manusia, seperti jujur, berbicara baik, dan juga berpenampilan yang baik sesuai dengan situasi dan kondisi yang ada. Kesusilaan berhubungan dengan pergaulan manusia dalam kehidupan sehari-hari. Kesusilaan atau kesopanan bersumber dari tata kehidupan atau budaya yang berupa kebiasaan-kebiasaan masyarakat dalam mengatur kehidupan dalam bermasyarakat. Kesusilaan sangat penting untuk saat ini digaungkan dan ditekankan kembali implementasinya terutama di kalangan anak muda, hal itu dikarenakan saat ini nilai nilai serta pemahaman menengai kesusilaan mulai menurun dan implementasi di kalangan generasi muda cenderung mulai luntur sehingga perlu dikuatkan kembali keberadaan serta eksistensinya. Kesusilaan ini memiliki peran penting dalam kehidupan social karena menyangkut layak dan tidaknya sesuatu dilakukan di suatu tempat.

Dasa Yama Bratha sebagai salah satu ajaran susila berfungsi untuk membina dan membentuk pribadi serta budi pekerti yang luhur bagi setiap umat. Setiap orang perlu bekerja keras untuk menjaga dirinya dalam kehidupan sehari-hari agar hal-hal negatif tidak menimpa dirinya. Tanpa adanya upaya perbaikan diri individu, umat manusia tidak akan terhindar dari dampak negatif dalam kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, dalam segala aktivitasnya di

dunia ini, setiap manusia perlu mempelajari dan mengamalkan ajaran Dasa Yama Bratha (Dwaja, 2015: 289). Susila adalah suatu ajaran etika yang bisa dicapai oleh seorang untuk menciptakan sebuah hubungan yang baik dalam bertingka-laku. Ini merupakan pedoman yang mencakup kehidupan komunal dan kehidupan individu serta kehidupan bermasyarakat. Susila merupakan pelajaran yang sangat penting dalam hubungan horizontal yaitu sebagai mitra sosial dan hubungan vertikal sebagai mitra kelompok. Ajaran Tri Hita Karana menekankan perlunya individu menjalin hubungan yang harmonis antara manusia dengan Tuhan, serta antara manusia dengan sesama manusia dan lingkungan. Bila ketiga hubungan tersebut di atas selaras, maka kesejahteraan dapat terwujud.

## II. PEMBAHASAN

### 1 Susila Hindu

Beretika merupakan pengetahuan yang mencakup kebiasaan bertingka-laku manusia untuk melakukan perbuatan baik dan benar dengan membuat keputusan yang masuk akal. Sebagai bagian dari data empiris, etika mengkaji perilaku manusia dan menentukan perilaku baik dan buruk yang berkaitan dengan perbuatan manusia. etika dapat mengidentifikasi apa yang benar dan salah serta apa yang baik untuk dilakukan. Etika berkaitan dengan sifat manusia dan tujuan manusia dengan menggambarkan manusia sebagai makhluk sosial yang berinteraksi dengan orang lain secara positif dalam komunitas, baik keluarga, masyarakat, dan Negara. Susila merupakan bagian dari tri kerangka dasar Agama Hindu, susila memegang peranan penting bagi tata kehidupan manusia sehari-hari. Realitas hidup bagi seseorang dalam berkomunikasi dengan lingkungannya akan menentukan sampai di mana kadar budi pekerti yang bersangkutan. Ia akan memperoleh simpati dari orang lain manakala dalam pola hidupnya selalu mencerminkan ketegasan sikap yang diwarnai oleh ulah sikap simpatik yang memegang teguh sendi-sendi kesusilaan.

