

'SMP NEGERI 1 MANTUP MENUJU SEKOLAH ADIWIYATA TINGKAT NASIONAL 2017'

Majalah Sekolah SMPN 1 Mantup



Edisi 23 / Tahun 2017

INSPIRO

Mengajak Penggunaan Informasi Untuk Bermanfaat



Keseruan Lomba 
TINGKAT 3
LAMONGAN

VONY LOUSI AMALIA 
Juara I Karate

Do'a Bersama Menjelang UNBK

Cerita Dausiah Dan Quiz Agama



DAFTAR ISI EDISI INI

● SALAM REDAKSI	3	TIPS
● DIANTARA KITA		◆ Cara Belajar Yang Baik 37
◆ Dra. Sri Miyati, Wakil Kepala Sekolah SMPN 1 Mantup		◆ Tips Mengembangkan Semangat Belajar 37
● Mama Mia, Menjadi Ma'mum dari Suami dan Ibu dari Anak-Anak (Yang Berprestasi)	4	
● PENGETAHUAN & GAGASAN		MARI KITA MENGENAL BOGA
◆ Si Bagong Anak Punk 8		◆ Nugget Tempe 40
◆ Pemuda Unggul, Pilar Kejayaan Islam 10		◆ Cara Membuat Bubur Manado 40
◆ Al-Isti'mar (Ngaji Geopolitik) 12		◆ Cara Membuat Chawan Mushi 41
◆ Pakaian Ketat Sebabkan Tubuh Tidak Sehat 14		◆ Krengsengan 41
◆ Filosofi Hidup Orang Jawa 16		◆ Opor Ayam 41
◆ Berguru Pada Anak Kecil 18		
◆ Om Telolet Om! 20		AKTIVITAS
◆ -Moving On- 21		◆ Keseruan Lomba Tingkat 3 Lamongan 38
◆ Nikmat Sehat 22		◆ Try Out SD/MI di Smp Negeri 1 Mantup 39
◆ Gaya Selingkung " Edumedia " Dalam Penulisan PTK 24		
◆ Cara Menyimpan File Pada Ponsel Android		SASTRA Cerpen
Saat Browsing (Bukan Screen Shot) 26		◆ Antara Cinta Dan Rahasia 42
◆ Boca_H 28		◆ Kenangan Terakhir Dari Ayah 44
◆ Menghargai Waktu 29		◆ Hidden Memories Chapter 1 46
◆ Do'a Bersama Menjelang UNBK Cerita Tausiah Dan Quiz Agama 30		◆ Penyemangatku 48
◆ Gerakan Generasi Muda Indonesia "Keren Tanpa Rokok" 32		◆ KLima Nada 49
◆ Manfaat Air Minum 33		◆ Berusaha Dengan Keras Agar Idola Anda Menjadi Rival Anda 50
◆ # My Teacher My Hero # 33		◆ Semut dan Kepompong 50
◆ Mencangkok Pohon Jambu 33		
◆ Raihlah Cinta Yang Hakiki 34		SASTRA Puisi 52
◆ Pemanasan Global 36		SASTRA Pantun 54
◆ Sejarah Sekilas Tentang Taj Mahal 36		SANTAI 55
		SPORTIVO
		◆ Vony Lousi Amalia Juara I Karate 56
		◆ Dwi Anjarwati Juara III O2SN Cabang Atletik 57
		TTS 58
		CERGAM 59

Susunan Pengelola

Inspiro

Pengarah: Hengki Sudijono, S.Pd., M.Pd. **Dewan Redaksi:** Mashudi Kusno, S.Pd., M.Si., Dra. Sri Miaty, Rochmatin, S.Pd., M.M., Syahidin, S.Pd., Bambang Sugiharto, S.Pd., Moch. Munip, S.Pd., Warjito, S.Pd., Dra. Sulistiani, M.Pd., Sri Sulistyowati, S.Pd.

Alamat Redaksi: SMPN 1 Mantup, Jl. Raya Balong Panggang No. 3 Mantup, Lamongan. **Percetakan & Layout:** Prima Print (PIONIR GROUP) 031 7203 2650 (*Isi di luar tanggung jawab percetakan*).

Redaksi menerima masukan (kritik & saran) demi peningkatan kualitas majalah Inspiro. Redaksi berhak menyunting (meng-edit) tulisan yang masuk tanpa merubah isi/pesan pokok tulisan.

Sudah ribuan alumni pernah mengenyam pendidikan di SMPN1 Mantup. Mereka merasakan pengajaran, bimbingan, arahan dan pergaulan di sini. Tentu juga merasakan kerindungan, kesejukan, kecukupan air, area sekolah yang cukup luas, yang pasti membekas dalam kenangan. Sekarang, ada belasan di antaranya juga ikut mengelola lembaga ini.

Bagaimana guru dan karyawan bekerja? Kerja keras, memenuhi tuntutan ini dan itu mewarnai aktivitas keseharian. Ada pula diskusi, tukar pikiran, beda pendapat, curhat, berbagi perasaan, guyon, syukuran dan sebagainya. Ada kegiatan rutin, ada pula yang insidental. Ibadah wajib dan sunnah juga menjadi kebutuhan dan kebiasaan. Saling ingat mengingatkan dalam kebenaran dan agar sabar menjalani berbagai ujian.

Semua bersungguh-sungguh dalam mengerjakan urusan sekolah. Itu terjadi karena didasari kecintaan pada tugas yang diemban, semangat pengabdian dan dengan niat ibadah mencari ridha Allah SWT. Kepuasan batin tampaknya melebihi besaran gaji atau honorarium, yang cukup untuk sekedar hidup layak dengan gaya hidup yang harus penuh kehati-hatian.

Setiap guru dan tenaga kependidikan (GTK), pada masing-masing posisi, tahu perlunya bekerja secara team atau bersinergi, dan menganggap setiap lini adalah penting. Mereka adalah orang-orang yang memiliki harga diri, hak untuk dihargai, daya tawar, hak untuk terus belajar, kesempatan berkembang dan menunjukkan kompetensinya, untuk melakukan yang terbaik demi mencapai tujuan bersama.

Hal-hal yang menjadi tantangan atau yang bisa menghambat jalannya proses kegiatan belajar-mengajar, dan operasional sekolah secara umum, mungkin saja terjadi, baik datang dari dalam maupun dari luar. Hal itu tentu lazim di berbagai bidang kehidupan, yang tak pernah ada habisnya, silih-berganti. Yang penting adalah berusaha meminimalisir potensi terjadinya masalah, dan bagaimana mensikapinya bila terjadi.

Kualitas SDM (sumber daya manusia) memang tak boleh berhenti untuk selalu ditingkatkan. Pembinaan mental, pelatihan ketrampilan, diskusi dan evaluasi serta pengembangan manajemen perlu terus dijalankan. Semangat kekeluargaan, kerja sama dalam pergaulan yang sehat dan kompak secara internal, terasa amat pentingnya. Saling

**SALING ASIH,
SALING ASAHL
SALING ASUH**

Mengukir Investasi

asaah, saling asih dan saling asuh. Ing ngarso sung tuladha, ing madya mangun karsa, tut wuri handayani. Dan tentu juga menjalin hubungan yang baik dengan pihak luar atau eksternal.

Bila perusahaan, produk yang dihasilkan bisa berupa barang jadi, atau setengah jadi, yang mana begitu selesai proses selesai bisa langsung dilihat, dievaluasi, atau bahkan dinikmati. Atau juga berupa benih, bibit, persemaian, atau kader, yang melihatnya harus dengan pengetahuan, kebijaksanaan, penuh pengharapan dan do'a. Tentu saja juga dengan sikap kritis, rasional dan jujur terhadap keadaan yang kasat mata. Demikian pula, produk sekolah. Yang dihasilkan ialah para siswa yang akan tumbuh dewasa,

Ada yang mengatakan bahwa hasil pendidikan baru bisa dirasakan setelah tiga puluh tahun yang akan datang. Lulusan SMP/MTs yang sekarang berusia sekitar 15 tahun, maka pada tahun 2045 mendatang mereka lah yang memegang estafet kepemimpinan di berbagai lini kehidupan. Jadi tergantung pendidikan yang mereka terima saat ini akan menjadi penentu bagaimana kondisi bangsa, negara dan agama kita kelak, di situasi yang diharapkan sebagai Tahun Indonesia Emas.

Sungguh mulia peran guru dan pihak sekolah secara keseluruhan dalam membentuk kepribadian bangsa. Kesungguhan dalam mendidik dan mengelola lembaga pendidikan merupakan ukiran yang terus terbaca di masa depan. Itulah investasi abadi. Dalam ajaran Islam, ada tiga hal yang tidak akan terputus riwayatnya ketika seseorang meninggal dunia: shadaqah jariyah, ilmu yang bermanfaat serta anak shalih yang mendo'akan orang tuanya.

Selamat membaca Inspiro edisi 23, semoga bermanfaat. Aamiin. (BS).

Redaksi.



KETERANGAN FOTO COVER DEPAN:

M. GALIH HARIANTO

- Juara 1 Lomba Lukis Kaligrafi se-eks Kawedanan Ngimbang Tahun 2016
- Juara 1 Lomba Lukis Kaligrafi SMP/MTs. Se- Kabupaten Lamongan Tahun 2017

Mama Mia, **Menjadi ma'mum dari suami dan ibu dari anak-anak (yang berprestasi)**

**Berasal dari lingkungan
yang agamis, ketaatan
beribadah menjadi
kebiasaan hidup dari
keluarga Ibu Guru
Matematika ini.**

**Memiliki anak-anak yang
mengagumkan dalam studi,
selain faktor genetika
pasti juga karena pengaruh
pola asuh dalam keluarga,
pribadi orang tua dan
lingkungan di mana mereka
tumbuh.**

Satu dari tiga Wakasek SMPN 1 Mantup, yang oleh teman-teman guru biasa dipanggil Mama Mia, ini kiranya perlu ditelusuri pengalaman dan pandangan hidupnya. Manusia tentu tak ada yang sempurna, tetapi melalui rubrik profil Di Antara Kita ini kita bisa saling belajar, saling menghargai, saling berkaca dalam hal kebaikan demi menggapai ridha Allah SWT.

Berikut ini wawancara Inspiro dengan Ibu Guru yang yang kini tinggal di Perumahan Bumi Persada Hijau, Benjeng Gresik, ini.

Kalau ditanya, siapa Anda? Apa jawaban Bu Mia?



Saya itu orang biasa-biasa saja, seperti halnya ibu-ibu pada umumnya yang punya suami, yang punya anak. Alhamdulillah, saya juga menjadi guru yang mana ini sesuai dengan cita-cita saya sejak kecil.

Sejak kecil saya ingin jadi guru, sehingga sewaktu lulus SMP saya mendaftar ke Sekolah Pendidikan Guru (SPG). Tapi ketika itu saya gagal karena persaingan terlalu ketat, hingga akhirnya saya masuk

SMA swasta. Dalam hati kecil, saya berpikir, meski saya tidak masuk SPG tapi tetap ingin kuliah supaya cita-cita tercapai.

Alhamdulillah berkat do'a orangtua terutama Ibu, saya bisa menyelesaikan kuliah S-1 jurusan Matematika pada Perguruan Tinggi Swasta di Surabaya tepatnya IKIP PGRI sehingga memperoleh gelar Dra.

Saat semester tujuh, saya menikah dengan pujaan hati,

Zainurrowatib, pada tanggal 26 Maret 1988. Sehingga pada saat saya wisuda pada bulan Februari 1990 anak pertama saya sudah berumur tujuh bulan. Sebenarnya pada bulan April 1989 saya sudah dinyatakan lulus kuliah, namun waktu itu jurusan Matematika yang lulus hanya enam orang, sehingga wisuda saya menunggu hampir satu tahun. Maklum perguruan tinggi swasta.

Hidup saya sepenuhnya mengabdi kepada orang tua ketika belum punya suami. Dan setelah berkeluarga, suami adalah panutan saya.

Apa pengalaman hidup yang amat berkesan bagi Bu Mia?

Pengalaman paling berkesan saya yaitu sewaktu diterima menjadi PNS. Karena saya menjadi PNS setelah mengikuti tes CPNS yang ke-11 kalinya. Uniknya, pada waktu itu kuota untuk pengangkatan guru Matematika di Surabaya dan Gresik tidak ada. Hanya Kabupaten Lamongan yang menyediakan kuota, itu pun untuk satu orang saja.

Subhanallah, saat pengumuman, tanggal 7 Nopember 2000, nama saya yang muncul. Kata suami saya, itu adalah do'a akumulasi yang selama ini kami dan orangtua panjatkan. (*Oleh karena itu, anak-anakku siswa SMPN 1 Mantup, jangan mudah putus asa kalau punya keinginan, apapun itu asalkan baik dan tidak melanggar hukum agama maupun hukum Negara.*)

Saya ditempatkan pertama kali di SMPN 3 Ngimbang, dengan jarak dari rumah saya sejauh lima puluh kilometer. Setiap hari saya berangkat pukul 05.00 dan sampai di sekolah pukul 06.45. Kalau saya berangkat pukul 05.10 bisa-bisa saya sampai sekolah pukul 08.30 karena jalanan padat.

Perjalanan dari rumah saya, tepatnya Perumahan Bumi Persada Hijau Blok K13/16 di Benjeng Gresik, dimulai dari perjalanan ke Balongpanggang diantar suami.

Waktu itu kami hanya punya satu motor, dan kalau menunggu angkutan umum, akan lebih lama.

Perjalanan saya lanjutkan dengan naik angkutan biru (mikrolet) jurusan Balongpanggang-Ngimbang (sekarang tidak ada trayek ini, red.). Saya turun terminal untuk kemudian ganti naik angkutan elf atau bis mini jurusan Babat-Jombang turun di Pasar Tanjung. Setelah itu saya masih harus naik ojek sejauh enam kilometer sampai di SMPN 3 Ngimbang, di desa Ngasemlembang.

Ketika pulang sekolah, saya menunggu teman-teman untuk bersama (nunut,red) ke terminal Ngimbang. Bila tidak ada teman yang pulang, (sebagian teman laki-laki bermalam di sekolah sebab rumahnya di luar kota), terpaksa saya naik ojek. Padahal mencari ojekan sulit, tidak semudah yang dari Tanjung.

Kadang-kadang sampai terminal sudah tidak ada angkutan umum. Sehingga saya telepon suami yang masih mengajar di Surabaya untuk menjemput ke terminal Ngimbang, sehingga sampai di rumah tidak jarang pukul 20.30 bahkan lebih. Berkat motivasi dari anak-anak dan suami, semuanya berjalan lancar. Dan kerja juga tidak ada beban, dijalani saja tanpa dipikirkan. Dan alhamdulillah masih di berikan Allah SWT karunia kesehatan.

Awal tahun 2008 saya mulai ditugaskan (mutasi atau pindah, red) di SMPN 1 Mantup. Mudah-mudahan sampai pension, dan bisa menikmati masa pensiun dalam keadaan sehat wal'afiat.

Apa yang sekarang sedang menyibukkan Bu Mia?

Hidup saya tidak neko-neko, 'program' juga hanya selangkah demi selangkah. Saya percaya betul bahwa Allah SWT tidak akan pernah memberikan cobaan di luar kemampuan hamba-Nya. Saya niati ibadah dan kerja sesuai dengan kemampuan.

Apa motivasi kerja yang dipegang?

Bila ada tugas yang dibebankan kepada saya, saya tidak malu-malu bertanya kepada teman bila tidak bisa. Makanya saya



selalu berusaha *enjoy* dalam mengerjakan pekerjaan. Suami, anak-anak, menantu dan cucu serta teman-teman kerja selalu yang menjadikan nafas, serta semangat hidup dan semangat kerja.

Pandangan tentang keluarga?

Keluarga sakinah mawaddah

warrahma itulah dambaan setiap orang, tidak terkecuali saya. Maka dari itu, di usia pernikahan kami yang genap 29 tahun ini, saya dan suami selalu mengkomunikasikan segala sesuatu supaya tidak terjadi hal-hal yang tidak kami kehendaki. Contohnya, pergi kemana saja mesti pamit dulu, meski lewat WhatsApp. Itu adalah hal yang

sepele, tapi bagi keluarga kami, itu merupakan keharusan.

Ada kiat khusus dalam mendidik putra-putri?

Saya rasa tidak ada kiat khusus dalam mendidik anak-anak. Semua mengalir seperti air, semua (yang terbentuk dan terjadi) karena kebiasaan saja. Sejak kecil kita berikan contoh perilaku (yang baik), tidak hanya bicara. Dan (harus) fokus saja (pada) apa yang kita inginkan.

Di samping usaha, kita diajarkan untuk selalu berdo'a karena do'a adalah kekuatan. Dan insya Allah, pasti dikabulkan Allah SWT.

Apa pengaruh orangtua terhadap pribadi?

Kebetulan, saya yang tidak pernah punya mertua. (Ketika menikah, kedua orang tua suami sudah meninggal). Semasa orang tua saya sendiri hidup, saya selalu diberikan wejangan “apapun pangkat atau jabatan yang kamu pegang, di rumah kamu hanya sebagai ma’mum dari suami dan ibu dari anak-anak kamu.” Itulah yang saya jalankan sampai sekarang

Prinsip kehidupan?

“Sedikit Biaya Hasil Maksimal” yang saya terapkan kepada anak-anak saya. Alhamdulillah anak pertama dan anak kedua saya sudah lulus S-1 dari Perguruan Tinggi Negeri ternama dengan biaya yang cukup terjangkau, hanya dengan penghasilan saya dan suami yang sama-sama guru. (Oleh karena itu, anak-anak siswa SMPN 1 Mantup, jangan takut dengan biaya kalau kalian menginginkan sesuatu. Ingat pepatah, di mana ada kemauan di situ pasti diberikan Allah SWT jalan. Yakinlah itu, anak-anakku.)

Pandangan tentang pendidikan?

Pendidikan bagi saya adalah sebuah alat untuk mencapai sesuatu, baik pendidikan agama maupun pendidikan formal. Tanpa

Tentang Mama Mia

Nama	:	Dra.Sri Miyati
TTL	:	Gresik, 16 Maret 1963
Pendidikan	:	SDN Mentaras, Dukun, Gresik, lulus 1976 SMP Pancasila Gresik, lulus 1980 SMA Nasional Lamongan, lulus 1983 IKIP PGRI Surabaya, Pendidikan Matematika, FMIPA, lulus 1990
Menikah	:	Tgl. 26 Maret 1988
Suami	:	Zainurrowatib (Pak Zein) Gresik, 4 Agustus 1957
Pekerjaan	:	Guru olah raga di Surabaya
Anak-anak	:	Berliana Hamidah, dr. (Berlin) Surabaya, 9 Juli 1989. Menikah, berputra 1 Lulus Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga (Mulai tahun ini meneruskan studi S2 di universitas yang sama, dan berencana kelak melanjutkan studi S3 di luar negeri bersama suami) Habibati Bestari, S.Sos. (Tari) Surabaya, 22 Agustus 1994 Lulus jurusan Ilmu Komunikasi, FISIP, Universitas Indonesia Jakarta. (kini sedang mempersiapkan mengambil beasiswa untuk melanjutkan studi S2 ke Belanda)
		Halimun Bahara Zain (Bara) Gresik, 6 April 2002 Siswa kelas 9 SMPN 3 Surabaya
CPNS	:	1 Desember 2000
Tugas	:	SMPN 3 Ngimbang
Mutasi	:	Tahun 2008 ke SMPN 1 Mantup



pendidikan yang memadai, maka sesuai itu sulit tercapai.

Mengapa suka Matematika?

Sejak Sekolah Dasar saya suka sekali pelajaran Matematika. Bahkan waktu di SMP saya selalu bersaing dengan seorang teman laki-laki (yang pandai di kelas). Semua pelajaran nilai kami sama, kecuali nilai Matematika saya, satu tingkat di atas teman saya itu.

Apa hal lain yang disukai dan tidak disukai?

Semua orang suka yang rapi-rapi termasuk saya. Jalan-jalan menyambung tali silaturrahim dengan keluarga maupun dengan teman, itu juga kesenangan keluarga kami, di samping berburu kuliner. Bohong, itu yang saya paling tidak suka. Bagi saya lebih baik tidak bercerita dari pada ada

dusta di balik cerita.

Apa hobby yang selama ini sering dilakukan ?

Hobby saya sesuai dengan profesi, tidak jauh dari Matematika: mengerjakan soal, menghitung bunga bank dan bunga koperasi di kampung yang kebetulan saya urusi. Hobby yang lain adalah merawat diri agar kelihatan lebih *fresh*, dan jalan-jalan dengan suami serta anak-anak.

Apa Ibadah yang rutin dilakukan?

Ibadah saya biasa saja, tidak ada yang luar biasa. Saya berusaha untuk menyeimbangkan antara hubungan dengan sesama dan hubungan dengan Allah SWT, *hablum min annas* dan *hablum min Allah*. Saya berusaha tidak meninggalkan shalat sunnah dua

raka'at sebelum shalat subuh. (Sejak masih SMA, berusaha selalu mengerjakan shalat tahajud, red). Alhamdulillah.

Adakah ibadah tertentu yang ingin dikerjakan ?

Kepingin meningkatkan shadaqah, infaq, sholat dhuha serta menuanakan ibadah haji dalam waktu dekat.

Hal-hal lain yang ingin disampaikan ?

Kepada anak-anak siswa SMP Negeri 1 Mantup, kalau punya keinginan atau bercita-cita untuk melanjutkan sekolah yang lebih tinggi, tetapi tidak punya biaya, jangan takut. Allah SWT pasti memberikan jalan. Yakinlah bahwa kemauan dan do'a kita pasti dikabulkan, asalkan kita memohon dengan sungguh-sungguh.

Si Bagong Anak Punk

Oleh : Warjito, S.Pd.*)

Bagong 16 tahun, lebih tua dari temen-teman sekelasnya yang rata - rata berusia 14 tahun. Dia anak bandel dan tidak serius dalam belajar, maka terpaksa tidak naik dari kelas 8 ke kelas 9. Karena malu maka oleh Bapaknya dia dipindahkan ke sekolah lain.

Tidak naik kelas dan dipindah ke sekolah lainpun tidak membuatnya berubah, di sekolah tempat ia dipindahkan beberapa minggu berlalu semua guru akhirnya mengenal Bagong sebagai siswa yang paling sering dihukum karena melanggar tata-tertib. Hampir tiap pagi ia disuruh push up oleh Pak Satpam karena terlambat

masuk gerbang dengan alasan bangun kesiangan, malamnya begadang sampai larut atau gara-gara cangkruk di parkiran yang berada di luar sekolah, dihukum ngusung pedhel (tanah urug) karena melompat pagar, disujudkan di tengah lapangan sebab seringkali tidak ikut sholat berjama'ah yang diwajibkan di

sekolah.

Ia juga suka tidak mengenakan kaos kaki, kalaupun memakai itu saja tidak bener. Rambutnya disemir dimodel punk, tidak seujarnya anak sekolah. Celananya seperti celana artis kampungan. Bahkan ketika dirazia HP nya yang paling mahal dibanding punya teman lain banyak berisi



gambar dan video mesum, dalam tasnya juga kedapatan rokok. Tidak masuk sekolah tanpa alasan sudah melebihi batas maksimal untuk tidak naik kelas.

Berhari-hari tidak mau sekolah, sampai sudah yang kesekian kali orang tuanya dipanggil ke BK. Ternyata si Bagong minta motor baru, sementara bapaknya belum mampu membelikan. Ia sok kaya, maunya serba bagus serba enak, tapi pemalas. Padahal dari keluarga pas - pasan. Setelah dibelikan motor bukannya rajin sekolah, dengan motor barunya ia malah senang pamer. Tiap hari kelihatan berangkat sekolah pakai seragam tapi ditengah jalan baju seragam dilepas ganti kaos oblong yang dituju bukan ke sekolah, tapi ke warkop atau ke warnet kadang seperti anak bingung keluyuran yang tidak jelas tujuannya.

Konon menurut teman sekampungnya juga sekolah bareng Bagong pernah cerita, bahwa keseharian Bagong di rumah selalu bergaul dengan anak - anak jalanan yang tidak sekolah atau yang usianya lebih tua dari dia. Juga ikut-ikutan gank seperti anak punk yang gak pernah mandi, kumal, rambut gimbal, telinga ditindik dan gak mau diatur, ngamen meskipun suaranya cempreng, hasilnya dibuat hura-huramerokok, miras, hidupnya menggantungkan pada pemberian orang lain tanpa mau belajar bekerja. Bangga mengenakan kaos atau atribut yang bertuliskan slogan - slogan cengeng dan menyesatkan, ikut gank motor yang sukanya bikin keributan atau kebut-kebutan di jalan. Serta kebiasaan - kebiasaan lain yang negatif.

Suatu hari dia dihukum lagi gara - gara model celana dan potongan rambutnya sangar tidak seperti layaknya teman - teman lainnya yang memenuhi standard tata tertib sekolah. Entah karena jengkel atau mungkin memiliki babit berfikir kritis, sehabis dihukum dia tanya pada Petruk teman sekelasnya yang menjadi Ketua OSIS. "Truk ... aku heran sama aturan sekolah ini, lha

wong model celana dan potongan rambut saja kug pakai diatur, kan gak nganggu pelajaran toh....?

Petruk yang memang berpikiran lebih dewasa dari teman - teman sebayanya dengan santai menjawab: "Ngene Gong, nang ndi ae awakmu urip iku mesti ada aturane baik iku tertulis utawa tidak tertulis. Di sekolah, di instansi negeri atau swasta bahkan di desa sampai di rumahmu mestinya awakmu harus tau itu. Nek gak gelem melu aturan ya uripa di tengah hutan. Lha di sekolah iki kita ora mung belajar ngasah otak thok tapi juga ngasah hati lan budi pekerti. Coba bayangno nek sekolah iki gak onok tata tertib, lan khususe sing berkaitan karo pakaian, sepatu, kaos kaki, topi, sabuk, atribut, kudu seragam lan potongan rambut gak boleh sak karepe dewe. Maka sing terjadi tiap - tiap siswa yang orang tuanya mampu atau mungkin yang tidak mampu akan selalu berlomba pamer, bagus- bagusna baju, celana, sepatu, sabuk, aksesoris perhiasan, HP, potongan rambut. Sak ben dina sing dipikirna aku besuk pakai baju, celana, sepatu sing endi ya....? supaya aku lebih keren dibanding teman laine.... maka jadilah sekolah iki dadi ajang kontes miss univers utawa kontes cover boyNek wes ngunu, sing muncul rasa sombong soal pakaian lan potongan rambut atau perhiasan yang berlebihan. Padahal yang diharapkan sing mbedakna siswa satu lan siswa liyane iku daya pikir, prestasi lan budi pekerti. Kayak wong umroh utawa wong haji kae kabeh kudu pakaian ikhrom, yang membedakan manusia sak ndonya satu dengan yang laine adalah keimanan, ketaqwaan, dan amal perbuatan".

