

## DHARMANING USADHA BALI

Ni Made Sinarsari

Universitas Negeri I Gusti Bagus Sugriwa Denpasar, Bali, Indonesia

✉ sinarsari73@gmail.com

Submitted : October 29, 2024	Accepted : December 20, 2024	Published : May 16, 2025
------------------------------	------------------------------	--------------------------

### Abstrak

Kesehatan tradisional saat ini mendapatkan perkembangan yang positif, organisasi kesehatan dunia (WHO) mengakui bahwa upaya kesehatan tradisional merupakan sistem perawatan kesehatan yang secara universal dan keseluruhan memandang individu sebagai sebuah kesatuan yang tidak bisa dilihat perbagian. Secara turun temurun kesehatan tradisional Bali (*Usadha Bali*) masih diyakini, dirasakan manfaat dan efektif dalam menangani masalah kesehatan. Orang Bali masih mencari penanganan *usadha Bali*, dalam permasalahan yang dihadapi dalam kehidupan. *Dharmaning Usadha Bali* merupakan system keilmuan, pengobatan di Bali. *Dharmaning usadha Bali* memuat tentang nilai, etika, moral perawatan kesehatan. Dua rumusan masalah dalam *dharmaning usadha Bali*: Bagaimanakah system pengobatan dalam *dharmaning usadha Bali*? Pengetahuan yang termuat dalam *dharmaning usadha Bali*? Diharapkan pengetahuan terkait sistem serta pengetahuan terkait dalam *dharmaning usadha Bali* dapat diterapkan dan dilestarikan serta dikembangkan sebagai bagian dari meningkatkan kesejahteraan manusia. Teori yang dipergunakan adalah teori fenomenologi dan fungsional struktural. Penelitian kualitatif, pengumpulan data observasi, wawancara, dokumentasi dan kepustakaan. Hasil penelitian adalah identifikasi system dan pengetahuan yang termuat dalam *dharmaning usadha Bali*.

**Kata kunci:** sistem kesehatan; *dharmaning usadha Bali*.

### Abstract

*Traditional health is currently receiving positive developments, the World Health Organization (WHO) recognizes that traditional health efforts are a universal and holistic health care system that views the individual as a whole that cannot be seen as a part. For generations, Balinese traditional health (Usadha Bali) is still believed to be beneficial and effective in dealing with health problems. Balinese people are still looking for a solution to Balinese usadha, in the problems faced in life. Dharmaning Usadha Bali is a scientific system, medicine in Bali. Dharmaning usadha Bali contains about values, ethics, and morals of health care. Two formulations of problems in Balinese usadha dharma: What is the treatment system in Balinese usadha dharma? What is the knowledge contained in the Balinese usadha dharma? It is hoped that knowledge related to the system and related knowledge in Balinese dharmaning usadha can be applied and preserved and developed as part of improving human welfare. The theories used are phenomenological and structural functional theories. Qualitative research: collection of observational data, interviews, documentation and literature. The result of the research is the identification of the system*

