



Follow Twitter @AryoDiponegoro

ARYODIPONEGORO.COM

Sebagai pembawa alur dasar cerita

CERITA AWAL



**Saya menikahi istri saya lebih dari 11 tahun lalu.
Tepatnya bulan April 2004. Ketika itu usia saya
masih 26 tahun. Masih bekerja di sebuah
perusahaan transporter di Jakarta. Tahun pertama
menikah, kami memang sepakat untuk tidak
memiliki momongan terlebih dahulu.**

Menikah lebih dari 10 tahun



Sampai dengan tahun kedua, kami juga belum dikaruniai momongan. Saya pribadi sebagai laki-laki tidak begitu mempermasalahkan. Tapi istri saya tentunya kepikiran. Berangkatlah kami ke beberapa dokter kandungan, pengobatan alternatif, dokter herbal. Alhamdulillah hasilnya masih saja belum dikaruniai momongan.

Banyak Dokter Dikunjungi



Belajar dari konsultasi dengan para dokter yang kami kunjungi

PROBABILITAS KEHAMILAN



Jutaan sperma hanya terpilih 1 untuk membuahi 1 ovum (ada beberapa kasus mampu membuahi 2 ovum sehingga lahir kembar). Jadi kesempatan terjadinya kelahiran itu 1 ovum per jutaan sperma. Kecil sekali bukan? Jadi bilamana Anda sekarang hidup di dunia, kelahiran Anda adalah kesuksesan Anda yang pertama.

Probabilitas Sperma Pria



Ovum yang bisa dibuahi hanya 1 ovum. Sering disebut ovum matang. Ovum matang ini hanya 1 dari ribuan ovum yang dihasilkan oleh wanita. Ketika saya tanyakan lagi, apakah dalam 1 masa ovulasi pasti ada telur yang matang. Jawabnya adalah belum tentu dalam 1 masa ovulasi ada 1 telur yang matang. Nah lho! Kecil sekali kemungkinan 1 banding ribuan ovum. Sekali lagi bilamana Anda sekarang hidup di dunia, kelahiran Anda adalah kesuksesan Anda yang pertama.

Probabilitas Ovum Wanita



Nah faktor waktu juga menentukan. Ovum yang matang itu hanya hidup tidak lebih dari 12 jam. Berarti kesempatan untuk membuahi ovum adalah 12 jam per 30 hari (24 jam x 30 hari = 720 jam).

Faktor Waktu



Mengenai angka-angka, saya tidak begitu paham karena tidak mempelajari biologi lebih mendalam. Angka-angka di atas hasil dialog kami dengan dokter-dokter yang kami kunjungi. Mohon mencari rujukan yang lebih jelas lagi.

Disclaimer



Iseng-iseng saya coba hitung kesempatan kehamilan dengan metode probabilitas. Anggap saja 1 kali ejakulasi = 1 juta sperma. (Dikalikan dengan) anggap pula 1 masa ovulasi wanita menghasilkan 1000 ovum. (Dikalikan dengan) 12 jam banding 720 jam. Maka probabilitas kehamilan adalah 0,0000000017%. Padahal 1 kali ejakulasi, rata-rata lelaki menghasilkan 70 juta sperma.

$$\frac{1}{1.000.000} \times \frac{1}{1.000} \times \frac{12}{720} = 0,0000000017\%$$



Ada 2 faktor utama untuk meningkatkan potensi kehamilan

FAKTOR UTAMA



Menurut dokter saya, beliau menyampaikan bahwa ilmu mengenai kehamilan ini belum ada kemajuan sejak tahun 60an (atau 70an saya lupa).

Dan faktor utama kehamilan adalah Tuhan. “Bersyukur saja belum punya anak, mungkin dikaruniai waktu luang untuk banyak-banyak berduaan,”. Begitu kata dokter saya.