Sebenarnya apa yang dikatakan Petruk sudah bisa diterima dan merasuk ke dalam hati Bagong, bahkan dia berjanji mulai besuk akan berusaha mematuhi semua tata tertib sekolah agar tidak selalu kena hukuman dan berharap saat pengambilan raport besuk bisa naik ke kelas sembilan.

Namun sudah terlambat bagi si Bagong untuk menyadari kesalahannya, karena besuk paginya saat kenaikan kelas orang tua dia dipanggil khusus oleh Kepala Sekolah. Sejak mendapat surat panggilan yang sudah kesekian dan melihat perilaku anaknya tiap hari, apalagi kali ini dipanggil khusus ke ruang Kepala Sekolah, Semar orang tua Bagong sudah punya firasat buruk.

"Sebelumnya kami dan seluruh teman Guru di sekolah ini minta maaf yang sebesar-besarnya kepada Bapak Semar perihal anak Njenengan si Bagong. Kemarin rapat kenaikan kelas, kami terpaksa harus melakukan voting dan sebagian besar Bapak Ibu Guru menghendaki agar Bagong dikembalikan ke Pak Semar selaku orang tua, sebab kami sudah tidak sanggup lagi mendidik putra Bapak". Ujar Kepala Sekolah lugas namun tegas.

Begitu mendengar perkataan Kepala Sekolah yang hanya beberapa kalimat itu rasanya Pak Semar tidak bisa berdiri dari tempat duduk, Bagong sebagai anak satu - satunya yang menjadi tumpuan harapan telah dimangsa oleh ganasnya zaman kebebasan yang membuat sebagian generasi bangsa ini menjadi zombi - zombi tanpa masa depan. Na'udzubillahi mindzaalik.

*) *Mengajar
Senidan Budaya*





Oleh: *Jakfar Shodiq, S.Ag. **

Pada awalnya penduduk negeri Efesus (Anatolia, Turki sekarang) beriman kepada Allah SWT. Tapi keadaan berubah setelah wilayah itu dikuasai Raja Diqyanus dari Romawi. Sebagian besar rakyat patuh kepada raja dengan menyembah selain Allah. Tersebarlah kemusyrikan dan kekufuran.

Demuda Unggul, Pilar Kejayaan Islam

Dalam kondisi masyarakat yang rusak itu terdapat sekelompok pemuda yang kokoh imannya. Mereka dikenal dengan *Ashabul-Kahfi*. Para pemuda itu mengingkari perbuatan yang bathil dan menjauhkan diri dari kaumnya ketika melakukan upacara persembahan.

Satu persatu mereka bersembunyi di bawah sebatang pohon yang rindang di luar kota. Di sanalah mereka berkumpul tanpa lebih dahulu berjanji, bahkan satu dengan yang lainnya tidak saling kenal. Mereka masing-masing kemudian membuka isi hati dan berkenalan. Atas dasar kesatuan aqidah dan persamaan

nasib, bersatulah mereka dalam wadah persaudaraan. Didirikanlah tempat ibadah bagi mereka sebagai kelompok yang beriman kepada Allah Yang Maha Esa.

Tidak lama kemudian, tempat ibadah itu diketahui khalayak. Sampailah beritanya ke telinga Raja Diqyamus. Para pemuda lantas dipanggil dan ditanya tentang kepercayaannya. Tanpa ragu dan dengan hati yang diteguhkan oleh Allah SWT, mereka berdiri tegak seraya berkata, "Tuhan kami adalah Tuhan langit dan bumi, kami sekali-kali tidak menyeru Tuhan selain Dia. Sesungguhnya kalau kami berbuat

selain demikian, niscaya kami telah berbuat dan mengucapkan sesuatu yang jauh dari kebenaran."

Dikisahkan, Raja kemudian marah, mengancam, dan memerintahkan mereka melepaskan pakaian. Para pemuda itu diberi kesempatan berfikir agar kembali kepada kepercayaan raja dan kaumnya. Kesempatan itu tidak disia-siakan. Terjadilah percakapan diantara mereka yang diilhamkan oleh Allah SWT :

"Jika kamu telah meninggalkan kepercayaan kaummu dan meninggalkan cara-cara ibadah mereka dengan hati dan jiwamu,



maka tinggalkanlah dan jauhilah mereka dengan badan dan tubuhmu, serta carilah tempat berlindung kedalam gua itu, niscaya Tuhanmu akan melimpahkan rahmat Nya kepadamu, melindungimu dari gangguan raja dan kaumnya serta akan menyediakan sesuatu yang berguna, berakibat baik bagimu dalam urusan kamu ini.”

Para pemuda kemudian meninggalkan kaumnya, pergi berlindung dalam gua disebuah bukit. Atas kehendak Allah SWT, mereka tidur selama tiga ratus sembilan tahun. Itu tidak diketahui oleh kaumnya maupun orang lain, dan tidak pula mereka mengetahui dan mendengar apa yang terjadi diluar gua. (Diolah dari Tafsir Ibnu Katsir Juz 5, hal 122-123).

KOKOH TAUHID

Ashabul-Kahfi adalah sekelompok pemuda yang memiliki iman yang kokoh. Iman kokoh itu memberi spirit untuk menolak segala bentuk kemosyrikan dan kekufturan yang merebak ditengah masyarakat.

Bisa saja mereka memperoleh kenikmatan dan kenyamanan apabila mengikuti arus kemosyrikan dan kekufturan. Namun semua itu ditolak. Mereka tetap teguh dalam keimanan, meski harus menerima perlakuan yang tak nyaman dari penguasa. Mereka rela meninggalkan kemapanan hidup, lari menuju tempat yang aman untuk menauhidkan Allah SWT.

Seperti itulah semestinya sikap insan beriman. Tak sepatutnya memberi toleransi atau kompromi, bahkan “terpaksa menikmati” kebathilan. Mesti tegas menolak segala bentuk kabathilan dan kekufturan, sehingga hal itu tak berkembang dan menyebar hingga membudaya di tengah masyarakat. Sungguh memprihatinkan jika ada orang yang mengaku beriman, tetapi berkompromi bahkan memberi ruang kepada kebathilan dan kekufturan.

Keimanan yang hakiki tak akan merestui apapun bentuk kebathilan dan kekufturan. Pasti akan menolak dan melakukan perlawanan. Itu Sunatullah. Keimanan pasti akan mengantikan kekufturan. Kebenaran dan keadilan pasti akan menggeser kabatilan dan kedzaliman.

Firman Allah SWT, “ Dan katakanlah, yang benar telah datang dan yang bathil telah lenyap. Sesungguhnya yang bathil itu adalah sesuatu yang pasti lenyap.”(Al-Isra’[17]:81)

PERMATA UMAT

Di tengah zaman modern yang dijejali banyak kerusakan seperti saat ini, umat begitu merindu kehadiran para pemuda seperti Ashabul-Kahfi. Mereka tak tergoyahkan oleh godaan dan tantangan. Para pemuda yang senantiasa taat di tengah zaman yang sarat maksiat.

Umat ini merindu kehadiran pemuda yang berakhlaq dan beradab di tengah kebejatan moral yang merajalela. Para pemuda yang bersemangat menebar kebaikan di saat kebanyakan orang enggan melakukannya. Pemuda seperti itulah yang akan menjadi pilar kejayaan umat di masa mendatang. Mereka adalah pemuda.

Allah SWT berfirman, “Kami kisahkan kepadamu (Muhammad) cerita ini dengan benar. Sesungguhnya mereka adalah pemuda-pemuda yang beriman kepada Tuhan mereka, dan Kami tambah pula untuk mereka petunjuk.”(Al-Kahfi[18]:18).

Realitasnya saat ini, hati kita teriris-iris. Bagaimana tidak. Para pemuda yang kita harapkan menjadi *agent of change* (agen perubahan) justru banyak yang terjebak pada perilaku amoral. Tak sedikit yang menghabiskan masa mudanya untuk foya-foya. Apakah yang semacam ini bisa diharapkan?

dipergunakan untuk perkara yang bermanfaat untuk masa depan di dunia dan di akhirat.

Pemuda muslim adalah tulang punggung masa depan umat ini. Mereka juga harus waspada bahwa musuh-musuh Islam sangat paham tentang peran penting yang diembannya. Musuh pun berusaha menghancurkan iman, akhlaq, dan moralnya dengan berbagai cara, seperti lewat budaya, hiburan, serangan pemikiran, makanan, dan cara lainnya. Sikap waspada akan menghindarkan pemuda dari perangkap musuh.

Menurut Syaikh Abdul Aziz Bin Baz, para pemuda pada setiap umat adalah tulang punggung yang membentuk unsur pergerakan dan dinamisasi. Dia mempunyai kekuatan yang produktif, kontribusi yang terus menerus. Dan suatu umat tidak runtuh-seringkali-kecuali ada di pundak para pemuda yang punya kepedulian dan semangat menggelora. Musuh-musuh Islam telah mengetahui hakikat ini, maka mereka secepat mungkin membuat rintangan di jalanya atau merubah cara pandang (hidupnya). Baik dengan memisahkan dari agama atau menjauhkan dari kedekatan mereka di antara ulama.(Fatawa Syaikh Ibnu Baz,2/365).

Jangan sampai terjebak pada perilaku urakan dan foya-foya hanya demi menunjukkan eksistensi diri. Tunjukkanlah melalui hal-hal positif, seperti bersungguh-sungguh dalam bekerja, beribadah, dan menuntut ilmu.

*Pemuda Muslim Adalah Tulang Punggung
Masa Depan Umat Ini. Mereka Juga
Harus Waspada Bahwa Musuh-Musuh
Islam Sangat Paham Tentang Peran
Penting Yang Diembannya.*

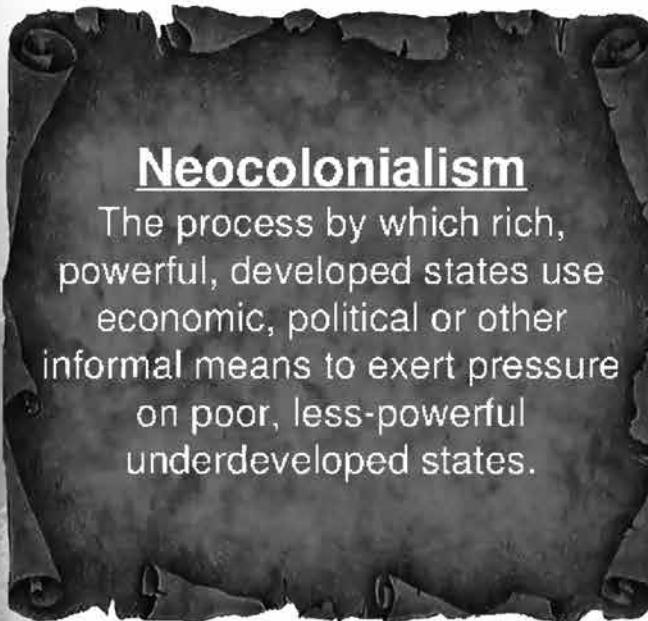
NASIHAT UNTUK PEMUDA

Setiap pemuda muslim mesti menyadari bahwa dalam dirinya ada potensi yang dahsyat. Amat sayang bila tak digunakan dijalankan kebaikan. Sungguh merugi bila masa muda, di saat fisik masih prima, tak

Imam Syafi’I menuturkan,”Demi Allah, hakikat seorang pemuda adalah dengan ilmu dan takwa. Jika kedua hal itu tiada padanya, maka tak bisa disebut pemuda.

*) Mengajar Pendidikan
Agama Islam

الاستعمار :: Al-Isti'mar / (Ngaji Geopolitik)



Oleh : Zaenal Arifin, Lc

Kata Isti'mar telah digunakan dalam Surat Hud ayat 61 dalam bentuk kata kerja lampau: "Wasta'marakum Fiihaa" ◇ "dan (Allah) Menjadikan kalian pemakmurnya (bumi)." Namun dalam kamus Arab kontemporer, kata "Isti'mar" memiliki arti yang jauh berbeda, yaitu "Penjajahan atau Neokolonialisme". Akar katanya adalah "A-ma-ra", secara harfiah maknanya adalah "Membangun".

Lantas apa hubungannya antara "menjajah" dengan "membangun"? Menurut versi penjajah, kata ini maksudnya adalah: Mereka memasuki sebuah kawasan asing, lalu melakukan pembangunan di negara tersebut. Tapi menurut versi yang dijajah, "Membangun" di sini berarti pihak asing datang ke negeri mereka, melakukan eksplorasi, lalu kekayaan mereka diboyong ke luar

untuk membangun negeri penjajah tersebut. Dan makna kedua inilah yang lebih selaras dengan fakta.

Sehingga "Isti'mar" (pembangunan) di sini tak lebih dari Eufemisme (Penghalusan Kata) yang bertujuan untuk menampakkan makna konotasi negatif, dengan bahasa yang terkesan positif. Seperti "Riba" yang dihaluskan menjadi "Bunga", lalu "Suap" yang dihaluskan menjadi "Gratifikasi", "Wakil Partai" yang dihaluskan menjadi "Wakil Rakyat", "Penjajahan" yang dihaluskan menjadi "Pembangunan" atau "Pemukiman" dll.

Lalu pernah gak sih kita bertanya2, semenjak berakhirnya Perang Dunia II, mengapa belum meletus juga Perang Dunia III atau imperealisme yang baru?

Sebenarnya "pemanasan" PD III sudah tampak, tapi tentu saja

negara2 adidaya tak lagi menjadikan negeri mereka sebagai Battlefield, mereka akan memilih negara dunia ketiga sebagai "Proxy", sehingga mereka bisa tetap fokus membangun negeri sendiri dengan mengeksplorasi negara2 lemah yang mereka jajah.

Tabiat ketamakan manusia itu memang akan selalu ada, hanya bentuk dan tokohnya saja yang berbeda. Sehingga krisis kemanusiaan kerap muncul karena ulah-tingkah manusia itu sendiri:

شَبَّسَكَ اَمْبَرْخَبَلْنَ اوْ زَبَلْنَ اِيْفَ دُاسِفَلْنَ اِرْمَطْ اَوْلُمْعَ يِذَلْلَا ضَنْعَبَ مُهْقَيِذِيُلْ سَانَلْلَا يِدِيَأَ نَوْعَجْرُي مُهْلَلْعَنْ

"Telah nampak kerusakan di darat dan di laut disebabkan karena perbuatan TANGAN MANUSIA, supaya Allah merasakan kepada mereka

sebahagian dari (akibat) perbuatan mereka, agar mereka kembali (ke jalan yang benar)." Ar-Rum: 41.

Hari ini kita mungkin masih bisa ketawa-ketiwi, selfa-selfie, menjalani hidup dengan normal dan wajar, pagi kerja, sore pulang, malem nonton tivi, kumpul sama keluarga dan seterusnya. Tapi tidak demikian halnya dengan saudara2 kita di Aleppo, Gaza dan tempat-tempat lainnya. Khususnya negara2 di Timur-Tengah, beberapa dekade akhir ini memang sudah menjadi target perang yang dimakarkan oleh negara2 pongah.

Apakah Indonesia akan tetap aman, damai dan sentosa? Tergantung!

Sekarang kita lihat dulu Lanskap politik negara2 super-power dunia...

Donald Trump belum juga dilantik sudah berani memprovokasi Cina dengan memberi dukungan kepada Tsai Ing-Wen pimpinan Taiwan sembari menyoal politik "Satu Cina", Dalai Lama juga mendapat sambutan istimewa saat kunjungannya ke Washington, padahal ia adalah separatis Tibet nomor wahid di mata Cina. Di sisi lain, Cina sendiri sudah mulai arogan menunjukkan ketamakannya atas teritorial Laut Cina Selatan, yang itu bersinggungan langsung dengan negara2 Asean (di antaranya dengan blok Natuna). Sedangkan AS selalu oportunistis merapat ke Asean dan memberi sokongannya dalam hal ini. Kepulauan Senkaku (Diaoyu) yang terus menjadi persengketaan Cina-Jepang juga tak kunjung menemukan titik terang. Ditambah luka lama PD II yang kerap dikoyak kembali oleh Jepang saat elit politik Jepang berkunjung ke kuil PD II (kuil Yasukuni) yang kontroversial karena terdapat kuburan sejumlah penjahat perang Jepang di sana, dan itu membuat Cina begitu geram.

Di lain pihak, Rusia yang merupakan rival AS ini masih berseteru dengan Jepang (yang merupakan sekutu AS) tentang kepemilikan pulau Kuril, alasan ini juga yang menyebabkan Rusia-Jepang masih bersitegang meskipun mereka komit akan perkuat ekonomi

bilateral dalam hubungannya ke depan. Aneksasi Crimea yang dilakukan Rusia juga masih menuai kecaman AS ditambah dengan sanksi Uni Eropa terhadap Moscow yang masih akan diperpanjang hingga tahun depan karena pencaplokannya kawasan Ukraina tersebut. Putin juga memiliki rapor merah di mata AS karena memberi perlindungan dan suaka kepada Edward Snowden mantan kontraktor teknik AS sekaligus karyawan CIA yang membocorkan kebusukan AS karena

lagi isapan jempol sekelas berita yang dimuat situs2 hoax ataupun channel2 mainstream. Sudah tampak jelas bahwa Cina mulai melirik Indonesia. Problematikanya terletak di grup sebelah, jika dulu George Bush dengan Alqaeda-nya fokus di Afghanistan dan Iraq, lalu Obama dengan ISIS-nya juga konsen di Syria dan Iraq, takutnya Donald Trump sudah mulai jenuh dengan medan "Gersang" Timur-Tengah lalu mengubah haluan politiknya ke kawasan yang lebih "Hijau" dengan



telah melakukan spionase ilegal terhadap rakyatnya sendiri dan bahkan kepada kepala2 negara dunia, yang itu sempat membuat ketegangan antara AS dan beberapa negara Eropa.

Dari sini Sketsanya mulai tampak jelas, bahwa kunci permainan masih dipegang AS dan Rusia serta sekutu2 mereka. PBB sendiri sebenarnya hanyalah "permen" yang diberikan untuk masyarakat dunia agar tidak terus merengek, sengaja Sekjennya pun kerap dari negara2 dunia ketiga demi pencitraan. Tapi otoritas intinya terletak di DK-nya, khususnya di 5 negara pemegang veto itu sendiri: Rusia, Cina, AS, Inggris dan Prancis.

Lantas posisi Indonesia berada di mana?

Panglima TNI tempo hari sudah memberi "kode" kepada masyarakat umum tentang adanya ancaman luar terhadap Indonesia. Jika informasi ini disampaikan oleh Otoritas keamanan tertinggi di sebuah negara, tentu ini bukan

mengalihkan bidikan proksi-nya ke kawasan Asia (Tenggara) melalui Black Ops. dan modus False Flag lainnya.

Tidak menutup kemungkinan jika Krisis kemanusiaan yang melanda Timteng, kelak dapat berpindah ke regional Asia di antaranya Indonesia. Maka perlu kiranya kita kembali membaca Peringatan2 Ilahi:

فَلَمَّا طُمِّنَ فِي أَرْضِهِ ثُمَّ أَتَنَاكُمْ بِيَرْزِقٍ مُّلِّئِ الْمَرْضَوَةِ شَرَفَكُفَتْ بِالْكُمْ لِكُمْ لِمَ ادْعَرْ اهْقُرْ اهِيَتْ أَيْيِيْ عَوْجُلْ اسْأَبْلَ اهْقَادْفَتْ مُلِّلَ ا مَغْنَ أَبِيْ نَوْغَنْ صُنْيِيْ اونُ اكْ امْبِيْ فِيْوْخَلْ اهْ

"Dan Allah Telah membuat suatu perumpamaan (dengan) sebuah negeri yang dahulunya aman lagi tenteram, rezekinya datang kepadanya melimpah ruah dari segenap tempat, tetapi (penduduk) nya mengingkari nikmat-nikmat Allah; Karena itu Allah merasakan kepada mereka pakaian kelaparan dan ketakutan, disebabkan apa yang selalu mereka perbuat." An-Nahl: 112

Jika kenikmatan negeri yang

“Gemah Ripah Loh Jinawi Toto Tentrem Kerto Raharjo” ini kita kufuri; lalu muncul fenomena pelegalan miras, prostitusi difasilitasi, praktik riba dilindungi dan korupsi begitu menggurita, maka tak mustahil Allah akan mencabut nikmat yang pernah kita miliki, lalu menimpa ujian (Ketakutan dan Kelaparan) kepada negeri kita melalui krisis berkepanjangan, sehingga negeri kita pun menjadi “Hidangan” berikutnya yang diperebutkan melalui Perang Proksi negara adi-daya.

Perlu diketahui, bahwa Bangsa yang sudah kehilangan Norma, Etika dan Agama, mereka adalah sasaran empuk untuk ditindas, dijajah, dibodohi dan diperbudak. Maka dalam tataran mikro sekelas rakyat kecil seperti kita, solusi yang bisa digarap adalah dengan tetap menegakkan Amar Makruf - Nahi Munkar. Karena ketika kita meremehkan sebuah kemungkaran, ia bak api dalam sekam yang terus membesar. Dan saat ia telah membesar dan menjadi krisis, ia tidak hanya melanda orang-orang yang zalim saja, tapi juga akan menimpah orang-orang baik yang selama ini diam dalam melihat kemungkaran.

مُكْنِنْ أَوْمَلْ ظَنْ يَذْلَأْ نَبَيِّ صِنْ أَلْ ڏَنْ تُفْيِ أَوْقُتْ شَأْوَرْ
ڦَصَّاَحْ

“Dan peliharalah dirimu dari Fitnah (ujian/siksaan) yang tidak khusus menimpa orang-orang yang zalim saja di antara kamu. dan Ketahuilah bahwa Allah amat keras siksaan-Nya.”

Al-Anfal: 25

Maka menjalani hidup ini tak bisa hanya mengandalkan wajah lugu dan polos saja, sedangkan di sekeliling kita telah banyak serigala2 lapar yang terus mengintai. Konspirasi bukan lagi sebatas teori. Ia sudah menjadi fakta dan realita yang tampak bagi orang-orang yang mau berpikir dan menganalisa.

Bangkitkan kesadaran, padamkanlah api sebelum ia menjalar dan membakar!

Wallahu A'lam

**) Pengajar Bhs Arab SNESMA
dan Alumni Al Azhar University
Cairo - Egypt.*

PAKAIAN KETAT SEBABKAN TUBUH TIDAK SEHAT

Untuk terlihat seksi,
kalangan muda dan sebagian
kalangan setengah tua memilih
pakaian yang ketat. Namun
banyak yang tidak tahu akan efek
samping dan akibat dari pakaian
ketat yang dikenakannya. Karena
saking ketatnya bahkan bisa
merusak keindahan, kesopanan dan
kepantasan dari penampilannya.
Yang lebih bahaya lagi kebiasaan
memakai pakaian yang ketat ini
berakibat buruk terhadap kesehatan
si pemakai, yaitu kesehatan mata
dan reproduksi (kesuburan)

Oleh: *Drg. Sulistiani, M.Pd. **

Celana yang ketat / super ketat yang lebih dikenal dengan celana pensil atau yang lain dan baju yang ketat sering kita temui dipakai oleh kalangan muda baik laki - laki maupun perempuan. Dasar mereka memamaki adalah karena terbawa arus model yang memang besar sekali pengaruhnya terhadap pola sikap manusia dalam memilih dan memakai pakaianya. Namun sebagai insan terdidik seyogyanya dalam memilih pakaian kita mempertimbangkan berbagai hal supaya pakaian yang kita pilih dan kita pakai memenuhi syarat - syarat tertentu misalnya syarat syar'i nya, kesehatan, syarat fungsinya, kelayakan dan kepantasannya bagi fisik dan status kita, dan lain - lain.

Lisa Stern, seorang ahli kesehatan menuturkan bahwa perempuan yang sering memakai celana ketat bisa menimbulkan efek samping terhadap kesehatan alat produksinya. Tanda - tanda umum yang timbul dari sindrum celana ketat ini yaitu adanya perubahan cairan pada alat produksi wanita. Yang biasanya bening tidak berbau, menjadi keruh bahkan berbau. Efek lain yaitu rasa nyeri pinggang rasa gatal - gatal bahkan ada yang sampai timbul bercak - bercak di bagian alat produksi.

Beberapa orang yang mengalami sindrum celana ketat, ada yang disertai dengan panyakit menular pada seksualnya seperti jamur, kram pada waktu datang bulan, biang keringat serta gangguan pada pencernakan.

Dr.Octaviano Bessa, seorang *internis* dari *Staford Conectitut*, menjelaskan bahwa memakai celana ketat dapat mengganggu motilitas usus. Ya hal ini yang menyebabkan seseorang merasa tidak nyaman atau perut terasa sakit 2 - 3 jam sesudah makan.

Selain itu celana ketat juga dapat menyebabkan masalah pada saraf atau yang disebut *meralgia paresthetica*. Kalau memakainya diikuti dengan sepatu hak tinggi, akan menekan saraf *fermonalis*. Akibatnya bisa kesemutan serta kaki terasa terbakar.

Sementara , *Canadian Medical Association Jurnal*, melakukan penelitian bahwa kasus kondisi *meralgia paresthetica* meningkat bersamaan dengan maraknya model *skinny jeans*.

Meralgia Paresthetica, yaitu keadaan menekannya saraf dari arah pinggang bawah hingga paha luar. Tanda - tandanya bisa menimbulkan kesemutan, mati rasa dan panas seperti terbakar. Tetapi wanita yang pindah dari *skinny jeans* dan memakai celana yang longgar, tanda - tanda tersebut sedikit demi sedikit akan hilang dalam kurun waktu 4 - 6 minggu.

Tidak hanya pakaian celana ketat yang dapat menimbulkan masalah kesehatan, memakai pakaian yang lingkar lehernya ketat juga berpengaruh buruk terhadap kesehatan.