*and knowledge contained in the Balinese usadha dharmaning.*

**Keyword:** health system, *dharmaning usadha* Bali

---

Pelayanan kesehatan tradisional merupakan salah satu upaya di Indonesia dalam mewujudkan kesehatan bagi seluruh masyarakat Indonesia. Keberanekaragaman hayati dan budaya di Indonesia merupakan warisan kekayaan yang potensial untuk dikembangkan. Masyarakat Indonesia masih meyakini bahwasanya upaya tradisional sebagai bagian dari kebiasaan yang dilakukan secara turun-temurun. Upaya dalam mewujudkan atau mencari layanan kesehatan tradisional. Salah satu riset kesehatan dasar yang dilakukan pada tahun 2010 menyatakan bahwa masyarakat Indonesia sejumlah 59,12% menggunakan pilihan jamu dalam penanganan kesehatan, 95,60% merasakan manfaat dari jamu. Kekayaan hayati di Indonesia tidak hanya dalam bentuk sumber alam namun menyangkut juga sistem ketrampilan dalam perawatan atau pelayanan kesehatan. Terdapat ratusan jenis teknik penanganan (modalitas penanganan) tradisional yang ada di Indonesia. Modalitas ramuan, ketrampilan dan campuran ramuan dan keterampilan dalam pelayanan kesehatan. Modalitas sebagai upaya untuk menjaga dan meningkatkan kesehatan secara menyeluruh. Masing-masing daerah di wilayah Indonesia memiliki tradisi dan cara tersendiri dalam upaya kesehatan tradisional. Bali sebagai bagian dari wilayah Indonesia yang masih kental dalam menerapkan tradisi dan budaya, termasuk upaya kesehatan. Bali memiliki sistem pengobatan tradisional dalam ajaran. Ajaran termuat dalam tulisan maupun lisan yang diturunkan dan diyakini dari masa ke masa. Sebuah sistem pembelajaran dilakukan melalui tahapan-tahapan yang diyakini oleh masyarakat Bali sebagai tahapan apabila seseorang mencari atau sebagai pemberi layanan kesehatan tradisional Bali. Pelayanan Kesehatan tradisional didasarkan pada sumber keilmuan baik tertulis maupun lisan yang memiliki dimensi holistik biokultural yang sesuai dengan agama, keyakinan, budaya masyarakat. Pelayanan Kesehatan tradisional sebagai sebuah sistem pemberian layanan perawatan yang berlandaskan filosofi, melihat manusia sebagai kesatuan yang utuh merupakan konsep dasar, memandang manusia secara holistik, budaya dan diberikan layanan yang lebih manusiawi. Kesehatan tradisional saat ini mendapatkan perkembangan yang positif, organisasi kesehatan dunia (WHO) mengakui bahwa upaya kesehatan tradisional merupakan sistem perawatan kesehatan yang secara universal dan keseluruhan memandang individu sebagai sebuah kesatuan yang tidak bisa dilihat perbagian. WHO menerapkan strategi pencapaian kesehatan dengan menerapkan upaya pelayanan kesehatan sebagai modalitas penanganan dalam meningkatkan derajat kesehatan khususnya upaya preventif.



**BUDAYA BALI**

keseluruhan dari sistem nilai, perilaku, dan hasil karya manusia Bali yang terbentuk dari proses interaksi manusia Bali dengan lingkungannya.

**Figure 1.** Bali Island

Secara turun temurun kesehatan tradisional Bali (*Usadha* Bali) masih diyakini, dirasakan manfaat dan efektif dalam menangani masalah kesehatan. Orang Bali masih mencari penanganan *usadha* Bali, dalam permasalahan yang dihadapi dalam kehidupan. Usada Bali memiliki informasi kesehatan yang sangat lengkap berdasarkan kearifan lokal dari leluhur orang Bali. Usadha. Sistem Kesehatan tradisional Bali memiliki sistem yaitu *Dharmaning Usadha* Bali. *Dharmaning Usadha* Bali merupakan salah satu system pengetahuan. Kesehatan para leluhur untuk meningkatkan derajat Kesehatan dan kesejahteraan Masyarakat Bali. Masyarakat Bali meyakini sebagai sebuah tatanan yang telah disarikan oleh para pendahulu dalam praktik penanganan dan upaya kesejahteraan yang dilakukan. Orang Bali masih mencari penanganan *usadha* Bali dalam permasalahan yang dihadapi dalam kehidupan. *Dharmaning Usadha* Bali merupakan system keilmuan, pengobatan di Bali. *Dharmaning usadha* Bali memuat tentang nilai, etika, moral perawatan kesehatan. Dua rumusan masalah dalam *dharmaning usadha* Bali : Bagaimanakah system pengobatan dalam *dharmaning usadha* Bali ? Pengetahuan yang termuat dalam *dharmaning usadha* Bali? Diharapkan pengetahuan terkait sistem serta pengetahuan terkait dalam *dharmaning usadha* Bali dapat diterapkan dan dilestarikan serta dikembangkan sebagai bagian dari meningkatkan kesejahteraan manusia. Pengetahuan *usadha* diturunkan dari nilai-nilai kebudayaan baliyang senantiasa menempatkan makrokosmos dan mikrokosmos dalam hubungan yang selaras dan harmonis guna mencapai kebahagiaan (*hita*), terlepas dari rasa sakit dan penderitaan serta bermanfaat kembali kepada seluruh isi alam semesta (Kasmahidayat et al., 2024). *Dharmaning usadha* Bali memnadang. Kesehatan sebagai kesatuan yang utuh (holistik) antara fisik, mental, spiritual. Konsep sehat atau sakit merujuk pada kondisi keseimbangan dan ketidakseimbangan dari unsur-unsur pembentuk tiga lapisan tubuh (*tri sarira*). Tubuh fisik (*stula sarira*), tubuh halus psikis (*Suksma sarira*), tubuh penyebab (antah karena *sarira*), serta keseimbangan dengan alam, hubungan dengan lingkungan, alam raya (*palemahan*) sosial (*pawongan*), ketuhanan (*parahyangan*). Kesehatan sejatinya berhubungan erat dengan pencapaian tujuan hidup dharma Artha kama moksanam

sariram sadhanam. Tubuh fisik merupakan sarana untuk meraih kebajikan, kemakmuran, kesenangan, kebebasan yang tertinggi.