Susila menurut pandangan Agama Hindu adalah tingka-laku hubungan timbal balik yang selaras dan harmonis antara sesama manusia dengan alam semesta (lingkungan) yang berlandaskan atas korban suci (Yadnya), keikhlasan, dan kasih sayang. Pola hubungan tersebut berprinsip pada ajaran Tat Twam Asi (Ia adalah engkau) mengandung makna bahwa hidup segala makhluk sama. Menolong orang lain berarti menolong diri sendiri, dan juga sebaliknya menyakiti orang lain berarti menyakiti diri sendiri. Jiwa sosial demikian diresapi oleh sinar tuntunan kesucian Tuhan dan sama sekali bukan atas dasar pamrih kebendaan. Hidup bukanlah penantian. Hidup adalah perjuangan dan memotivasi diri untuk dapat melepaskan diri dari hidup yang memang dalam kelahiran adalah sengsara. Hidup di dunia ini penuh dengan tantangan dan gejolak, di samping dipengaruhi oleh sifat dan perilaku yang berasal dari dalam diri kita sendiri (I Putu Astra. 2023)

Dalam agama Hindu permasalahan moralitas (etika) menjadi ruang lingkup ajaran susila, yang berasal dari dua suku kata, su yang berarti baik, dan sila berarti kebiasaan atau tingka-laku perbuatan manusia yang baik. Dalam hal ini maka etika dalam agama Hindu dikatakan sebagai ilmu yang mempelajari tata nilai, tentang baik dan buruknya suatu perbuatan manusia, mengenai apa yang harus dikerjakan dan apa yang harus ditinggalkan, sehingga dengan demikian akan tercipta kehidupan yang rukun dan damai dalam kehidupan manusia. Pada dasarnya etika merupakan rasa cinta kasih, rasa kasih sayang, dimana seseorang yang menjalani dan melaksanakan etika itu karena ia mencintai dirinya sendiri dan menghargai orang lain. Etika menjadikan kehidupan masyarakat menjadi harmonis, karena saling menjunjung tinggi rasa saling menghargai antar sesama dan saling tolong menolong. Dengan etika akan membina masyarakat untuk menjadi anggota keluarga dan anggota masyarakat yang baik, menjadi warga negara yang mulia.

Adapun Tujuan Ajaran Susila dalam Agama Hindu antara lain; (1) Untuk membina agar umat Hindu dapat memelihara hubungan baik, hidup rukun dan harmonis di dalam keluarga maupun masyarakat, (2) Untuk membina agar umat Hindu selalu bersikap dan bertingkah laku yang baik, kepada setiap orang tanpa pandang bulu, (3) Untuk membina agar umat Hindu dapat menjadi manusia yang baik dan berbudi luhur, (4) Untuk menghindarkan adanya hukum rimba di masyarakat, di mana yang kuat selalu menindas yang lemah. Dengan tujuan-tujuan tersebut diharapkan umat Hindu menjadi manusia yang berbudi luhur, cinta kedamaian, dan hidup rukun dalam negara dan bangsa. (Tim Penyusun, 2016)

## 2 Dasar Susila

Bhagawadgita.XVI.1-3 dijelaskan bahwa dasar-dasar sifat baik, moralitas, susila yang dimiliki seseorang dinyatakan dengan pernyataan positif sehingga perbuatan ini harus dilaksanakan.

*Sri bhagavan uvaca :*

*Abhayam sattva-samsuddhir*

*Jnana-yoga-vyavasthitih*

*Danam damas ca yajnas ca*

*Svadhyayas tapa arjavam (Bhagawadgita. XVI.1)*

Terjemahan : Sri Bhagawan bersabda : tak gentar, kemurnian hati, bijaksana, mantap dalam mencari pengetahuan dan melakukan yoga, dermawan, menguasai indra, berkorban dan mempelajari kitab suci, melakukan tapah dan kejujuran.

*Ahimsa satyam akrodhas*

*Tyagah santir apaisunam,*

*Daya bhutesv aloluptvam*

*Mardavam hrir acapalam (Bhagawadgita. XVI.3)*

Terjemahan : tidak menyakiti, benar, bebas dari nafsu amarah, tanpa keterikatan, tenang, tidak menfitnah, kasih sayang kepada sesama makhluk, tidak dibingungkan oleh keinginan, lemah lebut, sopan dan berketetapan hati.

*Tejah ksama dhrtih saucam*

*Adroho na timanita*

*Bhavanti sampadam daivim*

*Abhijatasya bhārata (Bhagawadgita.XVI.3)*

Terjemahan : cekatan, suka memaafkan, teguh iman, budi luhur, tidak iri hati, tanpa keangkuhan, semuanya ini adalah harta, dari dia yang dilahirkan dengan sifat-sifat devata.