Tidak Ada Ilmu baru sejak tahun 70an



Saya bertanya kepada dokter saya, faktor apa yang membuat ovum itu bisa matang? Jawab ada 2 faktor. Pertama adalah masalah asupan gizi atau makanan yang kita makan. Dokter menyarankan meminum vitamin E untuk istri saya atau makanan yang banyak menghasilkan vitamin E. Kedua adalah faktor psikis. Wah ini artinya istri saya harus selalu bahagia atau selalu tenang, tidak panik, tidak berpikir negatif. Harus positif dan optimis! Saya pun harus melakukan 2 hal yang sama!

Dua Faktor Itu



Nah! Jujur saja semenjak itu saya memutuskan untuk tidak lagi datang ke dokter. Bukan karena saya tidak percaya dokter, tapi saya yakin sudah pegang kunci untuk masalah rencana kehamilan kami. Kejadian ini pada tahun 2010-2011 atau 6-7 tahun pernikahan kami.

Tak Lagi Konsultasi



Apakah kami menjalankan nasihat dokter tentang 2 faktor itu? Ternyata tidak juga! Kami berdua masih bermalasan untuk memperbaiki diri dengan 2 faktor di atas. Masih bebas makan ini itu, tidak mencari vitamin yang disarankan. Meski hepi-hepinya sih sudah dipastikan kami lebih hepi dari sebelumnya.

Masih Malas Eksyen



Selain hepi, saya masih menyisakan satu keyakinan bahwa istri saya bisa hamil. Saya ingat cerita nabi Zakaria yang tidak kunjung punya anak. Beliau berdoa meminta momongan kepada Allah. Dan akhirnya dikabulkan-Nya. Nabi Zakaria dikaruniai anak bernama Yahya. Cerita Nabi Zakaria ini yang menguatkan saya dan istri saya. Kami yakin akan diberikan kehamilan.

Cerita Nabi Zakaria



“(Yang dibacakan ini adalah) penjelasan tentang rahmat Tuhan kamu kepada hamba-Nya Zakaria, yaitu tatkala ia berdoa kepada Tuhannya dengan suara yang lembut. Ia berkata: ‘Ya Tuhanku, sesungguhnya tulangku telah lemah dan kepalaku telah ditumbuhi uban, dan aku belum pernah kecewa dalam berdoa kepada Engkau, ya Tuhanku. Dan sesungguhnya aku khawatir terhadap mawaliku sepeningalku, sedang istriku adalah seseorang yang mandul, maka anugerahilah aku dari sisi Engkau seorang putra, yang akmi mewarisi aku dan mewarisi sebagian keluarga Yakub; dan jadikanlah ia, ya Tuhanku, seorang yang diridahi.’ ”

(QS. Maryam: 2-6)



“Hai Zakaria, sesungguhnya Kami memberi kabar gembira kepadamu akan (memperoleh) seorang anak yang namanya Yahya, yang sebelumnya Kami belum pernah menciptakan orang yang serupa dengan dia. Ya Tuhanku, bagaimana akan ada anak bagiku, padahal istriku adalah seorang yang mandul dan aku (sendiri) sesungguhnya sudah mencapai umur yang sangat tua. Tuhan berfirman: ‘Demikianlah.’ Tuhan berfirman: ‘Hal itu adalah mudah bagi-Ku; dan sesungguhnya telah Aku ciptakan kamu sebelum itu, padahal kamu (di waktu itu) belum ada sama sekali.”

(QS. Maryam: 7-9)



“Tanpa sengaja” membersihkan tubuh

DETOKSIFIKASI



Sedikit cerita agak menyimpang dari tema, tapi sebenarnya nanti berkaitan erat. Mohon Anda sabar membacanya. Bulan November ibu saya jatuh sakit. Dokter bilang ibu saya sudah memasuki fase terminal. Ibarat naik bis, kalau sudah sampai terminal, berarti musti turun. Bayangin aja galaunya saya waktu itu ...

Ibu Jatuh Sakit



Namanya orang sakit, pasti dikunjungi tamu. Dari saudara dan tetangga. Dari yang dekat sampai yang jauh. Dari teman-teman saya, teman-teman istri saya, teman-teman kakak-kakak saya. Dari yang saya kenal sampai yang tiak saya kenal. Dan tamu-tamu sangat mainstream memberikan oleh-oleh kepada yang sakit. Dan oleh-oleh yang paling mainstream adalah buah-buahan.