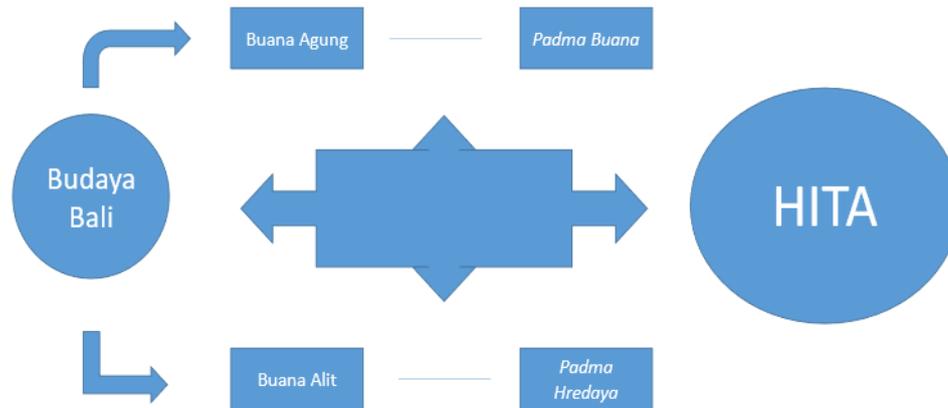


Figure 2. Nilai Adiluhung dalam Budaya Bali

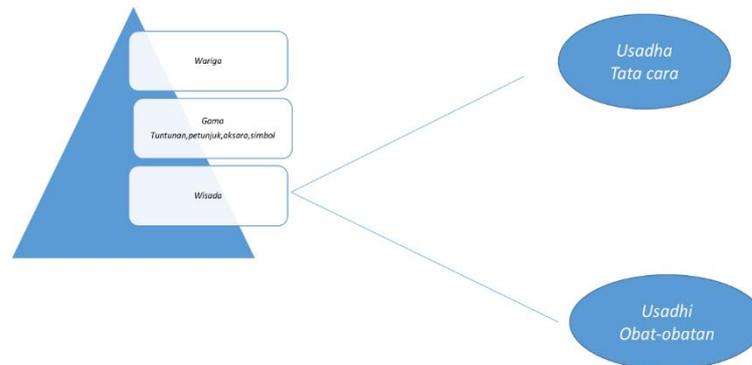
Penerapan Dharmaning Usadha Bali di era saat ini oleh praktisi atau penyehat tradisional di Bali disebut dengan istilah *Walian* atau *Balian*. *Balian* merupakan istilah yang diberikan kepada seseorang yang dipilh oleh Tuhan Yang Maha Esa untuk menyalurkan energi semesta, agar seseorang terbebas dari rasa tidak nyaman, bebas dari penyakit, dan dimudahkan dalam menjalani kehidupan. *Balian* adalah bagian yang termuat dalam *Dharmaning Usada* Bali. pelaku pemberi layanan di Bali secara traduional adalah *Balian*. *Balian* memiliki kemampuan untuk menangani orang sakit. Kemampuan seorang *balian* didapatkan dari berbagai sumber dan cara. Apabila keaghliahn didapatkan melalui garis darah atau keturunan. *Balian* berdasarkan kekuatan gaib (*ketakson*). *Balian* melakukan penanganan berdasarkan benda benda bertuah (*kepican*). *Balian* mendapatkan kemampuan menangani klien dari proses belajar, melalui naskah kuno. Terdapat juga *balian* campuran, mencampurkan semua pengetahuan dalam penanganan. *Balian* berdasarkan keahliannya meliputi *balian* urut (*pijat*), *balian manak* (*beranak*), *balian tenung* (*ahli nujum*), *balian nunasang* (*balian penghubung untuk mendapatkan informasi secara supernatural, sebagai mediator antar dua dimensi*). *Balian usadha* mendapatkan pengetahuan melalui guru (*aguru waktera*), dapat juga melalui kitab-kitab *usadha* (*lontar*). *Balian usadha* mempelajari tentang pengetahuan *usadha* Bali, meliputi *wariga*, *gama*, *wisudha*. Pengetahuan ini sebagai pedoman dalam Upaya mewujudkan kesehatan, kesejahteraan, keseimbangan antara *buana agung* *buana alit*. Sehat (*swastyia*) merupakan keseimbangan dari unsur pembentuk tubuh dengan unsur yang sama yang ada di alam semesta (*buana agung*). Keadaan *swastyia* sebagai dasar dalam pencapaian *hita* (*kebahagiaan*).