Sloka tersebut menjelaskan sifat-sifat baik yang harus dimiliki oleh setiap manusia dalam menjalankan kehidupannya dengan perbuatan-perbuatan yang positif dan selalu berdasarkan dharma, sifat ini adalah sifat dewata. Dijelaskan pula sifat lain yang dimiliki adalah sifat negatif dijelaskan dalam Bhagawadgita :

*Dambho darpo bhīmanas ca*

*Krodhah parusyam eva ca*

*Ajnanam cabhijatasya*

*Partha sampadam asurim (Bhagawadgita XVI.4)*

Terjemahan : berpura-pura, angkuh, membanggakan diri, marah, kasar, bodoh, semuanya ini adalah keadaan mereka yang dilahirkan dengan sifat-sifat raksasa.

*Pravrttim ca nivrttim ca*

*Jana na vidur asurah,*

*Na saucam napi cacaro*

*Na satyam tesu vidyate (Bhagawadgita XVI.6)*

Terjemahan : yang jahat tidak mengetahui apa yang boleh dilakukan dan apa yang tidak; demikian pula mereka tidak memiliki kemurnian, kelakuan baik maupun kebenaran.

Selain karakteristik manusia yang memiliki dualisme sifat dewata dan asura manusia juga memiliki kebutuhan dasar yang sama tiada perbedaan namun hanya dominasi dari setiap kebutuhan yang dibutuhkan tidak sama antara satu dengan yang lainnya. Secara umum kebutuhan dasar manusia secara umum dalam dua kelompok utama, yaitu fisik dan psikologis. Menurutnya, hierarki kebutuhan dasar manusia dimulai dari kebutuhan fisik dan psikologis. Kebutuhan psikologis dibedakan atas kebutuhan atas keamanan, cinta, penghargaan, dan aktualisasi diri. Kebutuhan tersebut berjenjang, ketika tahap awal telah dipenuhi maka manusia akan termotivasi untuk mencapai tahap selanjutnya. Motivasi untuk mencapai tingkat kebutuhan dasar yang lebih tinggi di atas didorong oleh faktor-faktor escape, relaksasi, prestige, kebersamaan dengan keluarga dan teman, pengetahuan, olahraga, petualangan, menikmati alam, dan sebagainya (Alghamdi, 2007). Wiweka dalam ajaran agama Hindu yang memiliki arti kemampuan manusia untuk membedakan antara baik dan buruk perlu dikembangkan dan dipertegas agar setiap manusia lebih bisa cepat tanggap dan respek terhadap perilaku yang akan dilakukan, dan untuk bisa memahami dan mengetahui baik dan buruk perlu adanya pelajaran yang digunakan untuk pembelajaran dirinya agar bisa memilah dan memilih segala sesuatu yang akan dilakukan dan akibat yang akan muncul dari aktifitas yang dilakukan.

### **3 Penerapan Ajaran Dasa Yama Brata**

Dasa Yama bratha sejatinya adalah berasal dari bahasa sanskerta yakni dari kata Dasa berarti sepuluh dan Yama bratha berarti pengendalian diri untuk menjadi sejahtera dan bahagia berdasarkan Dharma. Dasa Yamabrata adalah sepuluh macam brata pengendalian diri secara (lahir dan batin) untuk mencapai kesejahteraan dan kebahagiaan hidup di dunia berlandaskan Dharma (Wigama, dkk, 1995:131). Ajaran Dasa Yama bratha merupakan suatu ajaran tata susila atau etika yang berfungsi untuk membina dan menempa watak pribadi maupun budi pekerti yang luhur bagi setiap umat manusia. Dalam kehidupan sehari-hari setiap orang perlu berusaha untuk mengendalikan diri, agar tidak terjadi benturan-benturan di dalam masyarakat dan lingkungan sekitarnya. Tanpa adanya usaha pengendalian diri dari masing-masing individu, maka masyarakat dapat menjadi tidak tentram dalam hidupnya. Untuk ketenangan, kenyamanan, kentenraman dan kedamaian masyarakat itulah maka setiap anggota masyarakat perlu mempedomani dan melaksanakan ajaran Dasa Yama bratha dengan segala aktivitasnya di dunia ini.