Buah-buahan Oleh-oleh di Rumah Sakit



Saya dan istri adalah orang yang paling longgar waktunya, sehingga saya dan istri lumayan banyak menjaga ibu di rumah sakit. Terutama malam hari hingga pagi hari. Dan tentunya saya dan istri adalah pelahap utama buah-buahan yang jadi oleh-oleh ke ibu saya. Ibu saya tidak bisa makan. Yang makan ya yang jaga. Dan paling banyak yang makan ya saya dan istri.

Banyak Jaga Banyak Makan Buah



Inilah detoksifikasi “tanpa sengaja” yang diberikan Allah kepada saya dan istri. Hampir sebulan kami detoksifikasi dengan buah-buahan. Sekaligus menambah vitamin sesuai anjuran dokter. Inget kan, faktor untuk mematangkan ovum dan meningkatkan kualitas sperma adalah asupan makanan. Buah-buahan menjadi alternatif paling baik dibanding makanan cepat saji atau lainnya.

Detoks Tanpa Sengaja



Ini lah yang paling Utama dari segalanya

LEBIH DEKAT DENGAN TUHAN



Singkat cerita ibu saya meninggal tanggal 3 Desember 2014 menjelang magrib setelah hampir sebulan di rumah sakit. Dan seperti jatuh ditimpa tangga, Ibu mertua saya siang hari tanggal 3 Desember 2014 dibawa ke rumah sakit karena sesak nafas. Selang 2 hari atau tepatnya tanggal 5 Desember. Kami kehilangan 2 orang ibu dalam 2 hari. Satu pukulan berat buat saya dan istri saya.

Kehilangan 2 Ibu



Saya pun bertanya kepada Tuhan, Ya Tuhan, apa rahasia-Mu untukku? Pukulan berat ini membuat kami ingin untuk lebih mendekatkan diri kepada Tuhan. Menenangkan diri dengan tarikan-tarikan nafas panjang. Menjaga waktu shalat agar lebih ontime. Menambah shalat dengan shalat sunnah bakdiyah, qobliyah, dhuha, tahajud, fajar. Membaca Qur'an.

Memperbaiki Hubungan Dengan
Tuhan



Pokoknya mementingkan Tuhan dibanding kepentingan lainnya. Termasuk dalam kepentingan berhubungan. Dulu sering kali berhubungan malam hari, hingga tidak tahajud.

Paling parah, shubuhnya jadi kesiangan. Dengan berhubungan pagi hari setelah subuh. Malam hari bisa tahajud, shubuhnya bisa ontime. Dan badan lebih fresh karena setelah bangun tidur, sel-sel baru mengganti sel-sel lama.

Mementingkan Allah daripada
kepentingan lainnya



**Bayangin aja deh. Bangun tidur seger, mandi jadi lebih
seger, wangi, abis itu berhubungan. Joooss tenan!
Bandingkan dengan berhubungan di malam hari. Pagi
sampai sore kerja, capek, fisik lelah, meskipun mandi seger
dan wangi, tapi tenaganya sudah kempes bukan? Coba deh
pagi hari! Selain bisa lebih dekat dengan Tuhan, tentunya
tubuh lebih fresh!**

Pagi Hari Lebih Fresh



Nah lebih mendekat kepada Tuhan inilah salah satu faktor utama yang disebutkan dokter saya di atas. Selain asupan, yakni asupan psikis. Secara psikologi harus hepi. Tapi bukan hepi menurut saya, lebih cenderung kepada spiritual gitu. Ya lebih dekat dengan Tuhan.

Sebagai Asupan Psikis / Spiritual



”Barangsiapa bertakwa kepada Allah niscaya Dia akan memberikan jalan keluar, dan memberinya rizki dari arah yang tidak disangka. Dan barangsiapa yang bertawakkal kepada Allah niscaya Allah akan mencukupkan (keperluan)nya.”