Berdasarkan hasil studi di *British Journal of Ophthalmologi*, lingkar leher baju yang ketat bisa



menekan terhadap vena *jugularis* di wilayah leher dan menekan bagian internal mata.

Baju yang ketat juga bisa menyebabkan peredaran darah ke otak tidak lancar . keadaan ini menyebabkan sakit kepala, pandangan mata menjadi kabur, sakit di bagian punggung dan pundak, leher terasa kaku.

Jadi sebaiknya bagi yang terbiasa memakai baju ketat mulai saat ini hendaknya bisa merubah kebiasaan tersebut dengan lebih memilih memakai pakaian - pakaian yang longgar sebagaimana yang dianjurkan oleh ajaran agama Islam, bahwa pakaian berfungsi untuk menutup aurat, karenanya tidak dibenarkan bila pakaian yang kita pakai masih menampakkan lekuk tubuh atau dengan kata lain ketat.

Subhanallah sesungguhnya agama Islam telah mengatur semuanya dengan sebaik - baiknya dengan tujuan manusia bisa hidup dengan sehat dan nyaman. Hanya karena kita manusia yang sungguh belum mengetahui apa - apa sering kali mengabaikannya.

Setelah membaca tulisan ini semoga saya dan para pembaca semua bisa mengambil manfaatnya.

(sumber: informasi media cetak dan audio)

*) Mengajar
Bahasa Jawa



Oleh: *Mashudi Kusno, M.Si.*

Filosofi Hidup

Orang Jawa terkenal memiliki karakter sabar, tekun dan ulet. Orang Jawa juga dikenal memiliki kekayaan berupa filosofi hidup yang sangat bermanfaat untuk dipelajari. Tak heran suku terbesar di Indonesia ini banyak melahirkan orang sukses.



Tidak hanya seputar ketenangan batin dan lingkungan, filosofi Jawa juga merentang hingga urusan hidup lain seperti bisnis, karier bahkan pengelolaan harta.

Filosofi Jawa dinilai sebagai hal yang kuno, endes dan ketinggalan jaman. Padahal, filosofi leluhur tersebut berlaku terus sepanjang hidup. Warisan budaya pemikiran orang Jawa ini bahkan mampu menambah wawasan kebijaksanaan dan mengajarkan hidup kita agar senantiasa “Eling lan Waspodo”.

Falsafah Luhur Hidup Orang Jawa - Dalam berfilosofi, orang Jawa seringkali menggunakan unen-unen (peribahasa) untuk menata hidup manusia. Makna dari ungkapan-ungkapan Jawa ini seringkali tidak dipahami oleh sebagian besar keturunan etnis Jawa di era modern ini. Maka tidak salah, jika muncul sebutan, “Wong Jowo sing ora njawani”.

Berikut beberapa filosofi orang Jawa yang bisa kita jadikan pelajaran hidup:

1. Alon-alon waton klakon

Filosofi satu ini biasanya dikaitkan masyarakat awam dengan keselamatan. Padahal, makna sebenarnya dari alon-alon waton klakon sangat dalam dan luas. Filosofi ini bahkan dapat direalisasikan untuk urusan mencari kekayaan, mengelola bisnis hingga menapak karier.

Dengan kesabaran, keuletan dan ketelitian maka kita bisa selamat dalam perjalanan hidup mencari peruntungan, apapun bentuknya. Hingga di akhir kita bisa mendapatkan kekayaan yang cukup.

2. Nerimo ing pandum

Kalimat satu ini memiliki arti dalam. Nerimo ing pandum berarti kita harus menunjukkan kejujuran, ringan tangan dalam bekerja, ikhlas dan anti-korupsi. Kalau kita bisa melakukan hal ini baik saat bekerja maupun berbisnis, maka kita akan selamat dari kecerobohan yang bisa saja menjatuhkanmu.

Dengan giat bekerja, jujur dan ikhlas kita akan menjalani pekerjaan dengan baik dan mendapatkan hasil yang baik pula. Selain itu sifat anti-korupsi bakal memagarimu dari risiko bangkrut mendadak karena harus terjerat masalah hukum.

3. Wong jowo iki gampang ditekuk-tekuk

Filosofi ini mengungkapkan fleksibilitas orang Jawa dalam hidup. Ini menunjukkan keluwesan bergaul, kemampuan beradaptasi di berbagai level dan situasi membuat orang Jawa kerap menuai kesuksesan hidup.

Apalagi dalam bisnis, fleksibilitas sangatlah diperlukan karena kita perlu menyesuaikan diri dengan kondisi pasar agar dapat beradaptasi dan memenuhi kebutuhan pasar dengan baik. Kalau kita mampu fleksibel, maka bisnismu akan sukses dan menuai kekayaan.

4. Aja gumunan, aja getunan, aja kagetan, aje aleman

Arti dari filosofi satu ini adalah kita tidak boleh mudah heran, menyesal, terkejut dan manja terhadap keadaan. Kalau kita berhasil memaknai, meresapi, dan melakukannya maka kita akan menjadi pribadi yang tahan banting dan siap menghadapi kegagalan sebagai proses meraih kesuksesan hidup.

5. Urip iki urup

Maksud filosofi Urip iki urup

Orang Jawa



adalah kita harus membuat hidupmu menyala dan dapat bermanfaat untuk orang lain. Apabila diaplikasikan dalam kehidupan bisnis, maka filosofi ini dapat membantu bisnismu bertumbuh lebih cepat dan bisa mendatangkan kekayaan.

Dengan memiliki produk yang bermanfaat, dibutuhkan, dan sesuai keinginan pasar, maka produk bisnismu sangat berpotensi untuk laku di masyarakat. Kalau bisnis sudah berjalan dengan baik dan memiliki perputaran modal yang besar, mimpi jadi kaya akan jadi kenyataan.

6. Memayu Hayuning Bawana,

- Ambrasta dur Hangkara**
Manusia hidup di dunia harus mengusahakan keselamatan, kebahagiaan dan kesejahteraan serta memberantas sifat angkara murka, serakah dan tamak.
- 7. Sura Dira Jaya Jayaningrat, Lebur Dening Pangastuti**
Segala sifat keras hati, picik, angkara murka, hanya bisa dikalahkan dengan sikap bijak, lembut hati dan sabar.
- 8. Ngluruk Tanpa Bala, Menang Tanpa Ngasorake, Sekti Tanpa Aji-Aji, Sugih Tanpa Bandha**
Berjuang tanpa perlu membawa massa. Menang tanpa merendahkan atau mempermalukan. Berwibawa tanpa mengandalkan kekuasaan, kekuatan, kekayaan atau keturunan. Kaya tanpa didasari kebendaan.
- 9. Datan Serik Lamun Ketaman, Datan Susah Lamun Kelangan**
Jangan gampang sakit hati manakala musibah menimpa diri. Jangan sedih manakala kehilangan sesuatu.
- 10. Ojo Ketungkul Marang Kalungguhan, Kadonyan Ian Kemareman**

Janganlah terobsesi atau terkungkung oleh keinginan untuk memperoleh kedudukan, kebendaan dan kepuasan duniawi.

11. Ojo Kuminter Mundak Keblinger, Ojo Cidra Mundak Cilaka

Jangan merasa paling pandai agar tidak salah arah. Jangan suka berbuat curang agar tidak celaka.

12. Ojo Milik Barang Kang Melok, Ojo Mangro Mundak Kendo

Jangan tergiur oleh hal-hal yang tampak mewah, cantik, indah; Jangan berfikir mendua agar tidak kendor niat dan kendor semangat.

13. Ojo Adigang, Adiguna

Jangan sok kuasa, sok besar, sok sakti. Kita harus selalu ingat bahwa di atas ada langit dan hendaklah kita bersikap seperti padi semakin berisi semakin merunduk

Jika saja kita mampu mendalami dan benar-benar menerapkan kedalam kehidupan kita makna dari falsafah-falsafah luhur hidup orang jawa diatas, tentunya negara ini akan tenram, guyub, rukun, damai, dan sentosa. Semoga kita sebagai generasi pengganti, tidak serta merta melupakan warisan budaya luhur ini.

**) Mengajar Matematika*



Terlepas dalam cerita kehidupan sehari-hari seorang manusia bisa berguru kepada siapa saja. Tergantung apa yang dia butuhkan untuk perbaikan dan penyempurnaan dalam kehidupannya. Agar kelak dapat menjadi manusia paripurna, sempurna di mata manusia dan di mata Tuhan.

Bila kita membutuhkan ilmu Agama kita harus berguru kepada seorang Ustadz atau Kyai. Bila kita membutuhkan ilmu berdagang kita juga harus berguru kepada seorang pedagang sukses. Bila kita mau menjadi tukang bakso kita harus berguru dulu kepada seorang tukang bakso yang laris dagangannya. Bagaimana cara membuat pentol bakso yang enak, cara membuat kuah bakso yang lezat, cara membuat gorengan yang kriuk. Bumbunya apa saja, cara memasaknya bagaimana dan lain-lain.

Pendek kata kita cari informasi sebanyak-banyaknya dulu. Kemudian kita coba membuatnya sendiri sedikit, kita berikan kepada teman dan tetangga lalu kita minta

Membaca judul di atas mungkin Anda bertanya-tanya. Bagaimana mungkin ini bisa terjadi? Dapatkah aku melakukannya? Para pembaca yang budiman, memang berguru atau *meguru* atau menuntut ilmu dalam cerita silat biasanya adalah kepada sosok orang yang sudah tua rambutnya sudah memutih didalam lingkungan yang sederhana ditempat sepi dari keramaian.

Oleh: *Jampi, S.Pd. **

BERGURU PADA *Anak Kecil*



pendapatnya. Apa kekurangannya, kemudian kita coba membuat lagi lebih baik. Kita coba terus sampai bakso yang kita buat rasanya tidak kalah dengan bakso-bakso lain di daerah sekitar kita bahkan kalau bisa lebih enak. Baru kita buka depot bakso yang sesungguhnya dengan prinsip-prinsip dagang yang baik insya Allah berhasil.

Mengapa ini saya sampaikan di sini, karena saya melihat ada orang baru buka warung bakso sebentar sudah tutup, ada orang buka warung rawon sebentar sudah tutup. Rupanya mereka tergesa-gesa ingin segera meraih sukses. Tetapi yang mereka dapat adalah kegagalan. Kalau bisa hal itu jangan sampai terjadi pada kita! Maaf *nglantur*, agar tulisannya agak panjang.

Kembali pada topik semula “Berguru pada anak kecil”, apa yang kita dapatkan?

Anak kecil adalah manusia yang punya semangat luar biasa. Anak kecil itu pantang menyerah sebelum berhasil. Coba lihatlah anak kecil yang sedang belajar berjalan.

Walaupun dia jatuh dan merasakan sakit kadang menangis, tetapi dia tidak akan berhenti belajar berjalan. Dia akan belajar terus sampai bisa berjalan. Coba lihatlah anak kecil yang sudah bisa berjalan, dia jalan terus sambil tertawa-tawa karena senangnya bisa berjalan.

Orang tuanya juga senang karena mereka berhasil mengajari anaknya berjalan. Coba lihat anak kecil yang sedang belajar bicara. Dia mengoceh terus walaupun kadang tidak ada artinya. Begitu senangnya dia belajar bicara setiap saat mengoceh asalkan belum tidur, dalam dua tahun saja anak kecil yang semula tidak bisa bicara itu sudah bisa mengungkapkan apa yang dia mau dengan orang lain. Dia kelihatan



begitu gembira bisa berkomunikasi dengan orang sekitar bahkan kadang bernyanyi. Orang tuanya juga gembira karena berhasil mengajari anaknya berbicara. Keberhasilan anak kecil berjalan dan berbicara membuat senang orang di sekitarnya.

Lebih besar sedikit anak-anak itu kemudian belajar naik sepeda. Ingatkah kita dulu ketika belajar naik sepeda. Tiap hari kita belajar naik sepeda. Pagi, sore dan hari libur kita isi dengan belajar naik sepeda. Saya sendiri ketika belajar naik sepeda sering jatuh bahkan menabrak pagar. Maklum yang mblajari sama-sama kecil dan sepedanya besar (sepeda onta). Dulu belum ada sepeda kecil seperti sekarang. Tetapi pagarnya dari bambu atau tanaman pagar, belum ada pagar tembok.

Kita belajar terus dan terus sampai benar-benar bisa naik sepeda. Dan setelah bisa naik sepeda kemana-mana kita selalu bersepeda. Bahkan main kerumah teman yang dekat saja kita naik sepeda. Kadang kita mendengar puji orang. “Wah sekarang kamu sudah hebat ya bisa naik sepeda”. Betapa gembiranya kita.

Coba kita bayangkan seandainya dulu setelah jatuh dan kesakitan kemudian kita putus asa berhenti belajar naik sepeda, sampai sekarang pun kita tidak akan bisa naik sepeda dan

merasakan manfaat dan nikmatnya naik sepeda. Itulah kehebatan anak kecil, maka kita perlu berguru kepadaanya.

Anak-anak kecil ini sekarang sudah agak besar, ada yang sudah kelas 8 dan kelas 9 SMP. Sayangnya karakter positif yang dia miliki dulu ketika masih kecil agaknya sudah memudar. Dia menjadi mudah putus asa, keinginan belajarnya sangat menurun tajam. Dia mudah tergoda dengan kesenangan sesaat yang bisa menghancurkan masa depannya.

Walaupun dia sudah kelas 9 SMP kemampuannya masih sama dengan ketika dia kelas 4 SD dahulu. Sepertinya dia sudah sekian tahun tidak mau belajar lagi. Ketrampilannya selama lima tahun ini juga sepertinya tidak ada peningkatan, begitu juga kemampuan bahasanya. Apabila dia menemui kesulitan, dia tidak mau berusaha untuk menyelesaiannya. Bahkan tidak peduli karena teman-temannya juga sama tidak bisanya.

Mereka mengira bersekolah itu hanya mencari kesenangan saja. Mendapat uang saku, ngobrol dan bergurau dengan teman. Di rumah kegiatannya main smartphone katanya untuk saling menanyakan tentang pelajaran dengan teman, padahal isinya hanya celotehan-celotehan yang tidak bermanfaat. Rasanya enggan sekali untuk mau merasakan susahnya dan sakitnya belajar.

Padahal dengan bersusah-susah dan bersakit-sakitnya belajar itulah para siswa akan dapat merasakan kegembiraan dan senangnya hasil belajar. Juga berguna untuk masa depannya. Dan sebaliknya, bila tidak mau seperti itu maka yang mereka dapat hanyalah rasa lelah menunggu jam pelajaran berakhir.

*) Penulis Mengajar Ilmu Pengetahuan Alam

Membaca judul diatas bukanlah hal asing lagi yang sering kita dengar. Kita sering mendengar anak-anak kecil, dewasa, ibu-ibu, bapak-bapak dari seluruh kalangan mengucapkan kata itu ketika melihat ada sebuah bus di jalanan. Bahkan kata "Telolet" kini sudah termodifikasi dengan kata *Om Kopi Om, Om Tambal ban Om* sampai dengan *Pak Telolet pak*. Apa sih yang mereka lakukan? Mengapa hal ini bisa terjadi?



Oleh: Ririe Altfunnisa *

Kegiatan ini di sebut *Telolet Challange*. Apa arti Challange itu sendiri, Challange berasal dari bahasa Inggris yang artinya kb. Tantangan, teguran, penolakan, keberatan, -kkt. menantang, menegur, meragukan, ks. menarik, menantang. Jadi dalam hal ini, challange diartikan sebagai tantangan dimana mereka yang melakukan merasa ditantang dan apabila telah melakukan hal tersebut mereka merasa puas. Tidak hanya merasa tertantangan oleh sebuah challange, hal ini juga dilakukan untuk meramaikan dunia sosial maupun dunia nyata, jadi hanya sebagai hiburan saja. Maka dari itu di sebut *trend challange*.

Om telolet om, adalah salah satu Fenomena challange yang sebetulnya sudah lama terjadi, namun baru mendunia di media sosial sejak beberapa akun DJ ternama hingga klub sepakbola mencuitkan kata *Om Telolet Om*. Telolet merujuk pada suara klakson modifikasi yang dimiliki oleh sejumlah bus antarkota di jalur



pantura Jawa Tengah-Jawa Timur. Suara klakson ini bisa membuat girang anak-anak yang menunggu melintasnya bus tersebut di pinggir jalan. Sedangkan 'Om' merupakan kata sapaan dari anak-anak yang dengan teriakan atau tulisan yang dibentangkan, meminta sopir bus untuk membunyikan klaksonnya.

Masih banyak challange yang sempat menjadi viral di Indonesia diantaranya adalah

Ice and Salt Challenge. Pemain menaburkan salt (garam) ke atas kulit, lalu kulit kita ditindih oleh ice (es). Kalau sudah meleleh rasanya pasti sakit. Disinilah tantangannya, kita mesti menahan rasa sakit itu.

The Blindfolded Drawing Challenge. Kalau para "pemburu makhluk halus" diajak kemungkinan besar bisa menang, karena memang dalam challange ini kita ditugaskan untuk menggambar sesuatu dalam keadaan mata tertutup.

What's In My Mouth Challenge.

Sambil mata kita ditutup, seseorang akan memasukan sesuatu pada mulut kita. Bisa makanan, bumbu dapur, bisa juga sampai mobil-mobilan dan kita mesti menebak dengan benar benda apa yang masuk iyu.

One Day One Juz (ODOJ). Dari artinya saja kita pasti tau bahwa challange ini termasuk challenge yang menguntungkan bagi yang beragama Islam. Tantangan yang satu ini mengkhususkan warga Muslim untuk membaca Al-Quran satu hari satu juz. Asal kita fokus pasti bisa.

Mannequin Challenge adalah sebuah bentuk tantangan kepada netizen untuk merekam adegan sekelompok orang dengan berbagai ragam pose mematung (seperti patung peraga/mannequin) selama 30-60 detik. Sementara kamera berjalan merekam pose mematung, irungan musik mengalun. Musik yang lazim menjadi latar suara *Mannequin Challenge* ini adalah *Black Beatles* yang dibawakan oleh Rae Sremmurd.

Selanjutnya adalah **Bus Challenge**. Tantangan ini mengajak siapa saja untuk membuat video singkat seputar replika suasana di dalam kabin bus malam. Lengkap dengan adegan sopir, kondektur,

penumpang, serta pedagang asongan.

Paling terakhir adalah **Skip Challenge** dimainkan dengan cara seorang anak berdiri atau duduk membelakangi tembok, lalu satu atau beberapa orang temannya menekan dadanya sekeras mungkin hingga ia kehilangan kesadaran, kejang-kejang selama beberapa detik, kemudian siuman. Sambil menyaksikan adegan itu, teman-temannya tertawa puas, seperti menyaksikan kejadian lucu. Padahal, adegan itu sama sekali tidak lucu, malah berakibat fatal. Permainan ini mengakibatkan terhentinya asupan oksigen ke otak, sehingga orang pingsan dan mengalami euforia tinggi dalam proses itu.

Dokter spesialis anak di RS Universitas Indiana, Indianapolis, Amerika Serikat, Dr. Michael McKenna, M.D, mengatakan ketika bermain-main dengan asupan oksigen ke otak, maka orang tersebut menempatkan diri pada risiko ekstrem. "Entah itu risiko kematian atau risiko kerusakan otak," ucapnya. Anak-anak dan remaja yang melakukan permainan *skip challenge* tidak menyadari bahaya bahwa mereka bisa saja tidak pernah siuman lagi.

Dalam penelitian yang dilakukan Otoritas Kesehatan Oregon bersama Pusat Pengendalian Penyakit di Amerika Serikat pada 2012, dalam kurun 1995-2007 ditemukan 82 kasus anak usia 6 hingga 19 tahun meninggal akibat *skip challenge*. Kasus kematian seperti ini terus terjadi di berbagai belahan dunia. Tahun lalu, permainan ini ditengarai sebagai penyebab kematian Karnel Haughton, bocah 12 tahun asal Birmingham, Inggris, juga Da'Vorous (Chi Chi) Gray, 11 tahun yang tinggal di Carolina Selatan, Amerika Serikat.

Menyikapai hal tersebut sebaiknya kita harus bisa bersikap pemilih. Mengikuti trend *challenge* itu boleh saja asalkan kita tau diri apakah *challenge* itu layak dijadikan trend atau hanya hiburan semata apalagi menimbulkan celaka. Kita juga bisa meniru *One Day One Juz Challenge* yang tidak membahayakan diri sendiri atau membuat Trend *challenge* sendiri seperti *Talking English Challenge* sehingga akan banyak trend yang menimbulkan dampak positif nantinya. Amien.

Lamongan, 6 April 2017

*) Mengajar Bahasa Arab



Hai kawan kawanku yang gagal Move On... Apa kabar?
Udah Move On dari mantan belum? Wkwkwkwk.

Kamu tau Move On? Move On bukan hanya tentang melupakan. Kenapa? Karena apa yang sudah menyentuh hati, itu sulit untuk dilupakan atau bahkan tak mungkin terlupakan. Move On memang bukan tentang melupakan atau cari pelarian, tapi tentang menerima kenyataan. Kenyataan bahwa dia memang telah pergi. Dia yang pernah menjadi bagian trindah dalam sekejig rasa. Dia yang selalu hadir dalam setiap mimpi burukmu. Dia yang selalu kamu andalkan yang selalu kamu banggakan. Kini telah jauh pergi.

Ketika kenyataan tak lagi seindah harapan, maka saat itu lah kehidupan sedang berjalan dengan nyata. Why? Karena hidup memang tidak mudah. Ada kalanya sesuai dengan angan-angan, tapi tak sedikit pula yang hanya berupa bayangan.

Beberapa orang mengatakan "*it takes a minute to like someone, and hour to love someone, but it takes a life time to forget someone.*" Jadi wajar aja kalo kita susah ngelupain seseorang. Seberapa kecnya doi kamu sih, sampe kamu nangis tujuh hari tujuh malem. Kalo aja cowok kamu kayak Dilan atau Roman atau Sena. Dijamin deh pasti kalian bakal gagal Move On atau gaulnya GAMON.

Gamon biasanya disebabkan karena kamu terlalu takut untuk menjalani hari esok tanpa ada dia yang menemani. Hadapilah rasa takut, itu adalah kunci pertama untuk Move On.

Jika masih terasa berat melupakan sosoknya dan segala kenangan indah tentang dirinya. Mungkin beberapa tips dibawah ini bisa membantu.

- ♥ Jangan disangkal bahwa kamu pernah terluka
- ♥ Sibukkan hari-harimu dengan kegiatan yang positif
- ♥ Basahi lidahmu dengan dzikrullah
- ♥ Dekatkan diri kepada Allah
- ♥ Tetap berwajah ceria
- ♥ Ceritakan kepada teman yang amanah

Semoga berhasil yup. Awalnya aku juga tukang gamon. Tetapi, aku percaya bahwa Tuhan nggak akan ngasih cobaan, melebihi kemampuan hamba-Nya.

Kepalamu tak akan pernah bisa melupakan apa yang hatimu ingat. Mulai lah untuk bangkit dari keterpurukan. Bismillah aja deh. Semoga bermanfaat yup, wkwkwkwkwk. Bye..

@ysminar, GenG Snesma

Nikmat Sehat

Oleh : Rochmatin S.Pd, MM*)

Bagaimana kabarnya hari ini? Semoga semua dalam keadaan sehat wal 'afiat..... Nikmatnya sehat pada diri kita tidak ternilai dengan apapun. Banyak sekali upaya menuju sehat dilakukan. Berbagai alternatif dan sosialisasi perilaku sehat seringkali ditayangkan di berbagai media cetak dan elektronika. Ironisnya kadang hal ini kita anggap sebagai informasi biasa saja karena saking seringnya berita ini kita baca dan dengarkan.

Kadang kita baru menyadari akan nikmatnya sehat manakala kita sudah terkena penyakit tertentu. Saat itu kita mulai merasakan betapa berharganya arti kata sehat, begitu pentingnya mensyukuri keadaan sehat yang ada. Betapa merananya saat kita tidak dapat beraktifitas seperti biasa karena ketidakberdayaan raga kita. Meski tidak satu orang pun di dunia ini yang sanggup menolak jika sakit itu datang, tetapi tidak ada salahnya dan merupakan keharusan untuk selalu berusaha menjaga kesehatan kita.

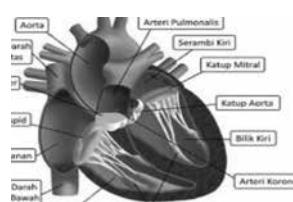
Salah satu usaha yang dapat ditempuh dalam menjaga kesehatan kita adalah dengan menjaga pola makan yang baik (meski ini tidak mudah dilakukan termasuk oleh penulis juga). Di antaranya, menghindari makanan yang mengandung 5 P (Penyedap, pengawet, pemanis, pengental, pe...) serta banyak makan buah dan sayur.

Sebagai negara tropis, Indonesia termasuk kaya akan berbagai jenis tanaman termasuk sayuran dan buah buahan yang sangat beragam. Hal ini tentu saja sangat bermanfaat bagi segenap makhluk hidup di muka bumi ini utamanya bagi manusia seperti kita. Bersyukur, banyak tumbuhan di sekeliling kita yang mempunyai keunikan baik dalam bentuk maupun khasiatnya.

Berikut ini beberapa buah dan sayur - sayuran yang mempunyai keunikan tersendiri, antara lain :

1. Tomat (Lycopersicum esculentum)

Dari sisi bentuk kita dapat melihat bahwa bentuk buah ini jika dibelah menjadi dua bagian maka sangat mirip dengan organ tubuh manusia yaitu bentuk jantung. Sesuai dengan bentuknya buah ini sangat bermanfaat bagi kesehatan jantung kita. Tomat termasuk tumbuhan dari keluarga Solanaceae.



Tomat berwarna merah ini mengandung vitamin A dan C yang sangat tinggi hampir 5 kali lipat dari tomat yang berwarna hijau. Buah ini juga banyak mengandung kolagen yang sangat dibutuhkan bagi kesehatan kulit. Tomat juga mengandung karoten jenis Lycopene yang berfungsi mencegah kanker.