Setiap individu dalam kehidupan bermasyarakat selalu berupaya untuk dapat melakukan aktifitas bukan hanya tentang mengekspresikan diri tetapi juga memperhatikan pendapat orang lain, terbuka terhadap pendapat orang lain, sabar dan mampu mengungkapkan perasaan sendiri, mengutarakan pikiran dan perasaan sendiri, kedamaian welas asih dengan sesama, kejernihan hati, berpenampilan dengan manis (muka manis) dan ucapan manis, dan kelembutan hati. Dasa Yama Bratha adalah ajaran tentang sepuluh macam pengendalian diri yang berguna dengan perbuatan manusia yang berbudi pekerti luhur, termaktub dalam kitab sarasamuscaya sloka 259. Ajaran para Brahma mewakili cara hidup bagi mereka yang belum mampu mencapai perdamaian dan keharmonisan dunia. Hal ini dapat dibaca dan dipedomani dalam ajaran anrsangsyanya, yang mengajarkan tata-cara manusia hidup saling bantu-membantu, harga menghargai dalam hidup bersama, karena dapat didasari bahwa setiap orang itu memiliki kelemahan, kekurangan, dan kelebihan. Pada kondisi seperti inilah diharapkan saling melengkapi satu dengan yang lainnya. Di samping itu ajaran kesabaran menjadi bagian Dasa Yama Bratha, yang mengajarkan manusia agar memiliki ketenangan hati dalam menghadapi

persoalan hidup sehingga dapat terselesaikan dengan baik dan lancar. (I Gusti Ngurah Dwaja. 2018)

Satya, yaitu konsekuen menepati janji, adalah dengan kebenaran dalam kehidupan sehari-hari. Satya adalah orang yang disiplin dan teguh dalam komitmennya terhadap janji yang telah diucapnya. Karena hidup selaras dengan alam atau sesuai dengan prinsip-prinsipnya dapat membawa pada kehidupan yang bahagia, sebaliknya hidup tanpa prinsip-prinsip tersebut dapat menimbulkan berbagai permasalahan. Inilah hikmah menjadi manusia untuk sadar diri guna mengatasi perasaan bahwa sangat penting sadar diri sebelum mengambil keputusan, sebagai langkah menuju ke arah yang lebih baik. Hal ini juga mengarah pada berkembangnya ahimsa, yang menekankan hidup selaras dengan ajaran agama. Hal ini juga mengungkapkan rasa simpati, welas asih kepada seluruh makhluk yang harus didasarkan dengan ajaran prasada, madurya dan madarwa. Menurut kitab Sarasamuçcaya yang disebut-sebut sebagai saripati dari kitab astadasaparwa buah karya sastra dari Bhagawan Wararuci, menyebutkan bahwa ajaran Dasa Yamabrata, terdiri atas :

- 1) *Ānāûangsya* yaitu harimbawa berarti tidak mementingkan diri sendiri saja;
- 2) *Kûmā* berarti tahan akan panas dan dingin;
- 3) *Satya* berarti tidak berkata bohong;
- 4) *Ahimsā* berarti berbuat bahagianya makhluk;
- 5) *Dama* berarti sabar serta dapat menasihati diri sendiri;
- 6) *Ārjawa* berarti tulus hati, berterus terang;
- 7) *Prtti* berarti sangat welas asih;
- 8) *Prasāda* berarti kejernihan hati;
- 9) *Mādhurya* berarti manis pandangan (muka manis) dan manis perkataan;
- 10) *Mārdawa* berarti kelembutan hati.

Dalam Kitab Sarasamuscaya disebutkan bahwasanya :

*“Ānṛçamsyaý kûamā satyamahinsā dama ārjawam, priti prasādo mādhuryam mārdaway ca yamā daçā. Nyang brata ikang inaranan yama, prayate kanya nihan, sapuluh kwèhnya, ānāûangsya, kûmā, satya, ahimsā, dama, ārjawa, priti, prasāda, mādhurya, mārdawa, nahan pratyekanya sapuluh, āāûangsya, siharimba, tan swārtha kewala, ksamā, si kēlan ring panastis, satya, si tan māûāwāda, ahingsa, manukhe sarwa bhāwa; dama, si upacama wruh mituturi manahnya, ārjawa, si dugādugabēnēr, pritti, si göng karuna, prasāda, heningning, manah, mādhurya, manisning wulat lawan wuwus, mārdawa, pösning manah.*