(QS. Ath Thalaq: 2-3)



“(Yaitu) orang-orang (yang menta’ati Allah dan Rasul) yang kepada mereka ada orang-orang yang mengatakan:”Sesungguhnya manusia telah mengumpulkan pasukan untuk menyerang kamu, karena itu takutlah kepada mereka”, maka perkataan itu menambah keimanan mereka dan mereka menjawab: “Hasbunallah Wani’mal-Wakîl”, Cukuplah Allah menjadi Penolong kami dan Allah adalah sebaik-baik Pelindung”.

(QS. Ali-Imran 3:173)



Dari Abu Dzar Al-Ghifari Radhiallahu ‘anhu berkata, aku mendengar Rasulullah Shallallahu ‘Alaihi Wasallam bersabda, “Barangsiapa mendekati kepada Allah sejengkal, Allah mendekati kepadanya sehasta. Barangsiapa mendekati kepada Allah sehasta, Dia mendekati kepadanya sedepa. Barangsiapa menghadap Allah sambil berjalan, Allah menghadap kepadanya sambil berlari kecil. Dan Allah lebih tinggi dan lebih mulia, Allah lebih tinggi dan lebih mulia.”

Diriwayatkan Ahmad (V/155)



Saya ingat waktu ibu saya baru masuk ke rumah sakit di minggu pertama. Dini hari jam 2 pagi, ibu terbangun, kami bicara banyak, bercerita banyak dan kami berdendang “Hasbunallah Wa Ni’mal Wakil, Ni’mal Maula Wa Ni’man Nashir”. Yang artinya “Cukuplah Allah menjadi Penolong bagi kami dan Allah adalah sebaik-baik Pelindung”.

Cukuplah Allah sebagai Sang
Penolong



Selang 1 bulan lebih dari kabar duka, munculah kabar gembira

KABAR GEMBIRA ITU



Selang 1 bulan tepatnya Januari 2015, istri saya telat mens 14 hari. Fyi, telat 2 minggu adalah hal biasa yang kami alami selama 10 tahun terakhir. Saya bilang ke istri saya, tunggu 2 hari lagi, nanti saya belikan testpack. Selang 2 hari atau mens telat 16 hari, istri saya membuka test pack itu. Alhamdulillah positif.

Alhamdulillah Positif



Sore harinya kami ke dokter ahli kandungan di salah satu rumah sakit di Cirebon. Dan istri saya dinyatakan positif hamil. Sah! Begitu meluapnya kegembiraan saya! Alhamdulillah ya Allah ... entah berapa kali Engkau tolong aku, meski aku penuh dosa.

Tuhan Masih Sayang Kami



Merangkum semua cerita sebelumnya

KESIMPULAN DAN TAMBAHAN



(1) Cukuplah Allah menjadi Penolong dan Allah adalah sebaik-baik Pelindung. Perbaiki ibadah Anda, banyak berdoa. Dengan ini kondisi psikis Anda akan membaik dan terus membaik. (2) Ke Dokter ahli kandungan dan konsultasikan masalah Anda dan ketahui pokok masalahnya dimana. Apakah kualitas sperma atau kualitas ovum? (3) Makanlah makanan sehat, terutama buah-buahan untuk detoksifikasi dan memperbaiki gizi tubuh. Inti penting untuk kematangan ovum.

6 Langkah Langitan (1)



(4) Niat berhubungan untuk beribadah, mendapatkan keturunan bukan semata mencari kesenangan (5) Berhubungan di pagi hari setelah Subuh karena tubuh lebih segar dan sel-sel baru mengganti sel-sel lama. Ini penting untuk kualitas sperma. (6) Berhubunganlah ketika kedua belah pihak memang menginginkan agar ada keselarasan energi. Jangan karena terpaksa melayani suami atau melayani istri. Harus keduanya selaras!

6 Langkah Langitan (2)



(7) Seperti halnya ilmu afirmasi, lakukan hal di atas berturut-turut minimal 21 hari (teori afirmasi), berturut-turut minimal 30 hari (teori puasa ramadhan), berturut-turut 9 bulan 10 hari untuk mencapai kesempurnaan seperti halnya kelahiran seorang anak. (kecuali point 6, baca lagi ya)

6 Langkah Langitan (3)



Semoga bisa menjadi inspirasi Anda

PRAKTEKKAN!

