

2020 SNESMA MENUJU SEKOLAH ADIWIYATA MANDIRI

Majalah Sekolah SMPN 1 Mantup



Edisi 28 / Tahun 2019

INSPIRO

Menuju Penguasaan Informasi Luar Biasa



KELAS OLAH RAGA ATLETIK SMP NEGERI 1 MANTUP

💡 Peringatan Hari Aksara/
Literasi Internasional dan
Bulan Bahasa



SEHARI BELAJAR DI LUAR KELAS DAN DEKLARASI SEKOLAH RAMAH ANAK

DAFTAR ISI EDISI INI

SALAM REDAKSI	◆ Generasi Milenial Beda Dengan Generasi Ayah-Ibunya..	3
DIANTARA KITA	◆ Pak Son, Menyatu Dengan Sarana Prasarana Sekolah	4
	◆ OSIS Mengajarkanku Menjadi Pemimpin	5
	◆ Nando yang Semakin Semangat	6
	◆ OSIS Menjadikan Lebih Baik, Mandiri, Pemberani, dan tidak Pemalu	6
	◆ Ingin Jadi Pengusaha yang Sukses	7
	◆ Keseruan Dalam Organisasi OSIS.....	8
PENGETAHUAN & GAGASAN	◆ Ikhlaskan Saja Nanti AKan Dapat Gantinya	8
	◆ WhatsApp OK	10
	◆ Ingin jadi anak yang pintar dan berprestasi?	12
	◆ Olah Rasa	14
	◆ Usia yang Bermanfaat.....	15
	◆ Jelajah Sejarah Lamongan & "Ngaji Relief"	16
	◆ Lima Tips Mengatasi Kecanduan Gadget pada Remaja	18
	◆ Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS)	20
	◆ Tulus Dan Ikhlas Mendapat Imbalan Mutiara Terindah	21
	◆ Kebaikan Itu Menenteramkan	22
	◆ Mengelola Emosi Di Kelas	23
	◆ Kesederhanaan Pemimpin, Seperti Apa?	24
	◆ Mau Masa Depan Anda Lebih Cerah? Buruan Lakukan 10 Hal Ini.....	25
	◆ Mengenal Kota-kota di Kalimantan (Menyongsong Ibukota Baru Bagi Indonesia)	26
	◆ Tausiah Ustadz	28
	◆ Definisi Jilbab	29
	◆ Sehari Belajar di Luar Kelas dan Sekolah Ramah Anak (Out Door Class)	30
	◆ Menuju Sekolah Adiwiyata Mandiri 2020	32
	◆ Untuk Apa Kita Berpendidikan Tinggi?	32
	◆ Sampah yang Tak Kunjung Ada Habisnya	33
AKTIVITAS	◆ Latihan Dasar Kepemimpinan dan Manajemen Siswa OSIS SMP Negeri 1 Mantup Masa Bhakti 2019/2020	34
	◆ Peringatan Hari Aksara/Literasi Internasional dan Bulan Bahasa	36
	◆ Aksi Lingkungan Gerakan Sejuta Biopori	38
	◆ Diesnatalis KOPRASMAN Periode ke-3	39
	◆ Manisnya Jambore Daerah Jatim 2019 di Banyuwangi ..	40
	◆ Pelepasan peserta Jambore Daerah diKabupaten Lamongan.	42
	◆ Jelajah Sejarah dan Ngaji Relief Ini Adalah Ceritaku Saat Jelajah	43
SEKILAS INFO	◆ Pengurus OSIS SMP Negeri 1 Mantup Periode 2019 / 2020	44
	◆ Daftar Siswa Rangking I Semester Genap SMP Negeri 1 Mantup Tahun Pelajaran 2018 / 2019	44
	◆ Prestasi SMP Negeri 1 Mantup Tahun Pelajaran 2018 / 2019	44
SASTRA Cerpen	◆ Artikel Impian, Usaha, Kesuksesan	45
	◆ Menanam Seribu Pohon	46
	◆ Rumpang	47
	◆ Sang Pengembra Sastra	48
	◆ Sahabat Baru	49
	◆ Kancil dan Kelinci Sakit Gigi	50
	◆ Azril dan Dika	50
	◆ Burung Dara yang Baik Hati	50
MARI KITA MENGENAL BOGA	◆ Ayam Betutu Kuah Khas Bali	51
	◆ Sale Pisang Khas Banyuwangi	51
	◆ Bakwan Jagung Sederhana, Enak, Renyah, dan Gurah	51
	◆ Rendang Udang	51
SPORTIVO	◆ Kelas Olahraga Atletik Smp Negeri 1 Mantup	52
SASTRA Santai	54
SASTRA Pantun	55
SASTRA Puisi	56
TTS	58
CERGAM	◆ Tama & Zidan.....	59

Susunan Pengelola

INSPIRO

Pengarah: H. Darji, S.Pd., M.Pd. **Redaksi Pembina:** Bambang Sugiharto, S.Pd., Nur Ismurtiningsih, S.Pd., M.Pd., H. Jakfar Shodiq, S.Ag., Dra. Rr. Retno Palupi, M.Pd., Dra. Sulistiani, M.Pd., Moh. Munip, S.Pd., Warjito, S.Pd., Hidayah Romadhon, S.Pd., Syahidin, S.Pd., Sipan, S.Pd.

Alamat Redaksi: SMPN 1 Mantup, Jl. Raya Balong Panggang No. 3 Mantup, Lamongan. **Percetakan & Layout:** Prima Print (PIONIR GROUP) 082142256929 (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.

SALAM Redaksi

GENERASI MILENIAL

Beda dengan Generasi Ayah-Ibunya



Kemajuan teknologi informasi yang dialami generasi kini tidak dirasakan bapak ibunya ketika muda. Dunia sekarang seperti kampung besar. Kejadian di mana pun mudah diketahui atau diikuti. Informasi kini bagi hujan deras yang turun menumbuhkan berbagai potensi sekaligus sering menjadi banjir atau badi yang justru berdampak kehancuran.

Generasi milenial, memiliki sumber ilmu beragam, langsung, mudah diakses, cepat. Bila keberadaan radio, televisi, VCD player sudah dianggap membantu dalam pembelajaran, maka kini ada lebih banyak teknologi yang bisa dimanfaatkan. Selain channel TV yang lebih banyak, tak terhitung, maka adanya internet dengan sembarang aplikasinya makin mempercepat akses penyebaran informasi dan pengetahuan.

Keberadaan guru pembimbing dikatakan tetap penting karena ada hal-hal yang hanya bisa diperankan manusia dan tak mungkin diperankan atau digantikan oleh teknologi. Robot tercanggih sekalipun, sehebat

apapun, tak akan bisa menyamai manusia yang membikinnya. Perasaan tak bisa dibuat aplikasinya dalam teknologi. Etika tidak bisa dilatih oleh teknologi.

Perilaku anak dipengaruhi oleh apa yang diterima, dilihat, didengar, dibaca, dipahami. Kini amat sering dengar keluhan orang tua dan juga guru terkait apa-apa yang diperbuat anak-anak mereka. Kontrol, seleksi konten, tidak selalu mudah atau bisa dilakukan oleh pemerintah, sekolah, dan orang tua.

Agar tidak terjadi kerusakan, perlu diusahakan pembimbingan, pembekalan, pelatihan untuk mengantisipasi hal-hal yang tak diinginkan. Keluarga, dunia

pendidikan (sekolah) adalah benteng pertahanan mental anak-anak muda dari gempuran budaya negative dan destruktif. Gerakan 1821, anjuran tidak buka HP atau tidak memutar TV antara jam 18 sampai 21, larangan membawa HP ke sekolah, pembatasan membawa alat komunikasi bahkan tidak menghadirkan TV di pondok, regulasi penyiaran dan komunikasi public oleh pemerintah, merupakan upaya-upaya untuk melindungi segenap bangsa dari pelemahan apalagi kehancuran. Wallahu a'lam bishawab.

Selamat membaca Inspiro edisi 28 tahun ke-14. Semoga majalah ini bermanfaat. Wassalam.



KETERANGAN FOTO COVER DEPAN:

- Kiri: Sambutan Kepala Sekolah pada saat acara Pelantikan Pengurus OSIS SMPN 1 Mantup Masa Bhakti 2019/2020
- Kanan atas: Pelantikan segenap pengurus OSIS yang terpilih.
- Kanan bawah: Kegiatan Peringatan Hari Aksara dan Bulan Bahasa.

INSPIRO 3

Pak SON Menyatu Dengan Sarana Prasarana Sekolah



Nama
Tempat / tgl. lahir
Alamat

: Suharsono, S.Pd.
: Surabaya, 15 Mei 1963

TMT PNS
Riwayat Pendidikan

: Mantup Selatan, Ds. Mantup,
Kec. Mantup, Lamongan
: 1 Januari 2007

Menikah
Istri

: Jurusan Bimbingan Konseling
Universitas Darul Ulum Jombang
: 18 Juli 2001

Anak

: Siti Nafiah, S.Pd.
(Kediri, 25 - 05 - 1971)
Muhammad Al Qhautzar
(Lamongan, 25 -01 - 2003)



Beliau termasuk yang terlawas di SMP N 1 Mantup. Sejak muda, berbekal ijazah SMA, Pak Son sudah berbagi ilmu dan ketrampilannya di bidang elektronika. Hal itu berlangsung lama, sambil sempat membuka bengkel servis reparasi alat-alat elektronika.

Sorang teman guru, Pak Darji, ketika itu belum menjadi kepala sekolah, pernah menyarankan agar Pak Son total di usaha karena pendapatan dari pengabdian di sekolah terbilang cukup rendah. Tetapi rupanya jiwa kegurunya lebih besar melebihi hobby dan ketrampilannya. Pak Son lebih memilih terus beraktifitas mendidik dan melatih anak-anak.

Orangnya sepintas kelihatan cuek. Tapi sebetulnya orangnya amat peduli. Kinerjanya total. Bisa dikatakan siang – malam, Sabtu, Minggu sering di sekolah. Seakan sekolah merupakan rumah kedua. Yang sulit ditandingi, setiap hari ikhlas antar jemput siswa yang tempat tinggalnya jauh di wilayah selatan. Mungkin itu wujud syukur beliau.

Pak Son kini statusnya menjadi guru BK dan penanggungjawab urusan sarana prasarana sekolah. Berikut pertanyaan Inspiro sedekar untuk lebih mengetahui beliau, khususnya bagi yang belum jauh mengenalnya.

Apakegiatan sehari-hari yang disukai Pak Son?

Bisa membantu orang sebaik mungkin

Apa kegiatan sehari-hari yang tidak disukai ?

Mendapat hasil pelaksanaan yang tidak sesuai dengan perencanaan.

Apapengalaman hidup yang berkesan bagi Pak Son?

Kasih sayang ibu.

Apa keinginan yang diharapkan tercapai dalam hidup Pak Son?

Bisa membagikan ilmu dan pengalaman sebanyak mungkin kepada orang lain.

Apa saran-saran Pak Son untuk (sarana dan prasarana) sekolah ini ?

Faktor keselamatan untuk warga sekolah diutamakan. Dari bahaya genting jatuh, pohon tumbang, instalasi listrik yang tidak sesuai standar, dan masih banyak yang perlu dibenahi karena terlalu lama tidak tersentuh perawatan.

Apa pendapat Pak Son tentang kondisi siswa-siswi sekarang?

Memprihatinkan.

Pertama, ilmu yang kita peroleh pada masa kita sekolah sudah tidak sesuai bila diterapkan pada siswa-siswi sekarang.

Kedua, solusi kita harus sering menegur dan membimbing pada siswa agar harapan sekolah dan orang tua dapat tercapai.

Pak Son pernah disuruh Pak Darji (waktu itu P. Darji belum KS, sebagai teman, dan ketika itu Pak Son belum diangkat sebagai PNS) agar Pak Son fokus di servis / bengkel elektronika. Apakah itu mengesankan bagi Pak Son?

Berkesan sekali!. Tetapi saya berpikir lebih senang untuk membagi ilmu yang saya peroleh, sehingga saya tetap memilih untuk menjadi seorang guru walau masih berjasa SMA pada saat itu. Dan alhamdulillah selama 22 tahun mengabdikan di SMP Negeri 1 Mantup, akhirnya pada tahun 2007 diangkat menjadi PNS.

Ada hal lain yang ingin disampaikan untuk kita semua ?

Kepada semua bapak ibu guru untuk lebih peduli pada peserta didik dan tidak segan-segan menegur, meningkatkan dan membimbing agar siswa lebih baik lagi sesuai harapan.



Ketua Osis Masa Bakti 2019/2020

OSIS MENGAJARKANKU MENJADI PEMIMPIN

Assalamu'alaikum W. Wb.

Apa kabar teman teman? Perkenalkan nama saya Zacky Aditiya Firmansyah, saya saat ini menjabat sebagai ketua Osis masa bakti 2019/2020. Saya biasa dipanggil Zacky dan saya tinggal di Desa Tugu, Mantup, Lamongan.

Saat ini saya bermakas di kelas 8G. Saya berasal dari keluarga sederhana, Nama ayah saya adalah Joko dan nama ibu saya adalah Istianah, saya adalah anak ke 2 dari 3 bersaudara, nama kakak saya adalah Rizky dan adik saya bernama Dicky.

Pada kesempatan kali ini saya akan menceritakan sedikit pengalaman saya di dalam Organisasi OSIS ini. Pada Tahun lalu saat saya masih duduk di bangku kelas 7 saya sangat ingin mengabdikan diri kepada organisasi OSIS SMPN 1 Mantup ini, pada saat itu tiba-tiba saatnya untuk pemilihan anggota OSIS SMPN 1 Mantup, hanya berbekal tekad yang kuat langkah demi langkah saya ikuti dan tidak saya sangka ternyata saya adalah salah satu dari sekitan anak yang lolos dan dapat mengabdikan diri kepada organisasi OSIS ini.

Pada saat diadakannya pemilihan pengurus inti OSIS saya berniat untuk mencalonkan diri sebagai salah satu pengurus inti OSIS dan Alhamdulillah saya terpilih sebagai Sekretaris 1, suka duka dalam organisasi ini telah saya lewati dengan teman-teman seperjungan saya, susah maupun senang telah kita lewati tak terasa setahun telah berlalu

dan dari sinilah saya mendapatkan pengalaman dan pelajaran sehingga saat ini saya dapat menjabat sebagai Ketua Umum OSIS SMPN 1 Mantup masa bakti 2019/2020.



■ Jovian Orlando T R.



Wakil Ketua OSIS

NANDO YANG SEMAKIN SEMANGAT

Namanya adalah Jovin Orlando Toor Ratumbanua, lahir di Lamongan, 22 Juni 2006. Dia adalah anak kedua dari dua bersaudara. Kakaknya seorang perempuan bernama Janet Frisia Ratumbanua. Seorang pegawai yang bekerja di Surabaya. Kedua orang tuanya berprofesi sebagai pengusaha.

Ketika berumur 6 tahun, ia memulai pendidikan di SDN Tunggunjagir 3. Kemudian setelah lulus dia melanjutkan pendidikannya di SMP Negeri 1 Mantup.

Saat dia masih menginjak kelas 4 SD dia pernah mewakili kecamatannya di ajang lomba sepak bola se-kabupaten dan tim kecamatannya mendapatkan juara 3. Setelah itu, di kelas 5 SD dia juga pernah mengikuti lomba cerdas cermat. Dan ketika dia menginjak kelas 6 SD dia juga pernah mengikuti lomba Matematika, di lomba matematika itu dia tidak mendapatkan juara dan itu tidak membuat dia menyerah, justru dia semakin semangat dan giat untuk belajar.

Selain itu juga ia aktif dalam berbagai kegiatan di sekolah, Nando, nama panggilannya, bergabung dengan organisasi OSIS ketika masuk di SMPN 1 Mantup. Putra dari ayahnya yang orang Sulawesi ini dipercaya menjadi Wakil Ketua OSIS periode 2019 - 2020. Semoga anak kelas olah raga 7A ini makin berkembang karakternya di samping kompetensi olah raganya. Aamiin.

■ Dini Amelia Elsa Rosanti

OSIS Menjadikan Lebih Baik, Mandiri, Pemberani, dan tidak Pemalu

Assalamualikum, wr.wb

Haloo teman - teman nama saya Dini Amelia Elsa Rosanti. Saya sekretaris I OSIS Baru SMP N 1 Mantup masa bakti 2019 / 2020 . Saya bisa dipanggil Elsa Alamat rumah saya Ds.Gempolmanis Kec. Sambeng kab.Lamongan. Hobi saya: menulis. Cita-cita saya : menjadi seorang Dokter .Saya tinggal bersama kedua orang tua saya, saya berasal dari keluarga sederhana. Nama Ayah



■ Yonathan Niko Wisata

Ingin Jadi Pengusaha yang Sukses

Assalamu 'alaikum Wr, Wb.
Hai sobat inspiro !

Perkenalkan nama saya Yonathan Niko Wisata,saya lahir di Lamongan, 16-09-2005. Sekarang saya duduk di kelas VIII G. saya tinggal di Ds. Plabuhan Rejo Kec. Mantup.

Hobby saya main music, terutama bermain gitar. Cita - cita saya menjadi seorang pengusaha yang sukses. Saya adalah anak ke 2 dari 3 bersaudara, saya tinggal bersama kedua orang tua saya dan 2 saudara saya.

Pada pemilihan ketua OSIS tanggal 22 September, yang dimana pemilihan tersebut sekaligus pelaksanaan acara LDKMS OSIS SMP Negeri 1 Mantup di Lentera Camp, Trawas.

Terpilihlah inti-inti pengurus OSIS berikut :

Ketua OSIS	:	Zacky aditya f.
Wakil ketua OSIS	:	Jovian Orlando T R.
Sekretaris 1	:	Dini Amelia E
Sekretaris 2	:	Yonathan Niko W.
Bendahara 1	:	Maulidiawati.
Bendahara 2	:	Mario Cahyo P.

Sesuai data di atas saya menjadi sekretaris OSIS SMP Negeri 1 Mantup, Periode 2019/2020. Pada dasarnya saya berharap organisasi OSIS dapat melaksanakan tugas dengan cepat,dan tanpa halangan suatu hal apapun.

Disamping itu juga tugas saya menjadi sekretaris OSIS tidaklah mudah, Karena tugas sekretaris yang berat dan tidak mudah, tugas tersebut di antaranya :

1. Mendampingi Ketua dalam setiap rapat
2. Memberi saran kepada ketua dalam mengambil keputusan
3. Bertindak sebagai notulis dalam rapat
4. Menyiapkan Laporan, surat, hasil rapat, dan evaluasi kegiatan

Dengan tugas-tugas tersebut saya harus berusaha lebih baik lagi. Dan saya ingin menjadikan OSIS SMP Negeri 1 Mantup untuk menjadi suri tauladan yang baik bagi siswa-siswi SMP Negeri 1 Mantup.

Sampai disini saja ya, perkenalan saya sobat inspiro. Semoga OSIS SMP Negeri 1 Mantup agar dapat memajukan dan mengharumkan sekolah SMP Negeri 1 Mantup. Amin.....

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

DIANTARA
Kita



Keseruan Dalam Organisasi OSIS

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Apa kabar teman-teman ?
Perkenalkan nama saya

MAULIDIAWATI saya saat ini
menjabat sebagai Bendahara 1 OSIS
SMP Negeri 1 Mantup masa bakti
2019/2020. Saya biasa dipanggil Lidia.
Saya tinggal di Dusun Ragas Kidul,
Kemas, Kembangbahu, Lamongan.
Saya saat ini menempati kelas 8 C.

Saya berasal dari keluarga
sederhana, nama ayah saya adalah
Suwarno dan nama Ibu saya adalah
Suhartik. Saya anak kedua dari dari
dua bersaudara. Kakak saya bernama
Ida Purwati.

Saya akan memulai cerita saya
disini, dulu ketika saya pertama kali
masuk sekolah ini SMPN 1 Mantup,
pada saat pelaksanaan MPLS saya
tertarik dengan kakak-kakak
pengurus OSIS yang membantu



Kata pujangga:

- Ada kehilangan karena hukuman Tuhan
- Ada kehilangan karena kelebihan
- Ada kehilangan yang akan diganti

Betapa kaget dan bingung pak Mardi ketika menghitung kembali gaji bulanannya ternyata hanya ada 2 juta yang seharusnya 3 juta rupiah itu. Dia hitung sekali lagi ternyata tidak berubah memang hanya dua juta. Sudah menjadi kebiasaan pak Mardi setelah mengambil gaji, maka uang itu akan dia bagi menjadi tiga bagian. Yaitu untuk istrinya, untuk orangtuanya dan untuk keperluannya sendiri. Memang bagian terbanyak adalah untuk istrinya dan yang paling sedikit adalah untuk dirinya. Hal itu dilakukannya setelah semua orang sudah pulang selesai jam dinas.

Ini harus segera saya sampaikan kepada bendahara bu Siti, begitu pikir pak Mardi. Dia segera mengambil Hp yang ada disaku celananya. Waalaikum salam begitu suara bu Siti yang sudah sampai dirumah. Maaf bu setelah saya hitung gaji saya ini kok hanya dua juta, harusnya kan tiga juta ya bu ? Loh tadi kan sudah dihitung pak Mardi sendiri didepan saya waktu menerima, dan juga tidak ada uang sisa itu pak. Begitu suara bu Siti ditelepon tanpa beban.

Sesampai dirumah karena bingungnya maka pak Mardi tidak langsung makan. Dia ingat waktu SMA dulu dia pernah bermain ramal-ramalan dengan teman-temannya dengan buku ramalan dan hasil ramalan itu dipakai sebagai bahan ejekan dan tertawaan diantara teman-temannya bila hasil ramalannya jelek. Dicarinya buku itu ditumpukan buku-buku lama dan setelah ketemu secara iseng dia coba gunakan buku itu dan hasilnya ada kalimat yang berbunyi: Ikłaskan saja nanti akan ada gantinya.

Walaupun buku itu adalah buku mainan tetapi dari jawaban ramalan itu perasaan pak Mardi menjadi agak tenang. Kejadian itu kemudian dia sampaikan kepada ibunya, pak Mardi

IKHLASKAN SAJA Nanti Akan Dapat Gantinya



Diceritakan
kembali oleh :
Jampi, S.Pd. *

bermaksud kali ini tidak memberikan uang kepada orangtuanya, sedangkan untuk belanja istrinya tetap diberikan. Untuk keperluan orangtua masih ada hasil panen yang bisa dijual. Ya tidak apa-apa nanti saya akan jual beras itu untuk belanja bulan ini, begitu kata ibunya.

Esok harinya kejadian itu mengusik hati pak Mardi lagi. Perasaan tenangnya jadi bimbang. Dalam hati pak Mardi jadi penuh tanda tanya. Kemana ya uang satu juta itu? Kalau seandainya uang itu hilang dijalanan dan tidak tahu orang yang menemukan, ya memang harus diiklaskan. Tapi uang ini kantidak hilang dijalanan, uang ini masuk amplop teman kerjanya yang tidak diketahui siapa orangnya. Bagaimana nanti bila saya dianggap membuat isu yang tidak benar dan tersebar kesemua orang. Hal ini dapat menjatuhkan kredibilitas saya, begitu pikir pak Mardi. Pak Mardi selama ini memang dikenal sebagai orang yang jujur. Dia pernah dua kali mengembalikan uang ke bendahara kantor karena kelebihan uang gaji. Oleh sebab itu kalau kejadian ini dapat merusak namanya, itu adalah sesuatu yang dia takutkan.

Sudah dua malam pak Mardi sengaja tidak tidur sebelum jam dua belas malam. Setelah jam dua belas malam dia baru masuk kamar sambil dalam hati mohon kepada Allah agar

diberikan petunjuk kemana uang gajinya yang kurang satu juta itu. Dan dimalam ketiga rupanya petunjuk itu datang. Baru saja pak Mardi terlelap, dalam mimpi dia melihat bu Siti bendahara kantor berkata kepada rekannya: "Pak Tono hanya ada ini". Setelah melihat kejadian dalam mimpi itu pak Mardi langsung terbangun dan mengucap syukur Alhamdulillah rupanya petunjuk itu telah dia peroleh.

Esok harinya pak Mardi langsung menemui bu Siti bendahara kantor. Saya tadi malam sudah mendapat petunjuk bu, menurut analisa saya uang gaji saya yang satu juta itu masuk ke amplop teman-teman yang mungkin punya angsuran tetapi belum dipotong oleh bu Siti, sedangkan angsurannya mungkin di bank atau koperasi sudah dibayarkan oleh bu Siti, bagitu pak Mardi bilang kepada bu Siti dengan sangat yakin. Tolong ya bu dicari, berapapun adanya walaupun kurang dari satu juta akan saya terima dengan iklas, begitu dia menambahkan.

Tidak berapa lama bu Siti tergopoh-gopoh menemui pak Mardi. Betul pak ini ada pak Narto punya angsuran baru di koperasi enam ratus ribu rupiah sudah saya bayarkan, tetapi gajinya masih utuh belum saya potong, ini tanda terima setoran dan ini buku tanda terima gaji. Sambil berkata begitu dia menunjukkan dua tanda bukti tersebut, agar tidak dianggap mengada-ada. Memang itu merupakan kesalahannya tetapi betul-betul tidak disengaja. Nanti saya cari lagi pak mudah-mudahan ada satu juta, begitu kata bu Siti. Ya bu walaupun kurang dari satu juta akan saya terima dengan iklas, begitu pak Mardi menegaskan sekali lagi.

Setelah dihitung keseluruhan dari orang-orang yang kemasukan gaji pak Mardi ternyata benar total satu juta kurang

dua puluh tujuh ribu rupiah. Uang itu diserahkan oleh bu Siti kepada pak Mardi yang kemudian diterima dengan senang hati sambil mengucap terima kasih.

Selang satu bulan, pak Nasir orang yang diserahkan memelihara sapi pak Mardi pagi-pagi sekali datang kerumah sambil membawa cerita sedih. Bagaimana ini pak sekarang istri saya menangis terus, sapi yang ditunggu-tunggu sekian lama menghasilkan anak kemaren melahirkan. Tetapi anaknya lahir mati, padahal sudah genap sembilan bulan buntingnya, anaknya juga kelihatan tidak ada kecacatan apapun. Untung induknya tidak ikut mati. Sambil berkata begitu kelihatan rona kekecewaan diwajah pak Nasir walaupun tidak sampai menangis seperti istri.

Pak Mardi ikut kerumah pak Nasir dan sesampai dirumah disambut istri pak Nasir. Dia menceritakan panjang lebar bagaimana dia memelihara sapi yang sedang bunting itu dan rasa senangnya akan mendapat upah dari paronan anak sapi nanti kalau dijual, yang berujung kekecewaan. Akhirnya untuk sedikit menghibur pak Mardi memberikan dua lembar uang ratusan ribu kepada istri pak Nasir.

Mantup, 7 Nopember 2019
*Guru mata pelajaran IPA.



Media sosial seakan sudah menjadi candu bagi masyarakat Indonesia khususnya kalangan remaja. Remaja masa kini identik dengan smartphone ditangan hampir 24 jam sehari. Media sosial yang paling sering digunakan oleh kalangan remaja seperti facebook, twiter, youtube, whatsapp, instagram, dll. Media sosial tersebut memiliki kelebihan dan fungsi masing – masing, yang memberikan kemudahan yang memanjakan bagi penggunanya, sehingga siapa saja yang sudah mengenal pasti akan ketagihan.

Oleh: Dra. Sulistiani, M.Pd *

Menurut Crish Garret, media sosial adalah alat jasa dan komunikasi yang menfasilitasi hubungan antara orang satu dengan yang lain dan memiliki peminat yang banyak, tak terkecuali para remaja, bahkan anak – anak usia dibawah umur.

Media sosial bagi remaja memiliki peran yang cukup besar. Pengaruh yang ditimbulkan bisa bersifat



WHATSAPP OK

- Sebagai sumber belajar
- Sebagai media memberikan informasi penting
- Sebagai media dakwah/berbagi ilmu
- Sebagai media bisnis/perdagangan
- Sebagai media komunikasi langsung (telephon)
- Dll.

positif maupun negatif. Hal ini bisa menyebabkan pembentukan karakter dan prilaku remaja secara langsung dan tidak langsung. Untuk itu kepandaian memilih dan memilih berbagai layanan medios sangatlah penting agar tidak terperosok kedalam pengaruh negatif yang berakibat kerugian secara materi maupun spiritual. Dengan adanya Undang – Undang IT setidaknya memberikan sinyal agar pengguna medos lebih hati – hati dan cerdas dalam bermedos.

Pengguna yang bijaksana dan cerdas, akan menggunakan medos untuk :

- Menjaga silaturahmi dengan keluarga maupun saudara jauh

1. WASIAT DARI MALAIKAT JIBRIL

Wasiat malaiakat Jibril untuk Rosulullah Alaihiwasalam; resep ampuh 70 x 5 kali bacaan obat mujarab. (Imam Qulyuby)

Diceritakan sebuah hadist dalam kitab An Nawadir : Dari Malaikat Jibril kepada Rosulullah shallallaahu 'alaihi wasallam

tentang obat super ampuh air hujan:

"Faedaf Air Hujan"

Diriwayatkan bahwa Nabi Muhammad s.a.w, bersabda dihadapan para sahabatnya: "Diajarkan kepadaku oleh Malaikat Jibril tentang satu obat yang tidak memerlukan kepada obat yang lain dan tidak pula kepada para dokter" kemudian sahut Abu Bakar, Umar, Utsman, dan sahabat Ali radhiyallahu 'anhu bertanya: "Apa itu wahai Rasulullah? Sesungguhnya kami sangat membutuh obat itu"

Kemudian Rosulullah S.A.W berkata "Ambilah secukupnya dari air hujan, lalu bacakan surat Al Fatihah, surat Al Ikhlas, surat Al Falaq, surat An-Nas, dan ayat kursi, dan setiapnya dibaca masing – masing 70 kali. Dan diminum pada pagi dan petang selama 7 hari. Demi dzat yang mengutuskan dengan yang benar sebagai seorang nabi, " kata Rosulullah: sesungguhnya malaikat Jibril telah menyatakan kepadaku: Barang siapa yang meminum air ini niscaya Allah akan menghilangkan segala penyakit yang ada dalam tubuhnya dan menyembuhkan dari segala penyakit yang ada. Dan barang siapa memberikan air itu untuk istrinya dan tidur bersama istrinya niscaya istrinya akan hamil dengan izin Allah SWT. Dan air tersebut juga dapat menyembuhkan dua mata yang sakit, menghilangkan penyakit sihir, dan menghilangkan dahak, dan menghilangkan sakit dada, gigi, pencernaan, sembelit, dan kencing yang tidak lancar, dan juga tidak dibutuhkan kepada membekam, serta masih banyak faedah lain yang tidak terhingga kecuali oleh Allah SWT. Sesungguhnya Allah – lah Yang Maha Mengetahui. (Sumber: Kitab An Nawadir halaman : 194, karya Syekh Syihabuddin bin Salamah Al Qulyuby)

2. JAGA RASAYA.....

- a. Marah selama 5 menit akan menyebabkan sistem imun

tubuh kita mengalami depresi selama 6 jam.

b. Dendam dan menyimpan.

Kepahitan akan menyebabkan imun tubuh kita turun drastis, bahkan mati. Dari situlah bermula segala penyakit, seperti kolesterol, hipertensi, serangan jantung, rheumatic, arthritis dan stroke.

c. Stress .

jika kita sering mengalami stress maka akan mengalami gangguan pencernaan.

d. Kuatir.

Perasaan kuatir akan menyebabkan kita terkena sakit nyeri punggung.

e. Mudah tersinggung.

Jika kita mudah tersinggung maka kita akan terkena insomnia (susah tidur)

f. Kebingungan.

Bila sering kebingungan kita akan terkena gangguan tulang belakang bagian bawah.

g. Takut berlebihan.

Takut yang berlebihan akan menyebabkan kita terkena penyakit ginjal

h. Berburuk sangka .

orang yang suka berburuk sangka akan mudah terkena dyspepsia (penyakit sulit mencerna)

i. Emosi dan pemarah.

Emosi dan pemarah rentan terhadap penyakit hepatitis.

j. Apatis (tidak peduli).

Orang yang tidak peduli dengan lingkungan sekitar,

akan berpotensi penurunan kekebalan tubuh.

k. Menganggap sepele. Sering menganggap sepele suatu urusan, berpotensi terkena penyakit diabetes

l. Kesepian. Rasa kesepian menimbulkan penyakit demensia senilis (berkurangnya memori dan control tubuh)

m. Bersedih dan rendah diri, berpotensi terkena penyakit leukemia (kanker darah putih)

Mari kita selalu bersyukur atas segala yang terjadi karena dengan bersyukur maka hati akan bahagia. Selain itu hati yang gembira akan menimbulkan energy positif dalam tubuh untuk mengusir segala penyakit tersebut di atas.

3. BAGAIMANA BERSYUKUR ITU ?

Ungkapan syukur yang jujur adalah menambah ketaatan, memperdalam sujud dan mengendalikan nafsu. Jika kesenangan dunia dari keluarga, anak – anak dan melimpahnya rezeki itu tidak mampu mendorong kita untuk menambah ketaatan, maka ketauhuilah bahwa orang – orang kafir, durjana itu juga Allah berikan rejeki.

Sesungguhnya dosa itu bagaikan bangkai yang mengeluarkan bau busuk. Dan setiap bau busuk itu mengundang lalat – lalat liar disekitarnya. Seandainya kita basmi lalat itu maka ketauhui



bawa bau itu tidak akan hilang dan mengundang lalat-lalat lain dikemudian hari. Maka yang harus kita lakukan bukanlah sibuk menghancurkan dan mengusir lalat-lalat itu, melainkan membersihkan bangkai dan baunya.

Jika bangkai itu adalah dosa kita, maka lalat-lalat itu adalah syaitan yang menanti makan siang. Jadi keliru jika kita sibuk mengusir syaitan sementara dosa yang mengundang syaitan itu kita ingkari. Keliru.. sungguh kita keliru. Kita akan lelah dengan pertarungan ini, karena pasokan energi musuh ada dalam diri kita dan kita suplay setiap hari.

Rosulullah S.A.W bersabda " Mintalah Fatwa kepada hatimu. Karena kebaikan adalah apa saja yang memenangkan hati dan jiwamu. Sedangkan dosa adalah apa yang menyebabkan bimbang dan cemas, meski banyak orang mengatakan hal tersebut merupakan kebaikan ." (HR. Ahmad 4/227-228)

Coba renungkan sejenak tentang jejak perjalanan panjang yang sudah kita lalui. Nonaktifkan seluruh organ tubuh termasuk mata. Lalu lihatlah di kedalaman jiwa, tentang tempat-tempat dimana kita melakukan maksiat kepada Allah. Dzolim kepada makhluknya, pengkhianatan, kemunafikan, dusta, dan kedurhakaan, zinna !

Ingat-ingat kembali, karena pasti catatannya masih ada. Di belahan bumi mana, di punggung bumi yang mana kita menginjakkan kaki dan menggerakkan jasad untuk bermaksiat kepada Allah. Jangan berdusta. Karena Allah jadikan saksi yang kelak akan bicara ; pendengaran kita, telinga kita, kulit kita, tiga saksi yang selalu melekat erat dan tidak pernah lepas dari jasat kita. Akui dan menyerahlah kepada Allah.

Gemakan istighfar dan akulah. Terlalu banyak... terlalu banyak dosa ini. Sehingga jiwa tidak mampu lagi mengingatnya. Sementara bibir ini betapa lancangnya berkata "Apa dosa hamba? Dan kapan semua ini berakhir?"

Bagaimanakah jiwa itu akan tenang, luluh dan bersimpuh. Sementara setiap lintasan kemaksiatan dan

kedurhakaan diperturutkan?

Bagaimanakah tubuh itu akan nyaman, sementara perut dipenuhi makanan riba? Jiwa kotor dengan khurrafat, takhayyur, kekuaran dan kesyirikan.

Bagaimana rezeki akan Allah tambah sementara setiap suap makanan, setiap teguk minuman yang menjadi tenaga.. kita gunakan melakukan dosa-dosa ?

"Jikalau penduduk negeri-negeri beriman dan bertaqwa, pastilah Kami akan melimpahkan kepada mereka keberkahan dari langit dan bumi" (QS. AL-A'raf:96)

"Dan sekiranya ahli kitab beriman dan bertaqwa, tentulah Kami tutup (hapus) kesalahan-kesalahan mereka dan tentulah kami masukan mereka kedalam surga-surga yang penuh kenikmatan. Dan sekiranya mereka sungguh-sungguh menjalankan (hukum) Taurat dan Injil dan (Al-Qur'an) yang diturunkan kepada mereka dari Tuhan-Nya, niscaya mereka akan mendapat makanan dari atas dan dari bawah kaki mereka." (QS. AL-Ma'idah : 65-66)

"Barang siapa bertaqwa kepada Allah niscaya Dia akan mengadakan baginya jalan keluar dan memberinya rezeki dari arah yang tiada disangka-sangkanya" (QS. Ath-Thalaq : 2-3)

Renungkan dan baca berulang-ulang hingga tertanam kuat dalam jiwa kita. Sebuah hujah yang menegaskan tentang keterkaitan erat antara kesulitan dengan dosa, ketaatan dengan kemudahan, dan rezeki seseorang dengan ketaqwannya kepada Allah SWT. Lalu tanyakanlah apakah kita sudah bener-bener taat terhadap setiap perintahNya..ataukah sebaliknya. Lalu akulah, menyerahlah kepada Allah dan katakanlah : "Alhamdulillah, segala puji bagi-Mu ya Rabb yang telah memberi kesempatan untuk bertaubat. Memperbaiki diri.

Ingin Jadi Anak yang Pintar dan Berprestasi?

Oleh: Puput Putri Dia Rahayu, S.Pd. *

Pernahkah pada saat belajar di kelas, kalian merasa sulit untuk memahami materi yang telah dijelaskan? Apalagi pelajaran-pelajaran yang bersifat hitungan seperti Matematika, Fisika, dan Kimia. Hal-hal seperti ini dapat membuat seseorang merasa minder karena menganggap dirinya tidak pintar dibandingkan dengan siswa yang lain. Di sekolah misalnya baik itu tingkat SD, SMP, ataupun SMA sering muncul istilah yang pintar duduk di depan, yang sedang duduk di tengah, lalu yang lamban dalam belajar duduk paling belakang. Setiap anak pasti ingin menjadi pintar. Namun, untuk menjadi anak pintar, kita tidak bisa mengandalkan bakat saja. Ada beberapa hal yang harus kita lakukan supaya pintar, salah satunya belajar. Selain belajar, ada beberapa tips lain yang bisa membuat kita menjadi anak pintar. Apa saja tipsnya? Berikut tiga tips supaya kalian menjadi anak yang pintar.

TIPS 1

Belajar Tidak Hanya Saat Sedang Ujian

Kalian juga harus belajar supaya menjadi anak yang pintar. Kalau tidak belajar, kalian tidak akan tahu apa-apa. O iya, belajarnya jangan hanya saat ujian saja, tapi setiap hari. Belajarnya tidak perlu langsung banyak, sedikit-sedikit saja. Belajar bisa dilakukan dengan dua cara, yakni membacanya dan mengisi soal-soal latihan. Akan lebih bagus kalau kita melakukan keduanya. Belajar sering kali dianggap sebagai hal sepele yang bisa dilakukan



dalam semalam dengan menghafal materi ujian sekaligus pada menit-menit terakhir. Jangan seperti itu! Mulailah menyediakan waktu untuk belajar setiap hari. Dengan adanya jadwal belajar sama seperti membuat janji atau pergi ke sekolah, kalian akan tetap termotivasi untuk melakukan kebiasaan ini.

TIPS 2

Harus Disiplin Diri

Dalam buku berjudul *The Power of Habit: Why We Do What We Do in Life and Business* oleh Charles Duhigg, disebutkan anak dengan disiplin diri yang baik lebih berpeluang sukses di masa depan ketimbang anak dengan IQ tinggi. Salah satu sebabnya adalah, anak yang memiliki disiplin diri lebih mampu

meningkatkan pemahaman berpikir. Sehingga timbul sebuah istilah yang berbunyi "Membaca adalah membuka jendela dunia". Banyak membaca tidak hanya menambah banyaknya jumlah kosa kata saja, tetapi juga membuat lebih fasih dalam melaftalkan kosa kata. Membaca juga dapat meningkatkan pengetahuan umum, dan membuat lebih mampu membuat sebuah percakapan yang menarik, sekaligus dapat memperluas kemampuan komunikasi dan juga kemampuan analisis. Membaca yang dimaksud di sini bukan membaca status FB, baca WA, atau sosial media lainnya, tapi membaca buku PPKn populer, novel, kisah ilmuan, makalah hasil penlitian dll. Buku yang dibaca tidak perlu yang berat-berat, cukup yang dapat menambah wawasan dan pengetahuan. Namun, jika sanggup membaca buku seperti buku ppkn untuk tingkat lanjut itu lebih bagus lagi.

*) Guru baru, mengajar Mapel PKn

mengendalikan emosinya secara sehat, dapat bersikap bertanggung jawab, memiliki kesabaran, dan tahu kapan harus membuat pilihan/keputusan yang benar. Belajar tidak akan berbuah kepintaran kalau kalian tidak disiplin. Supaya kalian bisa disiplin, buat jadwal belajar dan taati jadwal itu. Menurut sebuah penelitian, anak yang disiplin biasanya akan lebih unggul di kelas, dari pada anak yang punya IQ tinggi. Kenapa begitu? Karena anak yang disiplin selalu mengisi otaknya dengan materi pelajaran secara teratur.

TIPS 3

Banyak Membaca

Membaca adalah salah satu dari sekian banyak cara yang dapat



OLAH RASA

Oleh : Warjito, S.Pd. *)

Waktu libur akhir semester, A'an dan l'in (saudara kembar satu sekolah di kelas yang sama) sekeluarga pergi ke rumah kakeknya di daerah pesisir utara pulau Jawa. Mereka betah liburan di sana karena pemandangan gunung dengan bermacam hasil buah, berpadu dengan pemandangan laut yang pantainya masih bersih tanpa polusi. Hasil laut pun murah dan melimpah. Belum lagi di tiap sudut desa selalu ada aktifitas orang mengukir yang hasil kerajinan ini sudah mendunia.

Sore setelah dari pantai, Aan dan l'in duduk bersama keluarga di teras rumah kakeknya. Setelah berbincang tentang asyiknya mereka mendaki gunung sambil memetik buah-buahan segar tempo hari. Atau yang tadi baru dialami, berenang di pantai, usai renang disambut hidangan ikan bakar yang aromanya menggoda selera.

"A'an... coba kamu ceritakan apa kehebatan sekolah kamu!" tanya sang kakek yang baru datang bergabung sambil menata duduknya di kursi malas.

"Sekolah saya tuh sering menujawai pertandingan olah raga Kek... mulai tingkat kecamatan sampai nasional. Dari berbagai cabang, atletik, volly, sepak bola, lari, yang terakhir ada olahraga baru yang disebut pentaque... ini yang sampai tingkat internasional. Dan SMP sekabupaten, satu-satunya yang memiliki kelas olah raga hanya SMP kami."

"Dalam hal kebersihan, kesehatan dan kerindangan, SMP kami juga mendapat penghargaan sebagai sekolah adiwiyata nasional. Saat ini sedang menuju sekolah adiwiyata mandiri. Untuk pidato Bahasa Inggris, mendapat juara 1. Mengalahkan SMP kota. Belum lagi prestasi-prestasi lain. Hebat kan... tanya saja pada l'in, Bapak.. atau Ibu... mereka juga tahu kug...!"

"Wah cukup hebat ya An.. SMP kamu itu.... tidak keliru berarti Bapak Ibu menyekolahkan kalian di situ. Sekarang giliran saya ingin bertanya pada l'in, apakah semua siswa di

SMP kamu berprestasi ,seperti yang disebutkan A'an tadi...?"

"Ya tentu.....tidak...!!! Kek....! Sahut l'in yang dari tadi sambil memijat kaki kakeknya.

Bapak dan Ibu mereka hanya tersenyum mendengar percakapan tersebut.

"Nah sekarang kakek ingin kasih nasehat pada kalian. Memang dalam hidup itu diperlukan pikiran yang cerdas, badan yang sehat kuat atau ketrampilan yang hebat. Semua itu akan lebih baik kalau disertai dengan kepekaan rasa ."

"Kalau terlalu peka nanti kita jadi orang yang mudah tersinggung ,Kek?" sela si A'an.

"Itulah ukuran yang harus digunakan dalam berkata dan bersikap. Jika sekiranya perkataan atau sikap itu membuat kita tersinggung , maka orang lain pun tersinggung pula. Karena setiap insan itu memiliki rasa kemanusiaan yang merupakan karunia Allah."

"Nabi Muhamad itu diutus untuk memperbaiki akhlak umat manusia. Urusan akhlak dan rasa kemanusiaan ini kamu tidak boleh menyelekannya. Jadi orang penting itu baik, tapi lebih penting jadi orang baik. Sering-seringlah "ngudara" mawas diri, temukan kesalahan-kesalahanmu dalam berucap dan bersikap untuk tidak diulang lagi, atau belajarlah menemukan keharusan-keharusan untuk kamu lakukan hari ini atau nanti. Jangan karena kamu jadi orang penting lalu meremehkan perasaan orang lain, berkata sesuka hati . Sebelum bicara sebaiknya ditahan sejenak ,pikir dulu , teliti ,pertimbangkan yang matang. "

"Spontanitas , gerak-gerik dan percakapan alamiah hanya cocok bagi yang "durung Jawa" belum dewasa dalam berpikir, anak-anak, mereka yang berpikiran pendek, atau "



wong gak Jawa " orang gila. Jangan cuma merasa bisa tapi kamu juga harus bisa merasa; Orang yang berilmu luas cirinya punya tatakrama ,etika yang budi bahasanya membuat tenram orang lain. Barangsiapa melukai hati orang lain, sebenarnya dia melukai hatinya sendiri. Kulit yang tergores pisau mungkin akan sembuh,tapi hati yang terluka karena tajamnya mulut kadang seumur-umur masih sulit terlupakan.Kalau tidak bisa berkata yang baik sebaiknya diam. Orang yang berperangai kasar jarang mendapat kebahagiaan dan kedamaian."

"Jangan cuek pada tiap keadaan, inti kesopanan adalah peduli terhadap keadaan disekitarmu.Berilah tempat pada orang-orang yang lebih baik. Tawadluh ,rendah hatilah, agar bisa tepat dimana posisimu. Tapi kesombongan selalu mencari tempat lebih tinggi,ingat ...seseorang tidak akan sukses tanpa bantuan orang lain.Jangan suka disanjung, sanjungan atau puji merupakan makanan orang bodoh. Manusia yang menganggap tubuh, harta, kedudukan ,adalah segalanya maka dia tidak bisa memurnikan jiwanya. Dunia seisinya ini akan sirna,tubuh bisa disakiti, tapi jiwa itu abadi, pahamilah kehidupan dari sudut rasa,hati atau jiwa."

"Batasan kekuatan seseorang terletak pada hatinya. Hormatilah orang yang hatinya tahu hakekat kebenaran dan mampu mengatakannya. Berbicaralah dengan kata-kata yang baik karena tak seorangpun akan marah karenanya. Orang bijak tidak mengatakan semua yang diketahui tapi ia tahu segala yang dikatakan. Hati orang yang bodoh ada di mulutnya, tapi mulut orang bijak ada di hatinya. Bicara adalah gambaran pikiran dan pelita jiwa, berbicaralah menurut tingkat kecerdasan yang kau ajak bicara. Orang yang serba tahu sangatlah menjemukan. Barangsiapa tahu tatakrama etika suasana batin atau "duwe duga " akan tahu juga arti kemuliaan."

"Wah.. ternyata hidup tidak sesederhana yang saya bayangkan ya Kek...." sela l'in.

"Kamu beralih dari masa kanak-kanak ke remaja dan nanti akan tua seperti bapak,ibu,kakek,nenek. Belum terlambat untuk belajar olah rasa.Mulailah dari mengerti perasaan orang tuamu. Kalau kalian saat ini belum bisa membahagiakan orang tua dengan materi paling tidak jangan menyakiti hatinya. Ringankanlah beban ibu dengan membantu membersihkan rumah atau memasak. Bantulah bapakmu dengan mencuci motornya, mencuci pakaianmu atau tempat makanmu sendiri. Jangan sampai ibu bapak sibuk kerja, kalian cuma main HP melulu."

"Jangan mengusik ketenangan tetangga karena suara knalpot motormu. Jika mau duduk disebelah orang bilang permisi, kalau terpaksa harus minta bantuan dahului dengan kata tolong. Hargai jasa orang sekecil apapun dengan ucapan terima kasih, begitu juga kesalahan sekecil apapun yang kamu lakukan mintalah maaf. Berkata dan berbuatlah sopan, dengan siapa saja, di mana pun berada in sya Allah kamu akan selalu dihargai orang.Termauk coment di WA, itu juga harus hati-hati."

"Pandai-pandailah menjaga perasaan gurumu, jangan sampai membuatnya merasa tidak dihargai. Di samping mengajar supaya muridnya pintar berhitung,menulis, membaca; guru juga mendidik, agar siswanya mengerti dan punya pengertian, pendidikan itu tujuannya memanusiakan manusia. Itu hanya sebagian kecil contoh perilaku yang berkaitan dengan perasaan, masih banyak yang lainnya."

A'an dan l'in mendengarkan nasehat kakek dengan penuh perhatian sampai tak terasa adzan magrib sayup-sayup terdengar .Segera mereka semua ambil wudlu lalu sholat berjamaah."

*) Mengajar Seni Budaya

Usia yang Bermanfaat



Oleh : Reso Handoko*)

Terkadang usia yang panjang masanya, tetapi sedikit manfaatnya.Terkadang usia itu pendek masanya, akan tetapi lebih banyak manfaatnya.

Ada pepatah yang berbunyi, jauh berjalan banyak dilihat, lama hidup banyak dirasai. Benar, apabila manusia itu suka bepergian ia akan banyak memperoleh pengalaman, pemandangan dan penghayatan. Apabila lama hidupnya dan panjang umurnya. Karena semua perjalanan hidup manusia akan memberi makna tersendiri baginya.

"Usia" itu bukan karena panjang dan pendeknya akan tetapi kita lihat manfaat dan mudharatnya. Sebagus-bagus usia itulah usia yang banyak manfaatnya. Rasulullah SAW bersabda "Sebaik-baik manusia ialah orang yang panjang umurnya, dan bagus amalnya, dan sejelek-jelek manusia ialah orang panjang umurnya akan tetapi rusak amalnya.

Sedangkan yang dinamakan usia yang barakah ialah usia yang selalu membawa kita dalam / kemanfaatan dunia dan akhirat. Selama ada kesempatan usia sedapat mungkin untuk meraih keberuntungan baik di dunia maupun untuk kepentingan akhirat, tentunya yang kita cari adalah keberuntungan yang mendapat ridho dari Allah SWT.

Seperi yang diucapkan oleh Abul Abbas Al Mursy "Alhamdulillah semua waktu-waktu kami merupakan lailatul qadar, artinya semua waktu terisi dengan amal yang bermanfaat.

Dan jangan sampai waktu yang didapatkan dari usia, ibarat air yang disiramkan ke atas pasir yang panas. Airnya menguap pasirnya tidak basah.

Thank you, the security

Dalam rangka Hari Santri Nasional (HSN) 2019, Lembaga Seniman Budawayan Muslimin Indonesia (Lesbumi) Lamongan Jawa Timur menggelar Jelajah Sejarah dan Ngaji Relief (Sabtu, 02/11/2019) dengan Narasumber Dwi Cahyo (Arkeolog UM Malang). Lokasi yang dipilih adalah lokasi yang terkait dengan kesejarahan. Seperti halnya lokasi situs Drajat dan Sendang Duwur merupakan 2 situs islam yang cukup tua di wilayah pantai utara.



JELAJAH SEJARAH LAMONGAN & Ngaji Relief

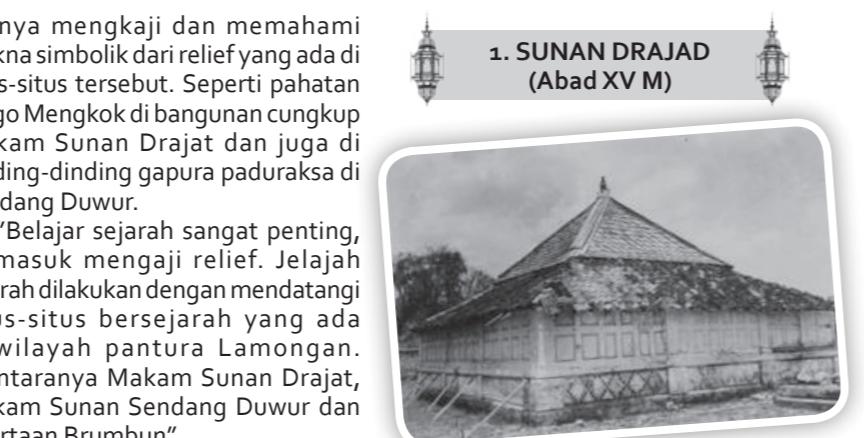
Jelajah Sejarah merupakan salah satu cara untuk memberikan edukasi kepada generasi muda terkait situs-situs bersejarah agar kelestariannya tetap terjaga. Alasannya, realitanya masih banyak kalangan yang kurang memiliki perhatian yang serius terhadap situs-situs masa awal perkembangan islam.

Dalam kegiatan jelajah, para peserta juga diajak untuk mempelajari relief-relief yang terdapat pada situs yang dikunjungi. "Baik dari sisi kajian kesejarahan terhadap situs maupun upaya pelestarian terhadap situs".



Intinya mengkaji dan memahami makna simbolik dari relief yang ada di situs-situs tersebut. Seperti pahatan Singo Mengkok di bangunan cungkup makam Sunan Drajat dan juga di dinding-dinding gapura paduraksa di Sendang Duwur.

"Belajar sejarah sangat penting, termasuk mengaji relief. Jelajah sejarah dilakukan dengan mendatangi situs-situs bersejarah yang ada di wilayah pantura Lamongan. Diantaranya Makam Sunan Drajat, Makam Sunan Sendang Duwur dan Petirtaan Brumbun".



Sunan Drajat diperkirakan lahir pada tahun 1470 Masehi. Nama kecilnya adalah Raden Qasim, kemudian mendapat gelar Raden Syarifudin. Dia adalah putra dari Sunan Ampel, dan bersaudara dengan Sunan Bonang. Ketika dewasa, Sunan Drajat mendirikan pesantren Dalem Duwur di desa Drajat, Paciran, Kabupaten Lamongan. Sunan Drajat yang

mempunyai nama kecil Syarifudin atau raden Qosim putra Sunan Ampel dan terkenal dengan kecerdasannya. Setelah menguasai pelajaran islam ia menyebarkan agama Islam di desa Drajat sebagai tanah perdikan di kecamatan Paciran. Tempat ini diberikan oleh kerajaan Demak. Ia diberi gelar Sunan Mayang Madu oleh Raden Patah pada tahun saka 1442/1520 Masehi.

Warisan Tertulis



Pada masa Islam telah berkembang kebudayaan lisan-tulis yang dibuktikan dengan adanya naskah badu wanar dan serat yusuf yang tersimpan di museum Sunan Drajad. Selain itu, cerita lisan mengenai Sunan Drajad juga sudah cukup dikenal. Pada masa Mataram, Lamongan berkedudukan sebagai vasal yang dibuktikan sebutan cacah pada Amangkurat II.

Bangunan

Salah satu warisan dalam bentuk benda material dari sekitar periode kehidupan Sunan Drajad ialah bangunan kompleks makam Sunan Drajad. Bangunan kompleks Sunan Drajad ini secara keseluruhan terdiri dari tiga susunan halaman. Pada masing-masing halaman terdapat pintu masuk. Berdasarkan bentuk subasemen atau kakinya, gapura itu diduga berbentuk candi bentar dan paduraksa atau kori agung. Sebagai akibat gempa bumi yang terjadi pada tahun 1950 seluruh bangunan kompleks Sunan Drajad hancur, tidak terkecuali gapura candi bentar dan kori agungnya.



Cungkup makam Sunan Drajad



batu nisan, fondasi atau subasemen cungkup, dan pada pintu gerbang.

Gamelan

Adapun sisa-sisa perangkat gamelan yang diduga sebagai peninggalan dari Sunan Drajad (sekarang tinggal tempatnya) antara lain: bonang, angklung, ketuk, rebab, gender, dan saron. Harta warisan budaya tersebut sekarang disimpan di museum Sunan Drajad.

Gending

Gending adalah seperangkat musik untuk mengiringi lagu-lagu Jawa. Karya sastra Jawa kuno dan Jawa madia sebagian besar dalam bentuk syair disebut kakawin. Dalam proses Islamisasi, walisanga telah menggunakan macapat sebagai media dakwah. Dalam gerakan dakwah Islam Sunan Drajad menulis lagu pangkur. Kata pangkur itu kemudian berasimilasi dengan perkembangan sastra macapat pada akhir abad ke-15.

Suluk

Salah satu warisan budaya dari era islamisasi Nusantara ini adalah sastra suluk. Sunan Drajad memanfaatkan kesamaan inti ajaran seperti dikemukakan untuk memudahkan ajaran tasawuf yang dikemas dalam sastra suluk, dengan lagu macapat yang spesifik Jawa agar mudah diterima di kalangan masyarakat luas, terutama pada masyarakat bawah. Tidak mustahil atau boleh jadi Sunan Drajad kemudian juga memanfaatkan bait-bait dari Serat Dewa Ruci atau Nawa Ruci yang waktu itu telah

Warisan Sunan Drajad membuktikan bahwa kebudayaan dan sastra Jawa tidak terhenti karena berkembangnya Islam, justru perkembangan Islam telah memberikan sumbangan bagi pemikiran keagamaan lewat karya-karya sastra suluk.

Museum Sunan Drajad


Museum Sunan Drajad adalah museum khusus yang menyimpan benda-benda peninggalan Sunan Drajad yang biasanya digunakan sebagai sarana syiar agama Islam, serta benda bersejarah lainnya. Terletak diatas lahan seluas 4 hektar di area makam Sunan Drajad.

2. MAKAM SENDANG DUWUR
Sunan Nur Rahmat di Sendangduwur (Abad XV)


Makam Sendang Duwur terletak di Desa Sendang Duwur, Kecamatan Paciran, Kabupaten Lamongan. Desa Sendang Duwur kurang lebih 4 km berada di sebelah tenggara Desa Paciran, tepatnya berada di sebuah Bukit Amituno atau Bukit Tunon yang berketinggian ± 50-70 diatas permukaan laut. Bangunan makam Sendang Duwur memberi kesan pertama sebagai gugusan candi kecil daripada suatu peninggalan kepurbakalaan Islam peralihan setelah Majapahit runtuh. Bangunan tersebut relative masih lengkap, sejak dipugar pertama kali pada tahun 1938. Lokasi makam tersebut di sebuah bukit yang merupakan salah satu cirri khas dari bangunan Islam di Jawa. Di atas bukit Dusun Sendang duwur inilah dimakamkan Sunan Nur Rahmat, yang wafat pada tahun 1561 M. dan diatas

bukit ini pula dibangun masjid kuno yang bertarikh 1585M.

Gapura Komplek Makam Sendang Duwur


Komplek Makam Sendang Duwur terbagi dalam beberapa halaman yang berada di sebelah utara dan barat Masjid Sendang Duwur. Tiap-tiap halaman dibatasi oleh pagar dengan pintu gerbang sebagai jalan masuknya. Secara umum komplek makam dibagi menjadi empat halaman dengan pola tata letak tersusun kebelakang dengan makam Sunan Sendang (Raden Nur Rahmad) berada di halaman III (paling belakang). Letak bangunan pintu gerbang yang berjumlah tujuh buah seolah-olah melingkar bagian dinding masjid dari depan sebelah kanan, nelingkar kearah selatan, kemudian membelok ketimur yang berlawanan dengan arah jarum jam (Prasawa) Jawa. Pintu Gerbang di Komplek

Gapura Paduraksa


Makam Sendang Duwur berbentuk Bentar dan Paduraksa, yang dimana ketujuh bangunan Pintu Gerbang tersebut dibangun pada dataran yang berbeda-beda ketinggiannya. Dalam

sejarah kesenian Indonesia-kuno kedua pintu gerbang yang cungkupnya tertutup itu lazim dinamakan Paduraksa, yang sebaliknya dari sebutan candi bentar untuk pintu gerbang terbelah atau terpisah.

Sekitar sisi barat dari Masjid Sendang Duwur. Di halaman ini tersebut terdapat makam tokoh utama yaitu makam Sunan Sendang (Raden Nur Rahmad) yang diperkirakan sebagai pendiri pertama Masjid Sendang Duwur. Makamnya berdiri di atas teras dan di beri pelindung bangunan beratap (cungkup). Pada teras cungkup tersebut terdapat bingkai dari batu yang mempunyai hiasan relief motif flora. Sebelum masuk ke cungkup sebelah Selatan ada pintu gerbang bentuk candi bentar yang mempunyai semacam sayap. Di bawah sayap terdapat panel-panel hiasan motif flora dengan garis-garis kreasif dan motif-motif tumpal, di dekat pintu gerbang ini dahulu terdapat dua buah patung singa dari kayu yang kini tinggal bekas kakinya saja, dua buah patung singa tersebut dibawa ke Museum Nasional Jakarta.

3. PATIRTAAN TEPANAS BRUMBUN

Patirtaan air panas Brumbun terletak di Desa Kranji, Kecamatan Paciran, Kabupaten Lamongan, Jawa Timur. Bagi sebagian besar masyarakat Lamongan, Brumbun dikenal sebagai destinasi wisata mata air panas alami. Setiap hari selalu saja ada pengunjungnya. Tidak hanya dari masyarakat sekitar, pengunjung Brumbun bisa dari luar daerah. Selain sumber air panas alami, Brumbun juga menyajikan pemandangan sejuk dan eksotis. Berupa tanaman pohon besar dan rindang berusia ratusan tahun.

Menurut cerita sejarah, Brumbun adalah situs tua yang keberadaannya jauh sebelum kerajaan Majapahit berdiri, tepatnya era Airlangga. Yang selanjutnya, Raden Qosim atau Sunan Drajat melanjutkan pemanfaatan sekaligus pelestari tempat tersebut. Sehingga menjadi tidak aneh cerita tentang Brumbun begitu melekat dengan sosok Mbah Sunan Drajat.

Sumur Tua dan pemandian kuno


Pemandian kuno ini dibuktikan dengan adanya susunan batu-bata khas jaman masa lalu di bagian samping-bawah bangunan pemandian. Menurut cerita bahwa dulu terdapat arca di area sekitar pemandian. Namun, beberapa tahun kemudian arca tersebut hilang, kemungkinan dicuri orang. Selain arca, juga banyak ditemukan pecahan keramik kuno di sekitar Brumbun.

Susunan Batu


Adanya batu-batu yang mirip berbentuk susunan terletak di sebuah bukit dekat sumber mata air panas. Berdasarkan sejarah batu-batu tersebut merupakan susunan bangunan yang menyerupai candi. Batu-batu tersebut berada diatas bukit Brumbun yang diantaranya diduga merupakan situs prasejarah jaman Megalithikum (batu besar).

Brumbun mempunyai tutur cerita yang menarik disimak. Hal tersebut diperkuat dengan bukti arkeologis nyata. Meski masih berupa puzzle atau kepingan-kepingan yang sampai saat ini belum bisa terbaca dengan lengkap, tetapi dari beberapa bukti yang ada, cukuplah gamblang untuk menggambarkan bahwa Brumbun tidak sekedar wisata air panas biasa. Melainkan sebuah situs yang keberadaannya mempunyai arti penting terhadap kehidupan dimasa lampau.

*) Mengajar IPS

LIMA TIPS MENGATASI Kecanduan Gadget pada Remaja

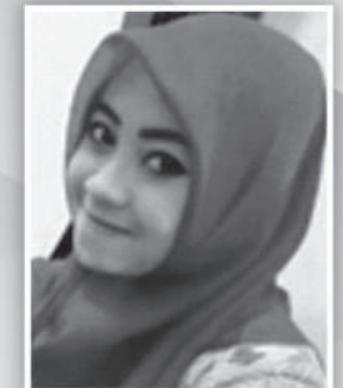
Oleh: Ana Silvianah Z., S.Pd. *)



Ilmu pengetahuan dan teknologi yang dewasa ini semakin berkembang, ternyata menimbulkan dampak bagi remaja. Salah satunya semakin hari, semakin bertambah remaja yang kecanduan gadget. Lantas bagaimana cara mengatasi remaja yang kecanduan gadget?

Apa saja ciri-ciri remaja yang terjangkit kecanduan gadget?

1. Remaja menjadi lupa waktu. Remaja yang kecanduan gadget bisa saja lupa tidur, lupa makan, lupa belajar, hingga lupa melaksanakan tanggung jawab di sekolah atau pun rumah.
2. Remaja jadi sulit berkonsentrasi. Rasa kecanduan membuat remaja jadi gelisah, cepat bosan, bahkan mudah marah apabila dipisahkan dari gadget.
3. Remaja hanya senang ketika di depan gadget. Aktivitas bermain gadget bisa dianggap sebagai aktivitas yang paling menyenangkan. Hal itulah yang membuat remaja semakin hari semakin kecanduan gadget.
4. Remaja menjadi antisosial. Bermain gadget dianggap lebih menyenangkan bagi remaja yang kecanduan dari pada berkumpul, bersosialisasi, atau bermain dengan teman sebayanya.
5. Remaja jadi sering berbohong. Remaja yang kecanduan gadget akan melakukan berbagai cara, ketika keinginannya menemui halangan. Salah satunya adalah berbohong agar dapat bermain gadget lagi.
6. Remaja mengalami gangguan kesehatan. Gangguan kesehatan yang sering dialami remaja yang kecanduan gadget adalah mata memerah. Hal itu terjadi karena remaja tersebut telalu lama di depan layar gadget.


Lima tips mengatasi remaja yang kecanduan gadget

1. Remaja perlu diberi pengetahuan tentang bahaya gadget. Orangtua atau guru perlu membekali remaja mengenai pengetahuan bahaya gadget. Hal tersebut cukup efektif dalam mengurangi aktivitas remaja dalam menggunakan gadget sehari-sehari.
2. Remaja perlu dibatasi dalam penggunaan gadget dalam 1 hari. Tindakan disiplin kepada anak akan berdampak positif bagi perkembangan psikologisnya. Tidak ketinggalan sanksi yang tegas harus diberikan, apabila anak melanggar ketentuan yang telah ditetapkan orangtua.
3. Perlu memberi password pada gadget. Pemberian password juga dianggap efektif dalam mengurangi aktivitas remaja dengan gadget. Orangtua tinggal mengatur waktu bagi aktivitas anak dalam penggunaan gadget setiap hari.
4. Biasakan untuk meluangkan waktu bermain dengan anak. Kecanduan gadget sebenarnya menjadi dampak karena anak kurang mendapatkan waktu bermain bersama orangtua. Kesibukan pada dunia kerja membuat orangtua sedikit memiliki waktu berkumpul, berbincang, hingga bercanda dengan anak. Oleh karena itu perlu meluangkan waktu untuk berkumpul, sehingga anak akan melupakan gadget.
5. Remaja jangan dibiasakan memanfaatkan Internet untuk mencari hiburan. Situasi ini bisa membuat remaja akan terus mencari hiburan melalui internet yang ada di gadgetnya. Pemanfaatan internet perlu dibatasi, khusus untuk kebutuhan belajar. Dengan demikian pemanfaatan gadget pada remaja harus selalu dikontrol.

*) Mengajar Seni Budaya

Saat ini di Kabupaten Lamongan sedang digalakkan kegiatan gerakan masyarakat hidup sehat. Kegiatan ini mengingatkan kita semua akan kebersihan, makan makanan sehat dan bergizi serta selalu memeriksakan kesehatan secara rutin. Germas digalakkan berdasarkan Instruksi Presiden Republik Indonesia No.01 Tahun 2017, di tetapkan dan dikeluarkan oleh presiden pada tanggal 27 Februari 2017.

Apabila kita perhatikan tiga puluh tahun terakhir ini terjadi perubahan pola penyakit terkait dengan perilaku manusia

mulai tahun 1990 hingga 2010 penyebab terbesar kesakitan dan kematian berdasarkan penelitian tim kesehatan ada dua jenis penyakit yaitu penyakit menular dan penyakit tidak menular. Penyakit menular seperti infeksi saluran Pernafasan Atas, Tuberkulosis, Diare.

Sedangkan penyakit tidak menular se-

Apa sih GERMAS itu? Pengertiannya Suatu tindakan yang sistematis dan terencana yang dilakukan secara bersama-sama oleh seluruh komponen bangsa dengan kesadaran, kemauan dan kemampuan berperilaku sehat untuk meningkatkan kualitas hidup.

Tujuan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat agar masyarakat berperilaku sehat sehingga berdampak pada kesehatan terjaga, produktif, lingkungan bersih, biaya untuk berobat berkurang. Gerakan Masyarakat Hidup Sehat ini dilaksanakan seluruh lapisan masyarakat dengan mempraktekan pola hidup sehat sehari-hari baik secara individu, keluarga dan masyarakat dan menggerakkan institusi dan

GERMAS

Gerakan Masyarakat Hidup Sehat

Oleh: Dra. Rr. Retno Palupi, M.Pd. *)

peri Tekanan darah tinggi, stroke, jantung, kanker, kencing manis.

Faktor resiko penyebab penyakit tidak menular yaitu

1. Kurang Aktivitas Fisik menyebabkan perut buncit, badan mudah lelah
2. Kurang konsumsi buah dan sayur menyebabkan sulit buang air besar/bila luka jaringan kulit sulit kering
3. Minum Alkohol menyebabkan kematian
4. Merokok menyebabkan penyakit paru-paru bahkan warna paru-paru berubah hitam karena nikotin
5. Buang air besar sembarangan menyebabkan sakit perut dan sebagainya.

Pencemaran lingkungan dan penyakit tidak menular ini karena adanya zat pencemar merusak lingkungan. Zat pencemar lingkungan dan akibatnya antara lain: Gas buang dari kendaraan bermotor, limbah pabrik, asap rokok, logam berat dan pestisida. Akibat yang ditimbulkan: mencemari air minum, polusi udara, dan mencemari tanah pertanian, serta mencemari tanaman sayur mayor.

Jika zat pencemar masuk ke tubuh manusia menyebabkan terkena penyakit tidak menular seperti tersebut diatas. Oleh sebab itu penyakit tidak menular perlu dicegah melalui Gerakan Masyarakat Hidup sehat (GERMAS).

Suatu tindakan yang sistematis dan terencana yang dilakukan secara bersama-sama oleh seluruh komponen bangsa dengan kesadaran, kemauan dan kemampuan berperilaku sehat untuk meningkatkan kualitas hidup.

6.

Membersihkan Lingkungan contohnya lingkungan rumah/ tempat tinggal bisa secara individu atau gotong royong warga.

7.

Menggunakan Jamban sehat jangan buang air besar sembarang tempat.

Marilah biasakan kita bersama peduli lingkungan menjaga kesehatan dan hidup sehat, makan makanan bergizi utamakan megkonsumsi buah serta sayur-sayuran. Ayo hidup sehat.

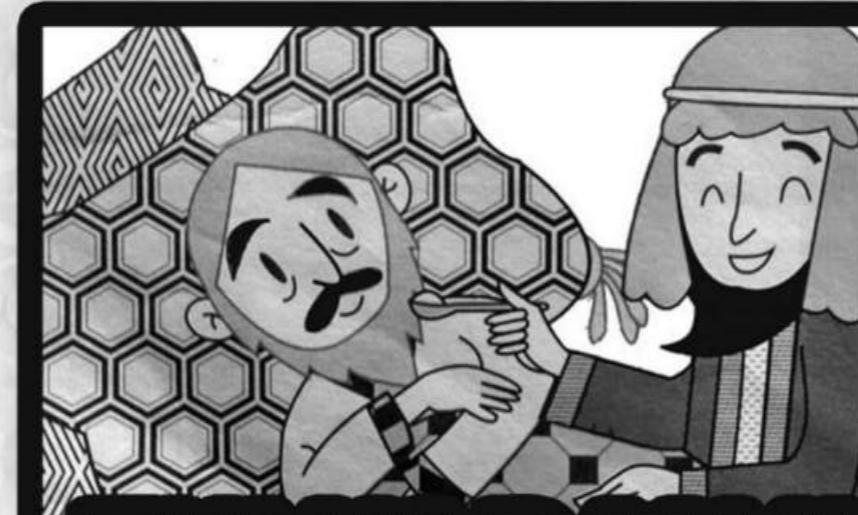
*) Mengajar Bahasa Indonesia

organisasi masing-masing seperti akademis, dunia usaha dan organisasi masyarakat. Serta menyediakan kurikulum pendidikan, fasilitas olahraga, sayur dan buah, fasilitas kesehatan, transportasi, kawasan tanpa rokok, taman untuk beraktivitas, iklan layanan masyarakat, car free day, dan sebagainya baik itu pemerintah pusat maupun daerah.

Bentuk kegiatan Gerakan masyarakat hidup sehat diantaranya :

1. Melakukan aktivitas fisik yang dapat dilakukan dimana saja kapan saja Contohnya : menyapu halaman Rumah, mencuci pakaian di rumah, diperjalanan gerakan kaki saat menyupir perjalanan jauh dengan berhenti sejenak, di sekolah berolah raga, ditempat kerja senam sambil menggerakkan badan tak lupa ditempat umum kita bisa jalan kaki atau bersepeda santai. Semua itu dapat kita lakukan minimal 30 menit sehari.
2. Mengonsumsi sayur dan buah yang harus tersedia dalam menu sehari-hari seperti pisang, jeruk, semangka dan sebagainya sedangkan sayur seperti kangkung, kacang panjang, bayam dan lain-lain
3. Tidak merokok.
4. Tidak mengkonsumsi alkohol
5. Memeriksakan kesehatan secara rutin setiap 6 bulan sekali seperti cek tekanan darah, cek kadar gula darah, cek kolesterol, tes darah lengkap di laboratorium, cek lingkar perut dan deteksi dini kanker leher Rahim bagi prempuan Rahim.
6. Membersihkan Lingkungan contohnya lingkungan rumah/ tempat tinggal bisa secara individu atau gotong royong warga.
7. Menggunakan Jamban sehat jangan buang air besar sembarang tempat.

Marilah biasakan kita bersama peduli



Oleh: Yusuf Efendi *)

TULUS DAN IKHLAS

Mendapat Imbalan Mutiara Terindah

D i satu cerita, ada seorang bapak tua yang mempunyai empat orang anak. sang ayah jatuh sakit dan tidak bisa melakukan apa-apa. ia hanya berbaring diranjang saja sepanjang hari.

Salah seorang dari ke empat anaknya itu merawat sang ayah yang sedang terbaring sakit, karena tiga anak yang lainnya tidak mau mengurus dan merawat ayah mereka yang sedang sakit. ia tetap melakukan semua nya dengan tulus dan dengan hati yang ikhlas.

Suatu ketika, sang ayah meninggal dunia, dan ia pun begitu sedih. Selain karena kehilangan ayah yang sangat dicintainya, harta warisannya pun di ambil semua oleh ketiga saudaranya yang lain.

Pada suatu malam, ia bermimpi bertemu dengan sang ayah, di dalam mimpiya sang ayah menyuruhnya untuk pergi kesuatu tempat. Ditempat itu ada uang dengan jumlah seratus dinar.

Pada pagi harinya ia pun menceritakan mimpiya itu kepada sang istri yang langsung menyarankan agar ia mendatangi tempat itu. Namun ia tidak mau.

Pada malam berikutnya, ia bermimpi lagi dengan mimpi persis seperti malam sebelumnya. Namun la

tetap tidak mau mendatangi tempat yang disebut dalam mimpiya. Kemudian di malam ketiga berikutnya lagi ia bermimpi lagi hal yang sama persis. Dan akhirnya pun ia pergi ketempat yang disebutkan oleh sang ayah didalam mimpiya itu untuk mengambil uang sejumlah seratus dinar. Tapi sesampainya di tempat itu ia hanya mengambil satu dinar saja dari sana.

Dengan suka cita, ia pun pergi ke pasar. Dan ia pun membeli dua ekor ikan yang besar-besaran. Sesampai dirumah, istinya sangat senang dan segera membersihkan ikan-ikan itu. Betapa terkejut istrinya ketika membelah perut ikan terdapat **dua buah mutiara** yang paling indah dari yang pernah ia lihat selama hidupnya

Imbalan Suka Menolong



Orang-orang dikampungnya mendengar berita temuan ajaib itu, dan berdatangan ingin melihatnya. Dan pada akhirnya berita ini pun sampai ketelinga Raja. Ketika Raja melihat mutiara yang menjadi pembicaraan ramai di masyarakat, ia sangat terpesona akan keindahan dari mutiara itu.

Dan ditukarlah dua mutiara indah itu dengan uang emas yang banyak sekali jumlahnya.

Hikmah Cerita : Adik-adik yang baik, kita harus melakukan perbuatan baik dengan hati yang ikhlas dan tanpa mengharapkan imbalan. Allah SWT akan menyukai dan akan membala perbuatan kita di suatu saat yang tidak terduga.

*) Staf Tata Usaha



Sesungguhnya Allah SWT telah menanamkan fitrah kebaikan kepada manusia. tanpa kecuali, semua manusia pasti mencintai kejujuran, keadilan, kebersihan dan keindahan. Bahkan orang kafir pun mempunyai perasaan yang sama. Hanya saja kekafiran menjadi penghalang bagi jiwanya untuk mengakui perasaan tersebut.

Kebaikan Itu Menenteramkan

Sam dengan kebaikan, setiap manusia masih mempunyai hati nurani yang membenci ketidak-adilan, kediktatoran, penyelewengan, korupsi, selingkuhan dan pengkhianatan. Hanya saja interes dan kepentingan hawa nafsu sering kali menjadi penghalang terhadap fitrah tersebut. mereka mengingkari kebenaran dan hati nuraninya sendiri.

Mencintai keimanan dan menjadikan keimanan itu indah dalam hati merupakan puncak kebahagiaan. Orang yang bahagia bukanlah orang yang bertabur bintang prestasi, melimpah materi dan populer di masyarakat. Orang berbahagia adalah mereka yang dapat mengekspresikan kecintaannya pada keimanan dan keyakinannya, lalu membelanya hingga tetes darah penghabisan. Itulah kebahagiaan yang sebenarnya.

Bisa jadi mereka bertabur prestasi dan berlimpah materi. Mungkin pula mereka sangat populer di tengah masyarakatnya, atau bahkan sangat sederhana, tak punya apa-apa, sebab modal utama kebahagiaannya adalah mencintai keimanan. Keimanan itu menjadi indah di hatinya. Mereka tidak pernah rela menukar keimannya dengan apapun, karena keimanan itu menjadi taruhan segala-galanya.

Allah SWT berfirman yang artinya: "Hai orang-orang yang beriman, suakah kamu aku tunjukkan suatu perniagaan yang a ng d a p a t menyelamatkanmu dari adzab yang pedih? (Yaitu) kamu beriman kepada Allah dan Rasul-Nya dan berjihad di

jalan Allah dengan harta dan jiwanmu. Itulah yang lebih baik bagimu, jika kamu mengetahui."(Ash-Shaf[61]:10-11).

BAHAGIA ATAS KEBAIKAN

Bagi orang beriman mencintai kebaikan dan membenci kejahanatan adalah paket yang tidak dapat dipisahkan. Orang yang beriman tidak bisa mencintai kebenaran dan kejahanatan sekaligus. Demikian sebaliknya, orang tidak beriman tidak bisa mencintai kekufuran sekaligus mencintai keimanan. Ketika iman masuk dalam qalbu, maka dengan sendirinya kekufuran hilang dari dirinya. Demikian juga sebaliknya.

Allah SWT berfirman yang artinya: "Allah sekali-kali tidak menjadikan bagi seseorang dua buah hati dalam rongganya..."(Al-Ahzab [33]:4).

Ketika seorang mukmin mencuri, maka ketika ia mencuri sesungguhnya imannya sedang melayang, entah kemana. Demikian juga yang berzinah, dia tidak melakukan perzinahan ketika imannya memenuhi rongga dadanya.

Orang yang berusaha bersungguh-sungguh memelihara fitrahnya terbimbing untuk senantiasa melakukan kebaikan. Sebaliknya hati mereka gusar dan gelisah jika melakukan keburukan. Jangankan sampai melakukan keburukan, menyaksikan dan mendengarnya saja sudah merisaukan.

Rasulullah SAW bersabda yang artinya:

"Sesungguhnya kebaikan itu mendatangkan ketenangan, sedangkan kejelekan itu senantiasa memunculkan kegelisahan."(Riwayat al-Hakim).

Melalui hadits ini Rasulullah SAW menjelaskan, Allah memberikan fitrah kepada manusia untuk mengetahui kebenaran sekaligus menerima dan membelanya. Hati manusia yang masih fitrah niscaya terpanggil untuk menerima, mengikuti dan memperjuangkan kebenaran tersebut.

Allah SWT berfirman yang artinya: "Maka hadapkanlah wajahmu dengan lurus kepada agama Allah; (tetaplah atas) fitrah Allah yang telah menciptakan manusia menurut fitrah itu. Tidak ada perubahan pada fitrah Allah. Itulah agama yang lurus, tetapi kebanyakan manusia tidak mengetahui."(Ar-ruum [30]:30).

Diyakini, fitrah Allah Ta'ala berlaku sepanjang hidup. Jaman boleh berubah. Situasi boleh berganti. Generasi boleh berubah dari waktu ke waktu. Tapi hal yang pasti bahwa fitrah manusia untuk menerima dan mencintai kebenaran tidak pernah berubah.

Allah SWT telah menetapkan fitrah-Nya setiap mukmin merasa tenang dengan zikir kepada-Nya, karena hatinya telah lapang dengan cahaya keimanan tersebut. Ketika mereka menghadapi suatu yang samar dan tidak jelas benar-tidaknya, maka hatinya membimbingnya untuk menentukan pilihan berdasarkan hati yang fitrah. Jika hatinya merasa tenram dan tenang atas pilihan

tersebut, maka dilakukannya. Sebaliknya, jika hatinya merasa gelisah dan resah, dipastikan hal tersebut merupakan dosa dan harus ditinggalkannya. Itulah gambaran hati orang yang beriman.

GELISAH BERBUAT DOSA

Selain bimbingan agama yang menjelaskan kepada manusia tentang benar-salahnya masalah keyakinan, halal-haramnya sesuatu yang berhubungan dengan syari'ah, serta terpuji dan tercelanya akhlak berdasarkan dalil-dalil yang pasti, Allah SWT telah mengilhamkan kepada manusia hati nurani. Dengan hati nurani tersebut, manusia yang fitrah dapat mendekripsi lebih awal apakah suatu perbuatan itu termasuk dosa atau tidak.

Deteksinya sangat sederhana, setiap orang dapat mengenalinya melalui dua tanda, baik yang sifatnya ke dalam maupun keluar. Tanda yang sifatnya ke dalam berupa kegundahan dalam hati atau keresahan. Jika manusia merasa tidak melakukannya, tentu dikhususkan bagi mereka yang hatinya masih fitrah, maka segera tinggalkan. Besar kemungkinan perbuatan tersebut berupa dosa.

Rasulullah SAW bersabda yang artinya:

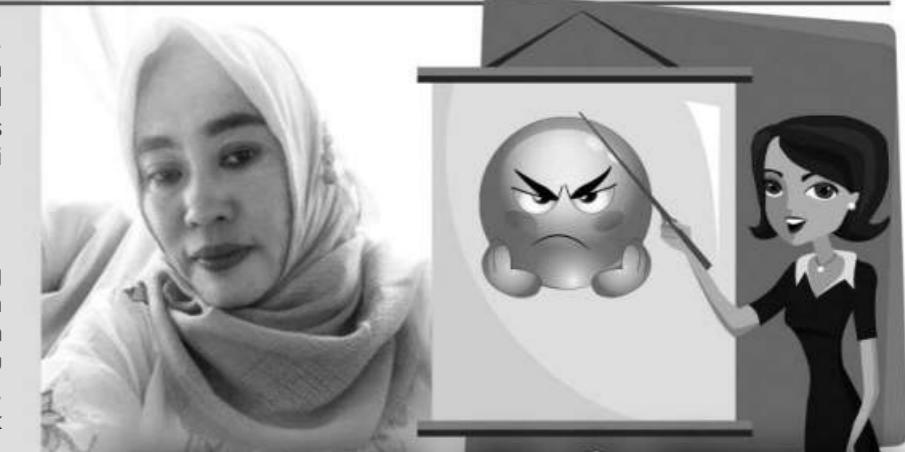
"Kebaikan adalah akhlak yang terpuji, sedangkan dosa adalah apa yang meresahkan jiwa dan kamu tidak suka bila dilihat orang lain."(Riwayat Muslim).

Dalam riwayat yang lain disebutkan, Wabisah bin Ma'dan r.a. berkata, "Aku mendatangi Rasulullah SAW. Lalu Nabi SAW bertanya. Kamu datang untuk bertanya kebaikan? Aku menjawab "Ya", Nabi SAW bersabda, "Tanyakan pada hati kecilmu sendiri. Kebaikan adalah apa yang membuat jiwa dan hatimu tenteram, sedangkan dosa adalah apa yang membuat jiwa dan hatimu gelisah meskipun kegelisahan tersebut berusaha ditutupinya.

Adapun tanda dosa yang bersifat keluar adalah ketidaksukaannya apabila dilihat orang lain. Mereka berusaha sekutu tenaga menutupi dengan rapat.

Wallahu a'lam bish shawab.

***) Guru Pendidikan Agama Islam**



MENGELOLA EMOSI DI KELAS

Oleh: Sri Sulistyowati, S.Pd., M.Pd. *)

Seperi yang telah tertuang pada pidato Menteri Pendidikan pada hari guru 25 November 2019 bahwa tugas guru sangat mulia akan tetapi teramat berat karena mencetak anak negeri. Guru memang bukan orang yang hebat, akan tetapi guru mencetak orang hebat. Dikatakan juga guru ribet dengan administrasi yang tidak jelas kegunaannya. Murid kita berasal dari berbagai keberagaman di antaranya adalah dari tingkat kepandaian, sosial ekonomi, budaya, bahkan karakter yang dibawa dari rumah ke sekolah.

Maka kita tidak perlu heran kalau dalam satu kelas terdiri dari siswa yang beranekaragam. Keragaman mereka menuntut kesabaran seorang guru. Jangan karena beban administrasi yang banyak, sehingga murid jadi obyek kemarahan dan kekesalan. Jangan karena beban administrasi, kita jadi tidak bisa mengontrol emosi di kelas.

Bedakanlah urusan di rumah dan di kantor, bahkan urusan kantor yang berkaitan dengan tugas guru jangan pernah dilampiaskan pada siswa. Siswa juga manusia yang butuh dihargai hasil karyanya, butuh dihormati sebagai anak manusia. Mari kita berhati-hati dalam menyebut panggilan untuk siswa atau dalam memperlakukannya. Jika kita menganggap siswa kita sebagai sosok anak negeri yang perlu dihargai hasil belajarnya, insya Allah siswa kita menjadi siswa yang berkarakter dan berbudi luhur.

Kita semua tahu bahwa otak manusia sudah ada takarannya masing-masing. Karena kepandaian adalah genetik atau diturunkan. Maka marilah kita kontrol emosi kita sebagai seorang guru bisa ada di dalam kelas. Jangan pernah berkata kotor pada mereka apalagi meludahi, itu akan terekam selamanya dalam memori otak mereka selamanya. Karena siswa bukanlah obyek pelampiasan kejengkelan dan kemarahan kita pada orang lain, keluarga atau yang lainnya.

Marilah kita kontrol emosi kita di dalam kelas dengan menyadari bahwa siswa kita sekolah karena mereka belum bisa dan perlu belajar. Jadi jangan pernah mengatai siswa kita bodoh. Karena pada dasarnya tidak ada siswa bodoh, yang ada hanya siswa yang belum menemukan jalan bagaimana bisa lebih mengerti dan menerima materi dengan baik dan mudah.

Akhirnya saya berharap marilah jadi pendidik yang bisa mengelola emosi ketika di dalam kelas agar siswa bisa belajar dengan bahagia tanpa ada tekanan yang membuat belajar tidak nyaman. Bukanlah tujuan pendidikan nasional adalah menciptakan manusia beriman bertakwa dan berbudi pekerti luhur. Tidak pernah ada yang berbunyi menciptakan manusia yang pandai. Pandai tapi tidak tahu tata karma juga tidak ada gunanya. Marilah kita do'akan siswa kita menjadi orang yang sukses dan berbudi pekerti luhur. Aamiin.

***) Mengajar IPA**

Kesederhanaan Pemimpin, Seperti Apa?



Sejatinya, seorang pemimpin dalam menjalankan kepemimpinannya dapat mengontrol diri dari berbagai keinginan yang berlebihan untuk memenuhi kebutuhan hidupnya.

Namun sayangnya, terkadang seseorang pemimpin dalam menjalankan kepemimpinannya justru terjebak pada pola hidup boros dan berlebihan.

Oleh: Zainal Arifin, Lc. *



Dadahal, Allah SWT telah mengingatkan, "Dan (termasuk hamba-hamba Tuhan Yang Maha Pengasih) orang-orang yang apabila membelanjakan (harta), mereka tidak berlebihan, dan tidak pula kikir, diantaranya keduanya secara wajar." (QS al-Furqon [25]: 67).

Kesederhanaan dalam memimpin itu tergambar dari kepemimpinan Abu Bakar ash-Shiddiq pengganti Rasulullah SAW, yang berhasil menyatukan semenanjung Arab. Ketika meninggal dunia, Abu Bakar tidak meninggalkan apa pun, baik dinar maupun dirham. Dia hanya memiliki harta seekor unta, sebuah mangkuk, dan seorang pelayan.

Tatkala mendekati wafatnya, Abu Bakar berwasiat kepada Aisyah putrinya agar mengembalikan seluruh uang tunjangan yang telah dikeluarkan Baitul Mal untuk keperluan keluarganya diserahkan kepada khalifah berikutnya. Umar bin Khattab selaku khalifah pengganti Abu Bakar, meneteskan air mata tatkala menerima

harta Abu Bakar.

Umar bin Khattab tidak jauh berbeda sederhananya dengan khalifah Abu Bakar pendahulunya. Meskipun menjadi khalifah yang disegani Umar bin Khattab memilih hidup sederhana dengan hanya memiliki satu potong baju dan satu buah jubah yang penuh tambalan. Bahkan, khalifah Umar bin Khattab terbiasa tidur di atas pelepas kurma yang kasar.

Khalifah Ali bin Abi Thalib juga terbiasa dengan pola hidup sederhana. Beliau selama masa pemerintahannya, hanya membeli pakaian murah seharga tiga dirham.

Bahkan, suatu hari khalifah Ali bin Thalib pernah ke pasar Kufah bermaksud menjual pedangnya karena ia tidak memiliki uang untuk membeli pakaian.

Termasuk Umar bin Abdul Aziz khalifah pada masa Umayyah yang sangat termashur kesederhananya.

Pasca-dilantik jadi khalifah dia menolak tinggal di istana, dia tetap tinggal di rumahnya. Semenjak ber-

kuasa ia tidak pernah tidur siang dan bersama keluarganya tidak pernah lagi menikmati makanan-makanan lezat.

Kesederhanaan juga tampak pada diri Shalahuddin al- Ayyubi Sultan sekaligus Panglima Perang terkemuka. Ketika meninggal dunia kekayaan Salahuddin yang tersisa hanya empat puluh sen dirham Nashiriyah dan sekeping uang emas yang biasa digunakan masyarakat.

Begitulah para pemimpin Muslim dalam menerapkan dan mengajarkan arti sebuah kesederhanaan. Bawa dalam mengemban amanah kepemimpinan itu janganlah sampai terperosok dalam kehidupan yang penuh dengan kemewahan dan keserakahatan.

Pola hidup sederhana bagi seorang pemimpin adalah di mana seorang pemimpin itu mampu memilih dan membedakan mana yang benar-benar menjadi kebutuhan pokoknya. Sebab, tidak semua yang diinginkan adalah yang dibutuhkan seorang pemimpin.

*) Mengajar Bahasa Arab

Oleh: Erni Yuliatin, S.Pd. *)

Pengetahuan (6) Gagasan

**Masa depan yang cerah pastinya menjadi impian setiap orang.
Cerah dalam artian anda sukses meraih cita-cita dan tujuan hidup.**

2. Kerja keras dan kerja cerdas

Namun, bukan rahasia lagi kalau membentuk masa depan yang cerah sudah pasti membutuhkan perjuangan keras. Dalam prosesnya, Anda bisa mengorbankan banyak hal serta menghadapi risiko serta tantangan besar.

Perjuangan yang akan ditempuh tak akan memakan waktu yang sebentar. Mumpung masih muda, alangkah baiknya memikirkan rencana masa depan sejak dini.

Anda dapat mulai perjuangan Anda dengan membiasakan hal-hal berikut :

1. Berani hidup susah

Hidup itu selalu berputar dan tidak

3. Bersahabat dengan resiko

Setiap keputusan yang diambil



minat. Harapannya, pendidikan bisa menjadi bekal dalam menjalani semua hal di masa depan, agar berkembang dari masa ke masa.

5. Menyisihkan 25 persen pendapatan setiap tahun

Mereka yang ingin memiliki masa depan cerah pasti mulai membiasakan diri untuk menabung. Mereka berupaya menyisihkan 25 persen pendapatan setiap tahunnya, sehingga dapat menjadi cadangan dana untuk kebutuhan tidak terduga atau bahkan menyisihkan uang untuk keperluan yang lebih besar seperti

Mau Masa Depan Anda Lebih Cerah?

BURUAN LAKUKAN 10 HAL INI...

jarang anda mengalami kegagalan di usia muda. Akan tetapi, berbagai kegagalan itulah yang justru membuat anda semakin menikmati kesuksesan di masa depan.

Berkali-kali gagal dan bangkit lagi akan membuat mental semakin teruji. Alhasil, kesalahan yang sering dilakukan akan memicu semangat untuk terus mencoba.



serta proses perjalanan menuju sukses tidak akan terlepas dari beragam resiko. Bahkan, ada beberapa pekerjaan yang mengharuskan anda bekerja dengan resiko penuh.

Manajemen resiko sangat penting untuk dimiliki. Resiko bukan untuk ditakuti, tapi untuk dihadapi dan biasakan untuk menjadikan resiko sebagai hambatan yang tidak berarti. Jadi mulai sekarang, terbiasalah dengan resiko.

4. Menempuh pendidikan sesuai bakat dan minat

Salah satu bekal dalam menggapai masa depan cerah adalah mendapatkan pendidikan berkualitas. Anda yang memiliki visi jelas pasti sudah memiliki gambaran untuk memilih jalur pendidikan sesuai bakat dan

investasi properti atau usaha.

6. Menggunakan tabungan untuk berinvestasi

Tidak hanya menabung, sebaiknya Anda juga sudah mulai memikirkan masa depan dengan memanfaatkan tabungan yang Anda miliki di pasar modal. Dengan langkah ini, modal pasif yang disetorkan akan menjadi modal aktif yang dapat digunakan untuk membiayai beragam kebutuhan.

7. Berinvestasi properti

Investasi di bidang properti cukup menjanjikan karena biasanya akan menghasilkan keuntungan yang berlipat. Properti yang Anda beli tak hanya dapat Anda tempati sendiri, tapi juga tak menutup kemungkinan untuk dijual kembali di kemudian hari guna memenuhi beragam kebutuhan. Perlu Anda ketahui, bahwa tingkat harga properti mengalami peningkatan sebesar 15—25 persen setiap tahunnya.

*) Mengajar Mapel PKn

Santer kabar berhembus akan pergantian wilayah ibu kota negara Indonesia yang sekarang di Jakarta akan berpindah ke Pulau Kalimantan. Kabar ini juga sempat disampaikan dalam pidato kenegaraan oleh Presiden Joko Widodo pada sidang tahunan MPR, DPR dan DPD pada hari Jum'at tanggal 16 Agustus 2019 di kompleks parlemen, Senayan. Terlepas dari lanjut tidaknya rencana ini karena begitu banyak polemik yang terjadi, termasuk dari beberapa menteri dan juga Wakil Ketua DPR RI Fahri Hamzah. Namun terlepas dari itu semua tidak ada salahnya kita mengenal lebih jauh 2 kota besar yang ada di Kalimantan, yakni Kalimantan Timur dan Kalimantan Barat.



Oleh :
Rochmatin S.Pd, MM. *

K alimantan Timur berbatasan dengan Malaysia, Kalimantan Utara, Kalimantan Tengah, Kalimantan Selatan, Kalimantan Barat, dan Sulawesi dengan luas 127.346,92 km dengan jumlah penduduk 3.575.449 jiwa (28,07 jiwa/km) berada di peringkat ke- 4 terendah di seluruh Nusantara. Samarinda sebagai ibukota propinsi Kalimantan Timur berjuluk Benua Etam dengan semboyan

bahasa anjar "Ruhui rahayu" yang artinya kehidupan yang harmonis, damai sejahtera, aman dan tenteram.

Adat Tingkilan (suku Kutai), musik Sampeke Kejien, tari Gantar, tari Ngeleway, tari Kencet, tari Datun, tari Maropeng dll, upacara adat kematian Kwangkey, Kenyeuw, Tooq adalah sebagian kecil kebudayaan lokal yang ada di Kalimantan Timur.

maupun internasional adalah merupakan sat bentuk keseriusan pemerintah daerah pada Pendidikan.

Etnis paling dominan di wilayah ini adalah suku Jawa sebanyak 30,24%, suku Bugis sebanyak 20,81%, suku Banjar sebanyak 12,45%, dan sisanya terdiri dari suku Dayak, Kutai, Toraja, Buton, Sunda, juga Madura. Sedangkan bahasa pengantar yang digunakan adalah bahasa Indonesia, Banjar dan Jawa.

Wilayah kedua yang tidak kalah menarik untuk kita pelajari adalah wilayah Kalimantan Barat. Dengan luas 146.807 km persegi, jumlah populasi 5.348.954 (tingkat kepadatan 36,43 per km persegi). Semboyan akcaya yang berarti tak kunjung binasa. Pontianaka berdiri sejak 23 Oktober 1771. Jika ingin mempelajari sejarah awal dari kota ini kalian dapat membaca buku berjudul "Borneos Wester

Mengenal Kota-kota di Kalimantan

(MENYONGSONG IBUKOTA BARU BAGI INDONESIA)

Hasil utama tambang minyak, gas alam dan batubara sangat besar kontribusinya dalam membangun perekonomian wilayah ini. Tempat wisata taman nasional Kayan Mentarang dan Batu Lamampu di nunukan, peternakan buaya di Balikpapan, kampung Dayak Pampang di Samarinda, pantai Amal di Tarakan, pantai Kumala di Tenggarong, dan juga kemegahan Masjid Agung Sulaiman. Seluruh tempat wisata ini sangat sayang untuk dilewatkan sebagai destinasi wisata anda karena keunikan dan kemolekannya.

Pada dunia pendidikan Kalimantan Timur sudah lama memberlakukan wajib belajar 12 tahun dengan 20 persen alokasi dana APBD. Universitas Mulawarman, dan juga banyaknya sekolah-sekolah serta infrastruktur yang bertaraf nasional

Afleding" yang ditulis oleh sejarawan Belanda, V.J. Verth. Meski terletak jauh dari ibukota yang sekarang tapi kota Pontianak termasuk kota yang besar, ramai, dan aktif disegala hal, baik dalam kehidupan perekonomian (didominasi oleh pertanian dan perdagangan dan industri) maupun dalam hal peradaban juga budayanya. Pontianak terdiri dari 6 kecamatan dan 30 desa yang tersebar di seluruh wilayah Kalimantan Barat.

Secara geografis kota Pontianak terletak pada garis lintang 0 derajat di bagian utara kota Pontianak di wilayah Siantan bertepatan dengan garis Khatulistiwa dan 109 derajat 20', 00 detik bujur Timur. Di Siantan inilah dibangun Tugu Khatulistiwa yang didirikan oleh ahli geografi Belanda di tahun 1928 sebagai tonggak garis ekuator. Sebagai efek dari melintasnya garis lintang di wilayah ini



Taman Ladaya, Tenggarong, KalTim.



Masjid Agung Sultan Sulaiman, Tenggarong, Kaltim

maka setiap tanggal 21-23 September posisi matahari siang tepat berada diatas kepala sehingga apapun tidak akan ada bayangannya, dan momen menarik inilah yang dipilih untuk pelaksanakan aneka festival. Tanggal 23 Oktober di tahun 2019 ini Pontianak tepat berusia 248 tahun.

Inilah yang menjadi bukti bahwa dalam hal peradaban dan budaya, Pontianak tidak pernah main-main. Hal ini dapat dilihat dari setiap kegiatan perhelatan hari jadi kota Pontianak yang selalu diperlengkap setiap tanggal 23 Oktober. Berbagai festival digelar dengan mengambil tema kebudayaan lokal yang sangat kental dengan adat melayu. Selain itu juga ada festival Budaya bumi khatulistiwa yang dilaksanakan setiap 2 tahun sekali dengan mengundang beberapa daerah di pulau Kalimantan sampai dengan Sumatera.

Lomba dayung hias yang berupa lomba sampan yang berhiaskan ornamen khas masing-masing daerah. Selain itu adanya garis lintang yang ada diwilayah ini menyebabkan Pontianak beriklim tropis. Curah hujan yang tinggi antara bulan Mei sampai dengan bulan Oktober adalah salah satu efek iklim tropis. Curah hujan yang tinggi ini juga menjadi satu penyebab beraneka ragamnya pepohonan yang tumbuh dengan subur di wilayah ini.

Di sektor pertanian kota Pontianak banyak menghasilkan padi, ubi kayu, ubi rambatlidah buaya, sayuran, dan buah-buahan seperti nangka, nanas, dan pisang. Di sektor perdagangan terlihat dari menjamurnya pusat-pusat perbelanjaan yang besar (Mall Pontianak, Matahari, Ayan Mega Mall Pontianak, dan lain-lain). Perindustrian juga sangat pesat di kota ini, lebih dari 34 perusahaan besar terdiri dari perusahaan karet, makanan ringan, anyaman, dan lain-lain yang menyedot banyak tenaga kerja diwilayah ini sehingga kehidupan perekonomian terus bergeliat.

Dalam hal kuliner Pontianak juga sangat kaya akan masakan yang mampu menggoyang lidah semua orang, meski mungkin baru pertama kali menikmatinya. Wisata kuliner di sini antara lain : Kembang tahu, Sambal goreng tempoyak, Pekasam,

sotong Pangkong, Pacri nanas, lemang Chai kwe (pastel isi buah/kacang), Hekeng (gorengan daging udang), Hu Ju (tahu berkuah merah yang rasanya asin), Ikan asam pedas, dan masih banyak lagi yang lainnya.

Selain wisata kuliner juga ada tempat wisata yang sangat menarik antara lain: Pantai Kijang, Pantai jungkat, Tugu khatulistiwa, museum negeri Pontianak, Masjid Jami', Kampung Beting, Makam batu layang, Pelabuhan Senghi, air terjun Riam Terinting, Ambawang, bukit kelam, hutan baning, dan lain-lain.

Pada bidang kebudayaan juga sangat bervariasi baik itu seni musik, tari dan juga adat yang lain. Tari monong/manang/baliath yang berfungsi sebagai sarana penyembuhan/sebagai penolak bala dan mengusir penyakit bagi masyarakat Dayak, tari Pingan, Pedang, Unop, Kinyah U'ut Danum merupakan tari perang khas Dayak menggambarkan kelincahan dan kewaspadaan perang, tari kondan untuk menyambut tamu, tari Zapin, Manoreh Getah, Mandau, dan lain-lain. Alat musiknya ada gong/kollatung adalah alat musik pukul, Gambus,Tawaq/sejenis kempul, Sapek/ alat musik petik dari Kapuas, Keledik/kedire dari labu dan bilah bambu, dan lain-lain.

Senjata tradisional wilayah ini antara lain ada mandau/pedang, keris, tumbak, dan juga senapang lantak. Kain tenun songket sambas/kain lunggi/benang emas, tenun kapuas hulu, sulam kelangkang, dan masih banyak lainnya.

Tolok ukur keberhasilan pemerintahan daerah juga terlihat dari dunia pendidikan. Di kota ini telah ada banyak sekali perguruan tinggi baik negeri maupun swasta dan juga sekolah-sekolah dari jenjang pendidikan Paud sampai dengan SMA, hampir ada di setiap daerah di wilayah Pontianak ini.

Di manapun tempatnya ibukota negara kita semoga Indonesia senantiasa maju dan berkembang

positif sehingga seluruh rakyat merasakan nikmatnya arti kata merdeka di negara kita, bukan merasa terjajah dinegara sendiri. Jayalah selalu, majulah ekonominya, pendidikannya, Sumber daya manusianya maupun sumber daya alamnya. Tetaplah jadi Indonesia yang santun, Indonesia yang kaya, indonesia yang berwibawa.

*) Mengajar Mapel Seni Budaya



Tugu Khatulistiwa



Air terjun Riam Terinting di Serimbu, Landak, Kalbar

تَعْصِيَةُ الْمُحْكَمَاتِ



Oleh: *Ustadz Romli **

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

- - بِاللَّهِ لِلرَّسُولِ - بِالرَّسُولِ
1. Krono onone menungso iku sebab Allah sing dadekno. Sebabe mudone menungso nang dunyo iku Allah sing ngedukno. Oo berarti waktu iku menungso nok dukur, wong sing dimulya'no Allah iku derajate dukur
 2. Krono Kanjeng Nabi ono agomo Islam sing iso ngemong umat iku mung Kanjeng Nabi Muhammad SAW. Anane Islam iku kromo Kanjeng Nabi, menungso duweni iman sebab didikane Kanjeng Nabi. Sebab iman iku kanggo nggondeli tatanan agomo Islam. Islam gak ono gondelane bakal ono kehancuran nok jerone Islam
 3. Krono ulama, menungso iku ngerti babakan ilmu, termasuk ilmu agomo. Sak umpomo gak ono ulama, wong iku mau gak bakal ngerti ilmu agomo. Sebab menungso iku iso nglakoni sing diajarno para ulama utowo penggawe bagus kabeh iku teko hukum-hukum sing disampelko Kanjeng Nabi lan sing diturunno nang para ulama. Kabeh

iku kanggo keperluan taat marang Allah.
Ulama billahi wabi ahkamih, ulama sing nggondeli hukum-hukum Allah

Pemikiran itu ada 3 macam

1. Mufakkirah khoyaliyah (khayal, dukur sirah batuk (bun bunan)
2. Mufakkirah fahmiyah (manggone tengah sirah)
3. Mufakkirah akliyah (manggone no nisor jitok)

Tujuh macam lestarine bawono (jagat)

1. Telenge Bawono : Syahadat
2. Lampune Bawono : Sholawat
3. Payunge Bawono : Al Qur'an
4. Caga'e Bawono : Laa Haula Wala Kuwwata Illa Billah
5. Sanggane Bawono : Moco Tasbih
6. Langgenge Bawono : Allahu Akbar (Takbir)
7. Pepahese Bawono : Sobat Rasul

Kepengen urip kepenak

1. Ojo ngadoh saking Allah
2. Ojo metani elek e wong
3. Bersyukur atas pemberian Allah senajan mek titik
4. Nek ono arek wedok yu ojo diparani

Sarate tentreme rumah tangga ono 5 macam

1. Ngabdi nang Allah dan Rasul-Nya
2. Ngabdi nang wong tuo termasuk mertua
3. Ngabdi nang bojo lanang dan sebaliknya
4. Ngabdi nang guru
5. Ngabdi tonggo sing apik

Wong mati ono 5 macam

1. Para Nabi lan Rasul
2. Mati syahid
3. Matine wong mukmin gak duwe duso
4. Matine wong mukmin jek gowo duso
5. Matine wong kafir (dipapak kendaraan teko neroko)

Isi kandungan Al-Qur'an bagi orang yang beriman

Rukun Islam yang 5 wajib dikaji isinya

1. Syahadat : yaitu rasa nikmat hidup, kekuatan jiwa raga, lahir batin manusia nur (cahaya yang terang adalah sebagai saksi adanya Allah SWT dan Rasulnya)
2. Sholat : mengabdi, tunduk / mengikuti peraturan/Allah SWT yang maha suci, luhur, mulya adil artinya iman kepada Allah dengan kesucian lahir batin
3. Zakat : mensucikan jiwa / raga kekayaan untuk diamalkan sebagian rejeki dari Allah
4. Puasa : sadar dengan sendirinya untuk membuang nafsu yang jahat ibarat minum badeknya tape akan merasakan manisnya iman
5. Haji : seperti minum madu



Huruf Hijaiyah

Alif : Alfa(tegak, manusia) mengalami seribu masalah

Ba' : Bibit manusia, wadah, bumi, dasar / lemek

Ta' : Lamat, ceto, jelas, faham tentang sifat-sifat Allah

Penggodane Syetan

1. Marah,
2. ngombe arak,
3. gak seneng karo para ulama'

Amal yang tidak akan putus pahalanya
Sabda Nabi Muhammad SAW

﴿أَعْمَالٌ تَسْتَمِرُ بَعْدَ وَفَاتَةِ الْمُؤْمِنِ﴾

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ قَالَ «إِذَا مَاتَ أَبْنُ آدَمَ أَقْطَعَ عَمَلَهُ إِلَّا مِنْ ثَلَاثَةِ صَدَقَةٍ حَارِيَةٍ أَوْ عِلْمٍ يُتَّسَعُ بِهِ أَوْ وَكَدِ صَالِحٍ يَدْعُ لَهُ» (رواه مسلم)

Jika anak Adam meninggal dunia makan putuslah amalnya kecuali tiga perkara

1. Shodaqoh jariyah
Ada tiga tahap
 - (1) Jarak pendek
Diberikan kepada fakir miskin, anak yatim yang lebih membutuhkan
 - (2) Jarak menengah
Untuk pembangunan jalan, masjid madrasah, musollah, dll
 - (3) Jangka panjang
Untuk mencari ilmu untuk mengenal Allah, ilmu tauhid
2. Ilmu yang bermanfaat
Untuk mengenal Allah dan sifat-sifat Allah
3. Anak sholeh yang selalu mendoakan kepada kedua orang tuanya

Mengenal Allah lewat bulan

1. Suro : suworo, ucapan yang ada manfaatnya dan barokahnya jangan bicara dusta
2. Safar : ucapan jalankan yang benar, suci, mulya
3. Mulud : lahir batin, artinya kalau bicara harus sesuai / seimbang dengan kenyataan
4. Ba'da Mulud : yang telah lewat mari kita tobat jangan terbuang lagi
5. Jumadil Awal : dari awal, baik untuk selamanya, jangan dikurang-kurangi
6. Jumadil Akhir : akhir hidup, harus suci jangan dikotori lagi
7. Rojab : rajanya bulan, syahrullah bulane Allah, untuk mengatasi kepada Allah, ilmu tauhid
8. Ruwah : Roh, hidup ini kekuasaan Allah maka harus suci hatinya
9. Poso : Mencegah hawa nafsu jahat nafsu syetan
10. Sawal : Dosa yang sudah lepas berarti sudah suci, jangan dikotori lagi
11. Selo : diwaktu longgar ojo diseseli barang kang olo baik ucapan maupun perbuatan
12. Besar : basiroh / hati yang suci

*) *Pembina Tahfidz Ai Qur'an SMPN 1 Mantup*

Definisi Jilbab



Berhijab

merupakan perintah

Allah untuk setiap

muslimah yang

telah baligh.

Namun, dibalik itu,

ternyata berhijab

memiliki manfaat

menakjubkan untuk

kesehatan.

Selain membuat penampilan menjadi lebih anggun, sopan, dan cantik, tanpa disadari baju panjang yang kita kenakan melindungi dari paparan sinar matahari. Sehingga dapat menjadi tindakan pencegahan dari bahaya kanker kulit.

Tak hanya itu saja, ternyata berhijab juga memiliki manfaat lainnya. Simak pembahasannya di bawah ini.

1. Mencegah sun burn

Memakai hijab dapat mencegah peradangan yang diakibatkan sengatan matahari. Panas matahari yang berlebihan dapat membuat luka bakar. Sunburn lebih sering menyerang orang-orang berkulit putih, karena biasanya orang berkulit gelap lebih bertahan dalam suasana panas.

2. Kanker kulit

Sinar matahari mulai dari pukul 10 pagi- 4 sore, dianggap sangat berbahaya. Pasalnya dapat merusak DNA di sel kulit yang dapat berubah menjadi kanker. Bagian tubuh yang berpotensi terserang adalah bagian kulit wajah, lengkap dan telapak tangan.

3. Penyakit kulit

Sengatan matahari yang bercampur dengan polusi udara dapat menyebabkan kulit menjadi gatal-gatal. Dalam kondisi parah, punggung telapak tangan akan timbul bercak-bercak hitam karena paparan sinar UV.

4. Kesehatan rambut

Debu, sinar matahari dan radikal bebas dapat mengakibatkan masalah serius untuk rambut. Hijab melindungi rambut dari bahaya yang diakibatkan debu dan sinar matahari. Sehingga dapat terhindar dari ketombe, rambut rontok dan bercabang.

5. Memperlambat penuaan dini

Paparan sinar matahari dapat menyebabkan penuaan dini. Paparan sinar matahari ternyata dapat merangsang keluarnya sel-sel melanin dalam kulit dan menyebabkan rusaknya jaringan elastin dan kolagen pada kulit. Hijab melindungi kulit dari bahaya semua itu.

Oleh: *Fivi Dwi A. / VII C*

SEHARI BELAJAR DI LUAR KELAS (Out Door Class)

Oleh : Nur Ismurtiningsih, S.Pd., M.Pd

Hari kamis tanggal 7 Nopember 2019, SMP Negeri 1 Mantup bersama sekolah-sekolah lain di Lamongan mengikuti program belajar Sehari di Luar Kelas. Kegiatan ini dilaksanakan dalam memperingati Hari Anak Internasional. Kegiatan Belajar di luar kelas baru pertama dilaksanakan di Sekolah ini. Antusias siswa dan guru dalam mengikuti serangkaian Sehari Belajar di Luar Kelas. Bermain sambil Belajar di luar kelas tidak hanya mengajarkan ketrampilan bekerja sama dan kreativitas juga sebagai hal pokok menikmati masa kecil mereka.

Kegiatan tersebut diawali dengan menyambut siswa dengan salam Ta'dzim, menyanyikan lagu Indonesia Raya, Senam Germas, simulasi Evaluasi Bencana, Cuci tangan sebelum makan, Berdoa sebelum makan, sarapan sehat, membersihkan lingkungan, Lomba Tahfidz dan Asma'ul Husna, Mematikan lampu, mematikan kran air, membaca buku di luar kelas, perma-

inan tradisional,, Tepuk Hak Anak dan yel-yel sekolah ramah anak, Deklarasi sekolah ramah anak, pelantikan tim sekolah ramah anak, penutupan dan menyanyikan lagu maju tak Gentar.

Kegiatan sehari di luar kelas ini dihadiri oleh seluruh siswa, bapak ibu guru, komite dan beberapa wali murid untuk menyaksikan deklarasi sekolah ramah anak dilanjutkan dengan penandatanganan. Untuk sarapan sehat siswa diwajibkan untuk membawa makanan dengan lauk yang sehat, membawa botol minuman. Hal ini mendukung program sekolah adiwiyata dan sekolah ramah anak yang memberikan pembelajaran kepada siswa untuk tetap peduli terhadap kesehatan dengan mengkonsumsi makanan sehat juga turut memelihara kebersihan lingkungan sebagai pembelajaran untuk karakter bertanggungjawab.

Ada hal yang menarik dan antusias ketika masuk sesi permainan tradisional. Meski sudah hampir punah, permainan tradisional dilakukan siswa dengan bervariasi antar kelas. Suasana riang saat itu. Bahkan ada siswa yang nyeluk



"Bu...kalau bisa belajar di luar sekali sebulan sekali biar tidak bosan".

Menurut Leny N Rosalin, Deputi Bidang Tumbuh Kembang Anak Kemen PPPA, @satu pertiga hidup anak berada di sekolah, oleh karena itu sekolah turut menyumbangkan sepertiga dari kualitas hidup anak-anak kita. Untuk itu sangat penting untuk menjamin terpenuhinya hak-hak anak saat berada di sekolah.

Program Sekolah Ramah Anak sudah diterbitkan SK penunjukan oleh Kepala Dinas Pendidikan kabupaten Lamongan. Salah satu sekolah tersebut adalah sekolah kita tercinta, SMP Negeri 1 Mantup, oleh karena itu sejak SK itu diterbitkan maka sekolah hendaknya melaksanakan program SRA.

Sekolah Ramah anak (SRA) adalah satuan pendidikan formal, non formal dan informal yang aman, bersih dan sehat, peduli dan berbudaya lingkungan hidup, mampu menjamin, memenuhi, menghargai hak-hak anak dan perlindungan anak dari kekerasan, deskriminasi dan perlakuan salah lainnya serta mendukung partisipasi anak terutama

DAN DEKLARASI SEKOLAH RAMAH ANAK

dalam perencanaan, kebijakan, pembelajaran, pengawasan dan mekanisme pengaduan terkait hak dan perlindungan anak di pendidikan. Upaya sekolah untuk mewujudkan sekolah ramah anak adalah Bersih, Aman, Ramah, Indah, Inklusif, Sehat, Asri, dan Nyaman.

Adapun Komponen dari SRA :

1. Kebijakan SRA (komitmen tertulis, SK Tim SRA, Program Yang mendukung SRA)
2. Pelaksanaan proses belajar yang ramah anak (Penerapan Disiplin Positif)
3. Pendidik dan Tenaga kependidikan terlatih hak-hak anak dan SRA
4. Sarana Prasarana yang ramah anak (tidak membahayakan anak, mencegah anak agar tidak celaka)
5. Partisipasi anak
6. Partisipasi orang tua, lembaga masyarakat, Dunia Usaha, Stakeholder lainnya dan alumni.



Tujuan SRA :

1. Mencegah kekerasan terhadap anak dan warga sekolah lainnya
2. Mencegah anak mendapatkan kesakitan karena keracunan makanan dan lingkungan yang tidak sehat.
3. Mencegah kecelakaan di sekolah yang disebabkan prasarana maupun bencana alam
4. Mencegah anak menjadi perokok dan pengguna NAPZA
5. Menciptakan hubungan antar sekolah yang lebih baik, akrab dan berkualitas

Perlu digarisbawahi bahwa sekolah Ramah anak bukan sekedar **zero** Kekerasan (fisik, psikis sampai kekerasan seksual) yang terjadi di lingkungan sekolah, tetapi prinsip SRA harus punya kantin yang sehat, jajanan di sekolah didominasi karbohidrat, makanan yang tidak mengandung 5 P (pengawet, pemanis, penyedap, pewarna dan pengental). Sekolah yang menerapkan SRA juga

wajib menciptakan lingkungan sekolah yang aman secara fisik, asri dan hijau. Sekolah harus punya jalur evakuasi bencana, bebas asap rokok, bebas narkoba dan punya nomor pengaduan. Semoga Sekolah kita bisa menerapkan program sekolah ramah anak seperti harapan kita semua. SISWA SENANG, GURU TENANG, ORANG TUA BAHAGIA. Aamiin.

* Wakasek Akademik

Menju Sekolah Adiwiyata Mandiri 2020

Tahukah anda, apa Sekolah Adiwiyata Mandiri itu? Sekolah Adiwiyata Mandiri adalah suatu sekolah yang jenjang tingkatannya lebih tinggi. Tingkatan daripada Sekolah Adiwiyata Nasional, kalau kita lihat jenjang Sekolah Adiwiyata itu adalah meliputi :

1. Adiwiyata tingkat Kabupaten
 2. Adiwiyata tingkat Propinsi
 3. Adiwiyata tingkat Nasional
 4. Adiwiyata tingkat Mandiri

Jadi Alhamdulillah sekolah kita boleh dibilang masuk nominasi Sekolah Adiwiyata tingkat grade paling atas. Oleh karena itu Bapak Kepala Sekolah mengimbau dan menekankan kepada semua *stakeholder*/pemangku kepentingan untuk senantiasa mendukungnya secara setulus hati. Agar di tahun depan SMP Negeri 1 Mantup masuk nominasi sekolah Adiwiyata Mandiri, Aamiin!

Adapun hal – hal penting yang perlu disiapkan untuk maju ke sekolah Adiwiyati Mandiri adalah diantaranya berupa fisik dan non fisik/ administrasi dan fisik.

Berupa fisik :Bangunan atau gedunnya harus memenuhi syarat Sekolah Adiwiyata Mandiri termasuk dalam bangunan tersebut tidak boleh memakai atap dari Internit / Asbes, dalam halaman depan kelas dan lapangan yang ada di sekitar kelas harus pakai paving tidak boleh diplester, termasuk

Untuk Apa Kita Berpendidikan Tinggi?

Oleh: *Linda Nur Azizah S.Hum.**

Untuk saya berpendidikan yang tinggi adalah keharusan agar kita bisa menaikkan derajat kita dan lebih bermanfaat bagi sesama, seperti hadits nabi "الْمُحْسِنُ إِنْهُ مُنْهَى" (sebaik-baiknya orang adalah yang bermanfaat bagi orang lain). Di era modern seperti sekarang ini, banyak kendala yang harus dihadapi untuk dapat memperoleh pendidikan yang tinggi.



Keadaan yang sulit memang bila berada di posisi seperti itu, tapi satu hal yang perlu kita ingat, **"di mana ada kemauan disitu akan ada harapan"** kita harus yakin, tidak ada yang tidak mungkin di dunia ini selama kita mau berusaha semaksimal mungkin, semua pasti akan terjadi. Tekad-kan niat kita dan yakin-lah pada diri kita sendiri, bahwa kita bisa, kita mampu membuat orang tua kita



lebih tinggi lagi. Pendidikan yang tinggi memang bukan syarat mutlak untuk mencapai kesuksesan. Tetapi paling tidak pendidikan dapat memberikan jaminan bagi kehidupan seseorang.

*) Guru baru, mengajar Mapel Bahasa Arab



SAMPAH

yang Tak Kunjung Ada Habisnya

dunia dan sebagian besar dari sampah. Sampah plastik ini telah mencemari laut kita dan mengancam kehidupan biota laut. Untuk menyelesaikan permasalahan mengenai sampah, kita harus melihat ke dalam diri kita terlebih dahulu. Sudahkah kita mengurangi pemakaian sampah untuk diri kita sendiri ? Sudahkah kita membuang sampah di tempat sampah anorganik dan tidak membuangnya sembarangan terlebih lagi di tanah ? introspeksi diri sangat penting karena bagaimanapun kita harus memulai sesuatu dari kita sendiri lalu mengajak orang lain untuk lebih mencintai lingkungan. Dengan menumpuknya

Assalamu'alaikum Wr Wh

Assalamualaikum Wr. Wb.
Yang saya hormati, Ibu Guru yang
mengajar Bahasa Indonesia serta
teman-teman sekalian yang saya
sayangi. Saya berdiri disini akan
meyampaikan sebuah pidato yang
bertema lingkungan dengan judul
"Pentingnya Peduli tentang sampah"

Pentingnya edukasi tentang sampah : Sebelum saya memulai untuk memberikan sebuah pidato, saya ingin mengajak kalian semua untuk bersyukur atas kehadiran Allah yang Maha Kuasa. Yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga kita bisa berkumpul disini dalam keadaan sehat walafiat. Dan tidak lupa untuk memanjatkan sholawat serta salam kepada Nabi kita Muhammad SAW yang telah membawa kita dari zaman kegelapan ke zaman yang terang benerang seperti yang kita nikmati sekarang.

bagaimanapun kita harus memulai sesuatu dari kita sendiri lalu mengajak orang lain untuk lebih mencintai lingkungan. Dengan menumpuknya sampah tiap tahunnya kita dapat melakukan pengolahan kembol (recycle) sampah plastik menjadi barang yang bernilai tinggi. Caranya ialah mendaur ulang sampah-sampah anorganik yang masih layak dipakai lalu diubah menjadi kerajinan dan pernak-pernik perabotan.

Bumi ini merupakan pinjaman dari anak cucu kita yang wajib kita lestarikan dan kita jaga agar dimasa

Bapak Ibu Guru dan teman-teman yang saya cintai. Kita semua mengetahui kalau masalah lingkungan yang paling banyak adalah sampah. Sampah adalah salah satu permasalahan yang dihadapi oleh semua Negara, baik Negara maju, berkembang ataupun Negara miskin.lestarkan dan kita jaga agar dimasa selanjutnya mereka bisa menikmati alam yang kita rasakan saat ini, terlebih lagi lebih baik dari yang sekarang kita rasakan. Jadi jika kita bisa menyadari bahaya sampah yang mengintai kita, maka kita juga bisa menjaga dengan cara yang sederhana.

Bahkan ada yang mengatakan, "Selama manusia ada, maka sampah di dunia ini tak akan pernah ada habisnya. Jenis sampah yang paling menjadi masalah di jaman sekarang ini adalah sampah plastik jumlahnya sangat banyak dan sangat sering digunakan di kehidupan sehari-hari mulai dari kantong plastik, sedotan plastik hingga peralatan rumah tangga dari plastik. Perlu diketahui bahwa di sini yang sedang dimaksud. Karena perbuatan kecil yang kita lakukan seperti membuang sampah tanpa berfikir panjang, akan menyebabkan kerusakan besar pada bumi kita dan kelangsungan hidup manusia. Dan perilaku kita terhadap lingkungan merupakan awal perubahan untuk langkah yang kita buat kedepan

Yang berikutnya, sebuah kalimat sederhana yang terus didengungkan dan dilihat oleh kita masih usia dini yaitu "Jangan Membuang Sampah Sembarangan". Kata-kata ringkas dengan arti yang jelas dan terlupakan oleh kita. Kalimat yang memiliki makna yaitu begitu bermanfaat bagi diri kita sendiri, masyarakat dan terutama bumi yang kita pinjam ini. Berikanlah keindahan alam semesta ini agar anak cucu kita dapat melihat keindahan alam semesta. Semua tergantung pada setiap perilaku dan langkah apa yang kita ambil dan mari berubah untuk Indonesia yang bebas dari sampah. Sebenarnya itu saja yang ingin saya ungkapkan. Pidato yang saya sampaikan bukanlah apa-apa dibandingkan tindakan kita selanjutnya. Terima kasih banyak atas perhatiannya, mohon maaf jika ada salah-salah kata.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Oleh: *Rani Dw Ganes Pembayun/ IX G*



LATIHAN DASAR KEPEMIMPINAN DAN MANAJEMEN SISWA

OSIS SMP NEGERI 1 MANTUP MASA BHAKTI 2019/2020



Sapaan hangat Trawas dengan peringai terbaiknya. Berbingkai pilinan hijau bak permadani emas permata. Tersimpul rapi menjemput kami yang seakan tahu luar biasa semangatnya. Takjub tak terelak senyum kami sumringah.

Mulai pukul enam pagi, kami berangkat menaiki elf yang disediakan oleh sekolah. Tak sabaran mungkin rasa kami ingin segera menikmati Trawas dalam dua hari, yang menjadikan perjalanan kali ini terasa tak begitu melelahkan ataupun membosankan.

Tiba sekitar pukul sembilan di Lentera Camp Trawas, Mojokerto. Kami memulai LDKMS dengan Upacara Pembukaan yang sebelumnya sudah kami persiapkan, dan dimulai pada pukul sepuluh. Banyaklah amanat dari bapak dan ibu guru pendamping sekaligus pelatih kami dalam dua hari kedepan. Usai

Upacara Pembukaan dilanjutkan dengan materi kepemimpinan yang keduanya membutuhkan waktu dua jam dan dilanjutkan dengan istirahat, sholat Dhuha, dan makan pada pukul dua belas sampai pukul satu siang.

Agenda ketiga di Trawas, kami menerima materi Baris Berbaris yang diberikan oleh Bapak Suwarno, banyak materi dan keseruan yang kami terima di materi tersebut, sampai pukul tiga sore dilanjutkan dengan sholat Ashar. Pukul empat sore, kami melanjutkan agenda berikutnya yaitu materi keOSIS-an yang disampaikan oleh Ibu Yalikah. Pada materi tersebut, kami diajarkan

apa itu arti, maksud, dan tujuan dibentuknya OSIS, juga pembentukan beberapa Sekbid yang ada dalam OSIS. Setelah agenda ketiga terlaksana, pada pukul lima sore kami istirahat, sholat Maghrib, makan dan di waktu ini ada beberapa dari kami yang mandi.

Pada pukul tujuh malam, dilanjutkan dengan materi yang disampaikan oleh Ibu Nur Ismurtiningsih tentang pembentukan proposal yang amat diperlukan dalam setiap acara yang akan dibuat dalam suatu organisasi. Kami mengelompok untuk mempraktekan secara langsung pembuatan proposal dengan keinginan setiap kelompok yang sudah dibuat, sampai pukul delapan lebih lalu kami mengistirahatkan tubuh sejenak selama lima belas menit dengan duduk bersantai dan menyanyikan yel-yel atau lagu dan kami rasa berjudi *Oto Bemo*,

diperkenalkan oleh Bapak Sipan yang pertama kali ini kami dengar.

Setelah lima belas menit perenggan, kami sudah lepas dari kepenatan. Dilanjutkan dengan materi Administrasi OSIS oleh bapak Resoito.

Serangkuman penjelasan tentang administrasi diberikan, mulai dari pengertian administrasi, bentuk-bentuk administrasi sampai hal-hal mendasar lainnya. Kemudian sesuai dengan sekbid-sekbid yang sudah dibentuk di materi sebelumnya, kami melakukan analisa pelaksanaan sesuai tugas sekbid masing-masing. Selepas materi terakhir pada hari pertama di Trawas. Pukul sepuluh malam, kami langsung tidur karena sudah terlalu lelah dan harus mempersiapkan diri untuk serangkaian kegiatan esok harinya.

Selamat pagi Trawas. Pukul empat sudah terjaga, bersih diri atau

mebasuh muka, berwudhu. Dilanjutkan dengan sholat Subuh dan kultum yang disampaikan oleh Bapak Syahidin, sebelum memulai kegiatan di hari kedua sekaligus hari terakhir kami di Trawas ini.

Pukul lima pagi kami membentuk sekaligus memilih pengurus OSIS Masa Bhakti 2019/2020. Sampai pukul enam, setelah pemilihan kami diberi waktu kurang dari tiga puluh menit untuk mandi. Kemudian kami sarapan. Lalu outbond-suatu kegiatan yang kami tunggu-tunggu. Namun kali ini outbond kami berbeda halnya dengan yang sering dilakukan beberapa orang dan juga bukan seperti yang kami pikirkan.

Terdapat sembilan ruang di dalam kapal (yang difasilitasi dengan rafia bersekat), dimana pada ruang tengah itu hanya ada mesin yang mengendalikan kapal. Pada ruang

dalam kapal tersebut hanya bisa memuat sembilan orang di sebelah kiri, kanan, depan, dan belakang. Ada 24 orang di dalam kapal, masing-masing ruang diisi tiga orang.

"Setelah berlayar (mengajak kami berimajinasi), kapal tersebut menemui 8 orang yang terdampar di pulau terpencil. Persoalannya bagaimana cara menolong 8 orang tersebut agar bisa terselamatkan, namun tanpa mengorbankan salah satupun dari penumpang yang ada di dalam kapal?"

Pada outbond kali ini kami diajarkan untuk menjadi pemimpin yang bisa memberikan pertolongan tanpa ada pengorbanan, melalih kecerdikan dalam membuat strategi.

Seusai kami outbond dan berhasil memecahkan permasalahan yang dipersoalkan tersebut, kami diajak seru-seruan dengan jelajah menuju air terjun yang tempatnya tak jauh dari camp kami. Berjalan menikmati kaki gunung Penanggungan nan indah dengan deretan sawah yang masih dibiarkan kosong kelompok. Dengan udara Trawas yang begitu bersahabat, menyegarkan. Menjadikan tempat ini tak bisa terlupakan oleh ingatan. Air Terjun Cuban Talun, tujuan kami di depan mata. Airnya masih jernih dan alami, gunungan-gunungan batu raksasa yang meyelubungi sekitarnya melengkapkan kemolekan air terjun yang satu ini.

Sekitar pukul sembilan lebih, kami harus kembali ke camp untuk persiapan pulang yang sebelumnya kami harus melaksanakan upacara penutupan. Pukul sepuluh kami melaksanakan upacara penutupan. Dan, LDKMS OSIS SMP N 1 Mantup Masa Bhakti 2019/2020 resmi ditutup.

Sampai usai penutupan, ternyata ada kejutan tersendiri untuk kami!

Sekian, usai sudah LDKMS tahun ini. Pukul sebelas kami berangkat untuk pulang. Ke rumah, kembali, di dekat ibu bapak, sanak saudara sendiri.

OSSNESMA MASA BHAKTI 2019/2020

Oleh: *Urifa Nikmatul Hasanah, S.Pd. **



Gerakan Literasi Sekolah (GLS) merupakan program pemerintah berdasarkan Permendikbud No.23 tahun 2015. Program ini dilaksanakan karena rendahnya minat baca masyarakat Indonesia. Minat baca masyarakat di Indonesia tergolong sangat rendah. Menurut data UNESCO tahun 2011, indeks tingkat membaca masyarakat Indonesia hanya 0,001 %. Artinya, dari 1000 orang Indonesia hanya 1 yang memiliki *passion* dalam membaca. Hal ini sangatlah memprihatinkan.

Padahal slogan "buku adalah jendela dunia" sudah begitu sering ditanamkan kepada kita sejak kecil.

Begitu besar manfaat yang kita dapatkan dengan membaca, selain pengetahuan kita akan menjadi luas, kita juga dapat mengembangkan dan meningkatkan kapasitas diri. Dengan adanya program ini diharapkan semua warga sekolah memiliki budaya literasi sehingga dapat menambah pengetahuan dan wawasannya.

Gerakan literasi sekolah (GLS) sudah dilaksanakan di SMPN 1 Mantup sejak tahun 2017 dan pada tahun pelajaran 2019 ini diadakan kegiatan lomba literasi dalam rangkah memperingati hari aksara /

literasi internasional dan bulan bahasa. Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Senin, tanggal 23 September 2019. Acara ini diawali dengan kegiatan upacara peringatan hari aksara/literasi internasional terlebih dahulu, kemudian dilanjutkan dengan hiburan berupa musicalisasi puisi dari penampilan bapak ibu guru serta siswa baru dilanjutkan dengan pelaksanaan lomba.

Ada beberapa jenis lomba yang dilaksanakan, diantaranya antologi kelas, menulis spontan, membuat

poster, cipta dan baca puisi. Untuk lomba menulis spontan dan antologi kelas/cipta puisi harus diikuti oleh seluruh siswa SMPN 1 Mantup. Sedangkan lomba membuat poster dan membaca puisi dapat diikuti oleh perwakilan siswa putra dan putri dari masing-masing kelas. Tema yang digunakan dalam menulis puisi yaitu "Aku Anak Indonesia, Cinta Lingkungan, Anti Korupsi Dan Narkoba". Sedangkan tema lomba membuat poster adalah "Karena Membaca Menjadi Luar Biasa".

Kegiatan lomba literasi ini merupakan program kerja perpustakaan tahun 2019/2020. Melalui kegiatan ini diharapkan dapat menumbuhkan minat baca siswa, meningkatkan pengetahuan dan mengembangkan kemampuan dalam membaca serta menulis. Selain itu siswa diharapkan dapat memiliki budaya literasi di tengah-tengah masyarakat secara luas. Kegiatan ini juga dapat menggali potensi siswa dalam berkarya dan bersastra.

Berikut ini adalah laporan daftar pemenang lomba literasi dalam rangka memperingati hari aksara/literasi internasional:

*) Pengelola perpustakaan

NO	JENIS LOMBA	JUARA	NAMA	KELAS
1	ANTOLOGI KELAS VII	I	-	VII H
		II	-	VII F
		III	-	VII G
	ANTOLOGI KELAS VIII	I	-	VIII G
		II	-	VIII D
		III	-	VIII B
	ANTOLOGI KELAS IX	I	-	IX B
		II	-	IX G
		III	-	IX D
2	CIPTA PUISI KELAS VII	I	PANJI DWI ARIADANSYAH	VII G
		II	LUQMAN MAULANA GHOFUR	VII H
		III	RAHMA NUR HIDAYAH	VII F
	CIPTA PUISI KELAS VIII	I	CATHERINE	VIII G
		II	AMELIA APRISA	VIII B
		III	IRWAN DWI M.	VIII D
	CIPTA PUISI KELAS IX	I	ALISYA SALSABILA	IX G
		II	SELVIA R.	IX E
		III	RUCI TITAH GUSTI	IX G
3	BACA PUISI VII	I	MUTIAH	VII G
		II	NABILA AUFA NAVISA	VII F
		III	CAHYO WIDODO	VII G
	BACA PUISI VIII	I	SYAFIRA RAMADHANI	VIII G
		II	MARIO CAHYO PURNOMO	VIII G
		III	JESSICCA FATIKASARI	VIII A
	BACA PUISI IX	I	ALISYA SALSABILA	IX G
		II	MAYLA FAIZA A.	IX D
		III	HAFIZ AL-AHZAR	IX D
4	MEMBUAT POSTER KELAS VII	I	FAWNIAH IFTINAH NAHDHA	VII G
		II	NADYA ARDA HARINY	VII G
		III	MUHAMMAD NUR CAHYONO	VII C
	MEMBUAT POSTER KELAS VIII	I	ALIFIYA RAMADHANI	VIII E
		II	MITA AYUNINGTYAS	VIII F
		III	RAMADHANI GITI SAFITRI	VIII B
	MEMBUAT POSTER KELAS IX	I	RANI DWI GANES PAMBAYUN	IX G
		II	KHOIRUNNISA DWI AFIFAH	IX G
		III	HAFIZ AL-AHZAR	IX G
5	LOMBA MENULIS SPONTAN KELAS VII	I	DWI SHERIL F.A	VII G
		II	MAULA ASHAR	VII H
		III	AULYA SIZKA M.	VII E
	LOMBA MENULIS SPONTAN KELAS VIII	I	MUHAMMAD IRSYADUL IBAD	VIII G
		II	ELLYSHA AFRINA	VIII C
		III	ANDINI DWI R.L	VIII B
	LOMBA MENULIS SPONTAN KELAS IX	I	RUCI TITAH GUSTI	IX G
		II	RIRIS NUR CHASANAH	IX G
		III	ELLENORA ROHMATULLAH KP	IX G



Aksi Lingkungan Gerakan Sejuta Biopori

Masalah kita
Banjir, Sampah, penyakit seperti Demam berdarah, Flu tulang, Malaria, Diare dll.

Apa itu lubang resapan biopori?

Lubang yang dibuat secara tegak lurus ke dalam tanah, dengan diameter sekitar 12 cm dan kedalaman 100 cm. Atau tidak melebihi muka air tanah dangkal.

Lubang perlu diisi sampah organik makanan sebagai sumber makanan faunah tanah dan akar tanaman yang mampu membuat biopori atau liang (terowongan – terowongan kecil) didalam tanah.

Alat yang digunakan dalam pembuatan lubang resapan biopori

1. Bor Tanah (bor Biopori) atau alat lain yang dapat membuat lubang vertical, seperti linggis dan alat untuk mengeluarkan tanah dari mata bor.

2. linggis

3. Kape

4. Pisau
5. Sampah organik
6. Paralon 1 dim

Cara Membuat Lubang Resapan Biopori

1. Cari lokasi tepat untuk membuat lubang resapan biopori yaitu pada daerah air hujan yang mengalir seperti saluran irigasi/saluran khusus air hujan, taman, halaman parkir, daerah genangan dsb.
2. Tanah yang akan dilubangi disiram dengan air supaya mudah untuk dilubangi.
3. Letakkan mata bor tegak lurus dengan tanah untuk mulai pengeboran
4. Lubangi Tanah dengan bor biopori (bor untuk tanah mineral), dengan menekan bor ke kanan sambil di putar ke kanan hingga bor masuk kedalam tanah.
5. Untuk memudahkan dalam pengeboran, lakukan penyiraman dengan air selama pengeboran.
6. Setiap sekitar 15 cm atau sedalam mata bor berhenti, tarik mata bor sambil tetap diputar ke arah kanan, untuk membersihkan tanah yang berada didalam mata bor
7. Bersihkan tanah dari dalam mata bor dengan menggunakan pisau atau alat tusuk lainnya, dimulai dengan menekan tanah dari sisi dalam mata bor sehingga tanah mudah dilepaskan.



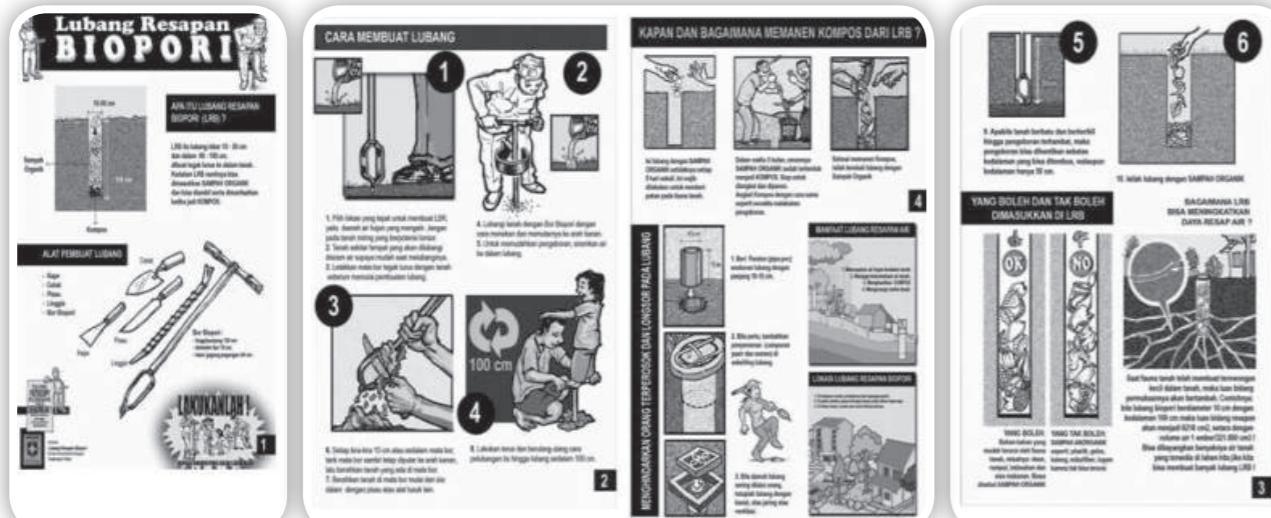
Biopori bisa meningkatkan daya resap air

Bila fauna tanah telah membuat terowongan kecil dalam tanah, maka luas bidang permukaannya akan bertambah. sebagai contoh bila lubang bor berdiameter 10 cm dengan kedalaman 100 cm, maka luas bidang resapan menjadi $3.14159 \times 100 \times 100 = 314159 \text{ cm}^2$ setara dengan volume air 1 liter 314000 cm^3 .

Lubang resapan biopori efektif mengundang cacing, 10 lubang biopori diameter sekitar 10 cm dan kedalaman 100 cm bisa meresapkan minimal 1000 liter air hujan setiap kali hujan deras.

Manfaat Lubang Resapan Biopori

1. Meresapkan air hujan ke dalam tanah dan mencegah banjir.
2. Menjaga Ketersediaan air tanah
3. Mengolah sampah organik menjadi kompos



4. Menyuburkan tanah/menambah gizi tanah
5. Meningkatkan kualitas lingkungan hidup sekitar

Memanen kompos dari biopori

Dalam kurun waktu sekitar 2 bulan, kompos umumnya sudah terbentuk dan siap untuk diangkat / dipanen. Untuk mengambil kompos dari lubang, lakukan seperti saat melakukan pengeboran. Tapi yang kita ambil komposnya. Selesai panen, isi kembali lubang dengan sampah organik.

Untuk mencegah longsor, bisa diberi pipa pada bagian atas lubang yang dibuat, panjang pipa atau paralon 15 cm. pipa jangan dipasang menutupi seluruh dinding lubang, karena akan menghalangi gerak cacing.

Lokasi pembuatan biopori seharusnya dibuat :

1. Di parit atau selokan yang berfungsi hanya untuk aliran pembuangan air hujan.
2. Daerah genangan
3. Di halaman rumah, perkantoran, lapangan parkir
4. Di lahan kebun dan areal terbuka lainnya

Musuh utama lubang resapan Biopori

1. Bukan kerikil, batu, paving block atau cor semen yang menjadi alasan dihentikannya pembuatan lubang resapan biopori. Alasan utama harus dihentikan pembuatannya adalah air tanah.
2. Kemiringan tanah lebih dari 15 derajat

Oleh: Rr. Retno Palupi



DIESNATALIS KOPRASMAN Periode ke-3

Assalamualaikum wr. Wb, Salam Merah Putih !

Perkenalkan nama ku Ellenora Rohmatulloh khusaini Putri kelas IXG SMP Negeri 1 MANTUP. Saya di sini akan bercerita tentang kegiatan DIESNATALIS KOPRASMAN (Komando Paskibra Smnp 1 Mantup) periode ke 3 tahun.

Koprasman ini didirikan pada tanggal 1 Oktober 2016 . yang ajukan oleh Serka Gunawan dari Koramil 0812/09 Mantup, pada SMPN 1 MANTUP dan di terima langsung oleh Bapak Suwarno S. Pd. M,si, karena bertujuan mendisiplinkan SMPN 1 Mantup.

Koprasman adalah nama satuan ekstrakurikuler Pbb di SNESMA, di adakanya ekstra ini adalah untuk menggali bakat/minat para siswa supaya bisa menjadi pribadi yang lebih baik lagi, dengan melatih jiwa yang kuat dan tangguh. Bisa mengerti apa arti tanggung jawab dan mengembangkan rasa atau sikap cinta tanah air.

Pada tanggal 1 Oktober 2019 kemarin, anggota KOPRASMAN SMP NEGERI 1 MANTUP merayakan DIESNATALIS atau ulangtahunnya yang ke 3 tahun. Acaranya sangat meriah, dengan mengundang Bapak Kepala Sekolah Smp Negri 1 Mantup, Bapak Pembina Koramil, Bapak Pembina Koprasman, Perwakilan Ekstra, Dan Senior Paskibra Smnp 1 Mantup.

Diadakannya acara ini setiap tahun untuk menjalin tali persaudaraan atau silaturahmi dan tidak lupa untuk berdoa agar Paskibra Smp Negri 1 Mantup Jaya selalu akan kedepannya dan lebih baik lagi.

Kami berharap agar KOPRASMAN dapat meraih banyak prestasi, dan lebih banyak berkembang. Dan kami ingin saat saya dan kawan - kawan Lit'03 sudah lulus dari SNESMA kami bisa mendengar KOPRASMAN masih tetap berdiri dan tetap jaya dengan segudang prestasinya.

Terakhir, kami ingin berterima kasih kepada Bapak atau Ibu Guru Smp Negeri 1 Mantup, Tanks to Mr. Suwarno, Senior, Pelatih, dan semua pihak yang telah mensupport kami. Semangat Pembaris Muda, buat semua orang mengenal KOPRASMAN dengan sejuta prestasi! KOPRASMAN Jaya, Jaya, Istimewa!

Oleh: Ellenora Rohmatulloh K.p



Manisnya Jambore Daerah

JATIM 2019 DI BANYUWANGI

Aktivitas

Milenial, Atraktif, Nasionalis.

Salam pramuka....

Hi kakak-kakak pembaca inspiro, nama saya Indah Fitria Putri Surya Ramadani dari kelas 9Ghe. Saya akan bercerita mengenai pengalaman saya ketika mengikuti Jambore Daerah Jawa Timur 2019. Kegiatan ini merupakan kegiatan perkemahan penggalang yang dilakukan untuk merayakan pesta pramuka selama 3 tahun sekali. Kali ini Jambore Daerah Jatim dilaksanakan di Bumi Perkemahan Hutan Pinus Songgon Banyuwangi. Jamda Jatim kali ini mempunyai slogan MANIS (Milenial, Atraktif, Nasionalis, Inovatif, dan Sukses). Merupakan suatu kebanggaan bisa mengikuti kegiatan ini.

Begini banyak persiapan yang harus dihadapi oleh peserta Jamda. Mulai dari seleksi, pembekalan setiap hari Sabtu dan Minggu, karantina, hingga saatnya untuk pemberangkatan. Kami berangkat siap menuju bumi perkemahan Banyuwangi pukul 04.25 WIB dengan menggunakan kereta api. Dan sampai di Stasiun Rogo Jampi Banyuwangi pukul 11.40 WIB. Perjalanan selanjutnya untuk sampai di bumi perkemahan kami menggunakan bus mini. Sesampai di bumi perkemahan, ternyata masih banyak peserta yang belum datang, mungkin wajar saja karena kegiatan masih akan dimulai besok pagi. Kami segera menurunkan barang-barang kami dari mobil angkut, lalu kami pergi ke penginapan untuk bermalam.

Keesokan harinya kami kembali ke bumi perkemahan, kali ini sudah banyak peserta yang tiba dan bersiap untuk mendirikan tenda. Senang rasanya melihat semua bekerja sama. Tak mau kalah, kami pun segera mendirikan tenda kami. Dari pagi hingga sore semua sibuk membuat tendanya agar terlihat sebagus mungkin. Mulai dari gapura, penataan ruang tamu, kebersihan tenda, pagar, dan perlengkapan

lainnya. Tak terasa matahari hampir terbenam. Semua membersihkan diri masing-masing. Malam ini kami berencana untuk berjalan-jalan melihat bumi perkemahan. Suara yel-yel, hentakan kaki di jalan setap mengalahkan kesepian malam.

Malam semakin larut kami bergegas kembali ke tenda untuk beristirahat karena besok akan ada upacara pembukaan.

Sebelum mentari datang kembali, kami segera menayadarkan diri. Bergegas untuk sholat subuh dan sarapan. Pagi ini kami tidak mandi, karena tak tahan akan rasa dingin yang menyelimuti. Pramuka lengkap segera kami kenakan, karena upacara pembukaan segera dimulai. Bersiap untuk berbaris dan menuju lapangan.

Ternyata sudah banyak peserta yang berkumpul. Langsung saja kami bergabung dan menyesuaikan barisan. Rasanya tidak enak bukan jika pada suatu kegiatan tidak mendapatkan teman baru. Saya melihat samping kiri saya bosa-bosi menanyakan nama, dan lain sebagainya. Bagitu juga pada samping kiri, dan peserta lain yang ada di dekat saya. Saling menyodorkan buku kegiatan, bermaksud untuk mempersilahkan mengisi daftar teman baru. Ternyata mereka dari kontingen Gresik, Mojokerto, Bangkaan, dan Sampang.

Upacara dimulai dan banyak sekali pementasan anak-anak Banyuwangi sebagai tuan rumah yang ikut memeriahkan acara. Setelah upacara kami mendapat tugas baru yaitu festival kuliner. Semua kontingen menyuguhkan makanan khas dari daerahnya masing-masing kepada peserta yang berkunjung. Kunjungan yang dilakukan agar bisa mendapatkan stiker untuk ditukar dengan stempel kegiatan. Kegiatan ini membuat kami semakin mengetahui macam-macam kuliner yang ada di Jawa Timur. Setelah perut sudah terisi penuh, kami kembali ke tenda masing-

masing. Malam ini kami berkumpul di lapangan untuk menyaksikan pentas seni.

Memang kegiatan setiap malam adalah kegiatan pentas seni yang merupakan pertunjukan dari beberapa kontingen dengan cara digiril. Dalam kegiatan ini seperti yang pernah saya lakukan, saya mendapat teman baru dari kontingen Sumenep, Madura. Senang rasanya bisa bercanda tawa juga belajar bahasa daerah mereka. Tak terasa, malam menjadi semakin larut. Kami kembali meju tenda dan pergi tidur karena masih banyak kegiatan yang harus diselesaikan.

Mata berusaha kubuka, mengingat tanggung jawab yang harus diselesaikan. Air wudlu langsung ku ambil dan melaksanakan sholat subuh. Segera melakukan tugas masing-masing, bagi yang curvey harus memasak dan menjaga kebersihan tenda. Dan yang lainnya berkegiatan seperti yang telah dijadwalkan. Kegiatan kami terbagi menjadi 7 jenis yaitu giat wawasan kebangsaan, giat tantangan, giat teknologi dan life skill, giat wirausaha, giat scouting skil, giat penanggulangan bencana, dan giat seni budaya. Kegiatan tersebut tentunya dikembangkan menjadi beberapa bagian. Contoh giat tantangan yaitu arung jeram, flying fox and tubing, dan paint ball. Dan contoh lagi teknologi dan life skill yang terdapat kegiatan saka bakti husada, saka bhayangkara, saka dirgantara, saka wirakartika, saka bahari, saka kalpataru, saka kencana, saka taruna bumi, saka wanabakti, saka widya budaya bakti, saka pariwisata, dan badan pengwas obat dan makanan. Saking banyaknya kegiatan, saya tak bisa menceritakan satu per satu ya...maaf. Karena tentu akan menghabiskan halaman inspiro ini jika saya ceritakan semua, he..he.... Tapi ada satu kegiatan yang paling saya suka yaitu safari camp. Tidak semua peserta dapat

mengikuti kegiatan ini. Dan saya merasa sangat beruntung karena telah dipercaya untuk mengikuti. Kegiatan ini adalah kegiatan penjelajahan yang mana peserta yang mengikuti diajak untuk meninggalkan tempat perkemahan. Disini akan dibentuk regu baru, yaitu regu sementara yang hanya berlaku saat kegiatan ini berlangsung dan saya dipercaya untuk menjadi pemimpin regu. Perjalanan yang ditempuh cukup jauh. Tempat yang digunakan untuk bermalam adalah disamping aliran air yang sangat deras, sepertinya merupakan perkebunan penduduk setempat.

Kegiatan pertama kami setelah sampai adalah membangun bivak atau bisa disebut dengan tenda darurat. Setiap anak wajib mempunyai bivak yang digunakan untuk tidur bermalam sementara. Setelah bivak berdiri kami berkumpul untuk belajar tentang bagaimana cara membuat api dengan memanfaatkan apa yang ada di sekitar dengan menggunakan fire starter. Lalu dilanjutkan kegiatan sholat dan makan malam. Untuk makan kami harus memasak sendiri dengan perlengkapan yang telah dibawa. Kegiatan selanjutnya tidak langsung dilaksanakan karena tiba-tiba hujan turun. Setelah hujan reda dilanjutkan pemberian materi oleh panitia tentang kompas orientasi dan kompas bidik serta cara pemakaian kompas orientasi pada peta. Malam semakin larut kami dipersilahkan untuk tidur agar stamina tetap terjaga. Malam begitu dingin, banyak kejadian aneh pada malam itu. Tidak mengherankan karena kita berada di alam bebas, terdapat kehidupan lain yang mungkin ingin bertemu.

Keesokan harinya kami bangun, betapa indah pagi itu. Kegiatan pertama kami adalah sholat subuh lalu dilanjutkan dengan memasak dan sarapan. Setelah perut kami terisi, kami membuat kaki empat yang terbuat dari bambu. Guna dari kaki empat ini adalah untuk tempat peristirahatan. Lalu kami bersiap-siap kembali ke bumi perkemahan. Perjalanan kali ini melewati aliran sungai, sawah-sawah, kebun, dengan berpedoman pada peta yang telah kami pelajari. Hingga sampailah di jalur setapak dan kami hanya perlu mengikuti jalan tersebut untuk sampai ke bumi perkemahan. Menyadari perjalanan tak jauh lagi kami semakin semangat, karena punggung yang lelah oleh tas yang sangat berat akan terbebaskan. Sesampainya di bumi perkemahan, rasanya semua lelah kami hilang. Karena kegiatan ini kami menjadi saling mengenal.

Waktu tidak berhenti berputar, hari terus berganti. Kegiatan-kegiatan telah kami lakukan hingga memasuki hari terakhir. Kegiatan terakhir kami adalah Karnaval budaya. Seluruh peserta menggunakan pakaian adat, berjalan mengelilingi area bumi perkemahan dan sekitarnya dengan diiringi alat musik daerah. Sekitar 3 jam kami berjalan, hingga kembali ke bumi perkemahan.

Kegiatan terakhir ini dilakukan dengan penuh semangat, semua peserta berusaha untuk memeriahkan.

Masuk pada jam malam, yaitu penutupan kegiatan Jambore Daerah. Kami berkumpul di lapangan, bernyanyi bersama, dan menikmati malam yang indah. Berharap semua takkan pernah berakhir, tapi kami sadar yang datang pasti akan pergi. Ciri khas yang berbeda akan membawa kenangan yang indah, dan semoga kami bisa membawa semua dampak positif dari kegiatan ini. Saat acara berakhir, masih banyak peserta yang berbincang-bincang dengan peserta dari kontingen lain. Begitu juga dengan saya, malam terakhir ini akan saya manfaatkan dengan baik. Canda tawa melengkapi suasana malam, tentunya kami tidak akan berpisah dengan tangisan. Mungkin terasa berat untuk mengakhiri semua yang terjadi. Malam semakin larut, suara pembina meminta kami untuk pergi tidur.

Tanggal 18 Oktober, mata kubuka melihat Songgon dan berkata dalam hati selamat tinggal. Saatnya untuk pulang meninggalkan lokasi perkemahan. Sampai jumpa Banyuwangi selamat datang Lamongan.

*Semua yang datang akan pergi
Meninggalkan kenangan yang tersimpan
dalam hati*

*Seperti halnya mentari
Yang pergi membawa sinar diri
Walau berat langkah kaki
Mengeluh agar tak pernah meninggalkan
semua ini*

Jika memang bisa terjadi

Buku takdir kan kurobek pasti

Kan kurobek bagian

perpisahan yang ditulisi

Agar kita tak perlu pergi



Inovatif, dan Sukses



Pelepasan Peserta Jambore Daerah di Kabupaten Lamongan

Seusai program kegiatan Pramuka Kwartir daerah Jawa Timur bahwa bulan Oktober 2019 diadakan kegiatan Jambore daerah tepatnya di bumi perkemahan hutan pinus songgon kabupaten Banyuwangi. Otomatis setiap kodya dan Kabupaten sebagai kwartir daerah menyiapkan regu atau kontingen sebagai perwakilan, dan setiap kwartir cabang harus mengutukkan adik-adik penggalang dan pendamping pembina. Peserta Jambore merupakan penggalang kiriman dari kuartir Ranting yang memiliki nilai plus, tangkas, cerdas, mandiri dari anggota penggalang masing-masing Gudep.

Kabupaten Lamongan juga turut andil mengikuti serta kan anggota penggalang terap dan anggota penggalang Pramuka Garuda. Dengan mengikuti serta kan 39 penggalang dan 5 pembina damping pada tanggal 10 Oktober 2019, pukul 08.00 di sanggar Manggala Krida Loka Pramuka Kwarcab Kabupaten Lamongan. Ada kegiatan Pelepasan Peserta Jambore Daerah Jawa Timur merupakan kontingen Kwarcab Kabupaten Lamongan.

Pelepasan Kontingen Kwarcab Kabupaten Lamongan dilaksanakan



oleh sekretaris Daerah Lamongan bapak Yuronur dan juga selaku Kepala Kwarcab kabupaten Lamongan. Saat pelepasan disaksikan oleh Kepala Sekolah SMP, MTS N, dan SLB juga disaksikan oleh orang tua anggota penggalang yang terpilih menjadi kontingen Kabupaten Lamongan. Pelaksanaan Jambore Daerah mulai tanggal 9 hari Rabu sampai dengan Rabu 18 Oktober 2019. Mulai pukul 08.00 sampai selesai. Selain Pelepasan juga ada pelantikan Pramuka Garuda sebanyak 10 peserta anggota penggalang. Acara dikemas secara syar'i sehingga banyak yang meneteskan air mata orang tua merasa bangga. SMP Negeri 1 Mantup salah satu penggalangnya bernama Indah Fitria Putri Surya Ramadani kelas 9G terpilih

menjadi peserta Jambore Daerah.

Peserta Kwarcab dalam melepas kontingen Kwarcab Lamongan harus pandai-pandai membawa diri sesuai Tri Satya dan Dasa Dharma, kenalkan budaya kabupaten lamongan pembangunannya, wisatanya dan keunggulan lain, capailah prestasi tunjukanlah Lamongan memang YES.

Oleh: Rr. Retno Palupi



Jelajah Sejarah dan Ngaji Relief

Ini Adalah Ceritaku Saat Jelajah



Pertama aku berkumpul di sekolah untuk menunggu guru Pembina untuk menjemputku, tidak lama kemudian mobil pun datang untuk menjemputku dan aku pun segera masuk ke mobil tersebut. Diperjalanan tidak terasa ternyata aku sudah sampai di tempat tujuan dan aku pun menunggu untuk pendaftaran setelah mendaftar sebelum acara dimulai diadakan hiburan tarian jarahan dan upacara pembukaan. Sesudah upacara pembukaan aku pun berlanjut ke museum drajat disana banyak peninggalan peninggalan sunan drajat dan tokoh-

sebelum melihat langsung makam sunan drajat seluruh peserta diberi penjelasan terlebih dahulu tentang ornament-ornament kuno di tempat tersebut setelah penjelasan selesai akupun melanjutkan perjalanan, langkah demi langkah akhirnya pun aku sampai di makam sunan drajat, disana seluruh peserta dijelaskan tentang ukiran-ukiran yang terdapat di kuncup sunan drajat. Tidak hanya itu aku pun berlanjut ke museum drajat disana banyak peninggalan peninggalan sunan drajat dan tokoh-

tokoh terdahulu, setelah melihat-lihat di museum aku langsung menuju ke mobil dan melanjutkan perjalanan ke Brumbung.

Diperjalanan ke Brumbung memang agak sulit dikarenakan jalannya yang sempit dan menggerongal sesampai disana peserta dijelaskan tentang arti Brumbung dan tentang sumur yang dipercaya sumur suci oleh kamu hindu-budha terdahulu.

Setelah penjelasan yang begitu banyak aku pun langsung menuju ke mobil untuk melanjutkan perjalanan ke Sendhang Duwur sesampai disana sebelum aku berkumpul di Sendang Duwur aku sholat terlebih dahulu dan setelah sholat dzuhur selesai aku istirahat sejenah dan makan siang bersama. Sesudah makan siang aku langsung beranjak ke Sendang Duwur untuk menunggu pembagian sertifikat, tidak lama menunggu akhirnya namaku pun dipanggil. Lalu, aku langsung mengambil sertifikat dan langsung ke mobil untuk pulang.

Itulah ceritaku saat jelajah
Oleh : Maula Azhar/VII H



PENGURUS OSIS
SMP NEGERI 1 MANTUP
PERIODE 2019 / 2020 34



KETUA OSIS

Zacky Aditya Firmansyah

VIII G

WAKIL KETUA OSIS

Jovian Orlando Toar Rantumbuan

VII A

SEKRETARIS

I Dini Amelia Elsa Rosanti

VIII G

II Yonathan Niko Wisata

VIII G

BENDAHARA

I Maulidiawati

VIII C

II Mario Cahyo Purnomo

VIII G

SIE KEAMANAN

- | | | |
|---|-----------------------------|--------|
| 1 | Dimas Riki Saputra | IX A |
| 2 | Moh. Indra Saputra | IX E |
| 3 | Abel Fitri Ramadhani | VIII A |
| 4 | Muh. Irsadul Ibad | VIII G |
| 5 | Jeni Devian Putri | VII A |
| 6 | Yulita Fairli Sivingka | VII E |
| 7 | Arya Barringtonia Satriawan | VII G |
| 8 | Cahyo Widodo | VII G |

SIE KETERTIBAN

- | | | |
|---|---------------------------------|--------|
| 1 | Cristian Avrilio Dharma Candawa | IX A |
| 2 | Dava Arjuna Septa Haqiqi | IX G |
| 3 | Bintang Galih Yusuf Mahardika | VIII F |
| 4 | Mila Nur Kotifah | VII H |
| 5 | Devianti Toyo | VII D |
| 6 | Maya Dwi Ariyanti | VII D |

SIE KETAQWAAN

- | | | |
|---|----------------------|--------|
| 1 | Rada Fitriani | IX A |
| 2 | Herlita Putri Andini | VIII G |
| 3 | Agsni Talita Deviana | VII A |
| 4 | Fresia Febrityanti | VII A |
| 5 | Muh. Saiful Ulum | VII B |
| 6 | Yasa Suhada Jaelani | VII G |

SIE KEKELUARGAAN

- | | | |
|---|------------------------------|--------|
| 1 | Ruci Titah Gusti | IX G |
| 2 | Ikke Adinda Lailatus Sa'adah | VIII A |
| 3 | Mam. Ba'u Izzi | VIII G |
| 4 | Suci Aisyah Wulan Agustin | VII F |
| 5 | Azurqi Daffa El Fathir | VII G |
| 6 | Muh. Aliyudin Syah | VII H |

SIE KEBERSIHAN

- | | | |
|---|---------------------------|--------|
| 1 | Jesika Firnandasari | IX G |
| 2 | Artika Wulandari | VIII B |
| 3 | Deswita Akni Fatur Rohman | VII A |
| 4 | Agung Rizki Arifianto | VII B |
| 5 | Arindi Bulan Cahyani | VII C |
| 6 | Abi Kholaf Syari'ul Basih | VII E |
| 7 | Nur Anifah Rivalina Rahma | VII G |

SIE KEINDAHAN

- | | | |
|---|---------------------------|--------|
| 1 | Hafizh Al-Azhar | IX G |
| 2 | Muh. Rizki Sanjaya | VIII G |
| 3 | Aulia Siska Mukharomah | VII E |
| 4 | Kafie Abyan Makarim | VII E |
| 5 | Nadia Arda Harini | VII G |
| 6 | Revaldi Noval Anggara Tio | VII G |
| 7 | Lugman Maulana Ghofur | VII H |

SIE KERINDANGAN

- | | | |
|---|--------------------------|--------|
| 1 | Aryata Lu Rahmansyah | IX A |
| 2 | Muh. Heru Susanto | VIII C |
| 3 | Zuniva Lia Sintiyawati | VIII C |
| 4 | Winada Putri Iswara | VIII C |
| 5 | M. Syachdin Dhavinsya Ch | VIII E |
| 6 | Anggun Nova Puspita | VII G |

**Daftar Siswa
Rangking I Semester Genap
Smp Negeri 1 Mantup
Tahun Pelajaran 2018 / 2019**

NO.	NAMA	KELAS
1	Lifiah Winarsih	VII A
2	Elenora Rahmatullah K P	VII B
3	Widya Tri Kurnia D	VII C
4	Adinda Dwi Nur Rahmawati	VII D
5	Gading Pangestu	VII E
6	Annisa Khoiru Tauwabarohima	VII F
7	Alisyah Salsabila	VII G
8	Anisa Intan Aprilia	VII H
9	Ilhan Imam Suhadak	VIII A
10	Jauva Asyaikhul Karim	VIII B
11	Regina Salsabila Yunita	VIII C
12	Sabrina Yogi Alwidha	VIII D
13	Priska Nadista Yulia R	VIII E
14	Ely Mardiana Putri	VIII F
15	Joevita Salsabila Fitrianova	VIII G
16	Yusrotul Ulya	VIII H

**PRESTASI SMP NEGERI 1 MANTUP
TAHUN PELAJARAN 2018 / 2019**

NO.	NAMA	JENIS LOMBA	KATEGORI
1	Shinta Abelli Nur H	Lomba Puisi dalam rangka	Harapan III
		Pekan Seni Pelajar	
2	Ruci Titah Gusti	Lomba Lukis dalam rangka	III
		Pekan Seni Pelajar	
3	Beregu	Paduan Suara dalam rangka	II
		Pekan Seni Pelajar	
4	Ruci Titah Gusti	Lomba Cipta Cerpen	Harapan II
		Berbahasa Indonesia (OLSN)	
5	Wahyu Ramadhan	Lomba Cipta Puisi	Nominasi 10
		Berbahasa Indonesia (OLSN)	Besar
6	Ahmad Hamdani	Olimpiade MTK Tk. SMP	Harapan I
7	Sela Oktaviana E	Ujian Tahfizd Jus 30	Amat Baik
8	Alisyah Salsabila	Ujian Tahfizd Jus 30	Amat Baik
9	Ainur Rizki Safarinda	Ujian Tahfizd Jus 30	Amat Baik
10	Yuli Agustin	Ujian Tahfizd Jus 30	Baik
11	Puji Yanti	Ujian Tahfizd Jus 30	Baik
12	Anisah Dinda	Ujian Tahfizd Jus 30	Baik
13	Yusrotul Ulya	Ujian Tahfizd Jus 30	Baik
14	Leli Liya Tri Ashari	Ujian Tahfizd Jus 30	Baik
15	Rindi Fatikhah	Ujian Tahfizd Jus 30	Cukup
16	Alisyah Salsabila	story telling	Juara 1
17	Edgar Dani Dhiokto	Petanque Doubleman Junior	Juara III Porprov
18	Sapta Danang Febrianto	Petanque Doubleman Junior	Juara II Porprov
19	Lifia Winarsih	Petanque Triple Women	Juara III Porprov
20	Enjelita Ferlina Sari	Petanque Triple Women	Juara III Porprov
21	Lifia Winarsih	Petanque Double Open U-17	Juara III di UNS

CERPEN

Nasyela, dia lahir pada tanggal 19 Agustus 2001, lahir dari keluarga yang sederhana, pekerjaan ayahnya seorang petani dan ibunya seorang ibu rumah tangga.

Sejak kecil Nasyela mempunyai cita-cita yang sangat mulia, dia ingin sekalipun menjadi Abdi Negara (Taruni).

Ketika Nasyela duduk di kelas 2 SMP, Nasyela hampir putus asa dengan usaha untuk meraih cita-citanya tersebut.

Nasyela tidak didukung oleh kedua orang tuanya karena biaya masuk dalam taruna tidak sedikit, Nasyela sangat kecewa dan dia hampir putus asa karena tidak ada harapan lagi untuk dapat menjadi seorang Abdi Negara yang diinginkan sejak kecil.

Nasyela dan kedua orang tuanya sedang duduk di ruang tamu, orang tuanya sedang sibuk berbicara mengenai suatu hal, Nasyela tetap diam dan tidak mendengarkan pembicaraan orang tuanya tersebut. Ketika ayahnya berkata suatu hal, Nasyela langsung menatap kepada

Nasyela sudah mengembangkan Ekstrakurikuler yaitu Paskibra, Nasyela yakin itu adalah kelebihannya yang membantu dia untuk mengejar cita-citanya.

Telah sekitar lama usaha dan pengorbanan Nasyela untuk membuktikan kepada orang tuanya, akhirnya perlahan demi perlahan orang tua Nasyela luluh dengan cara usahanya yang ingin sekalipun menjadi Taruni.

Kini Nasyela semakin yakin dan semangat untuk mengejar cita-citanya itu, dari dulu Nasyela selalu memikirkan masa depannya, sampai-sampai Nasyela rela tidak merasakan untuk menghibur diri seperti teman-temannya, karena Nasyela yakin suatu saat akan ada kesuksesan yang begitu indah seperti berlian setelah perjuangan yang begitu luar biasa.

Sekolah Menengah Atas kini sudah dilalui Nasyela, sekarang Nasyela sudah lulus dan ini saatnya dia membuktikan bahwa dia bisa menggapai cita-citanya.

Setelah satu minggu kelulusan Nasyela, dia langsung mendaftarkan diri di Politeknik Penerbangan untuk menjadi Taruni. Tes fisik, tes academic sudah Nasyela lakukan dengan baik. 2.835 seorang mahasiswa dan siswi yang mendaftarkan diri menjadi Taruni, dari sekitar banyak orang yang lulus menjadi Taruni ada 1.020 seorang mahasiswa dan siswi, termasuk Nasyela, kini Nasyela sangat bersyukur karena impianinya sejak kecil yang ia perjuangkan kini Nasyela dapat menggapainya.

4 bulan Nasyela di karantina di asrama untuk di diklat atau pembekalan menjadi Taruni yang

IMPIAN USAHA KESUKSESAN

kedua bola mata ayahnya tersebut. "Nak, belajarlah dengan sungguh-sungguh, jadilah orang yang sukses suatu saat nanti, banggakanlah kedua orang tuamu ini nak!". Setelah ayahnya berkata hal tersebut, Nasyela mengangguk dengan pelan, kata yang keluar dari mulut ayahnya itu terus menghantui kepala Nasyela.

Dengantatapanya tajam, wajah yang penuh arti, akhirnya Nasyela memutuskan untuk terus berusaha mengejar impianinya dari kecil itu, yaitu menjadi Taruni. Nasyela harus membuktikan kepada orang tuanya kalau dia bisa meraih impianinya menjadi seorang taruni.

Dengan bertambahnya hari, semakin pula bertambahnya semangat dan usaha Nasyela untuk mengejar impianinya tersebut. Setelah lulus SMP, kini Nasyela sekarang duduk di kelas XII SMA, Nasyela memang tidak terlalu pintar di dalam bidang Academic, tetapi dari SMP



MENANAM SERIBU POHON



Pagi itu, suara Ibu membuatku terbangun dari tidurku. Tak tahuinya, ibu ingin mengajakku pergi ke taman untuk menghadiri acara menanam seribu pohon di desaku jam 08.00 nanti. Aku pun bergegas bangun, merapikan tempat tidurku, dan pergi ke kamar mandi untuk Wudhu.

Cress! Air mengalir keluar dari keran. Aku membasuh tanganku, berkumur, membasuh hidung, membasuh muka, membasuh tangan sampai siku-siku, mengusap kening, membasuh telinga, mengusap kaki sampai telapak dan mata kaki. Lalu aku keluar dari kamar mandi dan membaca doa setelah wudhu.

Kalian sudah tahu aku? Pasti belum. Aku adalah Fatimah Azzahra. Aku biasa di panggil Fatimah. Aku suka dan sangat mencintai lingkungan. Ok teman-teman mau tahu kelanjutan kisahku dan bagaimana aku menjaga lingkungan sekitarku? Ok cekidot!

Aku segera mengambil mukena dan sholat shubuh. Aku sholat dengan sangat khusyuk. Selesai sholat, aku pergi ke kamar mandi dan mandi pagi. Byur! Aku mengguyur tubuhku dengan

segayung air. Hmm... segar! Aku pun menggosokkan sabun ke badanku dan sehabis itu mengguyur badanku lagi. Brr... dingin juga ya air pada pagi ini!!! O ya, aku juga menggosok gigiku dengan pasta gigi dan sikatnya. Lalu aku menyikat gigiku. Segar sekali mulutku!

Tak lama, aku keluar dari kamar mandi dan berbalut handuk Island Princess. Setelah mengeringkan tubuh, aku bergegas pergi ke kamar dan memakai kaos berwarna merah bergaris hitam bergambar anak yang berdiri dan tersenyum sambil membentuk kata peace dengan tudung kepalanya. Aku memakai celana panjang berwarna hitam training bergaris putih. O ya aku juga membawa alat kebersihan, yaitu cangkul untuk menanam tanaman.

Setelah berandan dan bersiap-siap, aku pergi ke ruang makan dan sarapan pagi. Aku sarapan dengan ayah, ibu, dan Kak Tya (kakakku). Kami sarapan dengan telur dadar, kecap, dan ikan teri. Hmm.. yummy!

Setelah sarapan, aku dan keluargaku pergi ke balai desa (warga memang di suruh berkumpul di balai desa) yang

lumayan jauh dari rumah kami. Dan kami juga memilih berjalan kaki daripada naik motor. Kenapa kami memilih berjalan kaki daripada naik motor? Pertama kita bisa mempersedikit polusi udara. Karena kalau naik motor, kita dapat memperbanyak asap yang dapat memperbanyak polusi dan dapat merusak lingkungan. Kedua, kita bisa berolahraga dengan jalan kaki. Walaupun tempatnya jauh, tapi dengan berolahraga kita sehat danbugar bukan? Dan kita juga terhindar dari segala macam penyakit. Ok balik lagi ke Fatimah ya!

Sampai di balai desa, kami dan semua warga di bagian dua kantong biji pohon mangga oleh Pak RT. 1 kantong di tanam di taman Panca Indah dan yang satu lagi di tanam di rumah dan pekarangan masing-masing. O ya, setelah seluruh warga berkumpul di balai desa, semua warga pergi ke taman Panca Indah yang tidak jauh dari desa. Kami dan semua warga pergi ke taman bersama, termasuk juga pak RT. Ada yang membawa alat kebersihan seperti cangkul, pupuk, dan air. Semua tampak bersemangat untuk menanam seribu pohon.

Sesampainya di taman Panca Indah, semua warga pun mengeluarkan cangkul dan mencangkul tanah. Mereka memasukkan bibit pohon mangga ke dalam tanah yang telah di cangkul. Begitu juga denganku. Aku mencangkul tanah. Dan aku mencangkul tanah sampai bagian tanah yang terdalam. Lalu aku menaruh satu-dua bibit pohon mangga di dalamnya. Dan, aku menguburnya lagi dengan tanah yang sudah kucangkul tadi. Aku melakukannya terus menerus sampai sekitar 10 kali. Jadi aku menanam 10 pohon. Aku juga menyiraminya dengan air yang kudapat dari keran air. Huhh! capai, tapi nikmat kok!

Setelah melakukan kegiatan menanam seribu pohon, kami di beri segelas jus mangga oleh Pak RT. Hmm.. enak! Segar sekali! Setiap tegukannya membuat tenggorokan tenang dan menghilangkan haus dan dahaga. Sepertinya tenaga yang telah terkuras sudah kembali lagi. Sungguh senang sekali menanam seribu pohon bersama. Coba seandainya kami tidak bekerja bakti dan melakukannya sendiri. Pasti sekarang

belum selesai! Makanya, kita perlu kebersamaan agar bisa menciptakan suatu kebaikan bersama. Ok sekarang waktunya pulang ke rumah masing-masing!

Keesokan harinya...

Sehabis pulang sekolah, aku mengayuh sepedaku ke Taman Panca Indah. Sebelum pulang ke rumah, aku ingin melewati taman Panca Indah. Aku ingin melihat pohon mangga yang kutanam kemarin di sana. Aku ingin mengetahui apakah pohon manggaku sudah tumbuh atau belum. Saatku melewatiinya, batang pohon manggaku sudah tumbuh. Sungguh senang hatiku. Aku merasa senang dan bahagia sekali, karena bisa menanam pohon. Dengan menanam pohon, kita dapat mengurangi polusi udara bukan? Kita dapat menebarkan kebaikan kepada semua orang. Manusia dapat merasakan suasana sejuk dan udara segar karena kita menanam pohon yang menghasilkan oksigen bagi manusia. Buah yang nantinya tumbuh juga bisa di makan banyak orang. Dengan begitu, hidup akan sehat dan gembira. Dan kita juga melakukan sesuatu yang mulia bagi semua umat. Bukankah itu menyenangkan?

Pesan:

Kita harus menjaga lingkungan dengan baik dan tanpa paksaan. Bumi sudah melakukan hal yang baik buat kita. Tapi mengapa kita membalasnya dengan cara merusak? Itulah yang harus kita pikirkan mulai sekarang. Kita harus merawat bumi seperti bumi memberi kebaikan oleh kita. O ya ada beberapa kiat dan cara merawat bumi:

1. Buanglah sampah pada tempatnya
2. Pisahkanlah sampah organik dan anorganik
3. Tanamlah pohon agar udara semakin sejuk
4. Rawatlah tanaman dengan baik
5. Jika ingin membuang sampah, harus di pikirkan dahulu. Apakah sampah itu bisa di buat prakarya atau tidak. Kalau bisa dibuat prakarya, kita dapat mengurangi sampah yang ada.
6. Lakukan jurus 3R. (Reuse, Reduce, Recycle). Reuse: memanfaatkan kembali sampah yang ada, Reduce: mengurangi sampah, Recycle: mendaur ulang sampah.

O ya satu lagi pesan dari saya. Tebarkanlah kebaikan pada semua orang. Agar kita mendapat pahala dan amalan baik dari Tuhan YME.

Oleh: **Mario Cahyo P./VIII E**

GRUMPANG

Kala sang surya menampakkan diri, gading yang tak retak. Manusia mana yang tanpa cacat. Ingatan mana yang tidak berkarat, kalau itu tentang semua galat.

Sadar, apa harus diawali dengan penyesalan? Dan apakah sadar itu kosakata yang tepat untuk tahap selanjutnya dari penyesalan?

Kiranya aku bisa hidup tanpanya, tanpa semua omelannya. Namun aku salah, justru dengan timbunan omelan itu aku bisa tumbuh dan mengerti semua alasan yang ada di kosakata paling menjengkelkan sekalipun.

Katamu mimpiku pasti terwujud, buai tercerus hati mana yang akan tergerus. Percaya lagi dengan semua mimpi, percaya lagi dengan apa yang terjanji. Tapi dibuat apa mimpi baik tanpa mimpi buruk, kenyataan masih ada yang meragukan. Tentang segala sepi yang masih saja aku takuti.

Mimpi yang menggentarkan hati hilang pergi tertatih-tatih, diganti dengan ketidakarahan delusi. Kapan kau bilang akan pergi, akal yang tak mau dibodohi. Hati mana mungkin betah dengan sakit yang tak mau berbalik menyakiti.

Ambang getir, remuk redam, nanar beraduk labil. Pencerahan yang tak kunjung kutemukan. Takut sepi, yang lain tanpa arti. Sendiri berkecamuk diri ini.

Sempat kuberpikir masih di dalam mimpi, walau kelihatan nyata tapi alam fana. Walau meranggasun tidak akan terbalas.

Hidup tak mungkin ada celah yang tidak bisa tidak ada tambalan. Semua kesalahan yang tak suah untuk terselesaikan dan pada ujungnya pula terdapat kata penyesalan, berbaik hati menutupi kesalahan diri yang entah akan diberi kesempatan sekali lagi. Mungkin setelahnya tabiat tak ada



Sang Pengembara Sastra

Seorang laki-laki tampan yang menjadi rabutan para mahasiswa dikala itu. Saat itu ia hanya bisa melihat laki-laki itu dari kejauhan ternyata Saras sahabatnya turut mengagumi laki-laki tampan itu. Shaliha tampak biasa saja. Ia adalah wanita cuek yang tak suka tebar pesona. Bagi Shaliha mencintai dalam diam itu lebih indah. Saat itu ia berpapasan dengan laki-laki tampan itu. Ia sedang menuju masjid di kampus. Shaliha mendengar suara teman laki-laki itu.

"Ali Khalidi, gimana kerjaan kamu?"
"Alhamdulillah lancer"

Dengan senyuman kala itu dia menjawabnya. Saat itu hati Shaliha menjadi semakin berbunga-bunga. Sepertinya diatas kepalanya menari-nari berpuluhan burung yang membawa boneka ungkapannya. Bukan Cuma satu bahkan ribuan.

Ternyata laki-laki yang dikagumi kamum hawa yang begitu banyak saat itu. Dia adalah laki-laki sholeh berparas tampan, dan namanya cukup

Disudut kota lahirlah seorang wanita, ia bernama Shaliha. Nama yang bagus dan mencerminkan kebaikan daam dirinya jika diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia. Orang bilang apalah arti sebuah nama. Namun bagi kedua orang tuanya, itu akan menjadi do'a. Suatu hari dia jatuh cinta untuk kali pertama, dia hanya mencintai diam. Seperti Fatimah yang mengagumi Ali, dan Allah menjodohkan mereka lewat tangan Rasulullah SAW, ayahnya Fatimah Az-zahra sendiri.

indah. Ia bernama Khalidi. Khalidi itu kalau tidak salah arti keabadian, atau kekuatan. "Subhanallah, ketampananmu itu semoga abadi hingga ke Surga." itu doa dalam hati Shaliha. Dia tersenyum dan hati menjadi terwadah.

Satu tahun kemudian Shaliha menjadi MC di acara organisasi dakwah di kampus. Ternyata Khalidi turut hadir sebagai tamu dalam yang diundang. Hati Shaliha semakin sumringah. "Aduh, aku tidak boleh grogi, aku ini cuma wanita biasa. Mana mungkin dia menyukaku".

Seminggu kemudian, Shaliha bertemu Saras di halaman mesjid, tepat di kampus. "Haduh, kok jumpa dia lagi. Apa ini yang namanya jodoh?", ah aku gak boleh kipedean." sambil menunduk ke tanah. Hal yang membuat tundukan kepala Shaliha men-

jadi mendatar dan menatap langit. Saat mendengar percakapan Khalidi dengan sahabatnya Ahmad. "Mad, aku sudah mengkhitbah Husna, dia mahasiswa Tafsir Alquran. Satu bulan lagi, Insya Allah dia sidang, setelah dia selesai, aku ingin langsung menikahinya. Pundak Shaliha, gadis cuek penuh talenta itu bagaikan disambar petir. "hu.. Hu.., ternyata nama yang selalu ku sebut dalam doaku bukanlah masa depanku yang bisa menemani shalat Tahajud malam bersamaku. " ia semakin sedih dan pulang tanpa permisi pada Sarah.

Shaliha langsung berlari kecil menutup kesedihan sambil menahan tangis dengan tangan kirinya. Dia pun menuju parkiran dan langsung membawa sepeda motor dan tiba dirumahnya. Saat itu dia tampak murung dan patah hati. Namun tidak berlebihan. Baginya, " patah hati terberat bagi seorang anak perempuan adalah kehilangan seorang ayah". Ia telah merasakan kesedihan itu. Tepat pukul 12 siang, ia makan dan istirahat dikamarnya. Jika ia sedih, menulislah yang jadi kebiasaannya. Ia menulis kisah pilunya dalam diary. Setelah stengah jam berlalu, azan berkumandang menandakan shalat zuhur tiba. Ia pun shalat dan berdoa, " ya Allah, aku tidak ingin jatuh cinta lagi. Jika kelak aku jatuh hati, semoga itu hanya kepada jodohnya saja." dia begitu sedih, tapi apa boleh buat, dia bukanlah jodoh Shaliha.

Tiga bulan kemudian Shaliha mengirim cerpen di salah satu Majalah, cerpen itu berjudul " Cinta terhalang Takdir". Akhirnya tulisannya diterima oleh awak media majalah tersebut. Shaliha kini telah mampu menghilangkan bayangan Khalidi dengan menulis. Sampai akhirnya ia menjadi penulis terkenal.

Satu tahun kemudian Shaliha diundang untuk bedah buku novelnya. Ia

bertemu dengan awak media yang selalu membahas tulisannya lewat e-mail. Ia pun bertemu dengan laki-laki itu. Ternyata dia laki-laki yang manis dan berkumis tipis memakai kopiah hitam. Ustad kali ya. Ustad berparas sastra.

"Assalamualaikum, Kamu yang bernama Ananda Shaliha? Tanya pria itu.

"Ia saya, jawab Shaliha. Anda siapa?"

"Saya adalah pimpinan redaktur sastra di majalah yang kamu tulis, Saya diundang kemari, kebetulan ingin ketemu kamu langsung. Nama saya Zahwan al-fatih."

"Oh iya, Alhamdulillah kita bisa ketemu di sini langsung Pak."

Setelah beberapa minggu acara tersebut selesai, Zahwan tertarik pada Shaliha dan mengirim email padanya.

"Assalamualaikum, apa kabar Shaliha? Semoga selalu dalam lindungan Allah. Maaf sebelumnya, andaikan bunga mawar belum dipetik tentu saja akan memetiknya. Tapi harus izin darimu. Bolehkah aku silaturahmi ??"

"Maksud bapak apa ya?" Tanya Shaliha heran.

"Saya ingin melamar kamu, itu pun jika kamu belum di pinang, dan kamu memiliki keinginan yang sama terhadapku."

Tulis laki-laki manis itu dalam sebuah email.

"Insya Allah aku bersedia, aku ingin memberitahu kabar baik ini pada Ibu dulu, semoga beliau setuju."

Akhirnya tepat hari Jumat lelaki manis itu datang membawa kedua orangtuanya dan lamaran pun berlangsung dengan suasana yang khidmat.

Dan hal yang paling mengejutkan ia ingin melangsungkan pernikahannya dua minggu setelah lamaran. Itulah yang dikatakan oleh orangtua pihak calon mempelai pria.

Subhanallah hati Shaliha begitu bahagia. Ternyata Allah Maha Baik, akhirnya pahit dibayar manis.

Akhirnya Shaliha menikah dengan laki-laki sastra berparas sholeh sekaligus pimpinan redaktur sastra. Baginya Dia adalah hadiah terindah dari Allah. "terima kasih Allah, akhirnya aku punya teman shalat tahajud dan meniti hidup sampai ke Surga."

Oleh: Seli Putri K IX F

Sahabat Baru

Aku adalah Andi anak yang baru pindah dari provinsi sebelah. Sekarang tinggal di kota Lamongan. Aku tidak menyangka ternyata kota Lamongan itu indah banget. Tempatnya yang asri, bukit yang menjulung, daerah yang masih hijau, aku senang berada di sini.

Di setiap harinya, aku bisa melihat lautan yang luas. Jarang sekali aku bisa main. Di tempat tinggalku dulu, aku bahkan hampir tidak pernah mainan air. Aku bisa mainan air sama keluargaku jika waktu liburan dan mampir di suatu wahana.

Kebetulan saat di sana, ada tetanggaku yang bernama Luqman. Dia juga seumuranku, masih duduk di bangku kelas 3 SD.

Karena aku akan menetap di kota ini, maka aku juga harus pindah sekolah. Nah kebetulan aku satu sekolahan sama Luqman, teman baruku.

Setiap hari aku berangkat sekolah bersama, pulang sekolah juga. Kami sering bermain di pesisir pantai. Kami hanya membutuhkan waktu beberapa menit untuk pergi di bibir pantai.

"Luqmaan.." panggiku dari depan rumah temanku.

"Iya sebentar"

"ayok cepetan kita main"

"ayok.. ayok .."

Hampir setiap hari libur kami menghabiskan waktu untuk bermain air. Tentunya sudah izin dengan orang tua kami masing-masing.

Terkadang juga kami menonton film kartun bersama.

Pernah juga saat kita asik bermain di pantai, ada anak dari teman kami sekelas datang kesana. Namanya Anton.

"Hai.. Anto..n" teriaku pada sedikit kejauhan
Dia pun menoleh, dan dia langsung menghampiri kami berdua.

"kalian sedang apa" kata Anton.

"kami sedang bermain air, sambil cari kerang ini" kata Luqman.

"eh bagaimana kalau kita lomba lempar batu aja ke sana. Siapa yang paling jauh maka itu pemenangnya." Anton menjelaskan.

Kami pun saat itu ikut saran dari teman kami Anton, mengambil bebatuan karang yang cukup untuk dilemparkan sejauh yang kami bisa.

Pertama aku yang menang, terus disusul oleh Anton lalu Luqman. Permain itu sudah cukup menggembirakan buat kami. Menurut kami bahagia itu sederhana, tinggal kitanya saja dapat bersyukur atau tidak.

Kami mengulang-ulang permainan itu sampai kami puas. Kadang juga Anton duluan yang menang, kadang juga Luqman, kadang juga aku yang paling akhir.

Itulah persahabatan kami yang sungguh menyenangkan. Semoga kalian juga memiliki sahabat yang baik seperti teman-temanku.

Oleh : Fivi Dwi A. VIII C)



Makanan kesukaan Kelinci adalah Wortel dan Sayuran. Setiap hari, ia selalu menghabiskan satu keranjang wortel. Namun, sangat disayangkan. Ia sama sekali tidak pernah membersihkan giginya setelah makan. Pada suatu hari, Ketika Kelinci sedang asik menikmati makanan. Kancil pun mengingatkan sahabatnya yang rakus itu.

"Kelinci, setelah kamu makan. bersihkan gigimu. Jika tidak, gigimu



Kancil dan Kelinci Sakit Gigi

pasti akan sakit dan kamu tidak dapat makan wortel lagi." Nasehat sang Kancil. Namun, sang kelinci sama sekali tidak memperdulikannya. Ia tetap asik makan wortel. Karena ia berpikir wortel adalah makanan yang tidak akan mengakibatkan giginya sakit.

Beberapa hari kemudian, Kancil sedang asik berjalan-jalan di pinggir sungai, ditengah perjalanan sang kancil melihat Kelinci yang sedang termenung. Wajahnya terlihat sedih sekali. Tidak seperti biasanya. Disebelahnya pun terlihat sekeranjang wortel.

"Kelinci, apa yang kamu lakukan? Kamu terlihat sangat sedih." Tanya

Kancil. "Gigiku sangat ngilu, aku tidak dapat makan wortel. Padahal, perutku sangatlah lapar." Jawab Kelinci sedih. Mendengar keluhan sahabatnya, Kancil pun merasa kasihan dan membawa sahabatnya ke rumah Kura-kura.

"Kelinci, sebaiknya sekarang kita pergi kerumah Kura-kura. Sepertinya, ia mempunyai obat untukmu." Ajak Kancil. Akhirnya, mereka berdua pun pergi kerumah Kura-kura. Sesampainya di rumah Kura-kura, ia langsung memeriksa gigi Kelinci. "Kelinci, gigimu banyak sekali yang lubang. Kamu pasti tidak pernah membersihkan gigimu?" Tanya Kura-kura. Kelinci hanya mengangguk

karena malu.

"Sahabatku Kelinci, bisa makanan yang sudah kita makan akan mengakibatkan lubang dan menyebabkan gigi kita ngilu dan sakit. Jadi, kamu harus membersihkan gigimu setiap hari." Ujar Kura-kura menjelaskan.

Kelinci pun menganggukkan kepala lagi. Dalam hatinya, ia berjanji akan rajin membersihkan giginya. Tidak lama kemudian, gigi Kelinci pun tidak ngilu lagi. Setelah kejadian tersebut, Kelinci pun rajin membersihkan giginya. Giginya pun sekarang sehat dan tidak pernah sakit. Kancil pun sangat senang melihat sahabatnya kembali ceria.

Oleh: Syafira Ramadhan /VIII G

Azril dan Dika

Di sebuah desa tinggallah seorang sahabat mereka bernama Dika dan Azril. Setiap hari, mereka menghabiskan waktu bersama untuk bersenang-senang. Pada suatu hari, Azril dan Dika berjalan-jalan menelusuri desa. Tiba-tiba terdengar suara keras brak.... Dan Dika melihat anak kecil yang terjatuh dari sepadan. "Azril lihatlah ada anak yang terjatuh", kata Dika. "Ayo kita kesana, kita tolong dia", sahut Azril. Mereka pun segera lari dan menolong anak kecil tersebut. Kita sebagai manusia harus saling suka tolong menolong.

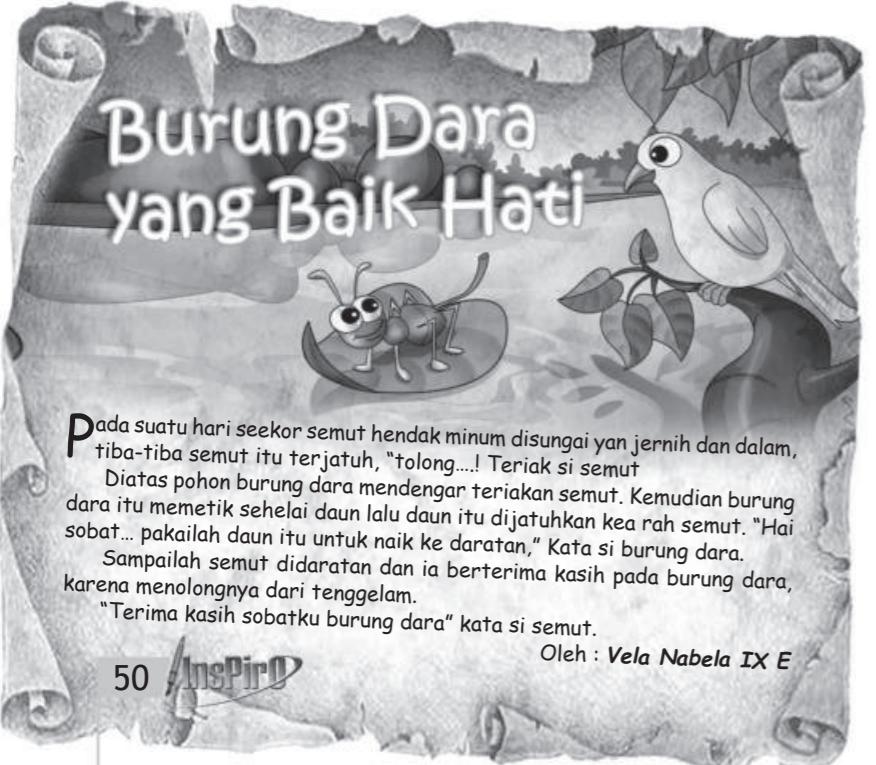
Pada suatu hari seekor semut hendak minum disungai yang jernih dan dalam, tiba-tiba semut itu terjatuh, "tolong....! Teriak si semut

Di atas pohon burung dara mendengar teriakan semut. Kemudian burung dara itu memetik sehelai daun lalu daun itu dijatuhkan ke arah semut. "Hai sobat... pakailah daun itu untuk naik ke daratan," Kata si burung dara.

Sampailah semut didaratan dan ia berterima kasih pada burung dara, karena menolongnya dari tenggelam.

"Terima kasih sobatku burung dara" kata si semut.

Oleh: Vela Nabela IX E



Mari Kita Mengenal Boga

Ayam Betutu Kuah Khas Bali



Bahan :

- 1 kg ayam kampong utuh
- 1 buah jeruk nipis (peras airnya)
- 2 sdm minyak kelapa (untuk rendaman)
- 2 sdt garam (untuk rendaman)
- 2 lbr daun jeruk
- 2 lbr daun salam
- 1 sdt gula pasir
- 1 sdm gula merah
- 2 sdt garam
- ½ sdt terasi

Bahan Rajang:

10 btr bawang, 5 siung bawang putih, 12 buah cabe merah keriting, 5 buah cabe rawit, 1 ruas jempol lengkuas, 1 ruas jempol jahe, 1 ruas jempol kunyit (dibakar dulu), 2 btg sereh (ambil putihnya), 2 bulatan kencur

Bahan Halus:

3 btr kemiri (dibakar dulu), 2 sdt ketumbar, 1 sdt merica putih, 1 sdt merica hitam, $\frac{1}{4}$ butir biji pala

Cara memasak :

1. Semua bumbu dihaluskan
2. Kelapa dibuat santan dengan 2 gelas air
3. Daging dipotong 5x5 cm, tebal 1 cm
4. Semua bumbu yang sudah dihaluskan dimasukkan ke dalam santan lalu direbus dalam wajan
5. Setelah mendidih masukkan potongan daging, diamkan sampai kering lalu siap untuk dihidangkan

Langkah - Langkah

1. Siapkan semua bumbu
2. Bersihkan ayam lalu campur dengan air jeruk nipis dan garam
3. Sangrai ketumbar dan merica hingga wangi, lalu giling dengan kemiri dan pala. Aduk rata dengan 2 sdm minyak kelapa, balurkan ke ayam, diamkan 30

- mnt agar bumbu meresap
4. Iris halus semua bumbu Rajang, atau pergunakan food processor (spt gbr)
 5. Panaskan minyak, tumis terasi sampai wangi, lalu masukkan bumbu Rajang, daun jeruk dan daun salam, masak hingga wangi dan berminyak (minyak terlihat memisah)
 6. Tambahkan air, bumbu penyedap, gula dan garam (sesuaikan selera). Masukkan ayam, masak hingga ayam lunak. Saya dengan panic presto 30 mnt, lalu masak lagi hingga kuah agak mengental. Ayam jangan sering dibalik-balik supaya jangan hancur, cukup disiram-siram dengan kuah
 7. Tunggu agak dingin baru sajikan, akan lebih berasa bumbunya

Oleh: Sannidya Ajeng D.P./VIII G

Sale Pisang Khas Banyuwangi



Bahan - bahan

1. 2 sisir pisang (me : pisang kapok)
2. Bahan pencelup
3. 8 sdm tepung terigu serba guna (80 gram)
4. 5 sdm tepung beras (50 gram)
5. ± 200 ml air matang

Langkah

1. Iris pisang 2 - 3 bagian, jemur dibawah sinar matahari ± 3 hari
2. Jika sudah dijemur, masukkan pisang ke dalam oven, panggang sebentar saja
3. Campurkan tepung beras dan terigu dan tuangkan air sedikit demi sedikit Adonan tidak terlalu encer ya
4. Kalau saya pisang ditipiskan terlebih dahulu dengan rolling pin agar tidak terlalu tebal. Kemudian masukkan pisang ke dalam adonan pencelup
5. Gorang dalam minyak panas hingga matang kekuningan, tiriskan. Masukkan ke dalam toples. Rasanya tidak kalah dengan yang dijual ditoko lho

6. Hasilnya 1 toples uk. 2,5 kg
- Oleh: Sannidya Ajeng D.P./VIII G

Bakwan Jagung Sederhana, Enak, Renyah, dan Gurih



Bahan:

- 5 Sendok makan tepung terigu
- 3 Buah jagung manis disisir
- 3 Batang daun seledri dirajang halus
- 3 Butir bawang merah dicincang halus
- 2 Siung bawang putih dicincang halus
- 1 Batang wortel kecil dicincang halus
- 1 Batang daun bawang dirajang halus
- 1 Sendok makan tepung beras
- 1 Butir telur ayam
- Garam secukupnya
- Gula secukupnya
- Air secukupnya
- Minyak goreng secukupnya

Cara Memasak:

1. Campur semua bahan, kemudian tuangi air sedikit demi sedikit. Jangan sampai adonan terlalu encer atau terlalu bantat.
2. Bumbui adonan bakwan jagung dengan garam dan gula secukupnya.
3. Ambil 1 sendok makan adonan, kemudian goreng di dalam minyak panas sampai berwarna kuning keemasan.

Oleh: Dinda Nur Fadila/VII G

Rendang Udang

Bahan :

- 1 kg udang kupas
- 4 butir keplapa
- 100 gram cabai merah
- 100 gram bawang merah
- 50 gram lengkuas
- 50 gram jahe



Cara masak:

1. Semua bumbu dihaluskan
2. Kelapa dibuat santan dengan 2 gelas air
3. Daging dipotong 5x5 cm, tebal 1 cm
4. Semua bumbu yang sudah dihaluskan dimasukkan ke dalam santan lalu direbus dalam wajan
5. Setelah mendidih masukkan potongan daging, diamkan sampai kering lalu siap untuk dihidangkan

Oleh: Dini Daniyanti/VIII G



Kelas Olahraga **Atletik** **SMP NEGERI 1 MANTUP**

Anak – anak merupakan anugerah sekaligus amanah yang diberikan Allah SWT kepada setiap orang tua. Berbagai cara dilakukan orang tua agar dapat melihat anak- anaknya tumbuh dan berkembang sebagaimana mestinya. Orang tua sebagai pendidik pertama sekaligus panutan anak seharusnya mampu memberikan fasilitas bagi perkembangan anaknya.

Olahraga telah menjadi salah satu kegiatan manusia yang paling banyak di praktikkan. Selain manfaat kebugaran, olahraga juga memiliki bagian penting dalam proses pendidikan non-formal, dan mampu mempromosikan pertukaran antar budaya. Salah satu inovasi tersebut yaitu kegiatan kelas olahraga di

tingkat SMP, suatu kegiatan untuk membentuk wadah pengembangan potensi siswa dalam bidang olahraga.

Dalam Undang-Undang RI No.3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional, pasal 25 ayat 6 berbunyi: "Untuk menumbuh kembangkan prestasi olahraga di lembaga pendidikan, pada setiap jalur pendidikan dapat

No	Kelas	Cabang Olahraga								Total	
		Atletik		Bolavoli		Pentake		Sepakbola			
		Pa	Pi	Pa	Pi	Pa	Pi	Pa	Pi		
1	Kelas 7A	4	3	6	5	2	2	10		32	
2	Kelas 8A	4	7	4	4	1	1	9		30	
3	Kelas 9A	5	6	9	8	3	1			32	
Total		13	16	19	17	3	6	20		94	

Data siswa yang mengikuti Kelas Olahraga Tahun 2019/2020

dibentuk unit kegiatan olahraga, kelas olahraga, pusat pembinaan dan pelatihan, sekolah olahraga, serta diselenggarakannya kompetisi olahraga yang berjengang dan berkelanjutan".

Program tersebut memberi kesempatan bagi siswa yang memiliki

prestasi dalam bidang olahraga serta dapat dibina lebih dengan penambahan jam khusus kelas olahraga Khususnya Siswa Kelas Olahraga Cabang Olahraga Atletik

Dalam Kelas Olahraga Atletik, siswa dituntut untuk dapat menguasai Keterampilan pada Cabang Olahraga Atletik seperti: Lari, Lompat, dan Lempar yang nantinya akan dibagi lagi ke beberapa nomor Atletik. Untuk nomor lari terbagi atas: Lari 60m, Lari 100m, Lari 200m, Lari 400m, Lari 800m, Lari 1500m dst. Untuk nomor Lompat terbagi atas: Lompat jauh, Lompat tinggi, dst. Sedangkan untuk noor lempar terbagi atas: Lempar Lembing, Lempar Cakram, Tolak Peluru dst.

Kesemua nomor tersebut nantinya akan dipilih sesuai kemampuan dan karakteristik siswa. Tentunya dalam mendapatkan prestasi yang maksimal diperlukan latihan yang panjang. Bopma (2009) mengemukakan "bawa dalam mempersiapkan atlet /siswa untuk mencapai tujuan tertentu dapat melalui latihan yang terstruktur dan terfokus. Yang dimaksud latihan yaitu meningkatkan keterampilan atlet/ siswa dan kapasitas kerja untuk dapat mengoptimalkan performa atlet/ siswa tersebut. Latihan dilakukan dalam jangka waktu yang lama dan melibatkan banyak variable fisiologis, psikologis, dan sosiologis".

Kelas Atletik dimulai pukul 07.00 – 09.00 WIB pada setiap hari Senin, Rabu, dan Sabtu. "Latihan harus memberikan rasa penasaran, yang mana hal tersebut dapat menumbuhkan kebiasaan siswa dalam berlatih (how to train), agar mereka dapat menentukan tujuan mereka masing-masing" ujar Pelatih Atletik

Kebiasaan berlatih siswa kelas Atletik cenderung menguasai tingkah laku siswa dalam kegiatan belajar, dalam kebiasaan terkandung motivasi yang sangat kuat pada diri siswa. Ini mengartikan bahwa dalam kebiasaan berlatih siswa harus mempunyai motivasi agar apa yang dilakukan saat berlatih memiliki tujuan..

Sesuai dengan *Law of Effect* dalam belajar, perbuatan yang menimbulkan kepuasan cenderung akan terus untuk dilakukan. Dalam berlatih ada beberapa komponen yang harus diperhatikan yaitu: *Frekuensi Latihan, Intensitas Latihan, dan Durasi Latihan*. Komponen tersebut harus menjadi perhatian khusus dalam meningkatkan kemampuan motorik siswa, sehingga kemampuan fisik siswa dapat terpantau dengan baik.

Dan pada akhirnya, fokus pada kelas olahraga atletik haruslah meningkatkan pengetahuan, keterampilan fisik, dan perkembangan psikologis. Banyak siswa terlibat dalam persaingan akademik maupun non-akademik yang melibatkan sifat kompetitif dan proses yang panjang. Kebiasaan berlatih siswa telah menjadi tantangan yang unik yang harus dapat memperhatikan berkembangan dan pertumbuhan siswa, yang memiliki karakteristik yang membedakan mereka dengan yang lain.

Sumber : TU SMP Negeri 1 Mantup

*) Pelatih Kelas OR, sedang menyelesaikan skripsi S1 di Unesa Surabaya.

SETELAH LIBUR SEKOLAH

Cerita humor ini dimulai hari pertama masuk setelah libur panjang. Ketika pelajaran dimulai, terjadi dialog antar ibu guru dan muridnya.

Guru : Anak-anak, gimana perasaan kalian saat ini?

Murid : Senang bu!!

Guru : Pertama-tama ibu akan menanyakan kata-kata bijak apa yang sering dikatakan bapakmu?

Andi : Hidup ini harus kita "LANJUTKAN" !!

Guru : Oooh, bapak kamu pasti anggota partai democrat ya?

Andi : Betul bu

Guru : Oh pantes, sekarang kamu Edi !!

Edi : Kata Bapak saya hidup ini harus kuat seperti "BANTENG"!

Guru : Ohh. Pasti Bapak kamu anggota partai PDIP ya?

Edi : Betul bu

Guru : Pantes, sekarang lanjutkan lagi Fahmi !!

Fahmi : kata Bapak saya "Lebih baik memberi daripada diberi"

Guru : Wow. Itu baru betul, bapak kamu pasti ustaz / pendeta atau semacamnya ya?

Fahmi : Bukan bu

Guru : Oooh, pasti bapak kamu orang yang baik dan suka bersosialisasi ya

Fahmi : Bukan juga bu

Guru (kesal) : Terus apa dong Fahmi !!!

Fahmi : Petinju bu. Hahahah siapa nama ibumu ??" (sambil marah-marah)

Siswa : "pak ... sudah saya katakan dari tadi kalau nama ibu saya sory !"

Kepala sekolah : "??!!!"

Oleh: Kartika Maya S./ VIII H



PANTUN

Ada meja dari bata
Meja satu jadi dua
Sabar hati gapai cita
Kepada Tuhan kita berdoa

Jaman dulu hidup meramu
Walau meramu tetap bahagia
Selain tekun dalam cari ilm
Imbangilah usaha dan juga doa

Siang-siang pergi berenang
Berenang dekat pelabuhan
Jika ingin hidup tenang
Jauhilah larangan tuhan

Anak kecil giginya ompong
Gigi ompong tumbuh perlahan
Janganlah kau hidup sombong
Karena itu dibenci tuhan

Pagi - pagi meminum jamu
Segelas jamu pahit rasanya
Tekunlah dalam menuntut ilmu
Tanpa ilmu hidup tak berguna
Oleh: Devina Taira Imeysa/VIII G

Makan duku di kampong baja
Nampak awan sangatlah biru
Buku itu jendela dunia
Marilah buku jendela itu

Dari sawah membawa jamur
Sampai di rumah jatuh semua
Bila ingin hidup makmur
Jujur itu kunci utama

Buah semangka kuning warnanya
Dibawa paman dari Lamongan
Giatkan membaca terus berkarya
Sukseskan sekolah dan masa depan

Riketsia penyakit tulang
Atritis penyakit sendi
Tahu salah jangan diulang
Akibatnya tanggung sendiri

Ikan nika dimakan beruang
Katak besar sedang berdiri
Sebelum menilai orang
Intropeksi diri sendiri
Oleh : Syafira Ramadhan/VIII G

Berlari kencang mengejar layangan
Layangan putih adik yang punya
Kita harus mencintai lingkungan
Itulah ciri khas sekolah kita

Burung pipit burung dara
Bagus rupanya berwarna warni
Agar alam tetap terjaga
Janganlah kita mengotori

Bunga mawar warnanya merah
Begini indah dipandang mata
Ayo merawat kebersihan sekolah
Untuk menuju penghargaan Adiwiyata

Ada kucing di kejar ular,
Melompat ia ke pohon jambu,
Jadilah anak yang rajin belajar,
Agar tercapai cita-citamu.

Kacang kulit dimakan gajah
Dilihat orang gajahnya malu
Sebelum kita pergi sekolah
Lebih baik sarapan dulu
Oleh: Vela Nabela (IX E)

Pergi ke Surabaya membeli nangka
Jangan lupa mampir ke Bandara
Jadi anak jangan durhaka
Kalau tak mau masuk neraka

Ke rumah nenek membawa mangga
Di rumah nenek dikasih pepaya
Ayo kita sekolah di SNESMA
Sekolah kita yang ADIWYATA

Di depan rumah ada besi
Besi itu terkena kaki
Jika ingin jadi anak berbakti
Orang tua harus dipatuhi

Di palangan ada layang-layang
Lapangannya itu sepi
Sesama manusia harus menolong
Dan juga saling berbagi
Oleh : Fivi Dwi A./VIII C

Buah mangga buah delima
Dimakan manis rasanya
Marilah kita rajin sekolah
Agar tercapai cita-cita

Jalan-jalan ke Surabaya
Jangan lupa makan soto Babat
Janganlah kita jadi anak durhaka
Ridho orang tua takkan didapat

Badan sehat minum jamu
Jangan lupa minum obat
Isilah akal dengan ilmu
Agar hidup jadi bermanfaat

Kue donat tengahnya bolong
Dioles gula rasanya manis
Jadi anak janganlah sombong
Agar persahabatan tidak terkikis

Kalau abang hendak membelah
Jangan lupa memakai parang
Kalau abang hendak sedekah
Jangan lupa membawa uang
Oleh : Dini Danyanti/VIII G

Jika gelap nyalakan lilin
Beli lilin warnanya merah
Sekolah itu harus disiplin
Agar masa depan lebih cerah

Dimana kuang hendak bertelur
Diatas lata dirongga batu

Dimana tuan hendak tidur
Diatas dada dirongga susu

Elok berjalan kota tua
Kiri kanan berbatang sepat
Elok berbini orang tua
Perut kenyang ajaran dapat

Lebar sekali daun talas
Untuk menambah daun talam
Makanya jangan suka malas
Sikat gigi pagi dan malam

Kancil cari undur - undur
Mencarinya muter - muter
Ada anak suka tidur
Sambil ngorok sambil ngiler
Oleh : Mario Cahyo P./VIII G

Burung dara di dalam sangkar
Burung elang si tengah padang
Jika engkau anak yang pintar
Besi apa yang bisa terbang

Kata Orang di utara
Mawar itu indah
Aku diam

Kata orang di selatan
Amatahari sangat indah
Aku diam

Kata orang di timur
Melati lebih indah Aku diam
Orang di utara selatan dan timur diam
Saat aku bilang SNESMA yang terindah
Oleh: NurAnifah Rifalina Arrahma/VII G

Ada jarum dan juga peniti
Jangan di tusuk pastilah sakit
Sesame teman jangan berkelahi
Tak ada guna badan pun sakit

Kain tenun dari Sumbawa
Kain batik dari pekalongan
Jika ingin jadi mahasiswa
Sekolah dasar jangan di abaikan

Tinggi batang pohon jambu
Tumuh di sisi pohon mangga
Engkau dan aku adalah satu
Bersahabat dala suka duka

Merah warna buah tomat
Membuat sayur terasa nikmat
Beta ingin mencari sahabat
Agar hidup punya manfaat

Pohon ceri subur tumbuhnya
Petik buahnya masukkan kantong
Saling memberi saling menerima
Saling bantu tolong menolong
Oleh : Dinda Nur Fadhlila/VIII G

CINTA LINGKUNGAN

Disepanjang jalan yang kutelusuri
Bersama dengan semilir angin yang sejuk
Berbagai tanaman berjajar rapi
Telah memberikan sebuah keasrian

Lingkunganku.....
Segar dihirup enak dipandang
Membuat hati ini sangat tenang
Dirimu bagaikan jiwa dan raga

Memberi kehidupan bagi makhluk hidup
Dan keindahan slalu disebarluaskan
Upaya untuk menjagamu adalah
Dengan merawatmu

Bumi tanpamu akan rusak
Kehidupan tanpamu akan mati
Karena engkau lahir
Yang memberi oksigen pada dunia

Tanpa engkau
Kehidupan takkan ada
Terima kasih
Telah memberi kesejukan pada dunia
Oleh : Wita Avisa Yahya /IX G

PATRIOT NUSANTARA

Berpjiar api tak mati-mati
Pahlawan sang pahlawan
Adalah lambaan masa depan
Maka kalau laut pun mengucapkan
Kemerdekaan
Dan langit diatasnya membentangkan
sayap-sayap
Kebebasan
Dibelanya, setiap jangkal tanah
Dari penjarahan manusia berjiwa rendah
Dengan cita nusa bangsa lulus dan setia

Maka hak asasi manusia adalah rahmat
karuniaNya
Dirawat hati nurani dan hukum keserasian
yang
Tak bisa diwakilkan
Sungguh pantang direnggutkan
maka tembus masa depan dengan
Panah-panah kepahlawanan
Terjemahkan teladan generasi masa
silam
Keadalaman hidup kekinian

Bernyala-nyala diam nan tak kunjung
padam
Menerangi kegelapan nasib bangsa
Bersama patriot nusantara
Oleh : Vela Nabela (IX E)

KEPADA PAHLAWANKU

Luruh ke bumi
Kini terbaring sembunyi
Dipangku ibu pertiwi
Tinggal tulang belulang

Diantara dabu membantu
Darah telah kau tumpahkan
Membasahi tiap jengkal persada
Raga dan jiwa tak kau harga

Demi bangsa, demi Negara
Demi cita-cita Merdeka !
Rela kau lepas sukma
Bara pada kami punya jiwa

Menggumpal bekuk darah kental
Yang padanya terukir
Nama-nama lepas jiwa
Semadi nurani tentukan jati diri !

Oleh : Rani Dwi Ganes P./IX G

Pemuda Hebat

Wahai pemuda...
Tanpa narkoba kita bahagia
Simpan uangmu
Jangan kau biarkan uangmu
Melayang untuk barang haram

Dengan narkotika dan obat terlarang
Hidupmu akan sengsara
Capailah cita-citamu
Untuk meraih masa depan

Pikirkan baik-baik
Pemuda hebat
Akan menjauhi narkoba

Jauhilah narkoba
Pikirkan masa depan yang cemerlang
Kesuksesan menanti di depan
Jangan sampai kau menyesal

Oleh: Riris Nur Chasanah/IX G

Lingkunganku

Fajar terbit menyambut hari
Pertanda Tuhan memutar bumi
Embut perlahan kian menepi
Memberi harapan makhluk di bumi

Udara sejuk mengalir tiada terti
Air menunjukkan pesonanya tanpa henti
Bumi tempat berpijak untuk mengabdi
Ketulusan hati menjadi energy

Iberat paket Tuhan bagi diri
Memberikan hidup nyaman nan asri

Tuhan telah menetapkan janji
Bagi makhluknya yang memelihara bumi
Mempertahankan Lingkungan agar
Lestari
Dapat dinikmati untuk esok hari
Demi kenyamanan hidup penerus generasi

Oleh : Devina Taira Imeysa/VIII G

Rindu Ibu

Wajah lembut penuh kasih sayang
Senantiasa menemani di saat ketakutan
Selalu ada di saat kau menangis kesakitan
Tak pernah lelah hadapi kenakalan demi
kenakalan yang kubuat
Hanya tersenyum ketika semua orang
memarahiku

Ibu
Aku merindukan saat-saat itu lagi
Aku menginginkan kau temani aku lagi seperti
dulu
Semenjak ibu tiada
Tak ada lagi yang mampu menopang hidupku
Rasanya tak sanggup aku berdiri
Sungguh aku belum siap hadapi dunia yang
kejam ini tanpamu
Bahkan aku tak pernah mencoba hidup
tanpamu
Semenjak terakhir kepergianmu, ibu tak
pernah lagi datang
Tak pernah sekalipun walau hanya didalam
mimpi

Ibu
Aku sungguh sangat merindukan ibu
Oleh : Zuniva Lia /VII C

AYAHKU BERHATI MULIA

Oh... ayahku
Engkau menafkahiku dengan keringat
basah
Dengan pengorbananmu aku bisa sekolah

Ayah ...
Betapa mulianya hatimu
Sungguh pengorbananmu sangat besar
Engkau bekerja keras hanya untukku
Kau bekerja hingga siang sampai malam
Apa jadinya aku jika tanpamu

Oh... ayahku
Engkau bagaikan pelita di hidupku
Menerangkan kejalan yang benar
Engkau tanpa mengeluh menyekolahkan

Engkau bagaikan pahlawan di hidupku
Aku akan mengenang jasa – jasamu ayah
Oleh : Intan Putravinata /VIII E

SURAT UNTUK TUHAN

Disetiap malam
Ku meminta permintaan
Kualurkan semua
Masalahku padamu

Kau panjatkan semua
Do'a-do'aku
Hanya engkau yang
Maha mengabulkan

Terima kasih Tuhan...
Kau telah memberiku
Hadiyah terbaik
Yaitu keluarga
Keluarga yang biasa
Menemani di dalam
Keadaan suka
Maupun duka

Terima kasih Tuhan...
Oleh: Valen Azzahro Mabella Putri/VIII E

SEKOLAH TEMPAT KEDUAHKU

Sekolahku
Tempat dimana aku mencari ilmu
Tempat tinggal keduaku setelah rumahku
Tempat dimana aku diajarkan tentang
kehidupan

Sekolahku membuatku nyaman
Setelah aku berada di sekolah
Semua masalah yang ada di rumah
Akan hilang seketika dengan sejuta
teman

Sekolah mempertemukan aku
Kepada keluarga keduaku
Guru sebagai orang tuaku
Dan teman sebagai saudaraku

Oleh : Ninda Karisma/VIII G

Sekolahku ...
Kau selalu membuatku tersenyum bahagia
Dengan canda tawa
Yang saling support satu sama lain
Oleh : Naimatzuhroh /VIIIG

Doa Seorang Anak Bangsa

Ya TUHAN ...
Ada apa dengan Indonesia ?
Kubaca, kudenqar, bahkan kulihat
sendiri

DIMANA MANA TERJADI PEMBANTAIAN
TERJADI PENGRUSAKAN
BAHKAN PEMBUNUHAN

TUHAN... APA KAU MURKA PADA KAMI
Jika iya, ampunilah kami
KAMI INGIN NEGERI KEMBALI AMAN

KEMBALI DAMAI
KARENA RINDU MENDENGAR KATA
NEGERI MADANI

Oleh : Mario Cahyo P. /VIII G

Sekolah Adiwiyata SMPN 1 Mantup

Sekolah Adiwiyata ...
Sekolah yang bersih tanpa
sampah ...
Sekolah yang hijau dan rindang ...
Sekolah yang nyaman tanpa
polusi ...

Tempat menimba ilmu
Tempat prestasi dan prasasti
SMPN 1 MANTUP mungkin nama
yang sederhana
Tapi di dalamnya sangat luar
biasa

Prestasi demi prestasi terkumpul
Sekolah yang membuat anak –
anak nyaman
Sekolah yang hijau dan bersih
Marilah kita tetap menjaga dan
melestariakan ...
Jagalah sekolah buaghlah sampah
pada tempatnya ...

Oleh : Ninda Karisma/VIII G

Sahabat Sejati

Alam ...
Meskipun berbeda sekolah
Kita selalu bersama – sama
Susah sedih senang kita
Lalui bersama

Sahabat ...
Begitu banyak kenang yang kita
alami
Begitu banyak cobaan yang kita
hadapi
Namun kita pantang menyerah

Sahabat ...
Apakah kita bisa bersatu kembali
Apakah itu hanya sebatas angina
Yang kian berlalu
Sahabat tidak akan terpisahkan
Oleh gempuran angin
Oleh: Adyna Rafa Maura Ayu /VIIH

Zintuk Sahabat

Kata orang di utara
Mawar itu indah
Aku diam

Kata orang di selatan
Matahari itu indah
Aku diam ...

Dan ketika mereka diam
Aku pun mengatakan bahwa sahabat
kau yang
Paling indah ...
Oleh : Niha Chumaidah A.H/VIIG

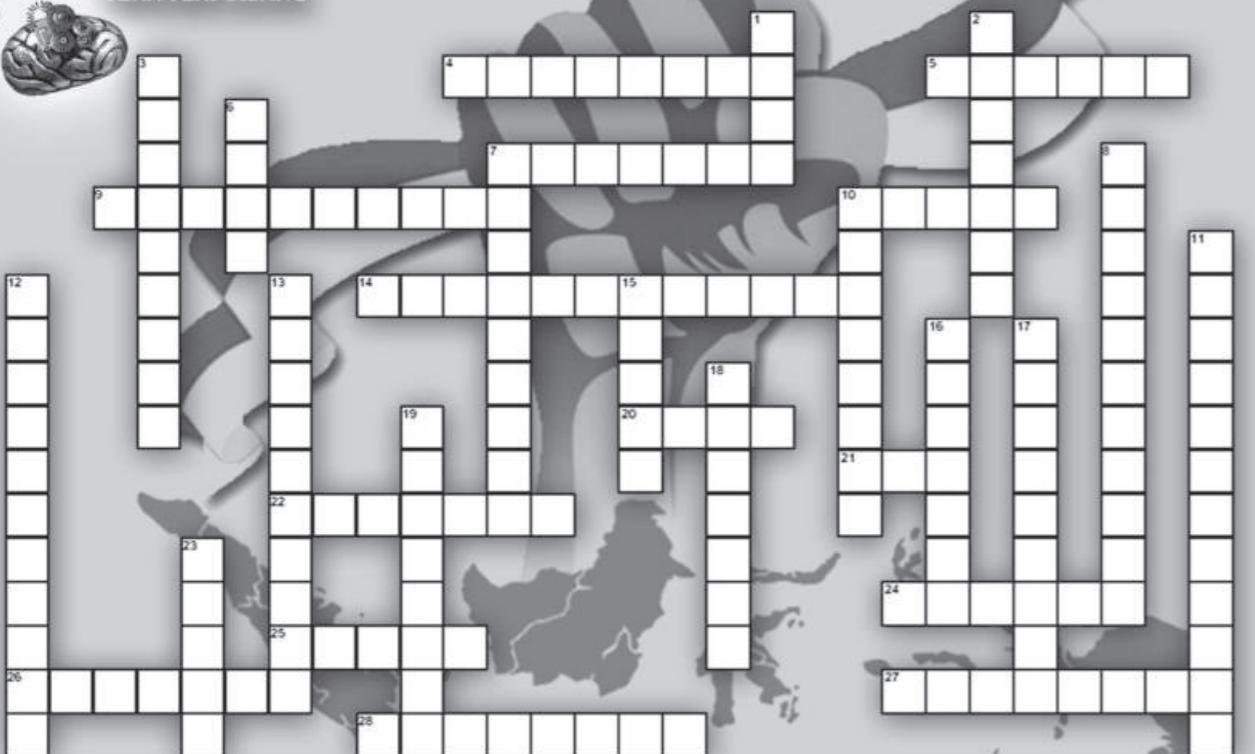
IBUKU TERCINTA

Ibu Kau yang mengandung
Kau yang melahirkan
Kau yang merawatku
Dari kecil sampai sebesar ini

Oh ... Ibu ...
Sungguh besar pengorbananmu
Sungguh besar kesabaranku
Sungguh besar ketulusanmu padaku

Oh Ibu
Bagaimana aku membalas jasamu
Apa jadinya aku tanpamu

Ibu ...
Kau pahlawan di hidupku
Ibu ... Kau yang terbaik
Oleh: Ardina Eka Pratiwi /VIII E



MENDATAR

- 2. SYAWAL
- 4. ZAKATFITRAH
- 10. LAILATULQODAR
- 11. TAKJIL
- 12. BEDUG
- 15. NGABUBURIT
- 18. AMIL
- 19. KURMA
- 20. FIDYAH
- 22. HILAL
- 23. RAMADHAN
- 25. BERBUKA
- 26. ALHAMDULILLAH
- 27. QIYAMULLAIL
- 28. LEBARAN

JAWABAN TTS INSPIRO EDISI 27

PEMENANG TTS INSPIRO EDISI 27
1. ALISYA SALSABILA VIII G
2. SELI PUTRI K. VIII B
MEMPEROLEH HADIAH
SEBESAR RP. 30.000,- SELAMAT!

Ketentuan TTS :
1. Jawaban dikumpulkan paling lambat 2 minggu setelah tanggal terbit
2. Jawaban dimasukkan dalam amplop tertutup disertai kupon
3. Pemenang akan mendapat hadiah sebesar Rp. 30.000,-

MENDATAR

- 2. Bulan setelah Ramadhan
- 4. Sejumlah makanan pokok yang diberikan pada kaum umslim yang kurang mampu pada malam hari raya
- 10. Malam seribu bulan
- 11. Makanan berbuka puasa
- 12. Puasa 1/2 hari yang dilakukan bagi anak-anak yang sedang belajar puasa
- 15. Waktu untuk menunggu waktu berbuka
- 18. Orang yang bertugas mengurus zakat di Masjid atau lembaga zakat
- 19. Buah atau makanan yang berasal dari timur tengah yang sering dijumpai ketika bulan Puasa
- 20. Mengganti puasa yang tertinggal karena tidak mampu berpuasa dengan sejumlah uang atau makanan pokok atau memberi makanan orang miskin
- 22. Bulan sabit muda pertama yang dapat dilihat setelah terjadinya konjungsi (jitimak, bulan baru) pada arah dekat matahari terbenam yang menjadi acuan permulaan bulan dalam kalender Islam
- 23. Bulan Puasa
- 25. Kegiatan mengakhiri puasa yang dilakukan pada waktu Maghrib
- 26. Bacaan Tahmid
- 27. Mendirikan ibadah malam
- 28. Istilah lain dari hari raya Idul Fitri

MENURUN

- 1. Berkeliling masjid atau desa-desa untuk berbuka puasa dan/atau sholat tarawih berjamaah bersama warga
- 3. Bacaan Tahlii
- 5. Kegiatan buka puasa secara bersama-sama, dengan keluarga atau dengan teman-teman
- 6. Sahur On The Road
- 7. Kegiatan yang dilakukan malam terakhir di bulan Ramadhan sekaligus sebagai persiapan menyambut bulan Syawal atau Idul Fitri
- 8. Kegiatan makan dan/atau minum pada dini hari yang dilakukan bagi orang yang akan melaksanakan puasa
- 9. Turunnya Al-Quran pada malam 17 Ramadhan
- 13. Sekelompok orang atau tim yang berkemilng kampung untuk membangunkan warga untuk sahur
- 14. Bacaan Takbir
- 16. Mengaji atau membaca Al-qur'an dalam sebuah majelis dengan membaca secara bergantian
- 17. Sholat sunnah dengan jumlah rakaat yang ganjil yang dikerjakan pada malam hari
- 19. Kuliah Tujuh Menit
- 21. Berdiam diri di Masjid untuk melakukan amalan-amalan sholeh Shiam
- 24. Orang yang membaca do'a di selama pelaksanaan sholat tarawih

RANI DWI GANES P IX G
TEMA
ZAT ADIKTIF



► Kepala Sekolah memberikan semangat pada acara MPLS tahun 2019



► Para Ibu Guru tampak khidmat mengikuti upacara bendera

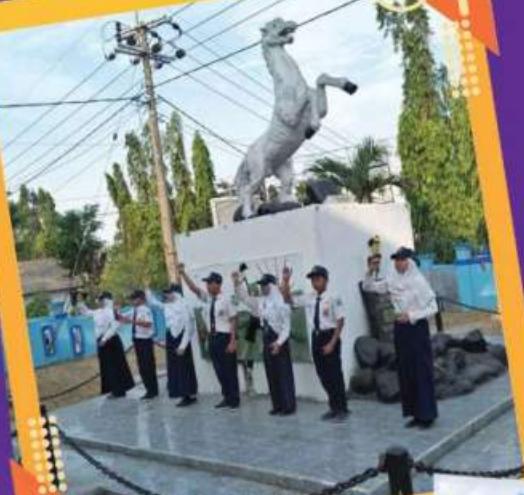


Album

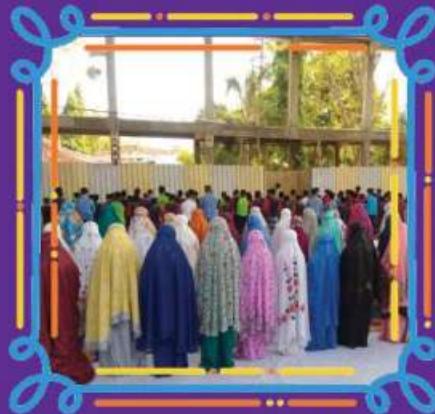
► Penyerahan siswa baru oleh wali murid kepada sekolah



► Ikrar Sumpah Pemuda



► Siswa-siswi Sholat Dhuhan berjamaah



► Sosialisasi lalu lintas dan narkoba



SMP NEGERI 1 MANTUP DEKLARASI SEKOLAH RAMAH ANAK

Foto bersama penandatanganan Deklarasi Sekolah Ramah Anak