Terjemahan: Inilah brata yang disebut yama, perinciannya demikian; ānāûangsya, kûmā, satya, ahimsā, dama, ārjawa, priti, prasāda, mādhurya, mārdawa, sepuluh banyaknya, ānāûangsya yaitu harimbawa, tidak mementingkan diri sendiri saja, kûmā, tahan akan panas dan dingin; satya, yaitu tidak berkata bohong; ahimsā, berbuat bahagianya makhluk; dama sabar serta dapat menasihati diri sendiri; ārjawa adalah tulus hati, berterus terang; priti yaitu sangat welas asih; prasāda, kejernihan hati; mādhurya, manis pandangan (muka manis) dan manis perkataan; mārdawa, kelembutan hati (Sarasamuçcaya. 259. hal. 195).

Kesepuluh macam bagian ajaran Dasa Yama bratha inilah yang wajib dipedomani dan dilaksanakan oleh umat sedharma dalam hidup bermasyarakat. Hal ini penting diterapkan oleh masing-masing individu masyarakat dalam keseharian karena semuanya merupakan norma kesusilaan yang bernilai utama serta yang mampu menjamin keamanan dan ketertiban masyarakat sekitarnya. Masyarakat era global sangat membutuhkan ajaran Dasa Yamabrata sebagai pedoman hidup sehingga era globalisasi dapat berjalan dengan tentram, nyaman, kuat dan damai. Adalah menjadi tanggung-jawab kita bersama untuk

mewujudkan semuanya itu, bila kita tidak menginginkan tatanan masyarakat ini tidak menentu, kacau, dan hancur. (I Gusti Ngurah Dwaja. 2018)

Hidup menjadi manusia hendaknya selalu dapat belajar memuaskan dirinya dengan apa yang menjadi miliknya, dengan demikian ia tidak akan memiliki gejolak iri hati kepada orang lain. Manusia sebaiknya selalu berusaha sekuat tenaga mau belajar untuk mengendalikan diri, sehingga pada pribadinya tercipta keseimbangan, ketenangan hidup secara lahir-batin. Disamping itu umat manusia hendaknya selalu mengupayakan diri untuk selalu belajar, karena berbagai macam pengetahuan kerohanian itu diuraikan dalam berbagai jenis kitab suci agama Hindu. Yang tidak boleh terlupakan oleh umat manusia adalah hendaknya selalu mengadakan pemujaan ke hadapan Sang Hyang Widhi beserta prabhawa-Nya, mengingat dihadapan Sang Hyang Widhi manusia akan dapat merasakan dirinya kecil, lemah, dan sangat sederhana. Seberapa banyak umat manusia berkewajiban melaksanakan dharma untuk dapat mewujudkan kesempurnaan batinnya.

Memanfaatkan ajaran Dasa Yama bratha untuk membangun keselamatan umat manusia adalah swadharma sebagai masyarakat Hindu. Supaya anggota masyarakat dapat dengan mudah mengetahui, memaknai, menghayati, melaksanakan dan memahami manfaat ajaran Dasa Yama bratha tersebut mampu membentuk insan berkepribadian yang luhur, maka masing-masing bagiannya perlu diberi penjelasan yang cukup. Tanpa penjelasan yang baik mustahil dapat diresapi dan dihayati secara baik tentang ajaran Dasa Yamabrahta itu. (I Gusti Ngurah Dwaja. 2018))