Manfaat lain dari buah ini :

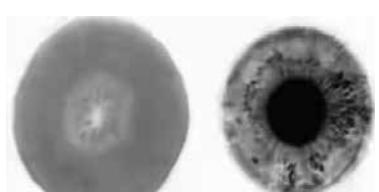
1. Menghilangkan kelelahan dan menambah nafsu makan.
2. Menghambat pertumbuhan sel kanker pada prostat, leher rahim, payudara, dan endometrium.
3. Memperlambat penurunan fungsi mata karena pengaruh usia (Agerelated macular degeneration).
4. Mengurangi resiko radang usus buntu.
5. Membantu menjaga kesehatan organ hati, ginjal, dan mencegah sembelit.
6. Menghilangkan jerawat.

Cara mengkonsumsi dapat dimakan langsung ataupun di-jus dengan dicampur buah Alpukat dan diberi minyak Zaitun.



2. Wortel (Daucus carota / Carrot)

Jenis sayuran berwarna orange yang satu ini memang unik, jika kita potong vertikal, bulat-bulat maka akan menghasilkan bentuk seperti organ tubuh kita yang disebut dengan mata. Ini selaras dengan khasiat yang terkandung pada sayuran ini yakni





membantu kesehatan mata. Ini dikarenakan sayuran wortel banyak mengandung vitamin A yang sangat tinggi yaitu sebesar 12.000 SI baik bagi kesehatan mata, juga mengandung kalori, protein, lemak, hidrat arang, kalsium, fosfor, vitamin B1, B2, kalsium, serat serta Niasin. Vitamin A juga dapat meningkatkan ketahanan tubuh terhadap penyakit. Betacaroten yang merupakan senyawa pro vitamin A mampu mencegah reaktivitas bensopiren yang merupakan penyebab sakit paru-paru.

Wortel ini tergolong tumbuhan biennial yang mempunyai siklus hidup 12 - 24 bulan) yang menyimpan karbohidrat dalam jumlah besar.

Wortel termasuk anggota famili umbelliferae yang menyimpan cadangan makanan didalam umbi.

Manfaat lain dari wortel antara lain : Mencegah rabun senja, memperbaiki penglihatan yang lemah, menurunkan darah tinggi,dll.

3. Jahe

Inilah yang menggambarkan kekayaan Indonesia pada aneka tumbuhan, salah satunya adalah rempah-rempah yang berupa jahe. Jahe mengandung minyak astiri yang merupakan senyawa volatif atau mudah menguap sehingga mudah tercium hidung kita.

Jika kita amati bentuk jahe ini mirip seperti organ dalam tubuh kita yakni lambung.

Tanaman ini sangat bermanfaat bagi lambung kita pada saat merasa kembung, begah, dan mual.

Jahe ini termasuk dalam keluarga temu-temuan yang digolongkan dalam divisi liliopsida / tanaman berbiji tunggal / monokotil.



Beberapa manfaat lain dari jahe :

1. Mengobati sakit perut (jahe bersifat analgesik dan menenangkan)
2. Obat mabuk perjalanan (Dikonsumsi dalam bentuk wedang hangat).
3. Membantu pencernaan (mengandung enzim pencernaan/protease dan lipase yang mampu mencerna protein dan lemak, cara mengonsumsi adalah dengan merebus tumbuhan rimpang jahe hingga 1/2 jam dan diminum airnya).
4. Mengatasi batuk dan sakit tenggorokan.
5. Meredakan sakit gigi.
6. Memerangi sel kanker
7. Mengurangi sakit dan radang
8. Anti Bakteri
9. Menurunkan Kolesterol.
10. Menghilangkan sakit kepala (Jahe mengandung antihiatamin dan anti inflamasi).

4. Jamur Kuping (Mushroom)

Sesuai dengan namanya jamur ini bentuknya seperti mangkuk dengan cuping seperti penampang telinga / kuping manusia. Jamur adalah tumbuhan yang tidak mempunyai klorofil sehingga bersifat Heterotrof. Jamur ini banyak mengandung vitamin D yang sangat bermanfaat bagi kesehatan tulang kecil dan tulang rawan pada telinga kita. Karakteristik jamur kuping memiliki tekstur yang kenyal dalam keadaan segar jika kering akan mengeras.



Jamur kuping merupakan kelompok jelly fungi yang masuk kedalam kelas Basidiomycota.

Kandungan nutrisi jamur kuping terdiri dari air, protein, lemak lebih dari 72 %, karbonidrat, serat 7,6 %, abu dan energi sebesar 351 kalori. Beberapa vitamin yang ada dalam jamur antara lain thiamine (B-1)riboflavin (B-2), niasin, biotin, vitamin C, dll.

Selain apa yang diuraikan diatas penulis yakin masih banyak lagi buah - buahan dan sayur - sayuran lain yang mempunyai keunikan dan khasiat yang bermanfaat bagi tubuh kita. Semoga kita senantiasa dapat menjaga kesehatan yang dianugerahkan kepada kita dan tidak lupa untuk selalu mensyukuri segala kemurahan yang diberikan oleh Allah SAW, Aamiin Ya Rabbal ;Alamin.

*) Mengajar mapel Seni Budaya

GAYA SELINGKUNG

“Edumedia” Dalam Penulisan PTK



Oleh: Sri Sulistyowati, S.Pd. *)

Diklat identik dengan sertifikat yang diharapkan dapat digunakan untuk penilaian angka kredit (PAK) yang akan digunakan untuk kenaikan pangkat. Sertifikat seolah – olah menjadi yang no 1, sering Diklat dan sertifikat banyak berarti memperlancar jalannya kenaikan pangkat.

Dengan tujuan untuk mengurangi plagiat dalam pembuatan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dan membantu para guru dalam pembuatan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) maka Dinas Pendidikan Kab Lamongan mengadakan Pelatihan Penulisan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) selama 2 hari yang dilaksanakan pada tanggal 3 - 4 April 2017.

Dalam Diklat tersebut diharapkan guru bisa menulis Penelitian Tindakan Kelas (TK) sendiri tanpa membeli dari orang lain. Dengan demikian kita benar - benar tahu permasalahan siswa yang terjadi di kelas dalam pembelajaran. Sedikit berbagi

hasil dari Diklat Penelitian Tindakan kelas (PTK) dan gaya selingkung Jurnal Pendidikan “EDUMEDIA”.

Mengapa dikatakan sebagai gaya selingkung Ternyata setiap jurnal Pendidikan mempunyai gaya selingkung atau aturan masing - masing untuk suatu tulisan bisa dimuat dalam jurnal pendidikan. Supaya artikel yang kita tulis bisa dimuat di “ EDUMEDIA ” maka kita harus tahu syarat atau aturan penulisannya, diantaranya adalah:

1. Artikel yang ditulis untuk jurnal Pendidikan meliputi hasil penelitian dan hasil telaah di bidang Pendidikan.

2. Naskah diketik dengan program MS Word, huruf *Times New Roman*, ukuran 12 dengan spasi 1,5 pada kertas A4 dengan panjang tulisan 8 - 10 halaman.
3. Artikel ditulis dalam bahasa Indonesia atau bahasa Inggris.
4. Sistematika artikel hasil penelitian meliputi : judul, nama penulis nama lembaga, email, abstrak disertai kata kunci, pendahuluan, metode, hasil, pembahasan, simpulan, saran, dan daftar rujukan.
5. Judul artikel tidak boleh lebih dari 14 kata. Judul dicetak dengan huruf capital ditengah - tengah dengan ukuran huruf 14 point.
6. Nama penulis artikel dicantumkan tanpa gelar akademik, disertai asal lembaga, dan ditempatkan dibawah judul artikel.
7. Naskah yang ditulis oleh tim ----- → Penyunting atau

redaksi yang berhubungan dengan penulis utama atau yang namanya tercantum pada urutan pertama.

- Penulis utama harus mencantumkan alamat korespondensi atau e-mail.

Ternyata "EDUMEDIA" punya aturan tertentu supaya artikel yang kita kirim di muat atau tidak dikembalikan. Tidak berhenti pada penulisan artikel pada 'EDUMEDIA' akan tetapi cara penulisan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) juga dibahas sampai tuntas.

Sedikit saya uraikan penulisan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang disampaikan oleh Bapak Mustakim,S.S,M.Si i beliau adalah Pengawas Sekolah SMA Dispendik Propinsi Jawa Timur dkti, dan LPIR) Penatar dan penulis buku tentang KTI dan sejarah Lokal. Beberapa prestasi

- Memperoleh 16 penghargaan tingkat Nasional.
- Memperoleh 25 penghargaan dalam lomba tingkat Propinsi
- Memperoleh 13 penghargaan tingkat Kabupaten.
- Menulis 23 judul buku sejarah local dan inivasi pembelajaran. Pantaslah kita ikut mempelajari apa yang beliau sampaikan :

I. PEMBUATAN PROPOSAL PTK

Judul :
Oleh :

BAB I

- Latar Belakang
- Rumusan Masalah
- Tujuan Penelitian
- Manfaat Penelitian

BAB II

- Kajian Pustaka
- Hipotesis Tindakan

BAB III

- Rancangan Penelitian
- Subyek Penelitian
- Instrumen Penelitian
- Tekhnil Pengumpulan Data
- Tekhnik Analisis Data

Daftar Pustaka



Lampiran - Lampiran

Lampiran Proposal meliputi

- Perangkat Pembelajaran
 - Silabus.
 - RPP (Untuk siklus I)
 - LKS (Untuk siklus I)
- Instrumen Penelitian (belum Terisi)
 - Instrumen Tes (Soal)
 - Instrumen Non - tes (Pedoman Pengamatan, Pedoman Wawancara (Untuk guru dan / Siswa), kuisioner, sekala sikap, catatan lapangan, dokumentasi, foto kegiatan, hasil karya siswa.
- Lain - lain
 - Daftar nama dan nilai siswa (belum Terisi)
 - Surat Tugas Mengajar (biodata peneliti dan kolaborator.
 - Dan lain - lain , misalkan jadwal penelitian dan anggaran.

Aturan dalam penulisan judul PTK antara lain.

I. JUDUL PTK

- Mengandung :
 - Premasalahan X
 - Tindakan Y
 - Subyek Penelitian
 - Singkat, jelas, dan mudah dimengerti
 - Judul maksimal 15 kata.

- Ada 2 contoh Rancangan Judul :
- PENINGKATAN.....X..DENGAN MENGGUNAKAN.....Y.. PADA SISWA KELAS ... SEMESTER ...TAHUN PELAJARAN ...DI

SMP.....(Bila Peningkatan diganti dengan kata meningkatkan maka harus ditambah kata upaya = Upaya meningkatkan)

- Penggunaan ...Y..untuk meningkatkan ... X.. PADA SISWA KELAS ... SEMESTER ...TAHUN PELAJARAN ...DI SMP.....

Untuk X adalah :

- Hasil belajar / Prestasi belajar
- Kemampuan / Ketrampilan.
- Aktivitas.
- Kreatifitas
- Minat.
- Motifasi

Untuk Y adalah :

- Pendekatan
- Metode
- Strategi/ teknik.
- Model.
- Media.

➤ Sumber

- Pengalaman mengajar beberapa tahun terakhir ini (Sesuai kurikulum / SI)--> lebih mudah -----> dalam waktu penyusunan proposal dan instrument penelitian.

- Setelah selesai melaksanakan pembelajaran 1 kompetensi (KD)--> agak sulit -----> karena penyusunan proposal memerlukan waktu.

CATATAN: PTK tidak sama dengan Remidi.

- Yang bisa diangkat menjadi permasalahan.

- Mata Pelajaran --->Luas
- Standar Kompetensi (SD) ---> Agak luas
- Kompetensi Dasar (KD) ---> Lebih Spesifik

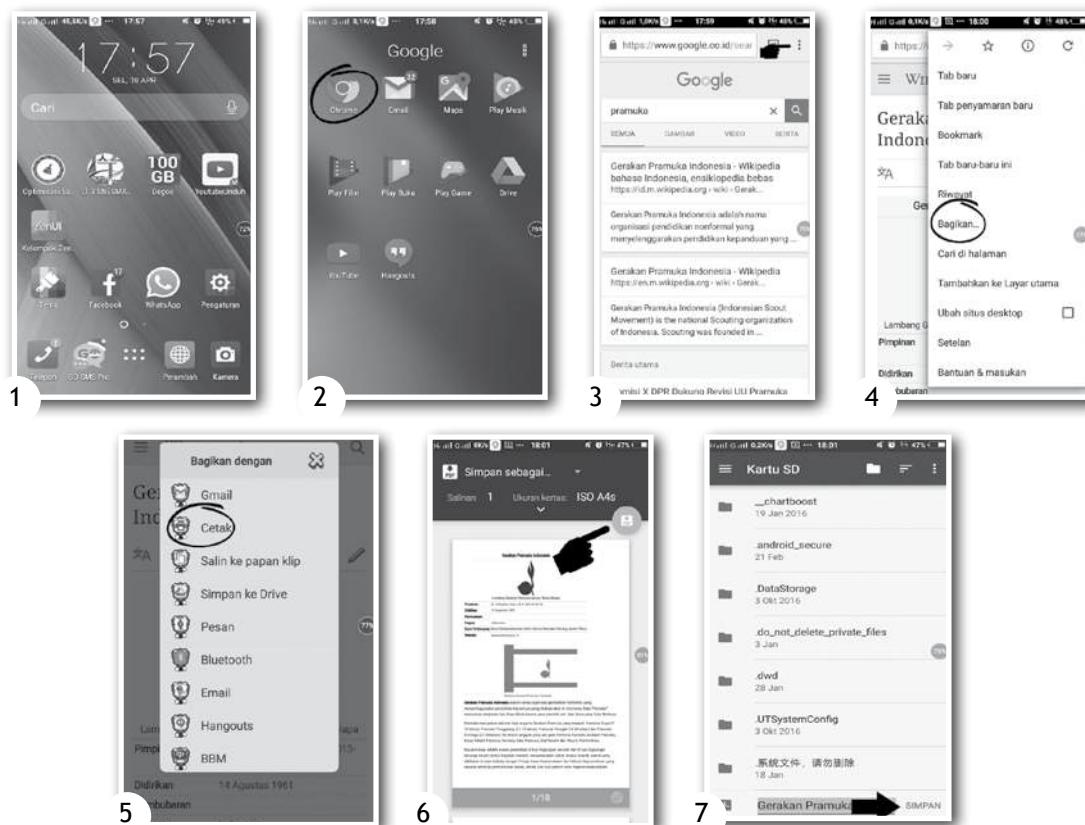
Untuk pembahasan lainnya kalo bapak ibu berminat bisa menghubungi saya atau bapak Bambang S. kami punya lengkap aturannya , kalo saya tuliskan disini semuanya sangat banyak sekali, Kami juga diberi 250 contoh PTK yang bisa bapak ibu copy sebagai acuan dalam penulisan PTK.

SELAMAT MENCoba MENULIS PTK

*) Mengajar IPA

Cara Menyimpan File PADA PONSEL ANDROID SAAT BROWSING (BUKAN SCREEN SHOT)

Hai sobat Inspiro, kali ini saya akan membagikan cara bagaimana menyimpan file saat anda browsing. Sebelum menemukan cara ini jika saya ingin menyimpan file saat browsing saya selalu menscreen shotnya. Nah setelah saya menemukan cara/trik ini saya sangat senang karena saya dapat menyimpan file bukan berupa screen shot melainkan PDF, keunggulan dari trik ini yaitu jika kita ingin menyimpan file yangpanjang/banyak halaman, kita tidak perlu mengambil perhalaman melainkan hanya satu langkah saja semua halaman sudah tersimpan. Oke dari pada saya banyak bicara langsung saja saya kasih tahu caranya!



- Pertama aktifkan ponsel android anda hingga muncul home screen seperti gambar No. 1.
- Kemudian bukalah menu dan pilihlah Chrome untuk melakukan browsing (Gb. 2)
- Setelah itu anda bebas men search sesuka anda, disini saya mencontohkan pramuka, kemudian klik tiga titik pada tampilan kanan atas seperti gambar 3
- Setelah itu anda bebas memilih mana yang akan dibuka, pilihlah bagikan (Gb. 4)
- Setelah klik bagikan juga akan muncul berbagai pilihan, kemudian pilihlah cetak (Gb. 5)
- Lalu klik kanan yang berupa tulisan PDF seperti gambar untuk menyimpan file nya (Gb. 6)
- Langkah terakhir yaitu memilih ruang yang akan digunakan untuk menyimpan file tersebut (Gb. 7) Langkah-langkah tersebut sudah selesai dan untuk melihat file tersebut, bukalah File>Dokumen dan cari mana yang telah anda simpan tadi.

Ini trik dari saya apabila anda kurang memahami trik ini bisa langsung bertanya kepada saya. Oke teruslah berkarya untuk manfaat bersama.

Oleh: **Dedy Purbaya, Kelas VII G.**



Allah Maha Kuasa Akan Segalanya

Hiduplah seorang raja jahillyah yang bernama Habib bin Malik. Ia memiliki serang putrid yang cantik. Sejak lahir, kedua lengan putrid Habib bin Malik cacat. Ditambah kedua matanya tidak bias melihat.

Pada suatu hari, Habib bertemu Rasullullah, "Wahai Rasullullah, kau adalah makhluk terkasih dari Allah, kalau benar, tunjukan kekuatanmu atas bantuan Tuhanmu untuk menyembuhkan cidera putriku," Pinta Habib kepada Rasullullah. Mendengar permintaan Habib, Rasullullah hanya menjawabnya dengan tersenyum.

Melihat sikap Rasullullah, Habib sangat kesal dan berkata lagi, "Hai Rasullullah, andaikan kau bias menyembuhkan cidera putriku. Sekali lagi permintaan Habib hanya dijawab dengan tersenyum. Ketika sampai dipintu istana, terlihat seorang gadis cantik "Subhanallah", ujar Habib. Habib pun bertanya "Wahai gadis cantik, apakah kau sangat - sungguh putriku?" Gadis itu pun mengangguk - angguk.

Melihat kejadian tersebut lalu ia berwudhu, shalat, dan berdo'a "Ya Allah Yang Maha Benar, Kau telah tunjukkan kekuasaanmu melalui Rasullullah".

Hikmah Cerita

Walaupun pada awalnya Habib bin Malik adalah raja Jahillyah, tapi karena Allah telah membuktikan kebesarannya, ia mengikuti ajaran yang dibawa Rasullullah.

Oleh : Dini Nurmia Avida / VII B

HUTANKU SAYANG JANGALAH HILANG

Saat aku berkunjung ke rumah nenekku aku melewati hutan, satu kali, dua kali aku melewati. Hutan itu masih sama tapi ketiga kali aku melewati. Aku heran, ada pohon tumbang di area hutan itu, bukan Cuma satu yang tumbang tapi delapan, Sembilan mungkin sampai sepuluh, ternyata pohon itu sengaja ditumbangkan atau ditebang.

Beberapa bulan kemudian aku berkunjung lagi ke rumah nenek, masih melewati jalan yang sama dan takukah kawan apa yang kulihat...tempat dimana pohon itu tumbang atau ditebang, berubah menjadi sawah atau kebun!!!aku miris hutan itu hilang...berubah menjadi beberapa petak sawah, itu sekarang bagaimana nanti tahun-tahun yang akan datang. Saat ini saja menurutku dampaknya sudah terasa, desa yang sebelumnya tak tergenang air disaat hujan turun beberapa bulan lalu tergenang air, memang tidak lama genangan air itu, karean daerah kami dataran tinggi. Kurangkah area persawahan hingga harus memangkas hutan??

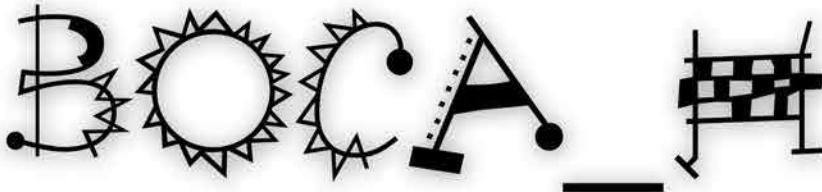
Ya Tuhan jagalah kami, jangan jadikan kami orang-orang yang kufur nikmat. Agar kami bisa senantiasa menjaga keseimbangan ala mini.

Memang sih hasil persawahan atau perkebunan bisa langsung dirasakan, kebutuhan pangan meningkat tapi sebenarnya pohon-pohon besar juga bermanfaat bukan kayu dan buahnya saja, tetapi kekuatan akar yang mampu menyerap air dan menyimpan air, akar yang mengokohkan tanah, yang mengurangi rawan longsor dan banjir. Daun yang rindang penghasil oksigen yang bermanfaat bagi kehidupan manusia.

Untuk menghasilkan hutan yang baik butuh waktu lama bertahun-tahun. Tidak seperti hasil sawah ataupun kebun, jadi sawah seharusnya menjadi pertimbangan matang tentang penebangan, apapun alasannya. Dengan tulisan ini kita generasi penerus bangsa ini dapat menyimpulkan "giat membangun jangan lupa menanam" untuk kesejahteraan yang berkeseimbangan bagi semua unsur kehidupan.

Oleh : Siti Rahma Nur Riskyka (VII G)





Banyak yang mengatakan "Jika ada pertemuan, pasti ada persihan." Kalian akan menemukan makna dari kalimat tersebut melalui cerita yang saya tuliskan.

Pada awal saya masuk SNESMA kebetulan saya masuk kelas 7 H. Saya satu kelas dengan para juara dibidang olahraga, dan saya hanya mengenal beberapa dari mereka. tetapi dengan jalannya waktu saya mengenal dan menghafal semua teman saya, ternyata mereka sangat bersahabat.

Tanpa terasa satu tahun telah kami jalani bersama, naik ke kelas 8 beberapa dari kami harus

pindah kelas dan beberapa dari kelas lain masuk ke bagian kami. Saya sangat bangga bisa memiliki teman seperti mereka semua karena mereka memiliki solidaritas yang tinggi. Semua rasa suka dan duka kami alami bersama, jika ada satu dari kami yang memiliki masalah maka kami semua ikut menghadapi masalah tersebut.

Karena tingginya solidaritas, pada saat ulangan kami selalu menanamkan prinsip "jika ada satu dari kami yang selesai, maka semuanya juga selesai bersama." Dan inilah daftar nama dari kami, Boca H :

Banyak guru yang tidak betah jika sedang mengajar di kelas kami, karena kami terkenal sebagai kelas yang nakalnya bukan main. Tetapi dibalik kenakalan kami, beberapa dari kami pun memiliki prestasi yang membanggakan dibidang olahraga. Dari kelas 8 kami beranjak naik ke kelas 9 yang personil dan kenakalan yang sama. Meski kami di cap sebagai kelas yang nakal, tetapi beberapa dari kami diberi kepercayaan untuk menjadi pengurus Osis senior sebagai tim penegak disiplin siswa yang memiliki tugas seperti memetik rambut siswa laki-laki yang panjang dan berwarna. Selain itu tugas yang lain adalah berkeliling untuk memberi sanksi kepada siswa-siswi yang melanggar aturan di sekolah.

Boca H memiliki ciri khas masing-masing. Seperti "Wahong" yang sukanya cuci muka bahkan mandi saat jamkos. "Youlanda dan Sephia," banyak teman bahkan guru-guru yang menilai mereka kembar padahal beda ayah dan beda ibu lho. "Aldha, Mia, Patika, Nihay," mereka selalu bersama walaupun kadang-kadang suka berantem tapi akhirnya baikan juga. "Duo blacksweet (Adi+Ipan), Acil, Suleng, Comrot," mereka itu geng yang sukanya dandan rambut tapi mereka seru sih. "Ghofur" tuh sukanya menguap dan kalau ketawa tu ya los losan. Ada juga sih yang pendiam seperti "Nanda, Diah, Ratih" sebenarnya mereka asyik tapi mereka pendiam. Nggak apa-apa sih pendiam, asal jangan *Diam-diam menghanyutkan* yah. . . he. . . he . . mungkin ini semua yang akan jadi kenangan yang tidak terlupakan pada masa SMP dan mungkin juga dapat jadi cerita kita disaat kita mulai memasuki jenjang SMA/SMK.

Pesan dari kami untuk adik-adik generasi SNESMA: Jangan ditiru kenakalan kami ya, tapi tirulah prestasi kami, kebersamaan dan kesatuan kami dalam menjalin suatu persahabatan untuk mendapatkan kesuksesan di kemudian hari. Peribahasa Melayu mengatakan *Berakit-rakit dahulu berenang-renang ke tepian* kalian pasti udah mengerti ya . . . semangat mengejar mimpi dan sukses buat generasi SNESMA !! Buat guru-guru SNESMA, kami Boca H minta maaf sebesar-besarnya dan kami sangat berterima kasih atas jasa-jasa panjeneng semua yang telah sabar membimbing dan mengajar kami semua dengan hati yang ikhlas.

SUKSES BUAT SMP NEGERI 1 MANTUP
Oleh: Youlanda S.P. (IX H)



Menghargai Waktu

Ada pepatah mengatakan “waktu adalah uang”. Pepatah tsb mengandung makna begitu berharganya waktu hingga disamakan dgn uang. Tapi mungkin pepatah ini cocok untuk orang yang gila harta, karena kalau sudah demikian ia akan lupa untuk beribadah dan kewajiban yang lainnya. Sehingga yang ada didalam pikirannya hanya uang dan uang. Ada pepatah lain yang mengatakan “waktu itu ibarat sebilah pedang” apa bila kita tidak bisa menggunakan dengan baik maka akan mencelakai kita.

Menyia-nyiakan waktu sama dengan membuang kesempatan yang ada. Sekali kita membiarkannya lewat, maka jangan berharap akan kembali. Tapi apakah kita sudah mempergunakan waktu dengan semaksimal mungkin, dan mengisinya dengan hal-hal yang positif?

Menghargai waktu bukan berarti menggunakan hanya untuk bekerja dan bekerja saja. Tapi memanfaatkan waktu sesuai dengan kebutuhan. Kita harus pintar-pintar dalam membagi waktu, kapan waktu untuk bekerja, kapan waktu untuk beribadah, dan kapan waktu untuk istirahat. Sehingga waktu kita dapat bermanfaat untuk kepentingan Dunia dan Akhirat.

Agar waktu tidak terbuang percuma, kita harus ingat dan sadar bahwa tak selamanya akan hidup diDunia. Selain kebutuhan Dunia harus terpenuhi, kebutuhan akhirat juga harus dipikirkan. Oleh karena itu harus punya tanggung jawab terhadap pemanfaatan waktu.

Dan bentuk tanggung jawab dalam pemanfaatan waktu diantaranya sbb :

1). Menggunakan Kesempatan Sebelum Datang Kesempitan.