Proses menjadi *Balian Usada* dapat dibaca pada *Rontal Boda Kakapi*, *Usada Karimosada*, dan *Usada Sari*. Hal ini tersampaikan dalam teks: "Barangsiapa ingin mempelajari akhlak guru, ia harus mempunyai pikiran yang teguh. Segala rahasia

akhlak Aji Saraswati selaras dengan hatinya sendiri, demikian pula perbuatannya harus sesuai dengan apa yang dipelajarinya. dari pohon palem. Dia mengambil sumpah guru dan saudara laki-lakinya. Kami berbagi suka dan duka. Ketika guru menghadapi bencana, kebohongan buruk dilontarkan. Siswa harus berani melindungi dirinya untuk menyelamatkan harta benda dan nyawa gurunya. Sebaliknya jika ada siswa yang mengalami musibah maka guru harus membantu siswa tersebut. Menurut hukum Punarbawa, jika mereka meninggal di kemudian hari, mereka akan bereinkarnasi bersama sebagai saudara atau kembar. Apakah Anda merasa baik atau buruk, siswa harus mengungkapkan keinginan untuk mengikuti aturan-aturan ini, dan guru harus mengungkapkan keinginan untuk menjadi seorang guru. Jika penerimaan sebagai siswa dan keinginan untuk menjadi guru terpenuhi, pengajaran diberikan secara lisan. Sebagai pengetahuan dasar, siswa harus benar-benar memahami *Katikelaning Genta Pinara Pitu, Sastra Sanga, Bodha Kecapi dan Kali Mosadha*” (Nala, 1997).

- a) Sesana atau sesananing balian adalah kode etik yang berfungsi sebagai kontrol moral bagi seorang pengusaha dalam menjalankan profesinya. Sasananing balian yang diambil dari beberapa lontar usada dapat digambarkan sebagai berikut (Suatama, 2021). Menyimpan semua rahasia pasien dan tidak mengungkapkannya atau membicarakannya dengan orang lain;
- b) Kehidupan seorang balian harus bersih dan suci, tanpa lobha (keserakahan), kesombongan, dan maksiat. Dalam *Tutur Bhagawan Siwa Sempurna*, dinyatakan bahwa seorang balian tidak boleh sombong, harus berperilaku benar sesuai dengan Dharma, dan menyimpan semua keinginan di dalam hati;
- c) Balian seharusnya tidak merasa was-was, ragu, atau malu. Di dalam hatinya, dia harus teguh dan tabah serta yakin dengan apa yang dilakukannya. Jangan biarkan berbagai rintangan, gangguan, dan godaan menggoyahkan yang berujung pada kegagalan usaha balian. Jangan menyerah sebelum mencapai tujuan menyembuhkan orang sakit;
- d) Selama menjalankan profesinya sebagai penyehat tradisional, balian tidak boleh pamrih. Semua prosedur pengobatan harus dilakukan dengan kejujuran dan itikad baik. Balian sejati harus mengetahui pengaruh lobha pada sopan santun (sesari) dan materi lainnya;
- e) Seorang balian harus memahami hak dan kewajibannya, rendah hati, dan tidak sombong, selalu mengendalikan diri, serta menghormati pasien dan semua orang karena tubuh sarira dihuni oleh Sang Hyang Atma atau Sang Hyang Bayu Pramana yang dapat mengutuk balian bila bertentangan dengan Dharma. Ketika balian dikutuk, kekuatan dan kemampuannya akan berkurang. Balian dikutuk oleh Sang Hyang Buddha Kecapi, yang menyebabkan hidupnya menderita;
- f) Aturan tambahan diatur dalam Pergub Bali no. 55/2019 tentang Pelayanan Kesehatan Tradisional Bali.