- 1) *Ānāûangsyā* adalah harimbawa berarti tidak mementingkan diri sendiri saja; Manfaat dari ajaran *Ānāûangsyā* ini adalah dapat mewujudkan ketenangan, kententraman, kedamaian keabadian, dan usia yang panjang dalam hidup berkeluarga, bermasyarakat, berbangsa dan bernegara dengan bersikap welas-asih. Di dalam kehidupan sehari-hari seseorang hendaknya selalu berusaha lebih mengutamakan kepentingan orang banyak dari pada kepentingan pribadinya. Kepentingan masyarakat lebih dominan dari yang lainnya, kecuali untuk memberi pelayanan kepada orang yang sedang sakit dimana kita harus memberikan pelayanan. Di dalam kehidupan sehari-hari, manakala terjadi benturan antara kepentingan pribadi dengan kepentingan orang banyak, maka kepentingan pribadi selalu dinomer duakan, apabila bobot kedua macam kepentingan itu hampir sama.
- 2) *Ksama* adalah sifat-sifat pengampun, pemaaf, serta sabar dan tahan uji. Di dalam kehidupan ini setiap orang harus berusaha untuk menerapkan sifat-sifat pengampun, pemaaf serta sabar dan tahan uji tersebut. Orang yang baik adalah orang yang suka mengampuni dan memaafkan kesalahan orang lain. Tahan Uji dalam arti dapat mengendalikan diri; Manfaat dari ajaran ini adalah dapat mewujudkan ketenangan, kententraman, kedamaian keabadian, dan usia yang panjang dalam hidup berkeluarga, bermasyarakat, berbangsa dan bernegara dengan sikap yang dimotivasi oleh sifat-sifat pengampun, pemaaf, serta sabar dan tahan uji.
- 3) *Satya* adalah benar, setia, dan jujur yaitu sifat dan perilaku selalu berdasar atas kebenaran dan kejujuran. Orang yang memiliki sifat ini tidak akan pernah berkata bohong, selalu bersifat setia terhadap apa yang telah dikatakan. Panca Satya adalah Lima macam perilaku yang selalu berdasarkan atas kebenaran, kesetiaan dan kejujuran. Panca Satya harus dilaksanakan, agar kita mendapat julukan atau predikat sebagai orang yang dapat dipercaya. Panca Satya terdiri dari: *Satya Hredaya* adalah benar, setia dan jujur; yaitu selalu berfikir dan merencanakan sesuatu yang berdasarkan atas kebenaran dan kejujuran. *Satya Samaya* adalah benar, setia dan jujur dalam perjanjian; yaitu selalu berusaha

untuk taat, dan menaati perjanjian yang telah disepakati bersama. *Satya Wacana* adalah benar, setia dan jujur dengan perkataan; *Satya laksana* adalah benar, setia dan jujur dalam perbuatan; *Satya Mitra* adalah benar, setia, dan jujur dalam persahabatan. Manfaat dari mengamalkan ajaran Satya ini yaitu mampu mewujudkan ketenangan, kententraman, kedamaian, keabadian, dan usia yang panjang dalam hidup berkeluarga, bermasyarakat, berbangsa dan bernegara dengan sikap yang dimotivasi oleh sifat-sifat kebenaran, kesetiaan, dan kejujuran.