{Selama ada waktu luang jangan

sia-siakan waktu untuk bermalas-malasan, tidur-tiduran, melamun, dan menunda pekerjaan. Sebab kesempatan itu tidak akan datang dua kali dan waktu yang berlalu tidak akan datang lagi. Yang ada hanyalah penyesalan, jika tak pandai membaca situasi. Jika hal ini diperhatikan Insya Allah tak ada umur dan nafas yg terbuang sia-sia dalam kehidupan diDunia ini.}

2). Memanfaatkan Masa Muda Sebelum Datang Masa Tua

{Masa muda adalah masa yang paling indah. Masa muda sering identik dengan huru-hura dan foya-foya. Seharusnya perlu diingat bahwa setelah muda pasti ada masa tua, yang mana pada saat itu org sudah terbatas untuk melakukan apapun disebabkan tubuh yang sudah renta. Orang bijak berkata: “Pemuda hari ini akan menjadi pemimpin di masa mendatang.” karena itu jika tidak bisa menghargai waktu muda dengan baik akan menyesal disaat tua nanti. Jika masa muda hanya digunakan untuk bermaksiat, dan melamun tanpa ada aktifitas yang positif, maka masa depan suram sudah tampak didepan mata.}

3). Menggunakan Masa Sehat Sebelum Jatuh Sakit

{Kenikmatan yang paling berharga selain iman kepada Allah adalah nikmat diberi kesehatan. Tapi hal ini kurang disadari oleh banyak orang. Org baru sadar begitu berharga kesehatan setelah ia jatuh sakit.}

4). Memanfaatkan Hidup Untuk Beribadah Sebelum Datang Kematian

{Tak ada yang tahu kapan ajal menjemput. Tua, muda, besar, kecil semua itu adalah rahasia Allah. Org hidup diDunia ibarat orang yg dalam perjalanan, akan haus lalu mampir untuk minum tetapi apakah akan terus minum? tentu tidak, pastinya ia akan melanjutkan perjalanannya lagi.}

5). Gunakan Waktu Kaya Sebelum Jatuh Miskin

{Harta adalah titipan Allah, sewaktu-waktu akan diminta kembali. Artinya jika kaya gunakanlah harta untuk hal yang ma'ruf, seperti bersedekah, zakat, menyantuni anak yatim, dll. Tak ada yang tahu apa takdir Allah untuk manusia setelahnya. Bagi Allah mengubah nasib seseorang bagaikan semudah membalikan telapak tangan, jadi tak ada yang tahu apakah org kaya itu akan selamanya kaya atau sebaliknya. Hanya Allah yang maha tau segalanya.}

6). Menggunakan Kekuatan Untuk Amar Ma'ruf Nahi Munkar

{Gunakanlah kekuatan untuk amar ma'ruf nahi munkar sebelum datang kelemahan. Selain mendapat pahala juga menyelamatkan org terjerumus dalam perbuatan Dosa.}

7). Menggunakan Kekuatan Untuk Menegakan Keadilan

{Jika sedang berkuasa, memiliki jabatan dan pengaruh yang kuat maka tegakkanlah keadilan, sehingga akan bermanfaat untuk banyak org.}

Oleh : Annisa Nur Safitri (IX G)



Do'a Bersama Menjelang UNBK

Cerita Tausiah Dan Quiz Agama

CERITA PAK KYAI

Jaman sekarang beda sama jamandahulu. Jaman dahulu itu sifat pendidikan keras sehingga anaknya banyak yang pintar. Pintarnya itu pintar sungguhan, bodohnya juga bodoh sungguhan. Tidak seperti jaman sekarang, memang benar banyak anak yang pintar, tetapi pintarnya itu pintar membohongi orang tuanya.



Berangkat ijinnya kerja kelompok, cium tangan orang tuanya, bahkan bolak-balik depan belakang, biar dapat tambahan uang saku. Tetapi ternyata tidak berangkat kerja kelompok, malah pacaran di tepi danau. Orang tuanya pun tidak tahu karena di luar rumah, gurunya pun tidak tahu karena di luar sekolah. Sehingga

ibu-ibu harus mengawasi anaknya, kalau bisa ikuti di belakangnya.

Anak sekarang itu pintar bohongan, bodohnya ya bodoh bohongan. Banyak anak yang nilai raportnya bagus, padahal itu dibantu gurunya. Saya tahu karena saya juga mantan guru.

Saya punya cerita, ceritanya itu jaman saya dahulu. Saya punya

teman, namanya Misbah. Misbah itu setiap hari tidak mau belajar. Tetapi Misbah itu rajin sholat dan setiap selesai sholat Misbah selalu berdo'a agar diberi kelancaran fikiran, agar bisa menghadapi THB(Tes Hasil Belajar) atau UAS, Misbah meminta do'a kepada Kyai agar pensilnya bisa berjalan sendiri.





Keesokan harinya sudah ujian. Ketika ujian sudah dimulai, Misbah tidak juga mengerjakan soal. Misbah merasa matanya mengantuk terus karena semalam sholat meminta do'a. Misbah dipanggil Pak Guru ke kantor dan dibilang "Misbah kamu kenapa kok belum mengerjakan?". "Saya tidak bisa, saya juga sangat mengantuk karena semalam sholat", jawab Misbah. Misbah disuruh kembali gurunya, dan Misbah kaget karena ujiannya sudah selesai. Rupanya ada yang mengerjakan untuk dirinya. Misbah langsung bersyukur kepada Allah SWT.

QUIZ AGAMA

Pengajian dan do'a bersama diakhiri dengan quiz pertanyaan soal-soal agama dan berhadiah. Beberapa siswa berhasil menjawab soal-soal yang disampaikan Bapak / Ibu Guru dan berhak mendapat

hadiah sekedarnya. Semoga barakah ilmunya dan barakah hadiahnya. Aamiin.

1. Risma Aldita Salsabilla, menjawab pertanyaan tentang hafalan surah Al'Adiyat.
2. Muslimatiul Junaidab, menjawab pertanyaan tentang hafalan surah Ad Duha.
3. Youlanda Sekar, menjawab pertanyaan tentang sifat wajib Rasul.
4. Indri Agustina R., menjawab pertanyaan tentang sifat wajib bagi Allah.
5. Figia Putri, menjawab pertanyaan tentang hafalan asma'ul husnab.
6. Sinta Abelia, menjawab tentang do'a masuk masjid.
7. Ziya'ul Haq, menjawab pertanyaan tentang hafalan surah At Takaatsur.

8. Sela Oktavia, menjawab pertanyaan tentang do'a belajar.
9. Nor Vidiyah, hafalan do'a masuk kamar kecil.
10. Siti Aisyah, hafalan surah Al Falaq.

Oleh: *Ryan, Risma dkk. 9G*



GERAKAN GENERASI MUDA INDONESIA

"KEREN TANPA ROKOK"

Melihat Prihatinnya Generasi Muda Bangsa Indonesia ini yang sudah mulai dijajah oleh Industri Rokok. Industri rokok sudah berhasil menciptakan gaya hidup baru di Indonesia dan berhasil mencuci otak para generasi muda di Negeri ini melalui Iklan, Sponsor atau pun Media promosi lainnya. Saat ini banyak anak muda yang beranggapan bahwa jika ia tidak merokok itu "GAK GAUL, GAK MACHO, GAK KEREN", bahkan adapula yang menyatakan jika anak muda tidak merokok itu "BANCI". Saya berpikir dari manakah Mindset itu sudah menyebar luas di negeri ini? Alangkah malunya saya ketika mendengar pola pikir seperti itu. Bagaimanakah nasib bangsa ini 10 sampai 15 tahun kedepan jika generasi muda nya sejak dini itu sudah mulai mengenal ROKOK, MIRAS Atau NARKOBA..? Jangan sampai nantinya negeri tidak ada yang bisa memimpin karena pada usia produktifnya generasi muda sekarang sudah mulai terkena penyakit atas apa yang telah ia lakukan pada saat mudanya.

Banyak Sekali Faktor yang mempengaruhi seorang anak muda yang tidak merokok menjadi seorang perokok aktif. salah satunya melalui ajakan teman-temannya ketika ia bergaul di lingkungan sekitarnya, lalu melalui gencarnya Promosi dari Industri Rokok yang saya lihat rata-rata CSR nya itu di tunjukkan kepada anak muda. Melalui Iklan

di Televisi, Radio sampai di media luar ruang seperti Balih, Bilboard bahkan sampai warung atau rumah yang seluruh dindingnya itu sudah dicat atau di hias dengan brand atau nama suatu produk dari industri rokok itu sendiri. Apakah Iklan-Iklan rokok itu di tunjukkan kepada orang dewasa, Para perokok aktif, ataupun orang yang sudah kecanduan rokok..? Tentu TIDAK kan..? Semakin muda umur dari seorang perokok semakin senang pula Pemilik dari Industri rokok dan juga semakin kayalah mereka.

Untuk itu kami berinisiatif untuk merubah pola pikir generasi muda Indonesia saat ini yang tadinya menyebutkan bahwa "GAK MEROKOK GAK GAUL, GAK MEROKOK GAK MACHO, GAK MEROKOK GAK KEREN" merubahnya menjadi "GUE KEREN TANPA ROKOK".

Kami sangat ingin berkurangnya angka perokok di

kalangan Generasi muda, Kami sangatlah Prihatin atas julukan yang diberikan negara lain untuk Bangsa ini adalah "BABY SMOKER" julukan itu SANGATLAH MEMALUKAN !! semoga generasi muda bangsa ini semakin sadar bahwa dengan merokok bukanlah menjadikan mereka itu GAUL, MACHO ataupun KEREN. Tetapi hanyalah untuk merugikan dirinya sendiri bahkan juga merugikan orang lain.

Mari Kita dukung gerakan ini. kita ciptakan "GENERASI MUDA INDONESIA menjadi generasi muda yang KEREN TANPA ROKOK"

Oleh :
Annisa Nur Safitri
(IX G)





Manfaat Air Minum

Mengingat pentingnya air, maka anjuran yang diberikan adalah agar kita meminum air sedikitnya 8 gelas sehari atau sekitar dua hingga dua setengah liter air. Berikut adalah beberapa manfaat air bagi tubuh:

- Membuat tubuh lebih sehat: apabila asupan air mencukupi, hal ini dapat membantu agar distribusi nutrisi ke seluruh tubuh menjadi lancar sehingga semua sel dalam tubuh dapat memperbaiki diri dengan nutrisi tersebut. Dengan minum air sesuai anjuran juga akan meringankan kerja ginjal dan hati sehingga dapat membantu kita terhindar dari penyakit ginjal dan hati.
- Memperlancar pencernaan: minum air membantu pembuangan racun hasil metabolisme lebih lancar ini akan membantu kita terhindar dari penyakit pada pencernaan seperti sakit maag dan sembelit.
- Menambah kecantikan alami: kekurangan air akan membuat kulit kita terlihat kering dan keriput (berkerut). Air akan membantu menjaga kulit agar tetap kenyang sehingga terlihat awet muda dan cantik alami.
- Membuat langsing: air dapat menurunkan berat badan. Mengapa? Karena air tidak berkalori, bebas lemak, bebas kolesterol dan rendah natrium. Selain itu, air membantu tubuh menguraikan lemak yang tersimpan. Bagi yang sedang diet, air dapat menjadi teman yang tidak boleh dilupakan. Dengan meminum air hangat sebelum makan, akan membantu kita merasa kenyang sehingga akan mengurangi selera makan dan mengurangi porsi makan kita. Minum air juga tidak membuat gemuk karena air tidak mengandung kalori, gula dan lemak.
- Meningkatkan kesuburan: untuk anda yang sedang merencanakan kehamilan ternyata air dapat meningkatkan kesuburan karena akan merangsang produksi hormon testoteron pada pria dan hormone esterogen pada wanita.

Oleh: Indri Agustina R (IX G)

My Teacher My Hero

Saat pertama kali masuk ke sekolah, aku sungguh takut akan suasana baru di sekolah, aku bertemu dengan wajah-wajah baru yang sangat asing bagiku, aku berkenalan dengan beberapa siswa yang bernama Ris, Rin, Lel, Sil yang hingga kini menjadi sahabat terbaikku. Saat pertama kali masuk kelas aku dan teman-teman merasa takut akan guru-guru yang sama sekali tidak ku kenal, mereka mengajariku tentang pentingnya pendidikan yang harus diterapkan, sungguh mereka tak kenal lelah dalam mengajariku dan mendidikku hingga aku bisa. Begitu keras usahamu dalam mendidik anak-anak bangsa. Terimakasih guru, engkau orang yang berpengaruh dalam hidup kami untuk selalu semangat belajar, jasamu akan selalu memotivasi kami untuk tiada kata yang dapat kami ucapkan kepadamu selain berterimakasih guruku, terimakasih atas segala ilmu yang engkau berikan kepada kami selama ini.

Oleh : Avira Dwi Rahmah N. R / 9G



MenCangkok Pohon Jambu

Tiga orang anak berada diatas sebuah rumah. Mereka sedang bercakap-cakap tentang tugas yang diberikan gurunya,



- Irfan : "Ram, bagaimana kalau kita tanyakan cara mencangkok pohon pada kak Mira? Dia kan Insinyur Pertanian"
- Rama : "Tidak usah, nanti mengganggu kakakmu!"
- Irfan : "Tidak apa-apa Ram, dari pada kita kebingungan."
- Rama : "kalau begitu baiklah. Aku setuju."
- Irfan : "Nah, itu Kak Mira, kak! Kak! Kak Mira!"
- Kak Mira : "Ada apa? Mengapa teriak-teriak?"
- Irfan : "Begini kak, kami mendapat tugas dari pak guru untuk membuat cangkokan pada tanaman. Namun, kami belum paham cara membuatnya."
- Kak Mira : "Pohon apa yang akan kalian cangkok?"
- Toni & Irfan : "Pohon jambu kak."
- Kak Mira : "Baiklah, kakak akan menjelaskan caranya. Begini mula-mula sediakan peralatan yang diperlukan seperti pisau, sabut kelapa, ijuk, plastik, tali dan tanah yang sudah digemburkan. Kemudian, siapkan satu batang tanaman yang memiliki ranting dan daun yang subur."
- Irfan : "Bagaimana kalau kita langsung mempraktekkannya, kak?"
- Kak Mira : "Itu lebih baik. Nah Irfan panjatlah pohon jambu untuk melihat batang yang cocok! Toni dan Rama akan menyiapkan bahan-bahannya."
- Irfan : "Ini kak. Dahannya tidak terlalu besar, daunnya pun banyak."
- Kak Mira : "ya. Potong kira-kira lima atau enam centimeter! Kemudian, kupas kulitnya. Biarkan sampai kering! Tempelkan tanah, lalu bungkus! Sekarang kalian sudah paham? Nah, kakak pergi dulu."
- Irfan, Toni, Rama : "Terimakasih kak!"

Oleh : Mei Ika. A.P IX D

RAIHLAH CINTA YANG HAKIKI

“REMAJA”, begitulah sebutan bagi anak SMP, seusia kita. Mungkin dunia remaja takkan jauh-jauh dari kata ‘cinta’C_I_N_T_A.

*A*pa cinta itu sendiri saya pun belum bisa memastikan definisinya. Tapi yang pasti, ‘cinta’ itu bisa dirasakan dengan hati, merebak ke jiwa dan merasuk kedalam sukma (ciieehhhh....). ‘cinta’ dapat menimbulkan rasa yang bermacam-macam dan sulit untuk dijelaskan. Bagi orang yang sedang “jatuh cinta”, ‘cinta’ itu sendiri akan mendominasi kehidupan mereka, pikiran mereka dan yang pasti... hati mereka.

Banyak sekali cerita-cerita remaja yang bertemakan ‘cinta’ bahkan bisa dibilang mungkin lebih dari 80%nya. Kisah-kisah di sekitar kita pun banyak sekali yang mengandung unsure “CINTA”, mulai dari yang “cintanya indah, bahagia karena perasaannya terbalas, ada yang cerita cintanya biasa-biasa saja, sampai ada juga yang depresi gara-gara sakit hati/ patah hati, lagi-lagi karena cinta” dan masih banyak lagi contoh-contoh yang lain.

‘Cinta’ itu... tidak pernah mengenal waktu, tempat, siapa, kenapa dan apapun itu. ‘cinta’ itu.. membingungkan, kadang indah, kadang menyakitkan, bisa bikin orang gila jadi waras, dan orang waras jadi gila.. (heheheheh :D)

Beberapa dari kita bahkan sangat mengobsesikan Cinta, sampai-sampai ada yang katanya “aku rela mati demi kamu!!!”, “apapun akan aku lakukan untuk kamu!!!”, dan ada juga yang bilang “aku akan bahagia jika kamu bahagia, meskipun kamu dengan arang lain!”. Eeehh,... abis bilang gitu besoknya udah jadi amnesia (hilang ingatan) alias GILA, bahkan ada juga lho yang sampai bunuh diri gara-gara patah hati.. (hiii...

serem ya?!) -tapi mereka itu bukan termasuk kamu-kamu kan??!! hihihiyahh, begitulah jika remaja sudah terjerumus ke ‘cinta’ yang nggak hakiki.

“CINTA”, jangan dijadikan obsesi, karena Cinta (jodoh) itu bersifat takdir. Jika kita menjadikan Cinta sebagai obsesi dan prioritas utama dalam kehidupan.. maka, segala yang kita cita-citakan akan segera buyar.

COBA DEH PIKIR!!!

“Seberapa berartinya sih ‘DIA’?”

Kenapa kita bisa begitu menginginkan “dia”?

Mengapa kita selalu memikirkan dan merindukan “dia”?

Mengapa kita sangat ingin memiliki “dia”?

Tak sadarkah kita, kalau disekeliling kita begitu banyak orang yang menyayangi dan membutuhkan kita. Dan yang pasti.. kita punya sesuatu yang nilainya jauuuuuuuuhhhh lebih berharga dari “dia”, seseatu yang begitu berharga itu adalah “keluarga” (orang tua kita, dan saudara-saudara kita).

Betapa bodohnya kita (kita opo aku yha???. kita wae weehh, gen enek kancane...heheheheh... peace^_V). bodohnya kita :

➤ Bagaimana bisa kalau kita dimintai tolong oleh orang tua kita, kita masih bisa banyak alasan, menunda-nunda, bahkan menolaknya dengan ringan, atau lebih parahnya lagi dengan membentak, padahal orang tua kita adalah “sesuatu yang sangat berharga”. Bagaimana tidak?! Merekalah yang merawat kita dari kecil,

membesarkan dan mendidik kita, mereka senantiasa menyayangi dan menjaga kita, dan masih melimpah lagi jasa-jasa mereka yang takkan sanggup kita balaskan. Kenapa kita masih bisa dan tak malu berbuat seperti itu kepada mereka?, dimana hati kita?, dimana terimakasih kita kepada mereka? Dimana rasa Cinta kita kepada mereka??.

➤ Sedangkan jika kita dimintai tolong oleh orang yang kita cintai (Si “dia”), maka dengan cepat kita melaksanakannya, bahkan dengan senang hati. Padahal, “dia” bukan siapa-siapa kita, apakah “dia” selalu ada disaat kita membutuhkan? Apa “dia” rela mengorbankan nyawanya demi kita?? Bahkan bisa dibilang, kita saja “baru” mengenal “dia”. Bukankah begitu tidak pantasnya kita berbuat seperti itu?!

BAGAIMANA AGAR TIDAK MENJADIKAN CINTA SEBAGAI OBSESI (tips yang semoga membantu)

1) Yang pertama : PERCAYALAH!! Bahwa suatu saat kita akan mendapat seseorang yang terbaik, entah itu siapa.. karena ALLAH pasti sudah menyiapkannya untuk kita, orang yang tepat untuk kita dan baik untuk kita. Jadi, kita tidak perlu terlalu meluap-luap ataupun berlebih-lebihan untuk mendapatkan orang yang kita cintai itu, karena belum tetapi juga kalau dia adalah orang yang terbaik untuk kita (jodoh kita).

Kalau dia memang jodoh kita, pasti ALLAH akan mendekatkannya kepada kita dan memudahkan kita untuk

bisa bersamanya, dan jikalau dia bukanlah jodoh kita, maka ALLAH akan menjauhkannya dari kita dan akan menggantinya dengan yang lebih baik. Dengan cara ini kita akan senantisa menjaga hati dan cinta kita sehingga kita tidak berlebih-lebihan dan memaksakan kehendak sendiri, karena kita telah memasrahkannya kepada ALLAH, dan percaya bahwa ALLAH telah menyiapkan yang terbaik bagi kita.

- 2) Yang kedua : SADARILAH!! Disekeliling kita banyak sekali orang yang menyayangi kita, bahkan lebih dari rasa sayang kita kepada "dia".
Orang-orang itu adalah :
 1. orangtua kita yang pastinya sayaaangg banget sama kita.
 2. saudara-saudara kita yang juga pasti sangat menyayangi kita.
 3. sahabat-sahabat dan teman-teman kita yang selalu ada disampig kita saat suka maupun duka.

Mereka lah orang orang yang selalu ada untuk kita. Kita nggak perlu takut kehilangan mereka, karena mereka bukanlah s e k e d a r 'cinta' yang bisa datang dan pergi begitu saja.

3. Yang ketiga : INGAT!! Cinta itu bukanlah segalagalanya, k a r e n a "sesungguhnya cinta didunia ini kepada sesama manusia hanyalah 'cinta sesaat'"

(Cara yang terakhir inilah bagian yang paling penting). Cintailah ALLAH (tuhanmu) lebih dari yang lainnya, dia adalah dzat yang maha agung. Yang rahman dan rahim, yang memberimu hidup dan yang selalu memberi yang terbaik untukmu. "sesungguhnya Dia-lah penciptmu yang menumbuhkan rasa 'cinta'dihatimu, dan karma Dia-lah Cinta yang hakiki akan tumbuh di hatimu" ialah Cinta yang membuatmu bahagia,Cinta yang membawamu dalam kedamaian , cinta yang tak menjerumusakmu kedalam kemaksiatan, cinta yang tak merusak hati, jiwa, pikiran serta raga kita.

Teman-teman remaja remaja yang sungguh sangat amat saya sayangi sekali..(lebay.. lebay...).. jangan sampai kita terjerumus kepada 'cinta sesaat', jangan mengobsesikan cinta, cinta itu adalah anugerah yang harus kita syukuri. Bila kita sedang merasakan 'cinta' kepada sesama manusia, ingatlah kepada sang pencipta, karena Dia-lah yang menumbuhkan rasa itu dihatimu, sehingga pada saat itu kamu

merasakan kebahagiaan serta keindahan di hari-harimu. Sedangkan jika engkau sedang dalam posisi dilemma atau sakit karena cinta, jangan kamu terlalu merenung-renungi dan terlarut dalam suasana itu, tetapi cepat-cepatlah:

^^ ingatlah tuhanmu! Selalu jalankan perintah-perintahnya, lakukan ibadah dan senantiasa dekatkan diri kepada-Nya, karena dengan begitu akan mampu menenangkan hatimu.

^^ ingatlah orangtuamu yang selalu ada disampingmu,yang selalu menyayangimu, jangan sampai patah semangat hanya karena cinta, itu akan mengecewakan orangtuamu, bangkitlah, semangat, kejarlah cita-citamu dan buat mereka bangga.

^^ingatlah saudara serta sahabat-sahabatmu, mereka akan dengan senang hati membantu, memberi dorongan dan masukkan serta mendengarkan curahan hatimu, hubungilah mereka, silaturahimlah dengan mereka.

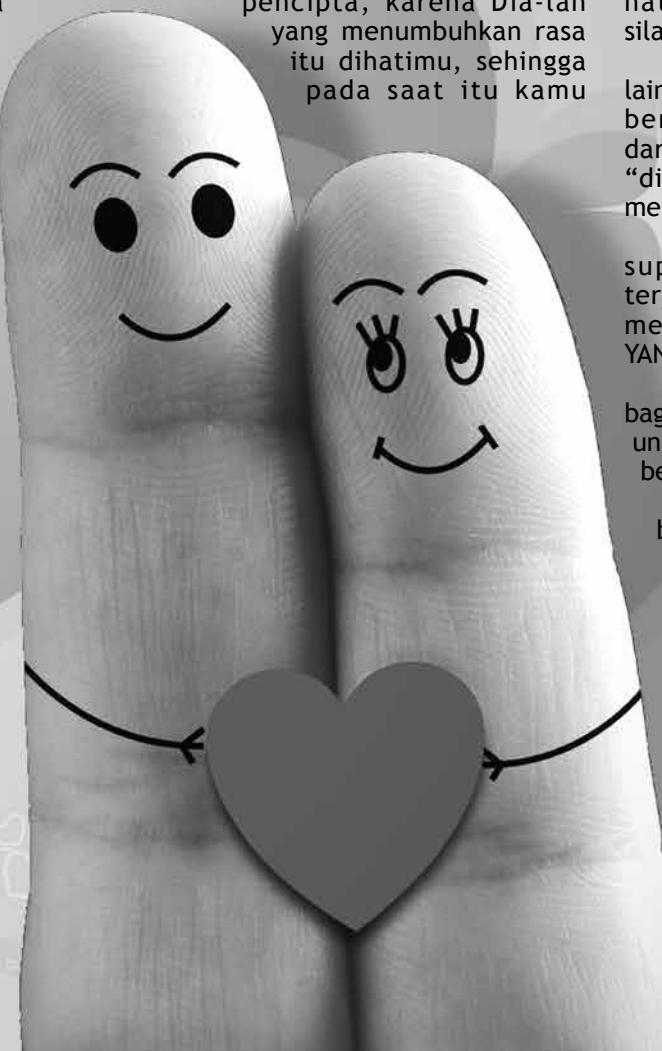
^^ carilah kegiatan-kegiatan lain yang bermanfaat (membaca, bersih-bersih,menulis ,dsb). daripada terus mengingat-ingat "dia", itu sama sekali takakan membantu.

Sekali lagi saya mengingatkan supaya jangan sampai kita terjerumus kedalam cinta yang menyesatkan, RAIHLAH CINTA YANG HAKIKI. ^_^

Semoga catatan ini bermanfaat bagi kita dan bisa membantu kita untuk meraih cinta yang sebenarnya (cinta yang hakiki).

Mungkin Dalam penulisan buku ini.. (jiaaahhh buku) artikel maksudnya.. masih banyak sekali kekurangan, namun gua yakin, kita pasti mampu mengambil sisi baik dari tulisan tersebut.Gua Zacky cabut, Bye...!

By : Zacky Vengeance
(VIIIG)

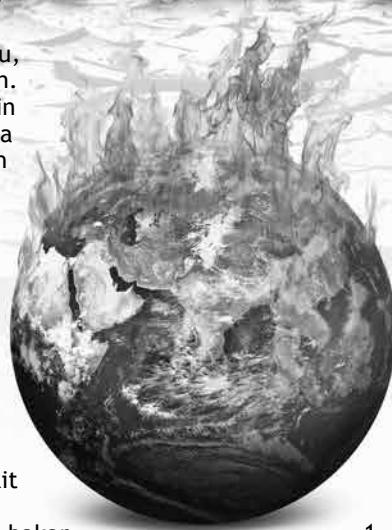


PEMANASAN GLOBAL

Iklim di Indonesia saat ini tidak menentu, antara musim kemarau dan musim penghujan. Hal ini juga terjadi pada negara-negara lain di dunia, mengapa demikian? Karena adanya perubahan lingkungan yang disebabkan oleh aktivitas manusia. Apa yang dimaksud dengan pemanasan global? Pemanasan global adalah istilah yang digunakan untuk menggambarkan peningkatan suhu rata-rata atmosfer bumi dan lautan secara bertahap, serta sebuah perubahan yang diyakini secara permanen mengubah iklim bumi.

A. Kegiatan manusia yang dapat menyebabkan pembebasan CO₂ ke atmosfer:

1. Pembakaran fosil sebagai pembangkit listrik.
2. Pembakaran gasoline sebagai bahan bakar alat transportasi.
3. Pembakaran sampah.
4. Penebangan liar (deforestation) dan disertai pembakaran hutan.
5. Penggunaan cfc (chlorofluorocarbons) dalam refrigerator (pendingin). Cfc akan bereaksi dengan O₃. Hal ini akan menyebabkan lapisan ozon semakin menipis atau berlubang-lubang, fungsi lapisan ozon adalah untuk melindungi bumi dari radiasi sinar ultraviolet yang dipancarkan langsung oleh matahari.
6. Emisi metana dari hewan, lahan pertanian dan dari dasar laut artik.
7. Meningkatnya penggunaan pupuk kimia dalam pertanian.



B. Dampak pemanasan global:

1. Temperatur bumi semakin tinggi dapat menyebabkan lebih banyak penguapan dan curah hujan secara keseluruhan.
2. Mencairnya glasier yang menyebabkan kadar air laut meningkat.
3. Hilangnya terumbu karang.
4. Kepunahan spesies yang semakin meluas.
5. Kegagalan panen besar-besaran karena perubahan iklim.
6. Penipisan lapisan ozon.

C. Usaha-usaha menanggulangi pemanasan global:

1. Menggunakan energi terbarukan dan mengurangi penggunaan batu bara, gasoline, kayu dan bahan bakar organik lainnya.
2. Meningkatkan efisiensi bahan bakar kendaraan
3. Mengurangi deforestation (penebangan liar)
4. Mengurangi penggunaan produk-produk yang mengandung chlorofluorocarbons (cfc) dengan menggunakan produk-produk yang ramah lingkungan.
5. Mendukung dan turut serta pada kegiatan penghijauan.

Penelitian dari Louisiana Tech University menemukan bahwa setiap pepohonan hijau dapat menangkap karbon yang cukup untuk mengimbangi emisi yang dihasilkan dari gas buang pengendara mobil selama setahun.

Sejarah Sekilas Tentang Taj Mahal

Taj mahal berlokasi diagram, Uttar Pradesh India bagian utara di tepi sungai Yumna. Taj Mahal ini bangun selama 22 Tahun (1631-1653) oleh Shah Jahan. Shah Jahan adalah maha raja kelima dari Dinasti Mughal India. Shah Jahan membangun makam bagi dirinya sendiri.

Taj Mahal ini berbahan dasar pulam hitam. Di dalam Taj Mahal itu ada marmer yang diukir begitu rumit bagaikan cadar. Begitu halus sehingga cahaya yang lewat bisa mengalir bagaikan air. Taj Mahal ini berhadapan dengan mamta-i-mahal.

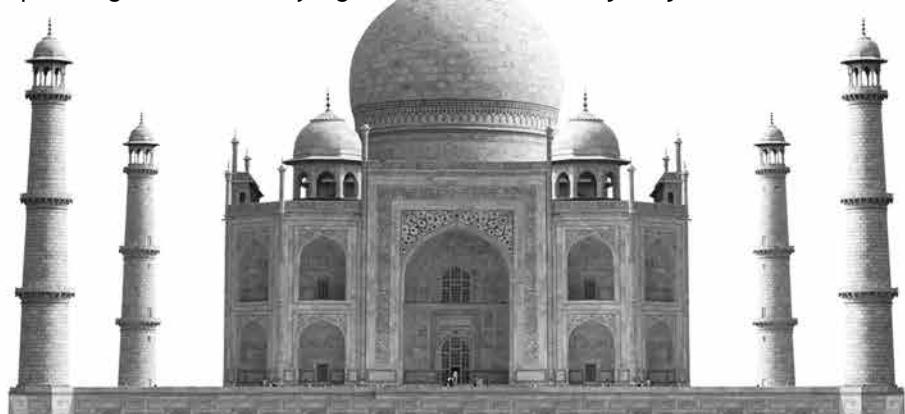
Tinggi bangunan Taj Mahal ini adalah 55 meter. Kubah Taj Mahal berdiameter 18 meter dengan tinggi 44

meter. Taj Mahal dirancang sedemikian rupa sehingga mencitrakan lima elemen yaitu surge, air, susu, madu dan anggur yang mengalir abadi.

Di dalam Taj mahal tercantum kaligrafi yang mencantumkan 15 surat Al-Qur'an. Pada tahun 1985 UNESCO menetapkan Taj Mahal sebagai tujuh keajaiban dunia. Beberapa pihak di Eropa mengatakan bahwa yang

mendesain Taj Mahal adalah seorang arsitek Italia yang bernama Gerohimo Veroneo.

Di saat hari Jum'at Taj Mahal dipakai untuk sholat Jum'at berjama'ah jika wisatawan itu orang muslim maka diperkenankan untuk menunaikan ibadah sholat jum'at berjama'ah di masjid Taj Mahal.





Untuk menuju sukses di masa depan, para pelajar berlomba-lomba belajar untuk mendapatkan nilai yang baik di sekolah.

Sesuai dengan pepatah "Belajar Merupakan Kunci Keberhasilan". Belajar adalah memahami, merasakan, mengetahui, mencari, menjelaskan, sehingga dengan belajar orang akan mengetahui segala yang belum diketahui.

Belajar pada umumnya dilakukan pada saat jam pelajaran sekolah. Namun, untuk mendapatkan cara belajar yang efektif, belajar dibutuhkan waktu yang banyak. Tidak di jam sekolah saja, belajar wajib dilakukan saat dirumah. Belajar yang sukses tergantung dengan cara belajar masing-masing orang, setiap orang memiliki cara belajar yang berbeda. Namun, sebagian orang memiliki cara kerja otak yang sama, sehingga cara belajarnya pun sama. Berikut beberapa tips cara belajar yang baik.

Niatkan dalam diri, berikan motivasi belajar terlebih dahulu. Yakin dan berikan semangat dalam hati. Bahwa, dengan belajar kita dapat mendapatkan nilai yang baik



di sekolah.

Mulai belajar dengan membaca terlebih dahulu. Setelah membaca, buat resume dari buku yang Anda baca. Membaca sambil menulis meningkatkan kinerja ingatan pada otak Anda.

Jika ada yang tidak dimengerti, jangan malu untuk bertanya. Dan jangan malu untuk menjawab pertanyaan dari orang lain. Belajar dari pertanyaan orang lain menambah pengetahuan Anda.

Hindari dari perbuatan mencontek. Kerjakan ujian dengan jawaban sendiri. Dengan begitu, Anda akan tahu, sisi mana yang belum diketahui, dan sisi mana yang harus dipelajari.

Belajar yang terlalu serius juga tidak baik untuk otak, beri jenjang waktu belajar dan refreshing. Bisa

juga dilakukan dengan belajar kelompok, belajar kelompok menjadi alternatif belajar yang efisien. Jika tidak ada yang dimengerti, Anda bisa bertanya langsung kepada teman belajar kelompok Anda.

Buat perencanaan waktu belajar yang baik. Misalnya, jika Anda bersekolah dari jam 7 sampai dengan jam 2 siang, berikan waktu 2 jam pada jam 7 malam sampai dengan jam 9 untuk mengulang pelajaran di sekolah.

Belajarlah dengan tekun, berlatih terus dengan berbagai soal pelajaran di sekolah.

Oleh :
Annisa Nur Safitri (IX G)



TIPS MENGEJAMBANGKAN SEMANGAT BELAJAR

- * Ciptakan suasana belajar yang nyaman\
 - * Aturlah waktu se efisien mungkin
 - * Belajarlah dengan santai, jangan terburu-buru
 - * Bacalah do'a sebelum belajar
 - * Pelajarilah dengan tekun pelajaran yang belum kamu mengerti
 - * Akhiri dengan membaca do'a/hamdallah
- Oleh : Avira Dwi Rahmah N. R / 9G

KESERUAN LOMBA TINGKAT 3 LAMONGAN

Tahun 2017 SMP N 1 Mantup berkesempatan mengikuti lomba tingkat 3 yang diadakan oleh kwarcab Lamongan. Kegiatan ini diadakan di bumi perkemahan Moronyamplung Kembangbaru pada tanggal 30-31 maret dan 1-2 april 2017. Lomba tingkat tahun ini diikuti 74 sekolah dengan jumlah peserta mencapai 1048 orang. Perwakilan dari SMPN 1 Mantup mengirimkan 1 regu putri yang beranggotakan ofi, dessy, arum, madania, amel, clarissa, rinda dan puput, serta 1 regu putra dengan anggota bay, hafis, rendy, risky, victor, shifa, rama, danbagas.

Hari pertama kami melakukan penjelajahan dari Mayangkara menuju Moronyamplung. Pemandangan yang sangat indah menyertai kami di sepanjang perjalanan sehingga rasa capek kami pun tidak terasa. Lomba-lomba teknik kepramukaan pun kami lalui dengan lancar. Sampai

di Moronyamplung kami langsung mendirikan tenda agar cepat bisa beristirahat. Saat upacara pembukaan, kami disuguhkan pesta kembang api yang indah oleh panitia. Sehingga rasa lelah seharian jelajah dapat terobati. Setelah acara selesai kami beristirahat sampai pagi.

Hari kedua pun tak kalah seru dengan hari pertama, pada hari itu diadakan lomba lukis, talitemali, madding, 3d, pidato dan puisi. Kami bersaing dengan regu-regu dari penjuru kabupaten lamongan. Seharian melakukan lomba membuat kami sangat lelah. Namun hal tak terduga terjadi pada malam hari itu. Hujan yang sangat lebat mengguyur di kawasan Moronyamplung dan sekitarnya. Mengharuskan kami membuat parit di sekitar tenda agar tidak banjir. Rasa dingin tidak kami pedulikan karena pramuka itu harus bermental baja, tidak manja dan tak mudah berputus-

asa. Kami pun beristirahat dengan kondisi yang dingin di malam itu.

Hari ketiga kami melakukan lomba cerdas cermat, sholat berjamaah, hasta karya dan penjernihan air. Meskipun lelah, kami lalui berbagai lomba dengan ceria. Malam harinya giliran dari SMPN 1 Mantup pmenampilkan tari jaran ngincik. Gerakan yang lemah gemulai dari penari membuat para penonton terpukau. Setelah itu kami pun beristirahat sampai pagi. Keesokan harinya kegiatan kami bakti social kepada masyarakat sekitar. Setelah upacara penutupan, pengumuman juara dilakukan oleh panitia. Perasaan kami berdebar ketika diumumkan sekolah mana yang jadi juara. Akhirnya sekolah MTsn Babat yang jadi juaranya. Perasaan kami sedikit kecewa karena tidak menjadi juara, tetapi kegiatan ini memberikan pengalaman yang berharga agar dapat tlebih baik di masa depan. ☺

AJANG KREATIFITAS

DENGAN LOMBA TINGKAT III REGI PENGALANG KWARCB LAMONGAN

KEMERUJUKAN GENERASI MUDA MANDIRI DAN INOVASI

TANAH AIR DAN PR





Try Out SD/MI di Smp Negeri 1 Mantup

Hai sobat Inspiro, apa kabar? Saya di sini akan menceritakan tentang pengalaman saya dan pengurus OSIS lainnya saat ikut membimbing pelaksanaan Try out SD yang diadakan di SMP N 1 Mantup pada tanggal 1 April 2017.

Suatu hari yang cerah, pengurus OSIS disuruh berangkat jam 06.30 WIB untuk membantu Bapak/Ibu Guru mempersiapkan pelaksanaan Try Out di SMP N 1 Mantup. Berbagai persiapan kami siapkan, mulai dari penataan ruang Try Out, Pensi, membersihkan lingkungan sekolah, serta mempersiapkan hadiah untuk undian kartu peserta Try Out tersebut.

Setelah semuanya selesai, beberapa siswa SD datang datang dengan wali murid masing-masing dan langsung mencari nama SD-nya

masing-masing yang telah dipersiapkan oleh pengurus OSIS yang bertujuan untuk mempercepat proses pembagian kartu peserta dan pencarian ruangan, dan setelah bel masuk berbunyi saat itulah pengurus OSIS mulai bekerja sesuai tugasnya masing-masing.

Tiap ruangan diawasi 1 guru pengawas dan saat siswa SD sedang mengerjakan soal Try Out, pengurus OSIS membagikan surat pernyataan untuk bersekolah di SMPN 1 Mantup. Dan setelah itu pengurus OSIS menyertorkan data yang telah didapat dari anak SD ke koperasi untuk ditukarkan dengan seragam yang telah dipersiapkan sejak kemarin. Lalu ada yang diberi tugas untuk mengambil konsumsi di ruang OSIS dan diletakkan di depan ruang Try Out masing-masing. Tiap ruangan minimal harus ada 3 pengurus OSIS;

Aktivitas

cukup lama menunggu akhirnya bel berbunyi. Satu per satu siswa SD keluar dari ruangan, dan kami membagi konsumsi untuk peserta Try Out.

Setelah tugas kami selesai, kami beristirahat sejenak lalu kami melakukan persiapan untuk pensi (pentas seni). Semua persiapan kami siapkan dengan dibantu kakak OSIS senior. Kami saling membantu satu sama lain. Ada banyak hiburan yang ditampilkan, seperti menyanyi, menari, dan lain-lain. Dan tak kalah pengisi acaranya pun cantik-cantik lho. Lalu seluruh anak SD disuruh berkumpul di lapangan untuk melihat pensi sambil menunggu hasil Try Out.

Semua siswa SD pun kelihatan sangat terhibur dengan diadakannya pensi tersebut. Dan begitu juga kami, para pengurus OSIS, juga senang jika semuanya senang.

Akhirnya kegiatan pensi yang kami adakan selesai dan berjalan dengan lancar. Dan saat itu juga Bapak/Ibu Guru telah selesai mengoreksi hasil Try Out tadi. Ternyata siswa yang berhasil meraih juara 1 adalah salah satu siswa dari SDN Mantup 1. Setelah diumumkan hasil Try Out tadi, semua siswa SD diperbolehkan pulang.

Seperti biasa, berhubung tempat yang telah kami pakai untuk kegiatan sangat kotor, maka pengurus OSIS harus membersihkannya. Setelah itu, pengurus OSIS pun mendapat konsumsi, dan diperbolehkan untuk pulang. Lalu kami berpamitan kepada Bapak/Ibu Guru. Hari yang sangat melelahkan sekaligus menyenangkan. Kami bangga menjadi anggota OSIS. Kami juga bisa melihat orang bahagia dengan kerja keras kita. Terima kasih.

Oleh: **Devia Rahma E. (VIII G)**





Mari Kita Mengenal Boga

Nugget Tempe



Bahan :

- 500 gr tempe kukus hingga empuk dan haluskan
- 200 gr daging ayam cincang halus
- 1 btr telur ayam
- Minyak goreng secukupnya
- 1 potong wortel diparut
- Daun seledri dipotong lembut

Bumbu yang dihaluskan :

- 4 siung bawang putih
- ½ sdt merica bubuk
- ½ sdt garam
- ½ sdt gula pasir

Bahan pencelup :

- Tepung roti
- Putih telur

Cara membuat :

1. Campurkan tempe yang sudah dihaluskan dengan ayam yang telah dicincang halus, tambahkan telur dan bumbu halus, daun seledri yang dipotong lembut dan juga wortel yang sudah diparut dengan parutan keju aduk hingga rata.
2. Ambil adonan dengan menggunakan sendok lalu bungkus seperti lontong dengan daun pisang, kemudian kukus dandang ± 15 menit.
3. Setelah nugget dingin potong-potong lalu bentuk.
4. Celupkan nugget yang sudah dibentuk ke dalam putih telur lalu gulingkan kedalam tepung roti.
5. Goreng nugget dalam minyak yang sudah panas hingga berwarna kuning kecoklatan kemudian angkat dan sajikan.

Oleh: *Youlanda (IX H)*

Cara Membuat Bubur Manado

Bahan :

- 200 gr beras
- 250 gr singkong. Potong kecil setebal 1 cm
- 100 gr bawang
- 1 buah jagung manis,pipil
- 1 batang serai, memarkan
- 3 liter air
- 1 ¼ masako

Cara membuat :

- Masukkan beras, serai, air dan masako. Nyalakan api aduk hingga mendidih
- Masukkan singkong, masak hingga empuk, tambahkan jagung aduk rata
- Masukkan bayam , masak hingga matang angkat dan sajikan selagi hangat

Oleh: *Fitri Purnama Aprilia (IX D)*



Cara Membuat Chawan Mushi

Bahan:

- 3 butir telur
- 1 ikat bayam, ambil bagian daunnya
- 2 buah jamur shitake, iris tipis melebar
- $\frac{1}{4}$ buah wortel, iris bentuk bunga
- 350 ml air
- $\frac{3}{4}$ bungkus masako

Cara membuat

- ❖ Campur air, telur, bayam, jamur shitake dan masako. Aduk sampai rata.
- ❖ Tuang adonan ke dalam cetakan / mangkok kecil. Tambahkan wortel dibagian atas adonan.



- ❖ Kukus dengan api sedang selama ± 20 menit angkat dan sajikan selagi hangat

Oleh: *Fitri Purnama S. (IX D)*

Krengsengan



Bahan :

- Daging kambing/ sapi $\frac{1}{4}$ kg
- Petis udang 2 sdm

Bumbu :

- | | |
|-----------------|--------|
| • Bawang merah | 3 sdm |
| • Bawang putih | 2 sdm |
| • Minyak goreng | 2 sdm |
| • Cabe rawet | 4 buah |
| • Merica | 1 sdt |
| • Kecap manis | 2 sdm |
| • Garam | 1 sdt |
| • Tomat | 2 buah |

Cara membuat:

1. Cuci daging, potong- potong sebesar dadu ($\pm 2 \times 2$)
2. Haluskan bumbu- bumbu, tambahkan petis
3. Campurkan bumbu-bumbu dengan daging, tumis dalam minyak
4. Tambahkan air secukupnya
5. Rebus daging sampai lunak dan masak
6. Hidangkan panas-panas dalam piring daging.

Oleh: *Risky Dea L. (VIII D)*

Opor Ayam

Bahan :

- 1 kg ayam
- 1 liter santan
- 2 ruas lengkuas, geprek
- 2 batang serai
- 3 lembar daun salam
- 2 ruas jahe
- 2 lembar daun jeruk
- Garam, gula dan minyak untuk menumis

Bumbu yang dihaluskan :

- $\frac{1}{4}$ sdt jinten
- $\frac{1}{4}$ butir pala
- 1 sdt merica
- 5 butir kemiri
- 2 ruas kunyit
- 8 butir bawang merah
- 5 siung bawang putih

Cara membuat:

1. Potong daging ayam kemudian cuci hingga bersih
2. Rendam potongan daging dengan bumbu halus, sampai meresap
3. Setelah itu, panaskan wajan dan tuang minyak, lalu masukkan lengkuas, jahe, daun salam, daun jeruk dan serai. Tumis sampai wangi. Masukkan daging biarkan sebentar.
4. Lalu tuang santan, gula, garam masak sampai daging empuk dan matang.
5. Sajikan opor dengan ketupat, lontong/nasi hangat.
6. Selesai.

Oleh: *Risky Dea L. (VIII D)*



Antara Cinta Dan Rahasia

Lambat laun terjalin sebuah hubungan diantara kita, dekat lalu akrab hingga bisa disebut sahabat. Ya ‘SAHABAT’ mungkin hanya kata itu yang bisa menggambarkan hubungan antara kita berdua.

Kenalin aku Nadia dan yang aku ceritain itu, sahabatku Reno. Yah... meski hanya 6 bulan bersahabat. Aku seperti merasakan sebuah perasaan yang lebih dari sekedar ‘SAHABAT’. Tapi rasaku ini hanya bisa aku pendam sendiri.

Setelah 1 bulan kita tak saling mengabari, aku tiba-tiba mendengar kabar bahwa dia telah menjalin hubungan dengan teman sekelasku sendiri, namanya Shinta. Ancur banget kan? Setelah sekian lama gk ada kabar tau tau udah pacaran sama temen sendiri. Temen sendiri loh!! Tapi entah kenapa, ditengah semua kekecewaan,

Malam itu hujan turun, menghias suasana nan sunyi. Saat itulah aku mengenalmu. Meski hanya dengan perantara jejaring sosial, kita yang beda kelas bisa jadi akrab.

kekesalan, kemarahan, dan lain sebagainya. Masih saja terselip rasa ingin tau yang mengusik hatiku. Akhirnya, detik itu juga lewat whatsapp aku tanya Reno, “cieee yang udah punya pacar”.

“Pacar? Aku gk punya pacar kok Nad.”

“Enggak boleh gitu, kasihan loh dianya gk dianggap”

“Iya deh, iya. Aku udah punya pacar”

“Shinta kan?”

“Iya Nad, tapi kamu jangan marah ya sama dia?”

“Hah?! Apa kamu bilang?!”

*Jangan marah? Emangnya
aku robot apa. Sakit woy
sakit.*

“Eh..? ngapain aku
marah? Btw selamat ya,
longlast sama Shinta”

“Iya nad makasih”

*Loh? Cuma gitu
doang? Gak ada*

*niat buat minta maaf atau apa
itu? Jahat banget sih. Hadeh...
kayaknya aku harus nyerah deh
buat dapetin dia.*

“Oh iya Ren, mulai sekarang
jauhin aku ya!”

“Loh kenapa?”

“Aku gak mau aja ada masalah
diantara kita!”

“Masalah? Masalah apa? Jelasin
yang benar dong Nad!”

“Gini loh Ren, kamu kan
udah ada dia, aku gak mau ada
perselisihan diantara kita. Apa
lagi aku sama Shinta itu teman
satu kelas.”

“Gak apa-apa kok Nad,
emangnya kenapa? Lagian dia kan
udah tau kalau kita itu sahabat”

“Udah deh Ren! Jangan
memperpanjang masalah”

“Yaudah kalau itu mau kamu
Nad”

“Iya Ren. Oh iya, aku mau
ngucapin makasih banget ke kamu

karena selama ini kamu udah ngesuport aku, ngebantuin aku waktu susah, nasihatin aku waktu salah, makasih Ren. Tapi kalau kamu butuh apa-apa kamu masih bisa hubungin aku kok. Siapa tau aja aku bisa bantu.”

“Tidak, terima kasih. Aku bisa selesaikan masalahku sendiri”

Setelah itu, entah kenapa, air mata tiba-tiba mengalir deras melintasi pipiku. Terus menemaniku hingga akupun terhanyut ke alam mimpi.

Berbulan-bulan berlalu. Entah sudah berapa lama, kulewati hari-hariku disekolah dengan penderitaan. Melihat Reno dan Shinta bermesraan, walau dengan berbincang-bincang saja sudah terasa seperti di neraka. Tapi aku tetap tersenyum, seperti tidak sedang terjadi apa-apa. Sampai pada akhirnya, aku tau bahwa mereka sedang punya masalah.

Hanya sebuah masalah kecil, Shinta terlalu over-protective dan sering menuduh Reno berselingkuh. Tapi masalah kecil itu kian lama kian membesar dan Reno pun akhirnya tidak tahan dengan sifat Shinta lalu memutuskan untuk mengakhiri hubungan mereka.

Saat itu juga, dalam hati aku langsung berkata, “RASAIN TUH”. Namun, entah karena di dorong oleh hati nurani atau karena kesadaranku sendiri aku memutuskan untuk menghubungi Reno. Menenangkannya dari semua

masalah yang sedang ia hadapi. Lalu, dengan sedikit keajaiban dari Tuhan kamipun menjadi seperti sebelumnya. Menjadi sepasang sahabat yang saling melengkapi satu sama lain. Dan perasaanku yang dulu telah ku kubur dalam-dalam sekarang mulai muncul kembali.

Waktu selama kurang lebih 1 bulan kulalui seperti mimpi yang menjadi kenyataan. Reno yang dulu, Reno yang selalu berada disisiku dalam suka maupun duka, kembali. Aku tidak bisa memikirkan hal yang lebih membahagiakan dari pada ini. Semua yang dia lakukan dan katakan pasti akan membuatku baper. Aku bahkan sempat berpikir bahwa dia telah mencintaiku.

Tak lama setelah itu, aku sadar bahwa diriku itu bodoh karena sudah mengharapkan hal yang tak mungkin terjadi. Hal itu kusadari saat aku mendengar kabar bahwa Reno masih punya teman perempuan lain. Dan yang akan ditembaknya itu dia, bukan aku. *“Ini terjadi lagi!”* jeritku dalam hati.

Ya Tuhan, kenapa? Kenapa hal ini harus terjadi lagi? Kenapa saat aku sedikit saja mengharapkan dia akan menjadi lebih dari sekedar sahabat, dia malah pergi meninggalkanku? Apa memang aku tidak ditakdirkan untuk itu? Apakah dia akan lebih baik jika hanya menjadi sahabat untukku?

Jika memang seperti itu, baiklah. Aku akan menyerah. Benar-benar menyerah. Tapi, perasaan ini tak akan aku buang. Perasaan ini akan tetap aku simpan rapat-rapat dalam hati. Perasaanku untukmu. Cowok yang **terlalu sakit untuk dicintai tetapi terlalu sayang untuk dilupakan.**

Oleh: **Alifqy 9G**

Di saat aku masih kecil dulu diajari ayah naik sepeda. Ayah mengajarku naik sepeda disaat ayah mendapatkan waktu luang. Saat hari Minggu ayah selalu mengajarku naik sepeda karena saat hari Minggu ayahku libur kerja. Dan disaat ayah merasa kalau aku sudah bisa naik sepeda ayah ingin melepas roda bantu yang ada disepedaku, tetapi ibuku tidak mengizinkan karena itu takut kalau putrinya jatuh, tetapi ayah yakin bahwa putrinya tidak akan jatuh dan akan terluka karena ada ayahnya yang mendampinginya.

Ayahku itu selalu memberikan apa yang aku inginkan. Bedanya dengan ibu, jika aku ingin sesuatu ibuku itu selalu memberikan janji saja. Tetapi jika aku meminta sesuatu langsung mengajakku pergi untuk membeli ice cream.

Disaat aku mulai meranjak remaja ayahku itu selalu mengkhawatirkanku. Jika aku pulang malam aku pasti selalu

Hai kawan namaku Karian Putri, biasa dipanggil Karin. Saat aku masih kecil dulu selalu dimanja orang tuaku, terutama ayahku. Ayahku itu ayah yang sangat baik di dunia. Ia selalu menyisihkan waktu untukku meskipun ia lelah karena habis bekerja. Ayahku itu selalu mementingkan diriku dari pada dirinya sendiri.

dimarahi ayahku. Ayahku itu sangat perhatian padaku. Dia memarahiku bukan berate dia tidak menyayangiku melainkan ia menginginkan yang terbaik untukku.

Saat aku terbaring sakit ayah dan ibuku itu sangat mengkhawatirkanku dan mereka sangat cemas karena putri mereka sedang sakit. Ayah dan ibuku sangat bingung harus bagaimana. Ayah dan ibuku segera membawaku ke dokter untuk memeriksa keadaanku. Saat dokter selesai memeriksa keadaanku dokter

memberitahu orangtuaku bahwa keadaanku baik-baik saja. Ayah dan ibukupun merasa lega dengan keadaanku bahwa keadaanku baik-baik saja. Ayah dan ibukupun merasa lega dengan keadaanku.

Setelah tiga hari keadaanku mulai membaik dan akupun ingin pergi ke sekolah karena sudah tiga hari aku tidak sekolah. Aku sangat rindu dengan temanku dan sekolahanku. Saat aku bersiap untuk pergi ke sekolah tiba-tiba ayahku memanggilku ibuku dan ayahku mengatakan pada ibuku bahwa dadanya terasa

Kenangan Terakhir Dari Ayah

sakit. Ibukupun bergegas untuk memanggil dokter. Tetapi pada saat ibuku ingin menutup pintu tiba-tiba aku mendengar suara ayah terjatuh dari kursi. Akupun segera menghampiri ayahku dan aku berteriak untuk meminta tolong.

Aku dan ibuku bingung Kenapa ayahku tiba-tiba begini. Ada tetanggaku yang mencariakan dokter terdekat dari rumahku tetapi dia tidak menemukan dokter satupun karena pada saat itu dokternya pulang ke rumah orangtuanya. Ada salah satu tetanggaku yang menyarankan untuk dibawa langsung ke rumah sakit.

Ibuku langsung menyetujuinya karena pada saat itu keadaan ayahku sangat darurat. Pada saat itu pun saudara ibuku bergegas untuk mencariakan mobil untuk membawa ayahku ke rumah sakit. Tetapi saudara ibuku tidak menemukan satupun mobil yang

dapat membawa ayahku kerumah sakit.

Aku sangat sedih melihat keadaan ayahku seperti itu. Ayahku terbaring lemah tak berdaya. Salah satu tetanggaku yang memeriksa denyut nadi ayahku, ternyata Tuhan sudah berkehendak lain, Tuhan telah mengambil ayahku. Ayahku telah meninggal dunia. Aku dan ibuku sangat shok mendengar pernyataan bahwa ayahku sudah tiada. Aku sangat terpukul atas kepergian ayahku.

Ayahku itu orang yang sangat aku sayang karena ayahlah aku bisa menjadi seorang anak yang kuat dan mandiri dalam menghadapi masalah apapun yang aku alami. Ayah adalah segalanya bagiku. Tetapi ayah sekarang sudah meninggalkanku selama-lamanya. Sudah tiada lagi ayah yang terbaik di dunia kecuali ayahku itu. Aku sangat menyayangi ayah tapi mengapa ayah meninggalkanku lebih cepat. Ayah aku sangat

sayang kepadamu dan aku sangat cinta kepadamu ayah.

Ayah jika sekarang kau tiada siapa yang akan memarahiku jika aku melakukan kesalahan dan siapa yang akan mengajarku naik sepeda motor nanti. Ayah kau segalanya bagiku.

Tapi sekarang kau sudah tiada, sudah tidak ada sosok ayah sepertimu lagi didalam hidupku. Mau tidak mau aku harus mengikhlaskan ayahku. Agar ayah bisa beristirahat dengan tenang untuk selamanya dan ayah akan aku do'akan semoga engkau diterima disisi Allah SWT. (amin)

Sebelum ayah meninggalkan aku dan ibu. Ayah memberikan apapun yang kumau dan memberiku kasih sayang yang lebih dari biasanya, begitu juga dengan ibu, mungkin ayahku sudah merasakan kalau ayah akan meninggalkan aku dan ibuku selama-lamanya.

Oleh :
Ayunda Sri Lestari (IX G)

HIDDEN

Chapter 1

Sinar matari pagi menyingsing disela-sela tirai yang sedikit terbuka. Tetesan embun pagi yang menghiasi dedaunan seakan membuat kita enggan untuk tidak menatapnya. Ditambah dengan kicauan burung-burung indah yang membuat pagi ini terasa sempurna. Tapi sepertinya semua itu masih belum cukup untuk bisa menghilangkan kekalutan hati seorang gadis yang sedang meringkuk dibalik selimutnya. Meratapi nasib yang memaksanya untuk terus menangis sepanjang malam. Meskipun dia tau bahwa yang dia tangisi adalah sebuah hal tidak berguna.

Lily namanya. Usianya 15 tahun. Seperti halnya nama itu, dia adalah sosok gadis SMA yang anggun, murah hati, dan perhatian. Dia selalu menghargai cinta, tapi sepertinya cinta membencinya. Karena setiap dia mencintai, dia selalu tersakiti.

Pagi itu dia bangun dengan mata sembab setelah tadi malam menangisi hal yang sebenarnya tidak perlu. Dia beranjak pergi dari tempat tidur sambil terhuyung-huyung. Mengambil seragam di lemari lantas menuju ke kamar mandi. Setelah selesai dengan kesibukannya di kamar, Lily pun turun kelantai satu. Seperti biasanya setelah turun dari kamarnya di lantai dua, dia langsung menuju ke meja makan. Lantas menyantap sarapan bersama ayah, ibu, Hana adiknya, dan Farhan kakak sepupunya. Setelah selesai sarapan, Lily pun berpamitan dengan kedua orang tuanya untuk pergi ke sekolah bersama sahabatnya Tania.

Karena letak sekolah itu tidak terlalu jauh, mereka biasanya berangkat sekolah dengan berjalan kaki. Seperti biasanya, perjalanan mereka kesekolah selalu diwarnai

dengan obrolan santai Lily dan Tania.

“ Pagi Lily, Tania!!! ” Dari kejauhan, tepatnya depan gerbang sekolah mereka melihat sosok tinggi berambut oranye pudar. Sosok yang sejak dulu menjadi penguasa di hati Lily. “ Pagi Ian ” ucap mereka bersamaan sembari mendekatinya. Mata birunya, senyum cerianya, dan rambut oranye pudarnya selalu membuat Lily terpesona. Dia seperti langit cerah.

“ Oh iya, bukannya kalian pacaran kok masih panggil nama sih ” ucap Lily memecah keheningan. “ Eh, apaan si Ly, malu tau ” “ Jangan salah sangka dulu Lily, kita tidak perlu ‘ panggilan sayang ’ hanya untuk membuktikan seberapa besarnya cinta kita kok. Hehehe ” ucapan Tania dan Ian yang bergantian tadi hanya bisa dibalas dengan senyuman. Senyuman yang mengandung sejuta rasa sakit.

“ Oh iya, aku mau ke toilet

dulu. Kalian langsung masuk kelas aja, gak papa kok ” ucap Lily saat dia menyadari ada sesuatu yang sudah tidak bisa ditahan akan segera keluar dari pelupuk matanya. “ Oh, yaudah kalo gitu kita ke kelas dulu ya Ly, dah ” “ iya Tania dah ”. Lily pun segera menuju ke toilet setelah melambaikan tangan ke arah kedua sahabat karibnya itu.

MEMORIES

Saat sampai didepan toilet, hal yang pertama kali dilakukan Lily adalah menangis. Kembali menangisi hal yang sebenarnya tidak perlu.

Mungkin sebagian dari kalian menganggapnya bodoh karena membiarkan orang yang dia cintai direbut oleh sahabat sendiri. Tapi apa yang harus dia lakukan? Lily itu anak yang pemalu. Jangankan untuk ngobrol panjang lebar dengannya, menyapanya duluan saja dia sudah grogi. Lalu bayangkan jika Lily ‘nembak’ Ian tapi dia malah ternyata menolaknya? Lily bahkan tidak mau membayangkan hal itu walau dalam mimpi sekalipun.

Mungkin juga sebagian dari kalian menganggap Tania itu sahabat yang jahat karena telah merebut orang yang dicintai sahabatnya sendiri. Tapi bagi Lily itu salah. Tania tidak tau dan tidak akan pernah tau perasaan ini. Cukup Lily dan Tuhan saja yang tau.

Lagi pula Tania itu sudah seperti saudara bagi Lily. Jadi Lily tentu saja tidak mau mengorbankan kebahagiaan Tania hanya untuk perasaan ini. Karena baginya, apa yang ingin dia sampaikan pada Ian hanya sebuah mimpi konyol. ‘Jika kau hanya mampu mencintai dalam diam maka bersiaplah untuk kehilangan’. Sepertinya kata-kata itu memang benar adanya.

Oh iya, mungkin sebagian dari kalian juga menganggap bahwa Lily tidak sungguh-sungguh dalam mencintai Ian. Tapi coba kalian pikir. Apa rasa sakit ini juga dampak dari sebuah kekaguman? Tidak bukan. Seperti yang sudah

dibilang di awal bahwa Lily selalu menghargai cinta, tapi sepertinya cinta membencinya. Karena setiap dia mencintai, dia selalu tersakiti.

“Cinta itu memang diciptakan untuk menyakiti. Dasar bodoh”. Prasangka Lily bahwa hanya ada dirinya di wilayah kantin dan toilet seketika hancur saat tiba-tiba ada suara berat mengagetkannya. Lily pun menoleh. Sempat dipandangnya siluet hitam dari bola mata sang pemuda. Sepertinya ada yang aneh dari cowok itu. Rambutnya, cara berjalananya, auranya, semua terlihat familiar bagi Lily. Hanya bola mata hitam itu saja yang terlihat asing baginya.

Akan tetapi, firasat aneh tersebut dengan mudahnya diabaikan oleh Lily saat dia menyadari satu hal menarik. Dia lalu tersenyum.

‘Dia mungkin benar,’ pikirnya.

Ya, cowok itu mungkin benar bahwa cinta itu memang diciptakan untuk menyakiti. Jadi kalau kau tak mau tersakiti, kau harus membuang semua cinta yang ada. Oleh karena itu, untuk yang kesekian kalinya Lily akan mencoba untuk melupakan Ian lagi. Meskipun dia tau usaha ini sulit untuk berhasil, tapi dia akan tetap mencobanya. Yah... setidaknya ini lebih baik daripada hanya menangis di toilet sambil meratapi kebodohnya sendiri.

Tak lama kemudian bel masuk berbunyi seiring dengan aktivitas Lily membersihkan bekas tangisannya tadi. Setelah itu dia pun meninggalkan toilet menuju ke ruang kelas. Mengkor dibelakang cowok misterius tadi.

Oleh: *Lisa*





PENYEMANGATKU

Hanya denganmu ku bisa tertawa dan berbagi kisah. Kamu adalah penyemangatku. Kamu kebahagiaanku. Kamu adalah takdir Tuhan terindah yang pernah aku lihat. Bersamamu aku merasakan kebahagiaan yang tersendiri. Aku merasa nyaman ketika didekatmu. Hari-hariku sepi tanpamu. Bahagiamu, itulah kebahagiaanku.

Hai namaku Lisa dan dia Andi. Pagi yang cerah senyuman yang terindah, sapaan yang membuat kelengkapan di pagi hari. Andi dia anak kelas 9. Dia kakak kelasku. Dia baik, penolong, murah senyum, tinggi meski dia agak item. Rumah kak Andi gak terlalu jauh dari rumahku hanya terlewatt satu rumah. Setiap berangkat sekolah, dia selalu lewat didepan rumahku. Hal yang paling aku senangi dia menyapaku dengan senyuman. Hatiku bergetar tak karuan.

Pulang sekolah, bel sekolah berbunyi. Namun saat itu hujan. Aku melihat kak Andi yang lagi menunggu hujan segera reda. Aku menghampirinya, aku membawa payung. Aku menawari dia untuk

ikut pulang bersamaku. Aku berharap kak Andi mau dan aku juga berharap agar hujan tetap turun dengan deras. Dan akhirnya kak Andi mau pulang bersamaku. Sepanjang jalan kita ngomong-ngomong sambil bercanda. Dalam hati mimpi apa ya aku semalem bisa pulang bareng kak Andi.

Keesokan harinya adalah pengumuman kelulusan kelas 9, alhamdulillah kak Andi lulus. Aku menghampirinya aku juga mengucapkan selamat, namun disisi lain aku merasa sedih. Karena aku gak akan bisa ketemu lagi sama kak Andi. Meski setiap berangkat sekolah selalu lewat di depan rumahku tapi rasanya berbeda gak seperti bertemu di

sekolah. Penyemangatku hilang, tapi aku tak menyerah aku tetap berusaha dan berdo'a.

9 bulan berlalu, hari hari yang paling aku tunggu-tunggu untuk mengetahui kelulusanku. Aku berharap aku lulus dengan nilai terbaik dan masuk SMA yang aku inginkan. Alhamdulillah dan akhirnya aku lulus meski aku mendapat ranking 3 tapi setidaknya alu sudah berusaha jadi yang terbaik.

Aku daftar ke SMAN 1 Bogor. Tak sangka aku di terima masuk ke SMAN 1 Bogor. Aku merasa bangga, bahagia bisa masuk ke SMA yang menjadi impianku. Aku mulai berkenalan dengan teman baruku. Tiba-tiba ada seseorang cowok yang menghampiriku dan ternyata itu kak Andi. Kak Andi menyapaku dan mengucapkan selamat kepadaku. Dia mengajakku ke kantin. Tuhan terima kasih atas semuanya aku merasa bahagia.

By: Nur Cholilla DT./ IXG



Lima Nada

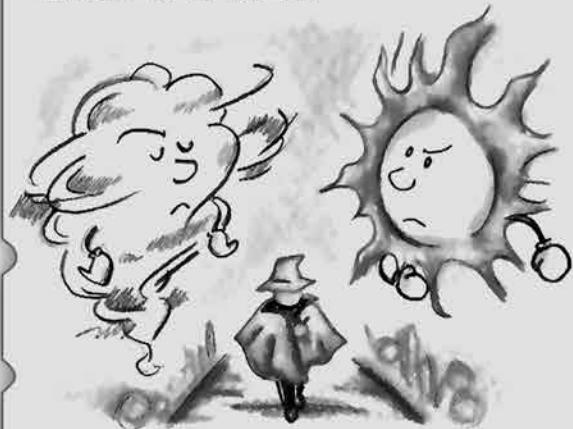
Tari memandang 4 orang gadis dihadapannya. Mereka adalah sahabatnya sejak 3 tahun yang lalu, saat pertama kali ia memakai baju putih biru, ia bertemu dengan Ismi, Aya, Tiana, dan Asa. Dengan perkenalan singkat mereka memutuskan untuk menjalin persahabatan.

Dan saat ini, mereka sedang menikmati langit sore diatas bukit. "Huhh" hembusan nafas tari memecah keheningan. "Ada apa Tar?" Tanya Tiana. Gadis yang sifatnya paling dewasa diantara teman-temannya. "Apa nggak ada yang mau kalian omongin dari tadi diem aja" Jawab Tari. "Aku bingung mau ngomong apa, hasil ujian kan udah keluar dan alhamdulillah kita semua lulus. Tapi, sekarang yang jadi masalahnya kita bakalan pisah dan beda sekolah. Iya kan?" Kata Asa. Gadis yang paling dewasa diantara kelimanya. "Hiks hiks" isakan itu berasal dari Aya. Gadis yang selalu tak bisa mengontrol air mata atau bisa dibilang cengeng. "Lho kok kamu nangis sih Ay?" Tanya Ismi. "Aku Cuma nggak siap aja buat pisah sama kalian." Jawab Aya. "Yaelah Ay, kita tuh cuma beda sekolah doang, kita tetep sahabatan kok" Kata Ismi. "Bener kata ismi Ay, walaupun kita beda sekolah, kita ini tetep sahabat." Kata Tari. "Udah Ay, hapus air matanya dong," kata Ismi. Gadis yang hampir tidak pernah meneteskan air mata didepan teman-temannya. "Eh, jangan sedih-sedihan dong, gimana kalo kita nyanyi aja," ajak Tiana. Ia mulai memetik senar gitarnya. Menghasilkan nada-nada yang indah. Seindah persahabat yang mereka jalin.

Langit sore menjadi saksi tentang janji persahabatan mereka. Janji yang tak terucap, tapi tertulis abadi dihati mereka. Seperti nada-nada yang merangkai sebuah lagu yang indah. Tari, Ismi, Aya, Tiana, dan Asa. Akan selalu bersama. Selamanya..

Oleh: Putri Melani (IX G)

ANGIN UTARA DAN MATAHARI



Dada zaman dahulu angin utara bertengkar dengan matahari. "Aku jauh lebih kuat daripada kamu. Aku dapat meniup dan menghancurkan seluruh kota," kata angin utara dengan bangga. "memang kamu bisa, tapi aku tetap lebih kuat daripada kamu," balas matahari. Mereka berdua setuju untuk bertanding. Ada seorang pria sedang berjalan-jalan. Matahari dan angin utara sepakat bahwa siapa yang dapat membuat orang itu melepaskan bajunya, dia yang terkuat. Pertama adalah giliran angin utara. Ia meniup keras. Si pelancong menjadi sangat kedinginan. Ia merapatkan bajunya erat-erat ketubuhnya. Akhirnya, angin utara menyerah.

Lalu matahari keluar dan bersinar terik kearah orang yang malang itu "aneh sekali", gumam orang itu dengan heran. "Belum lama tadi rasanya dingin sekali, tiba-tiba sekarang sangat panas."

Sesampainya di kolam terdekat pria itu membuka bajunya dan berendam di air. Matahari menang dan berkata pada angin utara, "ini pelajaran buatmu supaya jangan sombong dengan kekuatanmu."

Oleh : Nisa Rahma (VII G)



Berusahalah Dengan Keras Agar Idola Anda Menjadi Rival Anda

Grup Band strawberry telah selesai konser. Bita menghampiri Altar. Vokalis band itu sambil memberikan red velvet cake yang ditaburi oleh strawberry yang melambangkan rasa fansnya pada Altar. "Wahh enak ya si Altar dapat red velvet cake dari Bita, betapa berdebarnya jantung Altar, sembari firman teman Altar. Kemudian si Altar menerima, Bita pun merasa senang karena kuenya diterima si Altar."

Setelah grup band strawberry kembali ke ruangannya. Bita dan Ciya pun pulang hari sudah petang, tidak lama kemudian mereka sampai di apartement, Bita bercerita pada Ciya bahwa Ravi teman SMA nya dulu ingin ditonjok.

"Jadi kemarin Ravi ngajak rebut ta?". Tanya Ciya membaca majalah di atas ranjang Bita. "iya, nyakin pokoknya. Apalagi pas kata-kata yang gini, kamu masih gak bisa bedain ya mana mimpi mana kenyataan. Gitu masa Bita meniru gaya Ravi yang minta ditonjok. Dia masih sibuk mencari buku William Dunn tentang kebijakan public di rak-rak buku yang sudah penuh dipojok kamarnya. Sementara Ciya masih enak-enakan berkitat dengan majalah favoritnya.

Setelah menemukan buku yang dicari, Bita kembali ke komputernya. Di layar monitor terdapat 4 tab (facebook, twitter, blog dan Youtube), tadinya ia ingin membaca ulang buku William Dunn tersebut. Namun tidak jadi setelah dia melihat ada pemberitahuan baru di akun facebook dan twitter Bita.

Kemudian Altar menerima permintaan pertemanan Bita. Bita menyimpan rasa terkejutnya itu, lalu memeriksa pemberitahuan di twitter. Teriakan Bita memekakkan teling Ciya. Gadis itu senang sekali. Akhirnya Altar merespon akun media sosialnya. Ciya bangkit dari ranjangnya dan mendekati layar monitor, mulutnya menganga setelah Bita menunjukkan buktinya.

Kursor Bita menunjuk tepat pada sebuah status "Bekerjalah dengan keras supaya idola anda menjadi rival anda". Kemudian Ciya memeriksa facebook idolanya itu. Bita menyingkir membiarkan Ciya menempati kursi itu. Dia lagi berbahagia saat ini.

Ini special, belum pernah ada yang segitunya terhadap Altar. Dari pandangan Om Ham dia menganggap bahwa sikap Bita wajar. Namun gadis itu memiliki daya tarik tersendiri. Seperti ada sesuatu akan menyajukkan buat Altar. Om Ham tentu mengharapkan yang terbaik untuk semua personil strawberry band.

Mungkin pada Bita, Altar mau membuka pintu hatinya pelan-pelan.

Oleh : @ptrdwii (9G)

SEMUT DAN KEPOMPONG



Seekor kepompong sedang menangis dan bersedih meratapi keadaan. Karena diterjang badai dan tak ada tempat untuk berlindung. Kemudian, muncullah seekor semut sombang berkata "Hai kepompong, lihatlah aku, aku terlindung dari badai kemarin, tidak seperti kau yang hanya menempel di pohon tumbang dan tidak bisa berlindung dari badai," kata sang semut dengan sombongnya.

Sampai pada suatu hari, si semut berjalan di atas lumpur hidup. "Tolong . . . Tolong . . . aku terjebak di lumpur hidup . . . tolong," teriak semut. Lalu terdengar suara dari atas, "Sepertinya kamu sedang kesulitan ya semut?" "siapa kau?" tanya si semut galau. "aku adalah kepompong yang waktu itu kau hina," jawab si kupu-kupu. Semut merasa malu sekali dan minta bantuan si kupu-kupu untuk menolong dia dari lumpur yang menghisapnya "tolong aku kupu-kupu, aku minta maaf waktu itu aku sangat sombong sekali" si kupu-kupu akhirnya menolong si semut.

Oleh :

Rindi Fatikhah / VII G

Keluarga Besar SMPN 1 Mantup mengucapkan:

سَلَامٌٰ مُنْهَنِدٰكَانْ عَلَيْكُمْ حَمْدُ اللَّٰهِ

Kepada:



Bapak
Hengki Sudijono
beserta istri



Ibu
Umu Sa'adah
beserta suami



Bapak
Ja'far Shodiq S.Ag.
beserta ayah mertua

Semoga semua bisa berjalan dengan baik, lancar dan selamat, sejak persiapan, keberangkatan, pelaksanaan ibadah di Tanah Suci hingga kepulangan ke tanah air, baik untuk yang melaksanakan ibadah maupun keluarga di rumah. Semoga semua ibadah diterima Allah SWT. dan menjadi haji mabruur.

Dan semoga semua keluarga besar SMPN 1 Mantup berkesempatan ke baitullah. Aamiin yaa rabbal 'alamaiin.
Labbaika Allaahumma labbaika labaika laasyari'ikalaka
labbaik innal hamda wan'i'mata laka walmulk
laasyari'ika laka labbaik

Putih Biru

Kujelahi sejarah masa lalu
 Kuputar rekaman masa lalu
 Menghadirkan kembali masa itu, masa putih biru
 Walau terombak waktu potret, wajahmu
 melintas
 Tiga tahun sudah aku disini
 Berperang dengan secerik kertas dan pena
 Dahulu, ku anggap surge ini bagaikan neraka
 Neraka yang berisikan kumpulan bahkan ribuan
 Manusia yang nampak rishi dengan atribut itu
 Atribut masa orientasi siswa sekolahku
 Jelas, tak da setupun dari ribuan manusia
 Hanya ada butir lelah dan canggung
 Yang menggambarkan saat itu
 Tuhan, kini aku sadar Nerakamu berganti Surga
 Surge yang begitu indah, tiada tandingnya
 Baju putih dan rok biru ini...
 Sebentar lagi akan terlepas dari tubuhku, dan
 Berganti baju putih dan rok abu-abu
 Tuhan, mengapa kau percepat semua ini?
 Bisakah kau tunda ini?
 Aku belum siap menerima ini
 Harus berpisah dengan putih biruku
 Tapi, tak apa karna...
 Kita bertemu karena keinginan
 Dan berpisah karena cita-cita.

Oleh : Nabila K U (IX G)

Sebelum Nyawa Terlepas Dari Raga

Ketika tahta menguasai jiwa
 Ketika mimpi tak beralas hati
 nurani
 Tak peduli apa kata mereka
 Bahkan Tuhanpun dianggap tiada
 Saat logika berpikir nafas tak
 berakhir
 Saat jiwa merasa menang takkan
 ada lawan
 Sadarlah wahai jiwa yang dzolim
 Kemenangan yang kau rasa
 sebenarnya adalah kekalahan

Surga yang kau rasa didunia
 Sesungguhnya jalanmu ke neraka
 Segeralah bersujud untuk
 memohon ampunannya
 Sebelum nyawamu terlepas dari
 ragamu
 Takkan cukup bagimu tertulis
 berita
 Kematian fir'aun yang melegenda

Oleh : ASL (9G)

Ombak Pantai Berlarian

Lihatlah kawan...
 Ombak pantai mulai berlarian
 Saling mengejar satu sama lain
 Begitu hidup dan indah
 pemandangan ini
 Dalamnya samudra tentu
 Memiliki berjuta mutiara
 Betapa rusaknya keserakahan kita
 Mencari sesuap nasi dengan cara keji
 Pantai yang dulu indah kini kian terkotori
 Apakah kita hanya bisa berdiam
 Dam menbiarkan omak-ombak itu
 Menjadi boomerang
 Sementara itu sampah dan kotoran
 kotoran bertebaran di pinggir pantai?

Oleh: Hesty 9G

"BENCANA ALAM"

Hentakan itu begitu kencang
 Dari dalam bumi yang mengguncang
 Hingga menewaskan banyak korban
 Hanya dalam hitungan detik
 Kau mengombang-ambingkan
 Bumi dan isinya ...
 Semua bangunan porak-poranda
 Tak terhingga beberapa puluh juta
 Kerugiannya ...
 Semua manusia sengsara dibuatnya
 Tapi ...
 Itu juga karena ulah manusia
 Sungguh besar dan dahsyatnya
 Karya sang maha kuasa
 Hingga kita tak dapat
 Menolaknya ...

Oleh : Fitri Purnama S. (IX D)

Pergi

KALA KU INGAT KENANGAN KITA
SUKA DUKA KITA BERSAMA
HADAPI SEMUA MASALAH YANG ADA
TENTANG CERITA KITA
PENUH KENANGAN INDAH
NAMUN, KINI KAU PERGI
HLANG BAGAI PELANGI
YANG TAK TAHU KAPAN KEMBALI
KU KAN TETAP DISINI
MENANTI HINGGA KAU KEMBALI
KU HARAP BUKAN JANJI YANG KAU BERI
NAMUN BUKTI BILA ENGKAU KEMBALI
TERUSKAN CERITA HINGGA AKHIR NANTI

Oleh : Grendis Marzha VII G

Seorang Ibu Muda

Seorang ibu muda dengan anak kecil
 Yang ada di gendongnya
 Menjinjing keranjang berisi mangga-mangga yang muda
 Arang dinyalakan
 Kipas dialunkan
 Mangga-mangga muda dimakan
 Anak kecil itu menangis
 Ibu ... bapak mana?
 Tidak ada yang menjawab
 Tangan kiri mengipas nyala arang
 Tangan kanan menepuk-nepuk bokongnya
 Anak kecil itu
 Anak kecil itu tertidur pulas
 Ibu muda itu terpercik nyala arang

Oleh : Dea Celsa Eka Yeni _ 8G

Pengorbanan Untuk Negeri

Beribu Pulau Kau Miliki
Sungguh Megah Negeri Jni
Gagah Dengan Samurai
Tangguh Mempertahankan Negeri
Tak Peduli Resiko Dihadapi
Nyawa Menjadi Taruhan
Sungguh Besar Pengorbanan
Tujuan Mereka Satu
Tuk Merah Putih Tercinta
Indonesia Damai dan Merdeka

Oleh : Wanda Nur I. 8G

Surat Kecilku Untuk Bunda

KUTULIS SEMUA KATA-KATA
HANYA UNTUK BUNDAKU TERCINTA
TIAP MALAM KU KIRIMKAN DO'A
SEMOGA ENGKAU TENANG DI ALAM
SURGA
DALAM GELAPNYA MALAM
KU MENJERIT TANPA SUARA
MENANGISPIN TANPA AIR MATA
ADAKAH CARA YANG KUTEMUI
UNTUKKU BERSAMA DENGANMU LAGI
KU AKHIRI CERITA INI
DENGAN SURAT KECILKU YANG TAK
BERMAKNA INI

Oleh : Marshanda Dwi (8G)

Senyum Mentari

Senyumannya redupkan mentari
Mengembang cantik berseri
Indah kupandangi
Tak bosan kumenanti
Senyumannya terlukis kembali
Andai,
Setiap waktu kulihat senyumannya
berseri
Tapi,
Bagai mentari berganti rembulan
Harapanku hilang dalam kegelapan
Oleh: Fauzyah Zucha P.Z (VIII G)

KEHIDUPAN

Emas permata tiada arti
Bila berguna hanya untuk memaki
Semua perbuatan yang telah dibuat
Hanyalah sesuatu yang sia-sia
Mengingat awan putih
Ingin perkataan yang telah bebas . . .
Bekal baik kita tidak lepas
Mengejar terus tiada arah . . .
Akal pikiran tidak bekerja
Mencoba untuk mengerti suatu kata
Masalah yang terus datang . . .
Hidup hanyalah sementara . . .
Tiada guna menyesalinya
Banyak manusia yang telah lupa . . .
Pada tujuan akhiratnya . . .
Oleh : NOVEL 7G

Ramadhan

Oh Ramadhan
Bulan yang penuh tantangan
Yang dihadapi umat Islam
Di seluruh pelosok jagad raya
Bulan yang penuh berkah
Ramadhan oh Ramadhan
Tak lama kemudian
Umat muslim mencapai
Kemenangan
Saling maaf-maafan
Tua muda besar kecil
Tlah berkumpul menjadi satu
Orang-orang datang silih berganti
Hanya untuk meminta maaf
Oleh : Rizky Dea (VIII D)

Untukmu Ayah

Di keheningan malam
Dating setitik harapan
Untuk menyambut jiwamu datang
Sedikit harapan agar engkau kembali pulang
Hanya sepenggal kata yang bias kutanamkan
Duduk sedeku
Tangan meminta
Mulut bergoyang jatuh air mata
Tapi apalah daya
Semua harapanku hilanglah sirna
Harna kau tidak tiada
Ayahku tercinta

Oleh : Ayunda S.L (9G)

PURNAMA

SUNYI MELANDA MALAM
GELAP MATA MEMNDANG
NAMUN DIA
DATANG SINARI GELAP MALAM
DENGAN KEDAMAIAN YANG
LANTANG
RIBUAN BINTANG TURUT
BERBINAR
IKUTI PURNAMA SANG
PANGERAN PIJAR
SUNGGUH KUTERPAKU
OLEH INDAH CIPTAAN-MU

Oleh : Renata Deswara (8G)

TAMAN BUNGAKU

Bila kutatap engkau
Hatiku sangat senang
Rupamu cantik
Warnamu amat menarik

Oh... taman bungaku
Berserilah sepanjang waktu
Jangan pernah lalu
Jangan lupa bersedu
Oh... angin dari segala penjuru
Jangan kau sapu taman bungaku
Biarlah taman bungaku
Menebar keindahan menebar harum

Oleh : Hilda Eva A. (8G)

Merpati Putihku

Oh.. sungguh anggunnya engkau
merpati putihku
Warnamu putih bagi makhluk
suci mulia
Wajahmu elok bagaikan ratu
unggas
Jika engkau terbang engkau
bagaikan bidadari
Sungguh cantik rupamu
Ingin selalu aku bersamamu
seumur hidupku
Tapi aku harus melepasmu
Ke alam bebas tempat tinggalmu

Oleh : Amanda (9D)

BINTANG BERTAHAN

Malam itu hujan telah datang
Awan menggelap
Satu bintang tetap bertahan
Dia bersinar sendiri
Meski tak ada bintang yang lain
Tapi dia tetap bertahan
Tak temani bulan
Meski bulan tak terlihat
Tapi dia tetap bertahan dan bertahan
Seperti halnya kamu
Yang selalu bertahan
Menemani hari-hariku

Oleh : @ptrdwii_

Buku

Lembar demi lembar
Tak terasa terlewati
Menambah pengetahuanku
Yang selama ini ku tak tahu
Buku adalah guruku
Tanpa sengaja membuatku maju
Buku adalah kawanku
Yang setia membantuku
Setiap saat setiap waktu

Oleh : Indri Agustina R (9G)

Pergi liburan ke Jakarta
Pergi bersama keluarga saya
Jika ingin sekolah Adiwiyata
Buanglah sampah pada tempatnya

Jalan-jalan ke kota Delhi
Tidak lupa membeli roti
Mari kita suka memberi
Karena itu perbuatan terpuji

Oleh : *Ema L. A. / VII G*

Alam yang subur hampir mati
Zaman terlihat mengabaikan ini
Hati manusia keras bagaikan besi
Melambung jauh di atas kerusakan bumi

Cintai alam kehidupanmu
Agar tidak menjadi kacau
Lakukanlah atas keinginanmu
Tanpa batas waktu tertentu

Oleh : *Dela In Setyawati / VII G*

Di hutan ada anak kancil
Anak kancil berlari cepat
Jika nanti ingin berhasil
Belajarlah dengan giat

Jalan-jalan ke pasar
Pergi lagi ke tempat gadai
Mari kita rajin belajar
Rajin belajar supaya pandai

Oleh : *Putri Riski Ayunda (VII F)*

Semangka, diiris lima
Gak nyangka, kowe kok tego

Tuku areng, mampir tuku kara
Kadang seneng, lali karo konco

Oleh : *Grendis Marzha VIII G*

Tuku kaca nang Lamongan
Ayo kanca seng resikan

Tuku arit lumpatan pager
Dadi murid sing sabar lan pinter

Oleh : *Dea Celsa Eka Yeni_8G*

Ada anak membeli ikan
Beli sumsum dan gorengan
Pertama-tama aku ucapan
Assalamualaikum untuk semuanya

Ada lala ada lalu
Mau ke toko ternyata tutup
Aku ucapan sukses selalu
Untuk SMP Negeri 1 Mantup

Oleh : *Miagasela A. R/VII F*

Beli buku di kota Jogja
Jangan lupa untuk dibaca
Jangan durhaka pada orang tua
Jika ingin masuk surga

Buah mangga buah pepaya
Belinya di Surabaya
Kepala sekolah SNESSMA
Ya . . . pak Hengki namanya

Oleh : *Dawim Matus Solehah IX D*

Jalan-jalan naik becak ke Malang
Disana makan buah rambutan
Kalau kita rajin sembahyang
Pasti kita disayang Tuhan

Pergi ke pasar naik ojek
Pulangnya beli sayuran
Janganlah kita suka mengejek
Agar kita banyak teman

Oleh : *Alfi Ainur R. (VII G)*

Anak ayam belajar berkukok
Meniru suara ayam jantan
Anak kecil jangan merokok
Kalau merokok pasti penyakitan

Disana gunung di sini gunung
Ditengah tengah gunung rajabasa
Kesana bingung kesitu bingung
Lebih baik kesekolah aja

Oleh : *Silvia Zety F. (7G)*

Nonton sinetron judulnya mama
Sambil makan kue selasih
Kita bangga jadi siswa snesma
Karena lingkungannya sangat bersih

Ambil kayu di pinggir jalan
Berjalaninya dengan pelan-pelan
Agar sampai di tujuan
Berdo'alah sepanjang jalan

Oleh : *Ellynda Zahwa M.R. (7F)*

De meja ada dua coklat
Enaknya sambil makan bubur
Kalau kita berbuat makssiat
Hidup didunia tidak akan makmur

Jalan-jalan ke kota blitar
Jangan lupa membeli nastar
Ayo kawan rajin belajar
Supaya kita menjadi pintar

Oleh : *Dela Fitasari (7F)*

Tulis kata jadi kalimat
Ubi kayu rendah batangnya
Petik inti dari nasihat
Orang berilmu rendah hatinya

Beli susu dapatnya madu
Kalau dicium harus baunya
Jika anda cari sekolah yang maju
SMPN 1 Mantup pastinya

Oleh : *Mei Ika Amanda (9D)*

Ke toko membeli buku
Bukunya buku cerita
Kalau dapat teman baru
Teman lama jangan lupa

Semangka enak rasanya
Untuk pelepas dahaga
Sekolah adiwiyata
Snesma pasti juara

Oleh : *An Nissa' N. Sholihah (9G)*

Tuan lewat supaya mampir
Bawa emping, kripik dan gula
Ayam jantan tertawa nyengir
Melihat kambing naik sepeda

Ada bayam dimasak tumis
Paling enak dicampur terong

Ayam jantan meringis-ringis
Kepala benjol tertimpak entong
Oleh : *Hilda Eva Aprilia (8G)*

Jalan-jalan ke pasar Blitar
Sambil makan buah mangga
Kalau kita sudah pintar
Orang tua akan bangga

Pergi ke pasar membeli ikan
Sambil jalan ke Bengkulu
Kalau kamu mau makan
Bacalah doa makan dulu

Oleh: *Mei Fadilah Dwi W./ VII F*

Jalan-jalan ke negeri Malaysia
Di negeri Malaysia banyak tomat
Hormatilah kedua orangtua
Jika ingin selamat dunia akhirat

Jalan-jalan ke pasar Turi
Di pasar Turi banyak semangka
Jadi anak jangan suka mencuri
Karena mencuri perbuatan celaka

Oleh: *Risanda E.P/ VII G*

Tinta hitam untuk menulis
Pensil warna untuk melukis
Ilmu itu tak pernah habis
Turun temurun ke ahli waris

Pohon jati kuat kayunya
Pohon nyiur tinggi batangnya
Murid sejati banyak ilmunya
Rendah hati santun sikapnya

Jalan-jalan ke Cianjur
Jangan lupa beli papaya
Jika kita jadi anak jujur
Sudah pasti kita dipercaya

Oleh: *Dinda Dwi S./VII F*

Ada penjahat masuk ke hutan
Lari-lari dikejar hantu
Kalau anda punya perasaan
Sayangilah anak yatim piatu

Lihat buaya
Bersama kingkong
Jadi orang kaya
Janganlah sompong

Hari Rabu membeli salak
Buahnya segar hilang dahaga
Hormati ibu juga bapak
Agar kelak masuk surga

Dari apa kue lemang
Dari ketan yang dipanggang
Waktu kecil ditimang
Ayah ibu harus disayang

Oleh: *Vivit Windiarti/VII G*

Ke pasar beli buah naga
Ke sungai mancing ikan
Jika ingin masuk syurga
Jadilah anak yang beriman

Buah manggis buah kedondong
Buah jeruk buah stroberi
Mari kita gotong royong
Agar lingkungan kita lestari

Oleh: *Yuli Agustin T.R/VII G*

Vony Lousi Amalia

JUARA I KARATE

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Hai kawan, perkenalkan nama saya Vony Lousi Amalia, umur saya 13 tahun, tempat tinggal saya Dsn. Gempol Nogo Ds. Gempol Manis Kec. Sambeng Kab. Lamongan. Saya anak pertama dari dua bersaudara. Hobi saya karate,



kali ini saya akan membagi cerita tentang hobi saya.

Dulu saya tidak terlalu suka dengan hal yang berbau karate. Baru-baru ini saya termotivasi dari teman sebaya saya. Sembilan bulan saya mengikuti latihan dan alhamdulillah pada hari selasa 12 April 2017 saya mengikuti O2SN kejuaraan karate antar pelajar, saya dan rombongan karate berangkat pukul 07.00 WIB. Tiba di sana pukul 08.00 WIB. Tepatnya di Dinas Pendidikan Lamongan. Seusai dating, saya mengikuti upacara pembukaan.

Saya sempat minder, karena merasa musuh lebih hebat dari saya. Tetapi teman-temanlah yang selalu menyemangati bahwa saya bias. Pukul 16.00 WIB. barulah giliran saya untuk dipanggil ke depan. Dan saya rasa saya akan kalah.

Dan akhirnya, pada pukul 16.30 WIB. nama saya kembali dipanggil. Ternyata saya mendapatkan juara 1 komite tingkat pelajar SMP putri di tingkat kabupaten.

Ini salah satu kebanggaan tersendiri bagi saya. Rasa tidak menyangka masih ada di diri saya. Semua seperti mimpi. Makasih buat Allah SWT, orang tua serta teman-teman yang telah mensupport saya. Inilah secul berita dari saya.

See you guys . . .

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Oleh : **Vony Lousi A (VIII G)**



Dwi Anjarwati

JUARA III O2SN

CABANG ATLETIK

Assalaamu'alaikum ww.

Nama saya Dwi Anjarwati, nama panggilan saya Dwi. Saya duduk di kelas VIIA (Kelas Olah Raga). Pada bulan April 2017 lalu, saya mengikuti even O2SN (Olimpiade Olah raga dan Seni Nasional) tingkat Kabupaten Lamongan, yang dilaksanakan rutin tiaptahun, untuk cabang olah raga atletik kelompok SMP/MTs.

Bentuknya Tri Lomba. Setiap peserta harus mengikuti 3 macam lomba, yaitu: lari 60 meter, lompat jauh dan tolak peluru. Bertempat di Stadion Surajaya Lamongan. Sebelum mengikuti lomba, semua peserta diharapkan mengikuti pemanasan agar tidak terjadi cidera.

Ketika berkumpul, saya melihat para peserta yang tinggi-tinggi dan ternyata sebagian mereka ada yang kelas 8. Haduuh, saya jadi deg-degan banget dech.

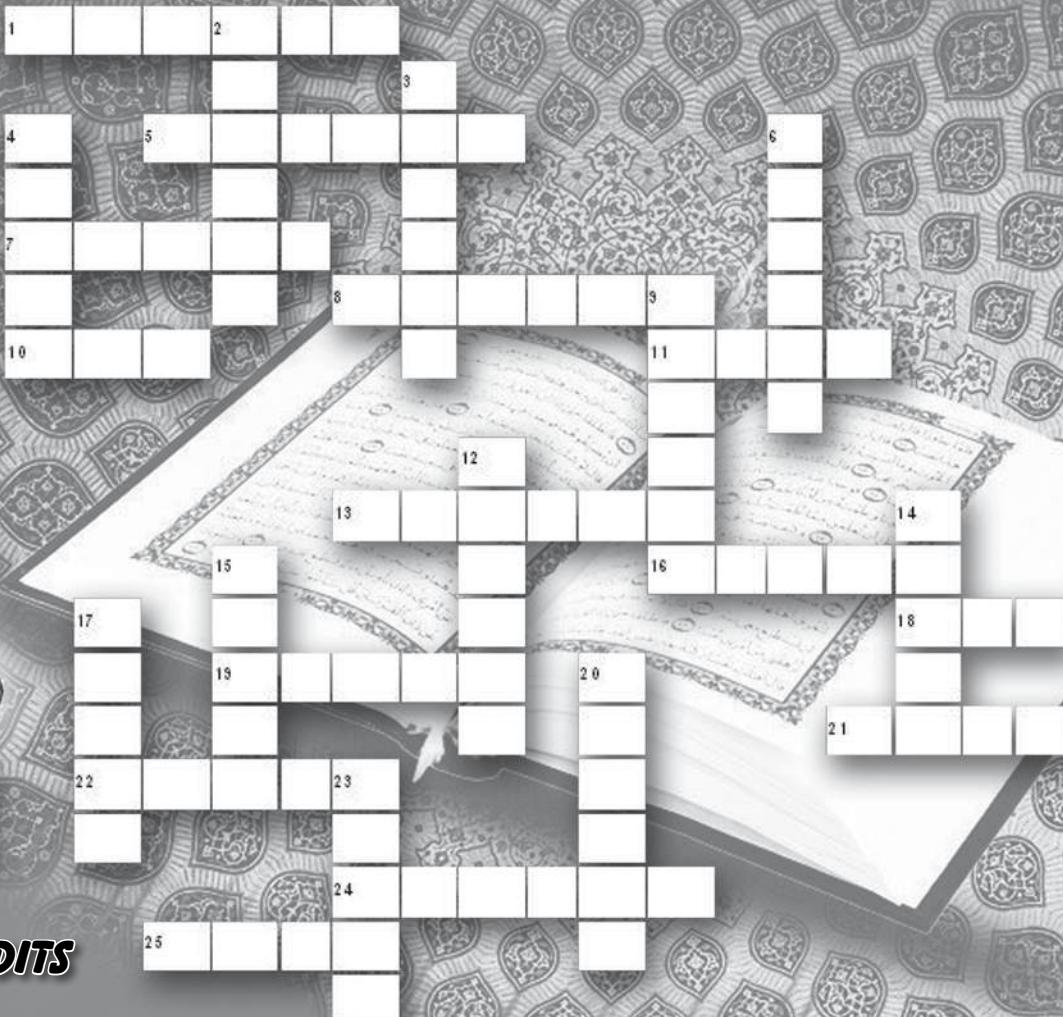
Saya mendapatkan nomor urut 2. Pertama, lari 60 meter, lalu lompat jauh dan terakhir tolak peluru. Dengan sistem penilaian scoring, ternyata hasilnya aku mendapatkan juara 3.

Senang rasanya, walaupun bukan juara pertama. Tetap semangat, ya?

Wassalaamu 'alaikum w.w.

Oleh: *Dwi Anjarwati (VIIA)*





TTS

TEKA-TEKI SILANG

**AL-QUR'AN
DAN AL-HADITS**

MENDATAR

- | | | |
|---------------|---------------------|-----------------|
| 5. KARUK | 17. GUBUG | 25. MESEM |
| 6. MIJI TIMUN | 18. LOMAN | 26. DUDU GUNUNG |
| 7. TUNA | 20. NGEMBANG BAKUNG | 27. MAHABARATA |
| 11. PAWIYATAN | 23. PANGARASAN | |
| 16. GEGURITAN | 24. SUNDUK | |

DOWN

- | | | |
|----------------|-------------|-------------------|
| 1. BEJA | 6. MUSTAKA | 14. ONTANG-ANTING |
| 2. PAMIDHANGAN | 8. MARATUWA | 15. ANOMAN |
| 3. PUTUNG | 9. PANDHAWA | 19. BUYUT |
| 4. SALAPAN | 10. MISANAN | 21. GRAPYAK |
| 5. KESENGSEM | 12. GUDEL | |

JAWABAN TTS INSPIRO EDISI 22

Ketentuan TTS :

1. Jawaban dikumpulkan paling lambat 2 minggu setelah tanggal terbit
2. Jawaban dimasukkan dalam amplop tertutup disertai kupon
3. Dua pemenang akan mendapat hadiah masing-masing sebesar Rp. 30.000,-

PEMENANG TTS INSPIRO EDISI 22

1. EMA LENITA A. - KELAS 7G
2. DHEA MEISYA VIRA PUTRI - KELAS 7G

**MASING-MASING MEMPEROLEH HADIAH
SEBESAR RP. 30.000,- SELAMAT!**

MENDATAR

1. Tempat orang-orang kafir
5. Sholat diawali dengan ucapan
7. Setelah dhuhur
8. Tempat sholat
10. Setan diciptakan dari
11. Manusia pertama
13. Malaikat diciptakan dari
16. Perkataan Rasulullah
18. Bahasa Al-quran
19. Tempat untuk orang-orang beriman
21. Kitab Nabi Daud
22. Makhluk yang diusir dari surga karena membangkang
24. Kitab Nabi Musa
25. Istri Nabi Adam

MENURUN

2. Salah satu sifat Rasulullah
3. Arah untuk sholat
4. Bulan Ramadhan
6. Surat Al-fatihah turun di kota
9. Syiar menyampaikan ajaran Islam
12. Rukun Islam kedua
14. nama lain dari ikhtiar
15. Tingkatan di atas nabi
17. Kitab suci nabi Isa
20. Manusia diciptakan untuk
23. Penggoda manusia

KEAJAIBAN TUHAN

Ahmad adalah seorang anak yatim piatu. Orang tuanya meninggal karena kecelakaan ketika Ahmad berusia 12 tahun. Setelah orang tuanya meninggal, Ahmad tinggal bersama neneknya. Neneknya seorang penjual jajanan di pasar. Setiap pagi sebelum berangkat sekolah, Ahmad selalu membantu neneknya berjualan.

Hari ini hari senin, di sela-sela membantu neneknya berjualan, Ahmad bertemu pada neneknya.

"Nek, impian nenek apa?"

"Nenek ingin sekali naik haji," jawab nenek. "Kalau begitu, buatkan jajanan yang lebih banyak nek, Ahmad akan menjualnya di sekolah. Hasil jualan nanti, Ahmad kumpulkan untuk biaya nenek naik haji," kata Ahmad.

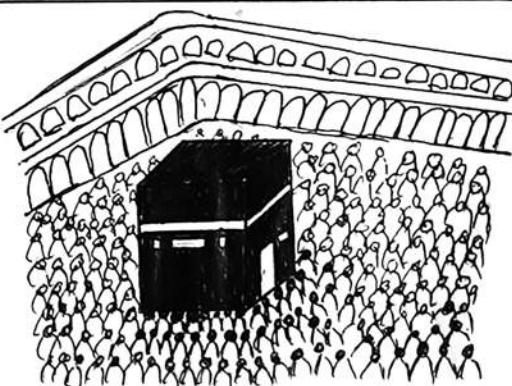
"Iya," Neneknya menjawab dan tersenyum.



Keesokan harinya dan seterusnya, Ahmad menjual jajanan di sekolah saat istirahat. Seminggu sekali, uang hasil penjualan di tabung oleh Ahmad di bank. Selain berjualan, setiap hari Ahmad selalu berdoa untuk neneknya, agar neneknya bisa naik haji.

Setahun kemudian, Ahmad dihubungi oleh pihak bank, bahwa Ahmad memenangkan undian hadiah naik haji untuk dua orang. Beliau bahagia Ahmad saat itu. Akhirnya, Ahmad dan neneknya bisa naik haji.

Jika ada niat baik, selalu berusaha dan berdoa, pasti akan datang keajaiban dari Tuhan melalui jalan yang tak terduga.



By: Ahmad Hamdani VII G



► Risma Aldita Salsabila meraih Juara II Kelompok SMP Putri pada lomba Siswa Berprestasi SMP Negeri/Swasta tingkat Kabupaten Lamongan Tahun 2016



► Pembangunan Masjid SMPN 1 Mantup.



► Dra. Inayati, M.M. Juara 1st Kategori Penampilan Terbaik Fashion Show Hari Kartini di Kec. Mantup



► Anggota Pramuka perwakilan SMPN 1 Mantup menjelang keberangkatan menuju LT3 (lomba Tingkat 3) se-Kab. Lamongan di Buper Moronyamplung.



► Peserta Olimpiade MIPA Tingkat SD se-Kecamatan Mantup di SMPN 1 Mantup



► Pada Hari Kartini tgl. 21 April 2017, para ibu guru dan karyawati memakai kebaya