*Dharmaning Usadha Bali*  
Kebenaran Usadha  
Keilmuan Usadha



**Figure 3.** Dharmaning Usadha Bali

Wariga sebagai salah satu pengetahuan dasar yang harus dikuasai oleh seorang balian. Menurut lontar wariga gemet, terdapat empat wariga, meliputi wariga usadha agama (memuat tentang kala rahu, kala siang/panas, dingin, rahu, malam/tis dan licin (ketu/kali, wariga uliken membahas tentang pemilihan hari baik, buruk (padewsan), wariga. Sundari bungkah berhubungan dengan upakara yadnya, persembahan tulus, wariga putus berhubungan dengan kelepaan, satu tahapan dalam kehidupan persiapan Kembali secara nyaman kehadapanNYA. Memahami usadha, demikian juga selayaknya memahami wariga. dengan menahami wariga dalam kesehatan yaitu mengetahui unsur yang paling dominan pada tubuh seseorang unsur pembentuk dominan akan menentukan penyakit seseorang, potensi sakit dan upaya yang dapat dilakukan. Dalam *usadha* memuat pengetahuan tentang lima unsur pembentuk tubuh manusia. Lima unsur tersebut disebut *Panca Maha Butha*. Lima unsur tersebut ada di dalam diri dan sebagai unsur pembentuk juga di alam raya. Lima unsur tersebut dijaga keseimbangannya. Ketidakseimbangan dalam tubuh dan alam semesta sebagai tanda dan gejala bahwa tubuh dan alam memerlukan penanganan. Keseimbangan di dua jagat ini disebut sebagai harmoni.

Unsur-unsur tersebut saling mempengaruhi. Lima kerangka dalam pengetahuan tentang wariga yaitu wuku, wewaran, penanggal, pangelong, sasih dan dauh. Lima kerangka ini saling melengkapi dan mempengaruhi, sebagai satu kesatuan berlaku pada penentuan hari baik dan buruk (padewasan). Wuku berlangsung selama 30 pekan (220 hari). Wuku, pancawara, saptawara menjadi satu. Memiliki simbol angka, jumlah keduanya menjadi dasar perhitungan kelahiran. Wuku terdiri dari sinta, landep, ukir, kulantir, toulu, gumbreg, wariga, warigadean, julungwangi, sungsang, dungulan, kuningan, langkir, medangsia, pujut, pang, klurut, merakih, tambir, medangkungan, matal, uye, menial, prangbakat, bala, ugu, wayang, kulawu, dukut, watugunung. Wewaran adalah ritme atau frekuensi harian. Ritme harian ekawara, dua harian dwiwaru, hingga sepuluh harian dasawara. Sasih adalah perhitungan bulan sama dengan perhitungan bulan masehi. Ada 12 sasih meliputi

kasa, karo, katiga, kapat, kalima, kanem, kapitu, kawalu, kesanga, kedasa, jyesta, Sadha. Dimulai dari bulan Maret, pada sasih kesanga atau tahun baru saka. Di kalender Bali bertepatan dengan Nyepi (tahun baru saka). Dalam catatan termuat mulai terdapat pergeseran matahari ke lintang utara. Wariga terdapat perhitungan weton dalam kehidupan spiritual Bali. Hari kelahiran, otonan Bali dipakai sebagai salah satu tehnik untuk mendiagnose (tetenger balian). Menegakkan diagnose, mengetahui penyebab, cara penanganan. Yang dipergunakan adalah gabungan pancawara, saptawara, wuku disebut weton. Perhitungan dalam sasih dengan penanggalatau panglong (*prathiti samutpada*) dipergunakan dalam menentukan hari baik dan buruk. Hari baik buruk dipergunakan dalam kegiatan sehari-hari. seorang *balian usadha* menggunakan perhitungan ini dalam menangani klien, memprediksikan kehadiran klien, prognise penanganan. Srawana-Kasa-Juli, Bharadwada-Karo-Agustus, Asuji-Katiga-September, Kartika-Kapat-Oktober, Margasirsa-Kalima-November, Pasya-Kanem-Desember, Magha-Kapitu-Januari, Palguna-Kawalu-Februari, Catra-Kasanga-Maret, Waisaka-Kadasa-April, Jyesta-Jyesta-Mei, Asadha-Sada-Juni. Nama Prathiti samtpada meliputi trsna, upadana, bhawa, jati, jamarana, awidya, saskara, wijnana, s askara, wijnana, namarupa, separsa, wedana. Dauh adalah waktu atau jam, perhitungan waktu paling pendek yang merupakan bagian hari yang sangat menentukan saat ini baik dan atau buruk.

Sebelum kehadiran kalender yang sangat mudah didapati seperti dewasa ini, dalam mencari padewasan ayu (baik), umumnya masyarakat menggunakan suatu alat yang dinamakan *Tika*. *Tika* adalah petikan-petikan ajaran wariga yang merupakan kalender tradisional umat Hindu di Bali yang bersifat permanen, yang mempergunakan tanda-tanda (kode-kode) tertentu, sebagai wakil salah satu *wewaran* maupun *ingkel*. Dengan *Tika* inilah masyarakat Bali pada zaman dahulu tidak saja mencari padewasan bertani namun juga dalam aktifitas *Panca Yadnya*. Dengan demikian fungsi *Tika* memang untuk mempermudah memperhitungkan hari-hari tertentu untuk mengawali suatu pekerjaan maupun *yadnya*. Namun seiring waktu, keberadaan *Tika* pada dewasa ini telah ditinggalkan dan telah diganti dengan Kalender yang jauh lebih efisien dan efektif dalam mencari padewasan. Penentuan padewasan dengan sistem *Tika* memang agak rumit. Karena selain harus paham dengan simbol-simbol yang tertuang dalam *Tika*, juga harus paham dengan *Wewaran* dan *Wuku*. Sehingga kini *Tika* tersebut hanya dipandang sebagai barang antik dan warisan budaya Bali. Sebagai warisan budaya, walau tidak lagi digunakan dalam penentuan mencari *padewasan*, patutlah dilestarikan. Hal ini sebagai pembuktian bahwa teknologi penentuan waktu pada zaman dahulu telah dikuasai oleh masyarakat Bali. Hal ini tentu sejalan dengan Pasal 32 dari Undang-Undang Dasar 1945 yang dengan tegas menyatakan bahwa pemerintah memajukan kebudayaan Indonesia. Dalam penjelasannya disebutkan, kebudayaan bangsa adalah kebudayaan yang timbul sebagai buah usaha budi rakyat Indonesia seluruhnya. Kebudayaan lama dan asli yang terdapat sebagai puncak-puncak kebudayaan di daerah-daerah di seluruh Indonesia terhitung sebagai kebudayaan bangsa.

*Tika* adalah gambar dari 30 kolom *wuku* dan 7 baris yang menggambarkan 7 hari panjang masing-masing *wuku*. Tujuh hari dalam gambar dasar *wuku* tersebut merupakan rumah dari *Sapta Wara*, yakni *wewaran* yang siklusnya 7 hari. Salah satu

tujuan dari pada pembuatan *Tika* adalah untuk memudahkan menemukan beragam *wewaran* atau gabungan *wewaran* dalam *paawukon* atau *wuku*. Oleh karena itu, jumlah simbol yang dicantumkan dibatasi. Sedangkan cara penentuan dewasa pada *Tika* didasari dengan pengetahuan tentang rumus pedoman dewasa sesuai dengan rumusannya.

Penghitungan wariga digunakan dalam berbagai aspek kehidupan. Mengikuti wariga dan menerapkan dalam kehidupan seperti mengikuti rencana semesta. Semesta memberikan tanda-tanda, demikian juga dalam hal Kesehatan. Wariga memiliki pola yang berkaitan dengan tubuh dan terkait dengan semesta. Kaitan tubuh dengan semesta termuat dalam warig. Kelahiran seseorang dikaitkan dengan hari dan situasi alam saat bersamaan. Wariga berkaitan dengan unsur pembentuk tubuh manusia dan unsur-unsur yang terdapat dia alam. Kelahiran seseorang berkaitan dengan unsur dominan panca maha butha. Buana alit yaitu tubuh manusia dan buana agung alam semesta, hal ini berkaitan dengan konstelasi kosmik, bulan, bintang, planet, matahari yang memiliki energi seperti gravitasi, radiasi pada posisi tertentu. Pengaruh terhadap buana adalah suhu, temperature, pergerakan iklim, cairan, energi. Hal ini berpengaruh terhadap penyebab penyakit dan penanganan sakit. Wariga sebagai petunjuk jalan bagi manusia untuk mencapai yang terbaik dan meningkatkan keyakinan dan kesejahteraan. Wariga juga dalam usadha penghitungan wariga, dipakai untuk memilih waktu, mengetahui mudah tidaknya penyakit diatasi.

Gama merupakan pegangan, pedoman, tuntunan, arah. Di Bali dikenal sebagai nawa sanga atau ista dewata. Nawa Pedoman dalam aksara. Aksara yang berkaitan dengan getaran, energi. Getaran dalam bentuk suara, energi untuk harmonisasi dari energi pembentuk. Getaran sebagai tanda ada kehidupan. Gerakan energi menghasilkan getaran suara. *Usadha* dalam praktek pengusaha menggunakan getaran ini dari setiap organ tubuh memiliki getaran. Getaran ini digunakan dalam penanganan penyakit. Getaran ini di alam semesta diformulakan dengan simbol-simbol dari suara. Simbol-simbol berupa aksara. Aksara berdasarkan bentuk dan fungsi dibagi menjadi dua yaitu aksara biasa dan aksara suci. Aksara wreastra dan swalita sebagai aksara biasa. Aksara suci terbagi menjadi aksara wijaaksara dan modre.

Masyarakat Hindu di Bali umumnya percaya jika penyakit dapat disebabkan oleh dua penyebab atau kausa, yakni kausa *sekala* dan kausa *niskala*. Namun dalam konteks yang lain, bertahannya pengobatan usadha Bali tersebut menunjukkan kemampuannya dalam beradaptasi dengan lingkungan. Pengetahuan usadha diturunkan dari generasi ke generasi sesuai dengan nilai-nilai adiluhung dalam budaya Bali yang menempatkan *Bhuana Agung* (makro kosmos/alam semesta) dan *Bhuana Alit* (mikro kosmos/tubuh) dalam hubungan yang selaras dan harmonis. Keseimbangan secara utuh (*holistic*) antara tubuh, mental dan spiritual dalam konsep keselarasan *padma bhuwana* dan *padma hredaya* untuk mencapai kebahagiaan (*Hita*) sehingga terhindar dari sakit, penderitaan, dan kesengsaraan. Keberadaan *usadha* Bali terekam dalam berbagai manuskrip berupa catatan tertulis pada lontar maupun secara cerita lisan atau tutur. Kesehatan Tradisional Bali (*usadha* Bali) disebutkan dalam beberapa lontar usadha diantaranya *Usadha Sari*, *Usadha Cemeng Sari*, *Usadha Separa*, *Usadha Bhagawan Kasyapa*, bahwa *dharma usadha* Bali (kebenaran *usadha*) terdiri

dari tiga kerangka dasar yakni *Wariga, Gama dan Wisada* (yang dibagi menjadi *usadha* dan *usadhi*). *Wariga* menjadi faktor penting dalam *usadha* Bali, yang mana waktu serta pemilihan hari baik yang berkaitan dengan konstelasi bhuana agung (alam semesta) yang selaras dengan buana alit (tubuh) dapat menjadi pembeda antara hal yang sakral dan hal yang profan. *Wariga* juga menjadi petunjuk jalan bagi manusia untuk mencapai yang terbaik dan meningkatkan keyakinan/ kemantapan hati dalam beraktifitas. Pemilihan hari yang dianggap baik sangat berpengaruh terhadap aspek keyakinan dan spiritual yang juga menjadi faktor penting dalam kesehatan. *Wariga* dalam bidang kesehatan dimanfaatkan untuk membantu “mendiagnosa” konstitusi tubuh (tubuh fisik, mental, spiritual) atau prakerti seseorang yang dipengaruhi oleh energi kosmis baik berupa gravitasi, radiasi, suhu, iklim dari matahari, bulan, bintang dan planet-planet yang mempengaruhi bumi dan seluruh isinya yang menjadi perhitungan dalam *wariga*. Konsep keseimbangan dengan alam semesta adalah salah satu sumber kebahagiaan (*Hita*) yang dikenal sebagai *Tri Hitta Karana* yakni *Palemahan* (hubungan harmonis dengan alam lingkungan), *Pawongan* (hubungan harmonis antar sesama) dan *Prahyangan* (hubungan harmois dengan Tuhan secara Spiritual).

Dalam Lontar *Wariga Gemet*, disebutkan bahwa *Usadha Gama* adalah salah satu dari empat *wariga* yang ada di dunia yang terdiri dari; *Wariga Usadha Gama, Wariga Uliken, Wariga Sundari Bungkah, dan Wariga Putus*. *Usadha Gama* memuat tentang *Kala* (waktu) dan *Bhuta* (ruang/ materi) sehingga dalam konsep sehat sakit tradisional Bali terdapat pengaruh ruang dan waktu (*Sekala*) serta unsur diluar ruang dan waktu (*Niskala*). *Gama* diartikan sebagai tuntunan, petunjuk, aksara, simbol yang diformulakan ke dalam diagram *Nawa Sanga* (sembilan penyangga), sebagai bagian ajaran spiritual Siwa, Siwagama yakni *Siwa Siddhanta* yang dianut sebagian besar masyarakat Bali. Diagram *Nawa Sanga* dapat dipakai pedoman dalam *Usadha*, yakni komponen arah, warna, simbol, angka, aksara, energi Dewa dan Sakti, dan atribut simbol lainnya. Pengolahan atau pengringkesan formula *nawa sanga* yakni *dasa aksara, panca aksara dan tri aksara* yakni; *Ang* (sifat panas), *Ung* (sifat dingin), *Mang* (sifat sedang) menjadi konsep sehat dan sakit dalam *usadha* yakni; Penyakit ada tiga jenis sakit sekaligus berdampingan dengan tiga jenis obatnya. Keseimbangan dan ketidak keseimbangan ketiga sifat unsur tersebut (*Panes, Tis, Sebaa*) menentukan kondisi sehat atau sakit. *Panes* (panas)- *Tis* (dingin)- *Sebaa* (panas -dingin) ini sangat dekat dengan konsep *Tri Dosha* (*Vata, Pitha dan Kapha*) dan *Tri Mano Dosha* (*Satvam, Rajas, Tamas*) dalam *Ayurveda* sebagai akar dari *usadha* yang bersumber pada pengetahuan *Weda Smerti* yakni *Upaweda*.

Dalam *Wisada* yang terdiri dari *usadha* (tata cara pengobatan) dan *usadhi* (Obat-obatan) juga menggunakan perlambang/ simbol *Tri Aksara* yakni; *Anget* (hangat)-*Tis* (sejuk)-*Dumelada* (sedang), dari bagian-bagian tanaman obat, salah satunya termuat dalam Lontar *Taru Pramana* yang menjelaskan sifat-sifat *anget, tis, dumelada* dari setiap bagian akar, batang, daun, bunga, dan buah dari tanaman-tanaman obat. Dalam lontar *usadha* juga disebutkan bahwa seorang penyehat atau penyembuh tradisional Bali yang disebut sebagai *Balian* diwajibkan menguasai tiga ilmu utama yakni *Budha Kecapi* (etika dan diagnosa), *Katikelaning Genta Pinara Pitu* (anatomi, fisiologi tubuh, mental dan spiritual dalam dimensi energi), serta *Sastra Sanga* (teori-teori yang

berkaitan dengan kesehatan). Ketiga ilmu pengetahuan ini sangat luas penggunaannya baik dalam aspek *tattwa*, filsafat maupun ritual (*Satyam, Siwam, Sundaram*). Selain itu dalam *usadha* perhitungan waktu yang tepat dalam melaksanakan tata cara pengobatan (*kali maha usadha/ kalimosadha*) dan waktu yang tepat untuk pemberian obat-obatan (*kali maha usadhi/ kalimosadhi*) merupakan pedoman waktu untuk mendapatkan solusi dari usaha penyembuhan *usadha* Bali. Keseluruhan pengetahuan kesehatan tradisional masyarakat Bali yang bersumber dari pengetahuan kearifan lokal Bali serta pengetahuan kesehatan lainnya terutama *Ayurveda*, telah berkembang melalui proses seleksi, adaptasi dan adopsi ke dalam sistem kesehatan tradisional masyarakat Bali sesuai dengan Ruang (*Desa-Mandala*), Waktu (*Kala*) dan Keadaan (*Patra*).

*Usadha* Bali sebagai pengetahuan kearifan lokal tentu harus dilestarikan dan diberdayakan sebagai upaya berkesinambungan untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat yang sejalan dengan tujuan pembangunan pada bidang kesehatan. Namun upaya ini tentu perlu dibarengi dengan membangun elemen-elemen dasar *usadha* Bali seperti kepercayaan, etiologi, diagnosis, serta metode pengobatan (*etnomedicine*) yang dilengkapi dengan berbagai penelitian secara ilmiah, terukur dan teruji secara empiris sehingga dapat diterima dan dimanfaatkan secara luas. Sistem medis tradisional atau *etnomedis (ethnomedicine)* dan sistem biomedis (*biomedicine*), memang dipandang berdiri sendiri dengan sistem pengetahuan, konsep, dan teorinya masing-masing. Namun keduanya dapat saling melengkapi dalam aspek penyembuhan penyakit yang dipandang secara patologi (*disease*) maupun (*illness*) penyakit yang dipandang dari sisi kebudayaan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Bali, P. P. (2019). Peraturan Gubernur Bali Nomor 55 Tahun 2019 tentang Pelayanan Kesehatan Tradisional Bali. Denpasar: Pemerintah Provinsi Bali.
- Darma, P, dkk. (2023). Wariga Siddhi. Gianyar : Yayasan Puri Kauhan Ubud
- Foster, & Anderson. (1978). Antropologi. Jakarta: UI Press.
- Fuspitasari, Y., & Amita, Nala, N. (1997). Usada Bali. Denpasar: Upada Sastra.
- Kasmahidayat, Yuliawan., Firmansyah, E., Sebayang, V. A., & Surbakti, A. (2024). *Knowledge & Power : Politik Kebudayaan Menuju Indonesia Emas 2045*. Pustaka Larasan.
- Putrawan & Dewantha. (2023). Usadha Siddhi. Gianyar : Yayasan Puri Kauhan Ubud
- Suatama, I. (2021). Usada Bali Modern. Yogyakarta: AGLitera Publishing