- 4) *Ahimsa* berasal dari bahasa sanskerta berarti tidak himsa (menyiksa, menyakiti) sesama makhluk. Menerapkan *Ahimsa* dalam kehidupan sehari-hari berarti berbuat untuk menyelamatkan atau membahagiakan sekalian makhluk. Atau *Ahimsa* diartikan pula segala perbuatan atau tingkah-laku (pikiran, perkataan, dan tindakan) yang tidak menyebabkan sakit hati, matinya makhluk lain. Adapun tujuan bersama untuk mencapai kebahagiaan setiap makhluk itulah yang harus ditumbuh-kembangkan dan bukan sebaliknya, dengan jalan tidak membikin susah orang lain. Manfaat dari ajaran *Ahimsa* (*Dasa Yamabrata*) ini adalah dapat mewujudkan ketenangan, kententraman, kedamaian, keabadian, dan usia yang panjang dalam hidup berkeluarga, bermasyarakat, berbangsa dan bernegara dengan sikap yang dimotivasi oleh sifat-sifat menyiksa, dan menyakiti sesama-Nya.
- 5) *Dama* adalah orang bersifat sabar dan dapat menasehati diri sendiri. Orang sabar, tahu akan biasanya mengalami keselamatan. Sering terjadi kegaduhan dalam suatu keramaian akibat penonton kurang sabar. Kurang sabar, tidak dapat menasehati diri sendiri dapat menyebabkan kehancuran. Manfaat dari ajaran *Dama* (*Dasa Yamabrata*) ini adalah dapat mewujudkan ketenangan, kententraman, kedamaian, keabadian, dan usia yang panjang dalam hidup berkeluarga, bermasyarakat, berbangsa dan bernegara dengan sikap yang dimotivasi oleh sifat-sifat sabar dan dapat menasehati diri sendiri.
- 6) *Arjawa* adalah sifat yang tulus hati dan berterus terang. Orang yang bersifat tulus hati berarti juga tulus ikhlas. Berterus terang artinya berterang-terangan dan tidak suka berbohong, yaitu mengungkapkan apa adanya. Manfaat dari ajaran *Arjawa* (*Dasa Yamabrata*) ini adalah dapat mewujudkan ketenangan, kententraman, kedamaian, keabadian, dan usia yang panjang dalam hidup berkeluarga, bermasyarakat, berbangsa dan bernegara dengan sikap yang dimotivasi oleh sifat-sifat berterus terang.
- 7) *Prtti* adalah sikap yang sangat welas-asih yakni sifat cinta kasih sayang kepada semua makhluk. Sifat ini merupakan dasar bagi sifat welas-asih yang universal. Welas asih itu adalah perbuatan yang begitu luhur, karena hanya welas-asih yang akan dapat menyelesaikan semua permusuhan dan kebencian. Welas asihlah yang akan menciptakan perdamaian dengan sebenarnya. Kondisi dalam welas-asih inilah sebenarnya terdapat keadilan, kebenaran, dan ketenangan yang penuh kedamaian. Manfaat dari ajaran *Prtti* (*Dasa Yamabrata*) ini adalah dapat mewujudkan ketenangan, kententraman, kedamaian, keabadian, dan usia yang panjang dalam hidup berkeluarga, bermasyarakat, berbangsa dan bernegara dengan sikap yang dimotivasi oleh sifat-sifat sangat welas asih.
- 8) *Prasāda* adalah sifat dengan fikiran yang suci, hati yang bersih, tulus ikhlas tanpa pamrih dan suci. Pikiran adalah sumber segala perbuatan, maka ia harus terhindarkan dari kehendak yang buruk, kotor, tercela dan yang lainnya dengan cara mengendalikannya. Dengan mengendalikan pikiran secara menyeluruh maka akhirnya akan membawa diri kita pada posisi yang tenang, tentram, damai

dan suci. Kejernihan pikiran dapat dibangun dan ditumbuh-kembangkan dengan percaya dan yakin tentang adanya Hyang Widhi, kebenaran ajaran Karma Phala, dan samsara. Manfaat dari ajaran Prasāda (Dasa Yamabrata) ini adalah dapat mewujudkan ketenangan, kententraman, kedamaian, keabadian, dan usia yang panjang dalam hidup berkeluarga, bermasyarakat, berbangsa dan bernegara dengan sikap yang dimotivasi oleh sifat-sifat kejernihan hati.

- 9) *Madhurya* adalah orang yang mempunyai pandangan atau roman muka dan perkataan yang manis. Ini berarti orangnya harus mempunyai sifat ramah tamah, lemah-lembut, dan sekali-kali tidak pernah mengeluarkan kata-kata yang kasar. Perkataan yang suci dan perbuatan yang suci harus selalu dikedepankan. Manfaat dari ajaran Mādhurya (Dasa Yamabrata) ini adalah dapat mewujudkan ketenangan, kententraman, kedamaian, keabadian, dan usia yang panjang dalam hidup berkeluarga, bermasyarakat, berbangsa dan bernegara dengan sikap yang dimotivasi oleh sifat-sifat manis pandangan.
- 10) *Mardawa* adalah sifat dan perilaku seseorang yang rendah hati dan tidak suka menyombongkan diri. Sifat rendah hati bukan berarti rendah diri. Sifat rendah hati dapat juga dikatakan mempunyai kelembutan hati. Salah satu perbuatan yang luhur adalah bekerja penuh pengabdian, tidak tinggi hati atau angkuh. Manfaat dari ajaran Mārdawa (Dasa Yama bratha) ini adalah dapat mewujudkan ketenangan, kententraman, kedamaian, keabadian, dan usia yang panjang dalam hidup berkeluarga, bermasyarakat, berbangsa dan bernegara dengan sikap yang dimotivasi oleh sifat-sifat kelembutan hati.

Dengan mengaplikasikan ajaran Dasa Yama bratha dapat mempermulia sifat dan sikap seseorang dalam hidup dan kehidupannya. Oleh karena itu wajib hukumnya untuk dapat diterapkan dengan sungguh-sungguh dalam hidup dan kehidupan sehari-hari. Ajaran susila menjadi dasar dari perilaku seseorang yang beragama di mana susila sendiri menjadi landasan filosofis terkait apakah suatu tindakan harus dilakukan atau tidak sesuai dengan adab berperilaku. Pengajaran susila mengenalkan umat Hindu tentang etika, moral, dan tata susila dalam bermasyarakat. Selain sebagai bagian dari Tri Kerangka Dasar Agama Hindu, susila juga sebagai dasar hukum yang mengikat umat Hindu dalam setiap melakukan kegiatan. (Made Mardika. 2023)

### III. PENUTUP

Ajaran Dasa Yama Bratha sangat penting diterapkan dalam kehidupan manusia karena ajaran ini sangat berorientasi pada pengendalian diri serta upaya menjaga keselarasan dan keseimbangan perilaku manusia agar apa yang menjadi tujuan hidup manusia dapat tercapai serta keselarasan dan keseimbangan kehidupan terjaga dengan baik. Ajaran kesusilaan akan semakin menumbuhkan *sradha* dan *bhakti* kita terhadap Sang Hyang Widhi Wasa. Strategi pembentukan perilaku susila dengan ajaran Dasa Yama Bratha akan membentuk perilaku manusia untuk bertingkah laku yang baik, serta dapat menciptakan kehidupan yang harmonis baik dengan Sang Hyang Widhi, sesama manusia dan lingkungan

### DAFTAR PUSTAKA

- Alghamdi, A. (2007). Explicit towards and implicit motivation outbound tourism: A study of Saudi tourists, hal. 46. Dikutip dari Waluya, D.H.B. (2012). Analisis faktor-faktor pendorong motivasi wisatawan nusantara terhadap keputusan berkunjung ke Kebun Raya Bogor. *Tourism and Hospitality Essentials (THE) Journal*, Vol.II (1), 245.

- Dwaja, I Gusti Ngurah dan Mudana, I Nengah. 2018. Pendidikan Agama Hindu dan Budi Pekerti. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan 2018 Edisi Revisi Jakarta: Pusat Kurikulum dan Perbukuan, Balitbang, Kemendikbud.
- I Putu Astra , I Nyoman Raka, Putu Sanjaya. 2023. Pembentukan Perilaku Susila Berbasis Ajaran Dasa Yama Bratha Melalui Kegiatan Gathering Grha Pada Siswa Smk Negeri Bali Mandara. JURDIKSCA: Jurnal Pendidikan Agama Hindu Mahasiswa Pascasarjana
- Kadjeng, dkk. I Nyoman. 2001. *Sarasamuscaya dengan terjemahan dalam bahasa Indonesia* : Dharma Nusantara.
- Kajeng, I Nyoman Dkk. 2009. *Sarasamuccaya*, Surabaya: Pāramita.
- Made Mardika, Gede Nanda JayaPratama, Ni Komang Sutriyanti. 2023. Nilai Susila dalam Susastra Hindu dan Implementasinya pada Kehidupan Sehari-Hari. SPHATIKA : Jurnal Teologi
- Puja, Gde. 2003. *Bhagawad Gitā (Pañcama Veda)*. Surabaya: Pāramita.
- Pradna Lagatama. 2020. Komunikasi Ajaran Etika Hindu Dalam Menumbuhkembangkan Karakter Generasi Muda Dalam Pergaulan Sehari-Hari.
- Sura, Drs. I Gede. 1985. *Pengendalian diri dan ethika*; Departemen Agama RI.
- Sura, Drs. I Gede: *Sekitar Tata Susila Seri I*; Yayasan Guna Werddhi, Denpasar.
- Tim Penyusun, 2016. *Pendidikan Agama Hindu Untuk Perguruan Tinggi*. Direktorat Jenderal Pembelajaran dan Kemahasiswaan Kementerian Riset, Teknologi, dan Pendidikan Tinggi Republik Indonesia
- Team Penyusun. 1978. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka