EDISI IV | JULI - AGUSTUS | 2022

Gema Desa

MEDIA PEMBERDAYAAN MASYARAKAT

GOTONG ROYONG PERSATUKAN BANGSA

DINAS PMD JATIM GANDENG HM. SAMPOERNA PERTAHANKAN DESA MANDIRI

DAFTARISI

Bersama-sama untuk Bangkit dan Pulih dari Keterpurukan 03

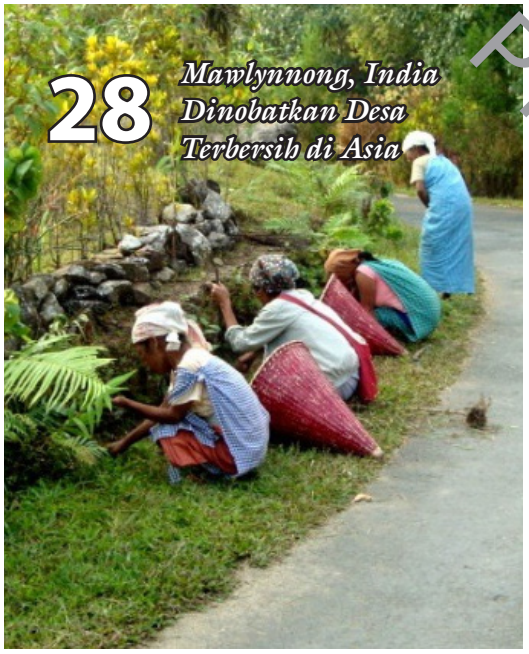
Desa Mandiri di Jatim Tertinggi Nasional 04

Para Pemenang Harus Jadi Pemicu Pertumbuhan Ekonomi di Desanya 06

Gotong Royong Persatukan Bangsa 09

Sosialisasi Program JATIM PUSPA di Bojonegoro 12

Pelatihan Peningkatan Kapasitas Aparatur Pemerintahan Desa 13



Pembinaan kepada Seluruh Kepala Desa dan Perangkat 14

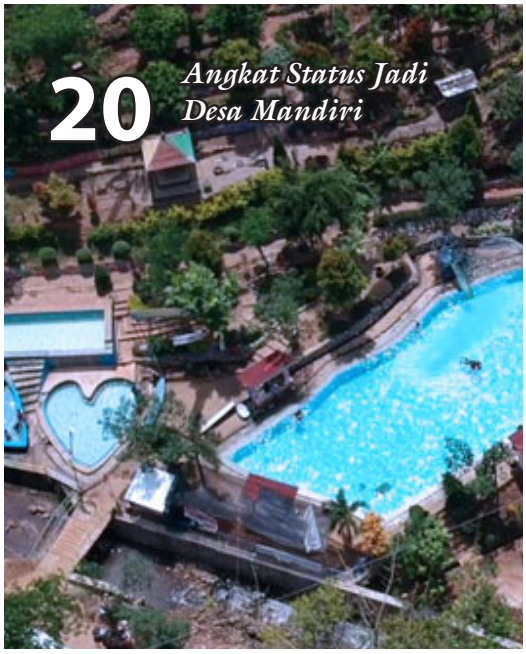
Dinas PMD Jatim Gandeng HM. Sampoerna Pertahankan Desa Mandiri 15

Kebyokan: Tradisi yang Hilang dari Desa Saya 24

5 Cara Menjaga Kesehatan Mental Anak 30

It's Okay To Not Be Okay 32

Trik Pakaian Kesayangan Lebih Awet, Sayang untuk Dibuang 34



DPMD Prov Jatim

Gema Desa adalah majalah yang diterbitkan setiap dua bulan oleh Dinas Pemberdayaan Masyarakat dan Desa Provinsi Jawa Timur. Penerbitan majalah ini dimaksudkan untuk memberi informasi tentang pemberdayaan masyarakat Jawa TImur secara komprehensif. Gema Desa juga dimaksudkan sebagai media pembelajaran dan pemikiran yang kritis seputar pemberdayaan masyarakat dan gender.

PENGARAH: Soekaryo, S.H., M.M.
KETUA REDAKSI: Dra. Rita Kustanti Rahayu, M. Si.
REDAKTUR:
SEKRETARIS REDAKSI: Akega Hudrie Armawan, SE, M. Si.
STAF REDAKSI: Sugeng Hariyadi, SE, Muzamil S.Kom, Mochmad Anas, SH, Dedy Agus Irwanto, SE, Donny Marciano, S.Kom

ALAMAT REDAKSI:
DINAS PEMBERDAYAAN MASYARAKAT DAN DESA
PROVINSI JAWA TIMUR
Jl. A. Yani 152 C Surabaya
Telp 031.8292591, 8282183, Fax. 031.8292591

Bersama-sama untuk Bangkit dan Pulih dari Keterpurukan

Upacara peringatan Hari Kemerdekaan ke-77 Republik Indonesia, 17 Agustus 2022, di Gedung Negara Grahadi, Surabaya, terasa istimewa. Berbeda dengan tahun-tahun sebelumnya. Kali ini ribuan masyarakat diijinkan mengikuti upacara di Grahadi dengan Inspektur Upacara Gubernur Jawa Timur, Hj. Khofifah Indar Parawansa tersebut.

Pemerintah Provinsi Jawa Timur memberi kesempatan kepada 1.250 warga untuk mengikuti upacara di Gedung Negara Grahadi. Perinciannya, 500 orang mendapat kesempatan mengikuti upacara detik-detik Proklamasi mulai pukul 08.00 WIB dan 750 orang boleh mengikuti upacara penurunan bendera Merah Putih mulai pukul 15.00 WIB.

Tema HUT Kemerdekaan ke-77 RI tahun ini adalah "Pulih Lebih Cepat, Bangkit Lebih Kuat." Pada HUT ke-76 RI temanya adalah "Indonesia Tangguh, Indonesia Tumbuh." Sementara itu pada HUT ke-75 RI tahun 2020 temanya "Indonesia Maju."

Tema "Pulih Lebih Cepat, Bangkit Lebih Kuat" berhubungan dengan tantangan yang telah dihadapi negara ini selama dua tahun. Berangkat dari tantangan tersebut pemerintah dan masyarakat bekerja sama, bahu-membahu, untuk mempercepat pemulihan kondisi di semua sektor, sekaligus bangkit guna menghadapi tantangan global.

Selain itu, tema tersebut juga berkaitan dengan refleksi Hari Kemerdekaan ke-77 RI akan nilai-nilai Pancasila dan Bhinneka Tunggal Ika yang menyatukan pemerintah dan masyarakat dalam menghadapi tantangan.

Dasar-dasar negara yang menuntun kita untuk bersama pulih lebih cepat agar siap menghadapi tantangan global dan bangkit lebih kuat untuk siap membawa Indonesia maju.

Tentu kita tidak sekadar berharap untuk segera pulih dan bangkit lebih kuat dari segela bentuk ujian, namun bagian pelaku untuk pulih dan bangkit tersebut. Bukan pulih dan bangkit untuk diri sendiri namun untuk masyarakat dan bangsa Indonesia.

Semua sektor harus bergerak bersama-sama memulihkan kondisi bangsa. Di tingkat desa, bukan hanya perangkat desa yang ikut serta mendorong masyarakatnya untuk bangkit, namun BUM Desa sebagai badan usaha di tingkat desa harus menjadi pemicu kebangkitan dan pertumbuhan ekonomi di desa.

Demikian pula para kreator yang bergerak di sektor kreatif dan innovator yang bergerak di sektor inovasi alat-alat untuk menunjang produksi maupun pemenuhan kebutuhan masyarakat di desa. Semua harus bergerak dan mempunyai tekad yang sama untuk bersama-sama lepas dari keterpurukan. (*)

Desa Mandiri di Jatim **Tertinggi Nasional**

Jawa Timur kembali menorehkan prestasi. Setelah awal tahun 2022 tercatat sebagai provinsi tercepat menyalurkan dana desa, pada medio Juli 2022 Jawa Timur tercatat sebagai provinsi dengan jumlah desa mandiri tertinggi secara nasional. Terbaru, berdasarkan pemutakhiran data indeks desa membangun, Jatim dinobatkan sebagai provinsi dengan desa mandiri terbanyak se-Indonesia.

DPMD Prov Jatim

Berdasarkan SK Menteri PDTT RI Nomor 80 Tahun 2022 tentang Status Kemajuan dan Kemandirian Desa Tahun 2022 yang ditandatangani Menteri PDTT Abdul Halim Iskandar pada 11 Juli 2022, jumlah desa mandiri di Jatim tercatat sebanyak 1.490 desa dengan status mandiri, 3.906 desa maju, dan 2.326 desa dengan status berkembang.

"Dengan demikian, Jatim menjadi penyumbang desa mandiri terbanyak dibanding provinsi lain. Dari total 6.238 desa mandiri di Indonesia, 23,88 persen atau 1.490 desa mandiri ada di Jatim," kata Gubernur Jatim Khofifah Indar Parawansa, Kamis (14/7/2022) pagi.

Di posisi kedua tercatat Jabar dengan 1.130 desa mandiri (18,11 persen), dan ketiga Kalbar dengan 586 desa mandiri atau 9,39 persen.

Jumlah desa mandiri di Jatim pada 2022 naik drastis dibanding tahun 2021. Tahun 2021 tercatat ada 697 desa mandiri di Jatim.

"Alhamdulillah, tahun ini jumlahnya bertambah lebih dari 2 kali lipat menjadi 1.490 atau naik 113,77 persen. Ini prestasi luar biasa. Terima kasih kepada para bupati dan walikota Batu yang membangun desa dengan serius dan terukur. Juga kepada Kemendes yang mengguyur program dengan pendampingan yang terukur pula," tambahnya.

Tidak hanya itu, 5 desa mandiri di Jatim juga masuk dalam 10 besar nasional dengan status IDM Mandiri. Kelima desa tersebut adalah, Desa Oro Oro Ombo Kecamatan Batu Kota Batu (peringkat 1), Desa Sidomulyo Kecamatan Batu Kota Batu (peringkat 2), Desa Genteng Kulon Kecamatan Genteng Kabupaten Banyuwangi (peringkat 3). Kemudian Desa Merkawang, Kecamatan Tambakboyo, Kabupaten Tuban (peringkat 7), dan Desa Genteng Wetan Kecamatan Genteng Kabupaten Banyuwangi (peringkat 10).

Di Jatim sendiri, Kabupaten Bojonegoro menjadi kabupaten dengan jumlah desa mandiri terbanyak dengan 155 desa mandiri, disusul Kabupaten Gresik dengan 153 desa, dan Kabupaten Banyuwangi dengan 138 desa mandiri.

Menurut Gubernur Khofifah, capaian tersebut sejalan dengan upaya Pemprov Jatim untuk terus membangun dan memberdayakan masyarakat desa melalui berbagai program dan kegiatan baik dari pemerintah pusat, provinsi serta kabupaten dan kota.

"Alhamdulillah Jatim berhasil mempertahankan capaian Desa Mandiri Tertinggi Nasi-

onal sejak tahun 2019. Prestasi ini adalah bentuk kerja keras kita semua khususnya para Kepala Desa, Pendamping Desa, Camat, Bupati dan Walikota Batu dan semua pegiat desa yang tiada lelah untuk terus memberdayakan masyarakat dan membangun desa. Terimakasih untuk semuanya," ucap gubernur perempuan pertama Jatim ini.

Capaian tersebut menurut Gubernur Khofifah juga sejalan dengan upaya Pemprov Jatim untuk terus mengurangi disparitas antara desa dan kota, terutama masalah kemiskinan.

Sebagaimana diketahui, kemiskinan perdesaan hampir 2 kali lipat lebih tinggi dibanding perkotaan. Pada September 2018 disparitas kemiskinan desa – kota mencapai 8,24 persen, sementara pada September 2021 sudah menyempit menjadi 5,80 presen.

"Semoga tahun ini, disparitas kemiskinan desa dan kota di Jatim terus menyempit," pungkas Khofifah.

Menurut data BPS angka kemiskinan Jawa Timur di perdesaan pada September 2021 sebesar 13,79 prosen dan perkotaan 7,99 prosen. (*)

Suasana malam ramah tamah.

DPMD Prov Jatim

Malam Penerimaan Penghargaan Perlombaan

Para Pemenang Harus Jadi Pemicu Pertumbuhan Ekonomi di Desanya

Dinas Pemberdayaan Masyarakat dan Desa Provinsi Jawa Timur menyelenggarakan malam ramah tamah dengan para pemenang perlombaan tingkat Provinsi Jawa Timur tahun 2022, yaitu pemenang Perlombaan Desa dan Keluarahan, Perlombaan Inovasi Teknologi Tepat Guna di Desa, Lomba BUM Desa dan Lomba Video Kreatif Usaha Ekonomi Perdesaan.

Malam ramah tamah dan penyerahan penghargaan pemenang perlombaan yang berlangsung di Hotel Haris Surabaya, 18 Agustus 2022, dihadiri Plt Kepala Dinas Pemberdayaan Masyarakat dan Desa Provinsi Jawa Timur, Soekaryo, SH., MM., semua Kepala Bidang di lingkungan Dinas PMD, juri empat perlombaan dan semua pemenang. Penghargaan diserahkan oleh Plt Kepala Dinas PMD Prov. Jatim.

Pemenang Perlombaan Desa dan Kelurahan berdasarkan Surat Kepusan Gubernur Jawa Timur No 188/532/KPTS/013/2022, Perlombaan Inovasi Teknologi Tepat Guna di Desa berdasarkan SK No 188/472/KPTS/013/2022, Lomba BUM Desa berdasarkan SK No 188/ /KPTS/013 /2022 dan Lomba Video Kreatif Usaha Ekonomi Perdesaan berdasarkan SK No 188/496/KPTS/013/2022.

Soekaryo dalam sambutannya mengatakan agar para pemenang tidak berhenti bersyukur, karena kemenangan tidak sebuah kebetulan namun ada perjuangan di dalamnya.

"Syukur harus didengung-dengungkan, ini mengingatkan

Plt Kepala Dinas PMD memberi sambutan.

saat saya membaca buku judul *The Magic of Thinking Big* atau *The Law Atraction*, karena kalau kita syukuri dahsyatnya luar biasa dan itu sudah diatur dalam Alquran, Barang siapa bersyukur maka nikmatnya akan ditambah','' kata Soekaryo.

Dikatakannya, hadiah-hadiah tersebut sebagai kepedulian Gubernur Jawa Timur kepada pemenang lomba. Artinya, Gubernur ingin para kades dan lurah dalam mengelola pemerintahan, baik di desa dan kelurahan, bisa berjalan dengan baik, administrasi yang baik, kolaborasi yang baik dan koordinasi dengan cara yang baik dengan seluruh

PEMENANG LOMBA INOVASI TEKNOLOGI TEPAT GUNA DI DESA

Juara I:	Agus Salim (Pom Mini Cerdas) Kab. Pamekasan
Juara II:	Deni Peni Septiawan (E-Camar – Aplikasi Catat Meter Air Bersih), Kab. Kediri
Juara III:	Siswanto (Rancang Bangun Mesin Pencacah Pakan Ternak Dual Fungsi) Kab. Bojonegoro

PEMENANG LOMBA BUM DESA

Juara I:	BUM Desa Sumber Mulyo, Desa Sumberejo Kulon, Kec. Ngunut, Kab. Tulungagung
Juara II:	BUM Desa Sejahtera Kemirigede, Desa Kemi rigede, Kec. Kesamben, Kab. Blitar
Juara III:	BUM Desa Gajah Mada, Desa Kebontunggul, Kec. Gondang, Kab. Mojokerto
Harapan I:	BUM Desa Rejo Mulyo, Desa Sidomulyo, Kec. Ngadirejo, Kab. Pacitan
Harapan II:	BUM Desa Sarana Mandiri, Desa Pejambon, Kec. Sumberrejo, Kab. Bojonegoro
Harapan III:	BUM Desa Kartika Raya, Desa Krowe, Kec. Lembeyen, Kab. Magetan

PEMENANG LOMBA VIDEO KREATIF USAHA EKONOMI PERDESAAN

Juara I: Desa Sidomulyo, Kec. Silo, Kab. Jember
Juara II: Desa Kendalbulur, Kec. Boyolangu, Kab. Tulungagung
Juara III: Desa Talok, Kec. Turen,Kab. Malang
Harapan I: Desa Paringan, Kec. Jenangan,Kab. Ponorogo
Harapan II: Desa Cinandang, Kec. Dawarblandong, Kab. Mojokerto
Juara Favorit: Desa Tulungrejo, Kec. Gandusari, Kab. Blitar

PERLOMBAAN DESA DAN KELURAHAN

Kategori Desa

Juara I:	Desa Kendalbulur, Kec. Boyolangu, Kab. Tulungagung
Juara II:	Desa Cermo, Kec. Kare, Kab. Madiun
Juara III:	Desa Ploso, Kec. Selopuro, Kab. Blitar
Juara IV:	Desa Madiredo, Kec. Pujon, Kab. Malang
Harapan I:	Desa Gunungsari, Kec. Dawarblandong, Kab. Mojokerto
Harapan II:	Desa Banjarsari, Kec. Cerme, Kab. Gresik

Kategori Kelurahan

Juara I: Kelurahan Kanigoro, Kec. Kartoharjo, Kota Madiun
Juara II: Kelurahan Tanjungsari, Kec. Sukorejo, Kota Blitar
Juara III: Kelurahan Burengan, Kec. Pesantren, Kota Kediri
Juara IV: Kelurahan Sememi, Kec. Benowo, Kota Surabaya

DPMD Prov Jatim

Plt Kepala DPMD Jatim bersama Kabid dan juri lomba.

aparatur di desanya dan anggota masyarakat.

Kepada pemenang perlombaan BUM Desa, Soekaryo berharap BUM Desa menjadi pemicu pertumbuhan ekonomi di desa. Dijelaskannya, pada 2020 Jawa Timur pertumbuhan ekonominya turun atau terkontraksi 2%, namun sekarang di tahun 2022 pertumbuhan ekonomi Jawa Timur naik menjadi 5,74% sementara nasional hanya tumbuh 5,44%.

"Ini juga tidak terlepas dari peran serta bupati dan walikota yang ada di daerah, tentunya juga Dinas PMD di kabupaten, juga ikut berperan. Kita berharap BUM Desa menjadi pemicu pertumbuhan ekonomi di desa. Kita, atas saran Gubernur, selalu memberi pembinaan terhadap BUM Desa-BUM Desa," kata Soekaryo.

Diadakannnya lomba, lanjut Soekaryo, untuk memberikan semangat kepada desa-desa yang BUM Desa-nya masih status berkembang. BUM Desa yang belum maju bagaimana berkembang menjadi maju, setelah maju bagaimana bisa menumbuhkan pertumbuhan ekonomi masyarakat, sehingga harapannya masyarakat menjadi sejahtera.

Plt Kadis PMD bersama staf.

"BUM Desa yang maju diharapkan juga bisa mengembangkan modalnya. Memberi semangat yang desanya belum ada BUM Desa-nya supaya tertarik untuk mendirikan BUM Desa," ujarnya.

Sementara Lomba Video Kreatif Usaha Ekonomi Perdesaan, diharapkan mendorong lahirnya aplikasi-aplikasi dari desa. "Inovatif dan kreatif terhadap ekonomi desa, bagaimana masyarakat yang pintar membuat aplikasi karena sekarang sudah masuk era digitalisasi, bagaimana anak-anak muda oleh kepala desa diajak membranding suatu produk di desanya. Mudah-mudahan ke depan sumber daya manusia kita menjadi handal agar masyarakat menjadi tumbuh kesejahteraannya," kata Soekaryo.

Sedangkan Lomba Inovasi Teknologi Tepat Guna di Desa, Soekaryo berharap agar dari desa lahir TTG-TTG yang bermanfaat dan memenuhi kebutuhan masyarakat. Ditambahkannya, saat ini Dinas PMD Prov. Jatim, kaitannya dengan Sistem Penyediaan Air Minum (SPAM), memberikan pelatihan portable klorinator murah, di mana air yang tidak layak minum karena bakteri menjadi layak minum. *(res)*

DPMD Prov Jatim

Tim Penilai Pelaksana Terbaik GR bersma Bupati Mojokerto disambut senam oleh warga.

PMD Prov Jatim

Penilaian Pelaksana Terbaik Gotong Royong Masyarakat

Gotong Royong Persatukan Bangsa

Pemerintah Provinsi Jawa Timur kembali menyelenggarakan lomba Pelaksana Gotong Royong Masyarakat tingkat Provinsi Jawa Timur. Penilaian lapang dilakukan 18 Juli 2022 sampai 12 Agustus 2022, diikuti 14 desa (*lihat table*) dan empat kelurahan.

Pada lomba tahun ini untuk kategori kelurahan empat nominator yaitu Kelurahan Kedundung, Kota Mojokerto, Kelurahan Karangpilang, Kec. Karangpilang, Kota Surabaya, Kelurahan Tanjungsari, Kec. Sukorejo, Kota Blitar dan Kelurahan Kedundung, Kec. Magersari, Kota Mojokerto.

Nominator untuk kategori desa yaitu Desa Tembalang, Kec. Wangi, Kab. Blitar, Desa Kepel, Kec. Kare, Kab. Madiun, Desa Jatirejo, Kec. Jatirejo, Kab. Mojokerto, Desa Sidomulyo, Kec. Sido, Kab. Jember.

PESERTA LOMBA PELAKSANA GOTONG ROYONG MASYARAKAT TAHUN 2022

- Desa Mertani, Kec. Karanggeneng, Kab. Lamongan
- Desa Japanan, Kec. Gudo, Kab. Jombang
- Desa Kebobang, Kec. Wonosari, Kab. Malang
- Desa Jatirejo, Kec. Jatirejo, Kab. Mojokerto
- Desa Tembalang, Kec. Wlingi, Kab. Blitar
- Desa Jatimulyo, Kec. Kauman, Kab. Tulungagung
- Desa Wonokarto, Kec. Ngadirojo, Kab. Pacitan
- Desa Gagah, Kec. Kadur, Kab. Pamekasan
- Desa Tulung, Kec. Sampung, Kab. Ponorogo
- Desa Kwagean, Kec. Loceret, Kab. Nganjuk
- Desa Sidomulyo, Kec. Silo, Kab. Jember
- Desa Kepel, Kec. Kare, Kab. Madiun
- Desa Munjungan, Kec. Munjungan, Kab. Trenggalek
- Desa Kedungdowo, Kec. Arjasa, Kab. Situbondo

Dikatakan oleh Tri Yuwono, Ketua Tim Penilai, Lomba Pelaksana Terbaik Gotong Royong Masyarakat Provinsi Jawa Timur Tahun 2022 memiliki tiga tahapan proses penilaian. Pertama adalah seleksi administrasi, kedua presentasi, dan ketiga tahapan visitasi. Dengan aspek penilaian terkait pada Bidang Lembaga Kemasyarakatan, Bidang Ekonomi Masyarakat, Bidang Sosial, Budaya, dan Keagamaan, serta Lingkungan Hidup.

Menurut Tri Yuwono, tujuan lomba Pelaksana Terbaik

Gotong Royong ini adalah untuk melestarikan atau *menguri-uri* nilai-nilai gotong royong yang sudah menjadi ciri khas masyarakat Indonesia.

"Tugas kami untuk *menguri-uri* bagaimana kita sebagai generasi penerus *menguri-uri* gotong royong yang sudah terbukti membuat bangsa kita ini bersatu," kata Tri Yuwono yang juga Kepala Bidang Kemasyarakatan Desa Dinas Pemberdayaan Masyarakat dan Desa Provinsi Jawa Timur.

Gotong royong merupakan salah satu, ciri khas Bangsa Indonesia, yang harus terus dipertahankan. "Kita selaku elemen yang bertugas, untuk menjaga gotong-royong tersebut. Memang dalam implementasinya masih jauh, apalagi di tengah dinamika masyarakat saat ini. Yakni, perkembangan teknologi yang sangat mengganggu harmonisasi," jelasnya.

Meski demikian, budaya gotong-royong yang telah dipegang selama ini, mampu membuktikan bisa menjaga harmonisasi, di lingkungan masyarakat. Sebab, gotong-royong memerlukan sinergitas, dari seluruh elemen masyarakat.

Berbeda dengan tahun-tahun sebelumnya, pelaksanaan lomba GRM tahun ini untuk paparan peserta langsung dilakukan di lokasi kelurahan/desa nominator. Pelaksanaan penilaian lapang dilakukan di kantor kabupaten atau kotamadya. Pelaksnaan tahun sebelumnya peserta melakukan paparan di kantor Dinas PMD Prov. Jatim. Saat tim juri membutuhkan waktu dua hari ke lokasi desa/kelurahan nominator, yaitu satu hari untuk penilaian paparan dan satu hari untuk penilaian lapang.

Tim juri terdiri atas Bidang Kelembagaan Masyarakat: Susana Harijani, SH., M.Si., Habib Ahmad, S. Ant. (keduanya dari Dinas PMD Prov. Jatim), Bidang Ekonomi Masyarakat: Yusuf Ardyasana (Bappeda Prov. Jatim), Imam Fery Wahyudi, SH., MM., Dra. U. Rini Martrisni, M.Si (keduanya dari Dinas PMD Prov. Jatim), Bidang Sosial Budaya dan Keagamaan: Hary Exzachdie, SH (TP-PKK Provinsi Jawa Timur), Imam Chotib, S.Sos., M.Si., (Dinas PMD Prov. Jatim), Avianto Nooriswahjudi, SKM., MM (Dinas Kesehatan Prov. Jatim), Bidang Lingkungan: Dra. Rina Tri Ismawati, Erlan Mujayanto, SH (keduanya dari Dinas PMD Prov. Jatim).

Penilaian pertama kali di Kota Blitar, yaitu Kelurahan Tanjungsari, Kec. Sukorejo, 18 Juli 2022, dilanjutkan kemudian di Kabupaten Blitar, yaitu di Desa Tembalang, Kec. Wlingi, Kab. Blitar.

Setelah itu berurutan ke Kota Mojokerto, Kota Madiun,

DPMD Prov. Jatim

Tolong Menolong Sejahterakan Masyarakat

Pemerintah Kota (Pemkot) Kota Surabaya, bersama Ketua Tim Penggerak (TP) PKK Kota Surabaya, Rini Indriyani, menyambut hangat kehadiran Tim Penilai Presentasi dan Klarifikasi Lapangan Pelaksanaan Gotong-Royong, Terbaik Provinsi Jawa Timur 2022, di Lobi Lantai II Balai Kota Surabaya, Jumat (5/8).

Sebelumnya, Pemkot Surabaya telah menggelar Lomba, Kelurahan Berhasil dalam rangka Bulan Bhakti Gotong-Royong Masyarakat (BBGRM). Hasilnya, Kelurahan Karangpilang, Kota Surabaya, memperoleh juara 1, yang sekaligus mewakili Kota Surabaya masuk dalam nominasi lomba Pelaksana Terbaik GRM Tingkat Provinsi Jawa Timur 2022.

Dalam sambutannya, Wali Kota Surabaya Eri Cahyadi, mengajak seluruh lapisan masyarakat Kota Surabaya, khususnya Kelurahan Karangpilang untuk selalu bergotong royong dan berempati, terhadap sesama untuk membantu masyarakat sekitar dan membangun Kota Surabaya, menuju Surabaya yang hebat.

"Saya yakin dengan kebersamaan, kepedulian, dan saling tolong-menolong, masyarakat Surabaya akan semakin sejahtera, akur dan berkehidupan yang lebih baik," kata Wali Kota Eri Cahyadi.

Ia juga menekankan, bahwa Lomba BBGRM, di Tingkat Provinsi Jawa Timur Tahun 2022 ini, bukan untuk mengejar juara. Melainkan, mengutamakan sikap seluruh warga dalam berempati, dan saling bahu-membahu, dan bergotong-royong, dalam kehidupan sehari-hari.

"Semoga sikap gotong-royong ini, akan menjadi budaya masyarakat Surabaya. Selamat

Kabupaten Madiun, Kota Surabaya, Kabupaten Mojokerto dan Kabupaten Jember.

Di Kelurahan Kedundung, Kecamatan Magersari, Kota Mojokerto, tim penilai yang dipimpin Ketua Tim Penilai, Tri Yuwono, disambut oleh Asisten Biro Pemerintahan Pemkot Mojokerto, Abdul Rahman Tuwo, beserta Muspika Magersari, di Kantor Kelurahan Kedundung.

Usai ramah-tamah di balai pertemuan Kelurahan Kedundung, tim penilai melakukan klarifikasi ke lapangan. Terbagi dalam empat kelompok sesuai indikator penilaian, yaitu bidang kelembagaan masyarakat, bidang ekonomi masyarakat, bidang sosial, budaya dan keagamaan serta bidang lingkungan.

Salah satu yang dikunjungi adalah Lingkungan Balungrawe RW 05, yang merupakan sentra kegiatan seni-budaya di Kelurahan Kedundung. Tri Yuwono dan tim penilai disambut atraksi silat PSHT dan jaranan, pameran lukisan, kerajinan wayang dan pergelaran wayang beber lakon Uteg Utek Ugel dengan dalang Catur Amardika.

Wayang beber di Kelurahan Kedundung, Kota Mojokerto, dikunjungi Tim Penilai Lapangan.

Kepala Kelurahan Kedundung, Tri Irwanto, mengaku semangat kegotong-royongan warga Kedundung sampai saat ini masih tergolong tinggi.

"Meski Kedundung ini kota tapi dulunya desa, sehingga masih kental kekeluargaan dan kegotongroyongannya. Masyarakatnya mudah digerakkan baik untuk kerja bakti maupun swadaya untuk pembangunan fisik maupun kesejahteraan masyarakat," kata Irwanto. *(res)*

bekerja, selamat berkarya, dan teruslah menjadi teladan bagi masyarakat kita," ujar dia. Sementara itu, Sekretaris Daerah (Sekda) Kota Surabaya, Hendro Gunawan, mengatakan proses seleksi untuk kandidat BBGRM ini dimulai dari tingkat Kelurahan, yang harus melalui tahapan seleksi administrasi, atau penyaringan hingga diusulkan kepada tim juri, dari Kelurahan Karangpilang. Juga ada tahapan penilaian presentasi, mudah-mudahan Surabaya bisa menjadi yang terbaik, di Pemerintah Provinsi Jawa Timur," katanya.

Hendro menjelaskan, bahwa BBGRM yang telah dijabarkan, oleh Wali Kota Eri Cahyadi, berlandaskan gotong-royong yang memiliki arti keikutsertaan, dan sinergitas dengan semua *stakeholder*. "Tentunya kalau itu bersinergi dan bergotong-royong bersama, Insyaa Allah kita bisa mendapatkan yang terbaik. Hal ini juga harus dipupuk sejak dini, agar anak-anak kita kelak terbiasa untuk bergotong-royong," ujar dia.

Menurut Hendro, dengan adanya gotong-royong, tujuan dan target Kota Surabaya, akan semakin ringan dan mudah tercapai. "Untuk itu kami meminta kerjasama, agar bisa bersinergi dan bekerjasama, untuk memberikan layanan yang terbaik bagi masyarakat," kata dia.

Di temui di lokasi yang sama, Kepala Bidang Kemasyarakatan Desa Dinas Pemberdayaan Masyarakat dan Desa, Provinsi Jawa Timur, selaku Ketua BBGRM Tingkat Provinsi Jawa Timur Tahun 2022, Tri Yuwono, mengatakan Kelurahan Karangpilang Kota Surabaya, merupakan empat nominasi lomba BBGRM Terbaik Tingkat Provinsi Jawa Timur, Tahun 2022.

"Khususnya dalam upaya pembangunan, pemberdayaan, dan pemerintahan yang ada di Kota Surabaya. Baik dalam level perencanaan, maupun proses yang harus dijalani bersama-sama, oleh pemerintah dan masyarakat," pungkasnya. *(yunus)*

DPMD Prov Jatim

Sosialisasi Program JATIM PUSPA di Bojonegoro

Dinas Pemberdayaan Masyarakat dan Desa Provinsi Jawa Timur mengadakan Sosialisasi Program JATIM PUSPA (Jawa Timur Pemberdayaan Usaha Perempuan) di Kabupaten Bojonegoro, Kamis, 4 Agustus 2022, di Ruang Partnership Room Gedung Pemkab Bojonegoro.

Bupati Bojonegoro, Dr. Hj. Anna Mu'awanah, M.H. membuka langsung acara ini. Acara dihadiri oleh Kabid PUED DPMD Prov Jatim, Kepala Dinas PMD Kab Bojonegoro, Tim Koordinasi (OPD Terkait Kabupaten Bojonegoro), Koordinator Pendamping PKH, Pendamping Kabupaten Jatim Puspa, camat, kepala desa, TP. PKK Desa, serta Pendamping Desa Lokasi Program Jatim Puspa Tahun 2022.(*)

Bupati Bojonegoro, dr Anna Muamanah (dua dari kiri) didampingi Kabid PUED Dinas PMD Prov. Jawa Timur.

DPMD Prov Jatim

Bimtek Tim Kreatif Desa Program Desa Berdaya

Plt Kepala Dinas PMD Prov Jatim, Soekaryo SH MM, membuka Bimtek Tim Kreatif Desa Program Desa Berdaya tahun 2022 didampingi oleh Kepala Bidang PUED DPMD Prov Jatim dan Tenaga Ahli Program Desa Berdaya.

Bimtek tim kreatif desa Program Desa Berdaya tahun 2022 angkatan ke I ini dilaksanakan di Hotel Tichy Malang pada 14 sd 16 Juli 2022. Sebanyak 100 peserta yang berasal dari beberapa desa penerima program desa berdaya mengikuti beberapa materi yang diberikan oleh pemateri.

Peserta berasal dari Kabupaten Banyuwangi, Kabupaten Mojokerto, Kabupaten Nganjuk, Kabupaten Pasuruan, Kabupaten Tuban, Kabupaten Lumajang, Kabupaten Bondowso, Kabupaten Ponorogo, Kabupaten Tulungagung dan Kabupaten Pamekasan.

Materi yang diberikan ke peserta antara lain Pedum Program Desa Berdaya, Pengantar Branding Icon Desa, Teknik Dasar Videografi dan Fotografi, serta Digital Marketing. (*)

Plt Kadis PMD bersama peserta.

Jatim

Kode Wilayah Administrasi Pemerintahan Desa, Desa Adat dan Kelurahan

Plt Kadis PMD Prov Jatim menerima Penyerahan Kode Wilayah Administrasi Pemerintahan Desa, Desa Adat dan Kelurahan Tahun 2022, 11 Agustus 2022. Ini Merupakan Dedikasi Mengawal Optimalisasi Pendekatan Pelayanan Kepada Masyarakat. Dalam Kegiatan Ini Pemprov Jatim Menerima 4 Kode Hasil Penggabungan Desa Terdampak Lumpur Sidoarjo. (*)

Pelatihan Peningkatan Kapasitas Aparatur Pemerintahan Desa

DPMD Prov Jatim

Pelatihan Peningkatan Kapasitas Aparatur Pemerintahan Desa dilaksanakan pada 19 s/d 22 Juli 2022 di Aliante Hotel Malang, secara langsung dibuka oleh Kepala Plt DPMD Provinsi Jawa Timur, Soekaryo, SH., MH..

Sebanyak 87 orang peserta hadir dalam pelatihan ini. Peserta merupakan juara lomba desa di tingkat Kabupaten mulai tahun 2019, 2021 dan 2022 serta perwakilan Status Desa Mandiri yang terdiri atas unsur sekretaris desa, kaur perencanaan dan BPD. Narasumber berasal dari pelatih dari kabupaten dan kecamatan yang telah bersertifikasi dari Kementerian Dalam Negeri.

Kepala Dinas PMD Provinsi Jawa Timur dalam sambutannya mengapresiasi pemerintahan desa atas kinerjanya sehingga Provinsi Jawa Timur berhasil menyumbangkan penurunan kemiskinan nasional serta mendapatkan prestasi Desa Mandiri terbanyak secara nasional.(*)

Plt Kadis PMD memberi sambutan pembukaan.

Kadiv Penataan dan Kerjasama Dinas PMD Prov. Jatim menerima tropi dari Kepala Dinas Koperasi dan UKM Prov. Jatim

DPMD Prov Jatim

Dinas PMD Prov. Jatim Terima Desain Booth Favorit

Dinas PMD Provinsi Jawa Timur berpartisipasi dalam Gelaran Koperasi dan Usaha Kecil Menengah (K-UKM) Expo ke-9 yang berlangsung di Grand City Surabaya, 27 sd 31Juli 2022.

Dinas PMD Prov. Jatim menghadirkan kopi dan kerupuk binaan BUM Desa.

Pada kesempatan ini Dinas PMD Prov. Jatim menerima penghargaan kategori Desain Booth Favorit. Penghargaan diberikan oleh Kepala Dinas Koperasi dan UKM Prov. Jatim, Andromeda Qomariyah, dan diterina oleh Kepala Bidang Penataan dan Kerjasama Desa, Nenny Herdianawati, pada saat penutupan

Gubernur Jawa Timur, Khofifah Indar Parawansa, dalam sambutan penutupan berpesan agar upaya pendampingan untuk percepatan transformasi digital, akses pasar dan akses permodalan bagi K-UKM diperluas.

Stan Dinas PMD Prov. Jatim.

"Ada MoU yang telah kita laksanakan dengan beberapa lembaga untuk memberikan akses pasar dan permodalan kemarin. Tentu kami berharap, pasca expo akan bisa menghasilkan transaksi perdagangan yang lebih banyak," ungkap Gubernur Khofifah dalam sambutannya. *(res)*

Plt Kadis PMD usai menandatangani MoU didampingi Sekdis PMD (kiri) dan Kabid Penataan dan Kerjasama Desa.

DPMD Prov Jatim

Dinas PMD Jatim Gandeng HM. Sampoerna Pertahankan Desa Mandiri

Dinas Pemberdayaan Masyarakat dan Desa Provinsi Jawa Timur menggandeng PT H.M Sampoerna untuk mempertahankan kemandirian desa dan meningkatkan perekonomian masyarakat di Jawa Timur.

Hal itu tertuang dalam Perjanjian Kerja Sama (PKS) yang Rabu (20/7) siang tadi ditandatangani oleh Plt. Kepala Dinas PMD Prov. Jatim, Soekaryo, SH., MM., dengan Manager Regional Relation & Sustainability PT. H.M. Sampoerna, Arga Prihatmoko, di Hotel Sinar 3, Jl. Raya Juanda, Sidoarjo.

Hadir dalam kegiatan bertajuk "Fasilitasi Kerjasama dengan Pihak Ketiga Melalui Penandatanganan Naskah Perjanjian Kerjasama" Tri Joko Sumitro dari Biro Administrasi Pemerintahan dan Otonomi Daerah Pemprov. Jatim dan kepala Dinas PMD se-Jawa Timur.

Selain dengan PT HM Sampoerna, Dinas PMD Prov. Jatim juga melakukan PKS dengan Komando Armada II Surabaya (Pemberdayaan Masyarakat dan Desa di Pesisir), Bank Perkreditan Rakyat Jawa Timur (Sinergitas Program Pembiayaan untuk Pemberdayaan Masyarakat dan Desa di Jawa Timur).

Juga dengan Politeknik Kelautan dan Perikanan Sidoarjo (Pemberdayaan Masyarakat dalam Pengembangan Sumber Daya Alam dan Sumber Daya Manusia Sektor Kelautan dan Perikinan di Jawa Timur) dan Institut Teknologi Sepuluh Nopember Surabaya (Pemberdayaan Masyarakat dan Pemanfaatan Teknologi Tepat Guna di Jawa Timur).

Dikatakan oleh Soekaryo, pada 17 Juli 2022 keluar SK Mendes No 80 Taun 2022 tentang Desa Mandiri. Desa Mandiri di Jawa Timur tergolong tertinggi di seluruh Indonesia, yaitu 1.490 Desa Mandiri atau 23% Desa Mandiri di Indonesia berada di Jawa Timur.

"Tingginya Desa Mandiri di Jawa Timur ini akan kita pertahankan untuk mendukung kinerja Ibu Gubernur dengan menindaklanjuti dalam bentuk

Plt Kadis PMD bersama seusai penandatangan MoU.

DPMD Prov Jatim

PKS-PKS," kata Soekaryo.

Harapan PKS dengan PT HM Sampoerna agar pemberdayaan masyarakat ekonomi lemah juga meningkat.

"Sejauh ini PT HM Sampoerna sudah memberikan pelatihan di BUM Desa. Kami juga didampingi, Klinik BUM Desa juga dibangkitkan. PT HM Sampoerna siap membantu sarana dan prasarana selama sesuai dengan anggarannya," kata Soekaryo.

Arga Prihatmoko mengatakan, selama PT HM Sampoerna sudah melakukan kegiatan yang mendukung program-program Pemprov. Jawa Timur, seperti dukungan desa wisata dan BUM Desa.

"Tindak lanjut atau dukungan dari program-progam tersebut akan tetap kita lanjutkan melalui PKS ini," kata Arga.

Sejauh ini PT HM Sampoerna memberikan support pada salah satu BUM Desa di Kecamatan Sukorejo, Kabupaten Pandaan, Pasuruan. "Kami mensupport pengembangan BUM Desa, antara lain terkait dengan lingkungan, yaitu pengolahan sampah," kata Arga.

Ditambahkan Arga, di PT HM Sampoerna di Pandaan mempunyai fasilitas pelatihan kewirausaaan dengan nama Sampaoerna Entreperenur Training Centre (SETC).

"Sebagai tambahan yang bisa kita tindak lanjuti melalui PKS adalah fasilitas SETC dapat dimanfaatkan untuk pelatihan BUM Desa, perangkat desa dan lain sebagainya. Jadi tidak hanya kerjasama dari peningkatan kapasitas tapi nanti juga bisa meliputi aspek yang lainnya," tandas Arga.(res)

Plt. Kadis PMD memberi sambutan.

Pembinaan kepada Seluruh Kepala Desa dan Perangkat

Plt. Kepala Dinas PMD Provinsi Jawa Timur, Soekaryo, S.H., M.M., melakukan pembinaan kepada seluruh kepala desa dan perangkat desa di dua kecamatan di Kabupaten Probolinggo, Selasa, 12 Juli 2022.

Dua kecamatan tersebut yaitu Kec. Banyuanyar dan Kec. Dringu.

Plt. Kepala Dinas PMD Prov Jatim didampingi Kepala Dinas PMD Kab. Probolinggo, Edy Suryanto, S.Sos, M.Si beserta jajaran, serta Camat Banyuanyar Imam Syafi'i dan Camat Dringu Ulfaningtyas, S.H., M.M.

Pembinaan dilakukan untuk mendorong peningkatan status IDM desa, karena desa-desa di kecamatan tersebut statusnya masih banyak yang berkembang dengan indeks yang belum maksimal.

Plt Kadis PMD bersama peserta pembinaan.

"Intervensi yang dilakukan pemerintah saat ini bukan fokus untuk memberikan stimulan kepada desa yang berstatus sangat tertinggal ataupun tertinggal, malah akan memberikan reward bagi desa yang berstatus mandiri, salah satunya dengan Bantuan Keuangan Desa Berdaya sebesar Rp 100 juta per desa dan program lainnya," kata Soekaryo.

Selain itu disampaikan pula untuk Percepatan pencairan Dana Desa Tahap III, karena sudah ada beberapa kabupaten lain yang telah mencairkan DD tahap III sekaligus penyaluran Bantuan Langsung Tunai Dana Desa Triwulan III pada Juli 2022.(*)

Temu Bisnis dan Workshop Batas Desa

Dinas Pemberdayaan Masyarakat dan Desa Provinsi Jawa Timur mengadakan workshop Penetapan dan Penegasan Batas Desa Tahun 2022 di Malang, 21 - 22 Agustuis 2022.

Workshop dibuka oleh Plt Kepala Dinas PMD Prov Jatim, Soekaryo SH MM, dan dihadiri oleh Dinas PMD Kab/Kota, Setda Hukum Kab/Kota, dan Bagian Pemerintahan Kab/Kota Se Jawa Timur dengan narasumber dari Kementerian Dalam Negeri dan Badan Informasi Geospasial.

Badan Informasi Geospasial dan Kementerian Dalam Negeri menyepakati untuk melakukan verifikasi dan kualitas kontrol terhadap seluruh kab/kota di Jawa Timur. Kegiatan ini akan dilaksanakan di 3 lokasi atau regional yang bertujuan agar kegiatan batas desa yang selama ini telah dilaksanakan dapat dilakukan verifikasi dan kualitas kontrol.(*)

DPMD Prov Jatim

DPMD Prov Jatim

PEMENANG LOMBA BADAN USAHA MILIK DESA (BUM DESA)

DPMD Prov Jatim

PEMENANG INOVASI TEKNOLOGI TEPAT GUNA DI DESA

DPMD Prov Jatim

PEMENANG LOMBA VIDEO KREATIF USAHA EKONOMI DESA

DPMD Prov Jatim

Panorama Lembah Mbenciran dari atas.

DPMD Prov Jatim

Objek Wisata Lembah Mbencirang

Angkat Status Jadi Desa Mandiri

Lembah Mbencirang, demikian nama objek wisata di Desa Kebontunggul, Kecamatan Gondang, Kabupaten Mojokerto. Perlahan tapi pasti objek wisata ini mulai dikenal dan menjadi destinasi wisata alam bagi masyarakat.

Wisata Lembah Mbencirang memadukan potensi kekayaan alam, pesona alam, dan kearifan lokal. Berada hanya 20 kilometer dari pusat kota Mojokerto atau hanya membutuhkan waktu 30 menit untuk mencapainya.

Lembah Mbencirang menyuguhkan pemandangan Gunung Anjasmoro dan Gunung Welirang. Sumber mata dari pegunungan langsung bisa dinikmati di wana wisata ini.

Objek wisata ini dikelola Badan Usaha Milik Desa (BUM Desa) Gajah Mada dan berada di atas lahan tanah kas desa (TKD) Desa Kebontunggal.

Buka pukul 08.00 hingga 17.00 WIB, Lembah Mbencirang pengunjung bisa menikmati beberapa aneka wahana yang disiapkan pengelola. Salah satu wahana favorit adalah kolam renang. Air kolam yang jernih dan bersih membuat betah di Lembah Mbencirang. Selain itu air kolam berasal langsung dari sumber mata air yang letaknya 4 km.

"Airnya asal dari sumber mata air Gunung Anjasmoro dan Welirang yang mengalir," kata Direktur BUM Desa Gajah Mada, Andi Yuniarto.

Lembah Mbencirang juga diapit empat bukit yakni Jurang Menyek di sebelah utara, Alas Wedok di timur, Puthuk Ijo di bagian selatan, dan Juwet Sewu sebelah barat. Hal inilah yang membuat udara segar dan sejuk.

Pengelola juga sudah siap memanjakan pengunjung dengan wahana untuk anak-anak, permainan tradisional, wahana yang menantang seperti flying

DPMD Prov Jatim

fox, rafting, sampai tubbing.

Tiket masuk Rp 8000 untuk anak-anak dan Rp 12.000 dewasa, sudah include bisa berenang, "Untuk *weekend* atau *weekday* sama saja. Rafting per orang 20 ribu (ban) jarak 400 meter. Kapal karet 4 orang 180 ribu jarak 1,2 kilometer. Outbond 110 ribu per paket (ice breaker, *flying fox, tubbing*, fun game) minimal 50 orang," terang Andi.

"Kami juga bekerja sama dengan pihak ketiga di beberapa destinasi seperti terapi ikan dan ATV. Ke depan kami juga akan membuat penginapan atau cottages dengan pihak ketiga," tambahnya.

Bagi para pengunjung yang merasa haus ataupun lapar setelah menikmati wahana yang disiapkan pengelola. Tidak perlu khawatir, karena ada kedai yang telah menyiapkan beberapa menu makanan ringan dan minuman.

"Kita juga bekerja sama dengan pihak ketiga. Beberapa kedai warga asli sini ada minuman khas wedang weton 19. Bahannya jahe, kunyit, serai dan jeruk nipis yang dipercayai sebagai penangkal covid 19, harganya cuma Rp 6 ribu untuk satu gelas," tukas Andi.

Lahirnya wisata Lembah Mbencirang tidak lepas dari Musyawarah Desa (Musdes) tahun 2016, yang membuahkan kesepakatan untuk menjadikan ikon wisata sebagai bekal menuju desa wisata.

Sebelumnya Desa Kebontunggul tergolong Desa Tertinggal. Kjni Desa Kebontunggul mencapai predikat desa mandiri. Hal tersebut berdasarkan keputusan Direktur Jenderal (Dirjen) Pembangunan Pemberdayaan Masyarakat Desa (PPMD) Kemendesa Nomor 303 Tahun 2020.

Kepala Desa Kebontunggul, Siandi, mengatakan pada Musdes tahun 2016 masyarakat berhak menentukan secara mandiri penggunaan dana desa, sebagaimana diatur dalam Undang-Undang Nomor 6 Tahun 2014 tentang Desa.

"Idenya satu dalam musyawarah itu adalah menciptakan desa wisata. Desa wisata itulah, karena masyarakat belum tahu tentang penyertaan modal dan sebagainya akhirnya modal awal yang kita berikan di tahun 2017 melalui Musdes tahun 2016," ungkap Siandi.

"Sehingga dalam kesepakatan itu kita beri modal untuk BUM Desa, dalam bentuk in-

Kolam renang di Lembah Mbencirang.

DPMD Prov Jatim

frastruktur, bukan dalam bentuk berupa uang, karena wisata belum ada," sambungnya.

Pihak Pemerintah Desa Kebontunggul di tahun 2017 menguatkan kembali dengan suntikan Dana Desa (DD). Mulai muncul bibit-bibit wisata Lembah Mbencirang. "Kemudian pada tahun 2017 kami suntikan infrastruktur sebesar Rp 250 juta yang saya ambilkan dari Dana Desa. Hal itu pun masih belum menjadi wisata yang kami harapkan. Kami membutuhkan dana yang lebih besar," ujarnya.

"Pada tahun 2017, untuk menguatkan ide gagasan Desa Wisata benar-benar terwujud, kita kuatkan lagi Rp 200 juta untuk membangun kolam renang dan pertamanan, termasuk stand UMKM, serta penambahan wahana," sambungnya.

Upaya membangun ikon wisata dengan harapan menjadi desa wisata, memang membutuhkan biaya besar. Di tahun 2018, Pemdes kembali mengalokasikan Dana Desa untuk pembangunan infrastruktur.

"Pada tahun 2018 kita tambahi lagi Rp 150 juta. Sehingga pembangunan di tahun 2017-2018, kita serahkan kepada BUMDesa Gajah Mada ini mencapai angka Rp 450 juta," katanya.

Upaya membangun desa ini nampaknya tertolong dengan program TNI Manunggal Membangun Desa (TMMD) ke-105 di tahun 2019. Pada saat itu, TMMD difokuskan untuk mengembangkan potensi wisata Lembah Mbencirang. Adapun sasaran kegiatan fisik antaranya rehab SDN Kebontunggul, peningkatan kualitas jalan objek wisata Lembah Mbencirang, serta sarana parkir dan *foodcourt*.

"Ada program TMMD di tahun 2019, kita mendapat asupan lagi dari Pemerintah Daerah yakni dalam bentuk infrastruktur itu mencapai nilai Rp 4,2 milyar. Dan hal itu masih menjadikan kami berpredikat masih Desa Maju," terang Siandi.

"Kami gunakan Rp 1,5 miliar ini untuk pembuatan jalan cor ini, kemudian gedung aula anggarannya Rp 250 juta, mushola Rp 100 juta, kita bangun parkir hampir Rp 300 juta dan fasilitas-fasilitas yang lain sehingga terwujudlah wisata ini yang mendekati kesempurnaan," sambungnya.

Saat ini Desa Kebontunggul melalui BUM Desa Gajah Mada mampu memberikan Pendapatan Asli Desa (PAD). Disamping menyerap 40-50 orang tenaga kerja lokal. Tahun 2022, dalam Lomba BUM Desa tingkat Provinsi Jawa Timur, BUM Desa Gajah Mada keluar sebagai juara III.**(han)**

Kebyokan: Tradisi yang Hilang dari Desa Saya

Bonari Nabonenar

Saya punya kisah mengenai sebuah tradisi berkaitan dengan pekerjaan masyarakat petani di desa. Kisah ini akan menjadi catatan mengenai betapa eratnya hubungan sosial antar-anggota masyarakat yang masih lekat dengan berbagai tradisi yang, celakanya kini sering dipandang sebagai ketinggalan zaman, tidak logis, dan susah diterima akal publik. Ini tentang tradisi kebyokan, satu cara menyelesaikan pekerjaan yang lebih mirip dengan arisan tenaga.

DPMD Prov Jatim

Kebyokan adalah kosakata bahasa Jawa yang lebih-kurang berarti: 'keroyokan' –dalam konotasi positif. Maka, yang dimaksud *kebyokan* dalam hal ini adalah melakukan pekerjaan secara keroyokan. Cara keroyokan itu dilakukan untuk menyelesaikan pekerjaan secara bergiliran, setiap hari. Sebuah kelompok kebyokan yang bisa beranggota hingga belasan orang dapat bertahan berbulan-bulan, bertahun-tahun, dengan keanggotaan tambal-sulam atau tambah-kurang.

Kebyokan bisa jadi salah satu cara untuk melawan kemalasan. Mereka yang tidak ikut *kebyokan*, bisa suka-suka mau berangkat ke sawah atau ke ladang pukul berapa, atau bahkan bisa pula berleha-leha di rumah seharian. Sementara, kalau ikut *kebyokan* pada pukul 07.00 harus sudah mulai bekerja dan baru pulang sekira pukul 11.00. Sanksi bagi sesiapa yang datang terlambat adalah diolok-olok teman-teman.

Bagi orang desa yang masih sangat kuat rasa persaudaraannya bekerja secara bersama memang mengasyikkan. Sambil bekerja, mereka bisa bercanda, saling mengolok, dan kadang juga mendiskusikan persoalan-persoalan yang mereka hadapi sehari-hari –dari soal-soal petanian hingga kebijakan pemerintah (desa). Juga, saling bertukar informasi. Karena itu jangan heran kalau ada seseorang pulang kampung setelah bertahun-tahun merantau, kabar kedatangannya akan sangat cepat tersebar ke seluruh penjuru desa.

Tradisi kebyokan masih bisa dijumpai di desa saya sampai akhir 70-an hingga awal 80-an. Berbagai macam pekerjaan bisa di-*kebyok*, seperti: mencangkul, menyiangi tanaman, mencari kayu bakar di hutan, mengumpulkan batu kali untuk pondasi rumah. Biasanya, pekerjaan itu dilakukan setengah hari, dari pagi hingga siang. Dengan demikian, setengah hari sisanya peserta kebyokan bisa menyelesaikan pekerjaan masing-masing, misalnya mencari rumput untuk pakan ternak.

Pendek kata, pada zamannya, *kebyokan* bukan saja menjadi cara menyelesaikan pekerjaan yang berat dengan gembira, tetapi juga seperti menjadi salah satu gaya hidup di pedesaan.

Saya masih sempat menyaksikan, pada pertengahan tahun 70-an, di dusun tempat tinggal saya ada beberapa kelompok *kebyokan* yang dapat dikategorikan ke dalam tiga kelas berdasarkan usia rata-rata anggota atau pesertanya. Ada kelas dewasa, kelas remaja, dan kelas anak-anak. Saya sendiri pada waktu itu sempat bergabung dengan *kebyokan* kelas anak-anak sejak saya duduk di kelas 4 sekolah dasar. Apakah saya dan kawan-kawan di kelompok saya punya beban atau tanggung jawab untuk menggarap sawah atau ladang? Tidak. Kami membentuk kelompok *kebyokan* sebagai cara membantu orangtua, menyiangi rumput di halaman, mencari kayu bakar dan lain-lain secara gembira. Hal terpenting bagi kami adalah kegembiraan dalam kebersamaan itulah!

Di luar itu ada yang disebut dengan *sambatan*, yakni meminta bantuan para tetangga untuk menyelesaikan suatu pekerjaan, seperti mencangkul di sawah atau di ladang, hanya dengan imbalan makan dan minum seketika. *Sambatan*, dari kata (dasar) *sambat*, artinya minta bantuan. Khusus untuk pekerjaan membongkar dan mendirikan rumah (kayu) biasanya para tetangga yang tidak di-sambat-i secara langsung pun akan ikut berdatangan untuk membantu. Tradisi *sambatan* untuk membongkar dan mendirikan rumah (biasanya rumah kayu) itu masih bertahan hingga sekarang. Baik untuk membangun rumah

kayu maupun yang berdinding batu-bata, biasanya pemilik rumah hanya mengupah seorang dua orang tukang utama. Tetapi pada saat mendirikan rangka hingga memasang atapnya para tetangga akan berdatangan untuk membantu.

Kalau dikalkulasi, nilai kegotongroyongan paling tinggi ada di kegiatan sambatan. Lalu, di mana nilai kegotongroyongan pada kegiatan *kebyokan*? Memang seperti halnya arisan, masing-masing peserta memiliki hak menerima dan kewajiban memberi. Tetapi, takaran hanya mereka pakai dalam hal waktu, dari pukul 07.00 hingga 11.00 itu. Bukan pada berat-ringannya pekerjaan. Seorang peserta tidak akan merasa dirugikan, misalnya, ketika menerima tenaga peserta lain untuk sekadar *matun* (menyiangi padi) dan harus menggantinya dengan pekerjaan memecah batu atau mencangkul dengan durasi yang sama.

Beberapa pekerjaan tidak dapat dikerjakan secara *kebyokan*, seperti: membajak sawah dengan sapi atau kerbau, membuat ukiran untuk pintu, tiang, atau dinding rumah. Pekerjaan-pekerjaan itu biasanya dikerjakan oleh orang-orang yang diupah secara harian atau borongan. Tetapi, para tenaga upahan yang memiliki keahlian khusus itu sesekali juga akan terlibat dalam kegiatan sambatan (membantu tetangga) untuk melakukan pekerjaan-pekerjaan di luar spesialisasinya.

Warga desa yang memiliki pekerjaan tetap seperti berdagang di pasar, menjaga toko, warung, atau menjadi pegawai kantor, termasuk para guru, biasanya mengupah orang untuk menggarap sawah atau ladangnya, karena tidak bisa ikut *kebyokan*. Ketika waktu tanam yang direncanakan sudah dekat dan seorang atau dua orang tenaga yang diupah diperkirakan tidak akan mampu mengejar tenggat, biasanya pemilik lahan lalu menghubungi seseorang yang menjadi anggota kelompok *kebyokan*, dan 'membeli' haknya untuk di-*kebyok*.

Mengambil alih (dengan cara membeli) tenaga kelompok *kebyokan* ini ternyata dipandang sangat praktis. Selain hanya cukup menghubungi seseorang untuk mendapatkan bantuan tenaga belasan orang secara serentak, cara mengupah sekelompok orang ini juga akan menyelesaikan pekerjaan secara cepat tanpa rasa sungkan (tidak enak) kalau sebentar-sebentar minta bantuan (sambat) kapada para tetangga.

Dalam hal pembiayaan, malahan, ada yang menilai bahwa ternyata sistem sambatan ini menelan biaya hampir sama dengan mepekerjakan orang dengan cara mengupah. Sebabnya, mereka yang bekerja dengan upah bisa dijamu makan dan minum seadanya. Sedangkan cara *sambatan* biasanya menuntut menu makanan dengan cukup lauk, ikan dan atau daging, dan masih ditambah rokok bermerek pula. Maka, lambat laun tradisi *sambatan* (selain untuk urusan membongkar dan mendirikan rumah) terdesak oleh cara "membeli giliran anggota kelompok *kebyokan*."

Hal lain yang bisa diduga ikut menjadi penyebab kematian tradisi *kebyokan* adalah kehidupan yang semakin maju, yang menyediakan fasilitas dan menuntut mobilitas manusia-manusia desa sedemikian rupa, derasnya arus pekerja ke kota atau ke pulau-pulau luar Jawa, bahkan ke luar negeri.

Capaian-capaian masyarakat yang biasa dilabeli sebagai kemajuan itu, pada gilirannya mendegradasi rasa solidaritas, kegotongroyongan, dan nyaris semua hal yang dicap tradisional. Pikiran manusia (desa -pun) sekarang, akan susah menerima ketika utang pekerjaan menyiangi tanaman harus dibayar dengan memecah dan mengangkuti batu. Itu memang tidak logis, bukan? Tidak rasional. Tidak sejalan dengan pikiran manusia-manusia modern. Yang demikian tadi hanya kompatibel dengan jalan pikiran manusia/masyarakat tradisional. Maka, begitulah nasib tradisi *kebyokan* yang telah hilang dari desa (saya).

Di desa, banyak tradisi atau kearifan lokal, atau apapun orang menyebutnya, yang kini terancam dan bahkan telah hilang seperti kebyokan. Itu bisa jadi perkara atau tidak, tergantung dari sudut mana kita memandangnya. Tetapi, jangan terkejut, jika kita mau sedikit tekun membuat daftarnya, kita bisa sampai pada simpulan sementara bahwa, bahkan, nasib 'desa' pun sebenarnya sudah berada di tepi jurang. Memang, itu bukan pula soal bagi mereka yang suka berseru, "Biarlah desa-desa menuju kepunahannya dengan gembira!"

****) Bonari Nabonenar, menulis dengan bahasa Jawa dan bahasa Indonesia, ialah warga Desa Cakul, Kecamatan Dongko, Kabupaten Trenggalek.***

DPMD Prov Jatim

Mawlynnong, India Dinobatkan Desa Terbersih di Asia

DPMD Prov Jatim

Sampah dan bau kotoran sapi sudah jadi rahasia di India. Tetapi ini tidak berlaku untuk Desa Mawlynnong yang sangat peka terhadap kebersihan. Kebiasaan penduduknya begitu mengagumkan.

India memiliki sekitar 640.867 desa dengan berbagai ukuran dan bentuk. Meskipun desa merupakan bagian integral dari India, mereka diabaikan dan dianggap terbelakang. Desa atau kota dipandang rendah sebagai tempat kotor dan terbelakang, padahal ada salah satu desa yang dikenal dengan kebersihan dan perawatan berbasis masyarakat yang unik.

Desa bebas sampah ini bisa ditemukan di Mawlynnong. Terletak di distrik Bukit Khasi Timur Meghalaya. Penghuni desa sebanyak 600 orang. Penduduk di sana memiliki nol toleransi terhadap sampah. Tidak ada puntung rokok, daun, botol plastik bekas sampai kotoran sapi. Penduduknya menghabiskan banyak waktu untuk memastikan kawasan tempat tinggal mereka bersih.

Desa Terbersih di Asia

Seperti dikutip dari Oddity Central, Mawlynnong menjadi berita utama untuk pertama kali pada 2003. Ketika itu seorang jurnalis dari Majalah Discover menyebutnya sebagai "Asia's Cleanest Village atau Desa Terbersih di Asia".

Setelah mendengar kabar bahwa anak-anak sampai orang tua termotivasi untuk menjaga kebersihan, jurnalis tersebut memutuskan untuk menyelidiki desa tersebut. Ia pun terkesan.

Ia pun kian mantap menyebut Mawlynnong layak untuk mendapatkan gelar desa terbersih di seluruh Asia.

Jadi Lokasi Wisata

Artikel tersebut kemudian menarik perhatian masyarakat, termasuk 600 orang di negara bagian Meghalaya, India. Sejak saat itu, orang-orang dari seluruh dunia mulai bepergian ke sana, untuk mencontoh kebersihan kawasan tersebut.

Meski terdengar seperti tipuan untuk menarik wisatawan, tapi Mawlynnong lebih dari itu. Para warganya memang menjaga desa agar bersih dan indah. Tempat ini juga terkenal dengan pemandangan alam dan air terjunnya yang indah karena pendekatan berbasis masyarakat yang sangat ramah alam.

Bersih Berawal dari Wabah Kolera

Tak ada yang tahu persis bagaimana obsesi kebersihan ini dimulai. Beberapa orang meyakini bahwa wabah kolera sekitar 130 tahun lalu sebagai penyebabnya. Saat itu, warga harus hidup bersih agar menghentikan penyebaran penyakit. Penduduk membersihkan desa dan berkomitmen menjaganya agar selalu bersih. Kebiasaan menjaga lingkungan akhirnya ditularkan turun temurun hingga kini.

Sementara yang lain menyebut bahwa kondisi bersih itu dimulai dari masyarakat lokal Khasi, di mana perempuan berperan dominan untuk menjaga

kebersihan dan sanitasi. Kebiasaan itu lalu diturunkan dari generasi ke generasi, orang tua atau pun muda.

Perjuangan Anak-anak Desa Mawlynnong Ikut Kerja Bakti

Semua sampah sudah lenyap secara misterius dan tidak terlihat lagi di jalanan. Hal ini tidak lepas dari perjuangan anak-anak di sana. Deity Bakordor, bocah 11 tahun itu, memulai harinya sekitar pukul 06.30 pagi dengan mempercantik kota bersama anak-anak desa lainnya. Dengan bermodalkan sapu, anak-anak tersebut menyerbu jalanan, menyapu daun-daun kering dan sampah sebelum berangkat sekolah.

Anak-anak juga bertanggung jawab untuk mengosongkan tempat sampah dengan memisahkan sampah organik untuk dibakar. Daun dan limbah lainnya dikubur (digunakan sebagai pupuk). Ada juga tukang kebun kota yang bertanggungjawab menjaga tanaman kota dan bunga yang menghiasi jalanan.

Ketika ada pengunjung yang menjatuhkan sampah di tanah, masyarakat di sana tidak memberikan hukuman. Mereka justru tidak melakukan apa-apa kepada pelaku dan segera memungut sampah tersebut.

Bakordor menjelaskan bahwa ada hari yang dilakukan untuk bersih-bersih untuk anak-anak dan orang dewasa. Setiap Sabtu, kepala desa memberikan kabar untuk melakukan kerja bakti demi kebaikan kota. Kebersihan menjadi bagian yang tertanam di kehidupan masyarakat di desa tersebut.

Kegiatan seluruh desa berjalan secara eksklusif dari energi bersih dari matahari. Dibantu kerja tukang kebun untuk memastikan bunga dan tanaman di sana tetap indah. Di Mawlynnong, tanaman dan bunga-bunga tumbuh subur. Jalanan tampak sangat bersih, tak ada satu pun sampah yang mengotori. Tempat sampah yang terbuat dari bambu tersedia di setiap sudut jalan.

Warga Desa sudah punya Toilet di Rumah

Bukan hanya area umum Mawlynnong yang sangat bersih dan rapi, menurut artikel BBC, budaya kebersihan juga tercermin di setiap rumah tangga di desa. Mawlynnong adalah satu dari sedikit komunitas India di mana setiap rumah tangga memiliki toilet sendiri. Jadi tak ada masalah untuk buang air kecil atau besar di sana. Di India, kondisi ini termasuk bagus karena masih banyak kelompok masyarakat perdesaan yang rumahnya masih belum punya kamar mandi sendiri.

Mawlynnong Jadi Contoh Program Kebersihan India

Perdana Menteri Shri Narendra Modi meluncurkan sebuah gerakan 'Clean India Mission' pada Oktober 2014 lalu. Tujuannya mencerdaskan kota-kota besar di negara tersebut untuk peringatan ulang tahun ke 150 Mahatma Gandhi di tahun 2019.

Modi mengakui bahwa Mawlynnong sebagai desa terbersih di Meghalaya dan percontohan seluruh negara di 2015. Pada Mei 2016, desa tersebut disorot sebagai 'Desa Terbersih di Asia' dalam perayaan keberhasilan pemerintah, termasuk program clean India.

Wisatawan dipersilahkan untuk mengunjungi desa ini selama mereka menuruti aturan yang berlaku. Penduduk setempat akan menyambut hangat wisatawan yang ingin berkunjung. Bahkan penduduk desa ini sangat pandai berbahasa Inggris. (*)

DPMD Prov Jatim

5 CARA Menjaga Kesehatan Mental Anak

Mima Shafa, anak pertama pasangan artis Mona Ratuliu dan Indra Brasco jadi sorotan. Ia mengaku mengidap kesehatan mental.

DPMD Prov Jateng

Mima Shafa kini tengah menjadi sorotan usai mengungkap bahwa ia mengalami depresi, bahkan sempat mencoba untuk mengakhiri hidupnya sendiri. Banyak yang penasaran dengan penyebab depresi yang dialami oleh anak sulung Mona Ratuliu dan Indra Brasco tersebut.

Di tengah berbagai spekulasi, Mima Shafa akhirnya buka suara. Ia menegaskan bahwa penyebab dirinya mengalami depresi bukanlah karena masalah keluarga. Justru keluarga yang memberikannya dukungan penuh.

Mima Shafa mengaku mampu bertahan menghadapi depresi yang ia alami karena ada keluarga yang memberikan dukungan. Mona Ratuliu dan Indra Brasco pun selalu ada di sisi putri sulungnya tersebut.

Mima Shafa menyebut ia sudah mengalami masalah mental sejak usia 11 atau 12 tahun. Namun kondisinya tidak selalu depresi. Mengenai kondisinya saat ini, trigger yang muncul bukan dari lingkungan. Tetapi juga dari kondisi kesehatan fisiknya.

Untuk saat ini, Mima Shafa menegaskan bahwa depresi yang ia alami bukan karena masalah dengan keluarga. Karena itu ia ingin agar semua orang tidak menyebarkan informasi yang salah.

Memastikan anak tumbuh bahagia di masa sekarang ini memang memiliki tantangan tersendiri.

Kesehatan mental anak, jika dikembangkan dengan baik sejak masa bayi dan balita, akan membantu anak dalam menghadapi situasi apapun dan membantunya tumbuh jadi anak dan kelak orang dewasa yang sehat

secara utuh.

Kesehatan mental anak adalah bagaimana anak berpikir dan merasa mengenai dirinya sendiri dan dunia di sekelilingnya. Karena itu kesehatan mental berhubungan dengan bagaimana anak menghadapi tantangan dalam hidup.

Agar orang tua dapat membantu anak selalu sehat dan gembira, berikut lima cara menjaga kesehatan mental anak.

1. MEMBUAT ANAK MERASA AMAN

Mendukung kesehatan mental anak secara umum berarti membantu memastikan anak memiliki rasa aman, membantu anak membangun hubungan yang baik dengan orang lain, dan mendukung tumbuh kembangnya di rumah maupun di sekolah. Cara menjaga kesehatan mental anak ini bisa dicapai diantaranya dengan memastikan anak tinggal di lingkungan yang aman, dimana ia merasa diperhatikan, disayang, dihargai, dipercaya. Selain itu anak juga memiliki hubungan baik serta saling percaya dengan keluarga, teman, dan orang-orang di sekitarnya.

2. MENGHINDARI ANAK DARI KEJADIAN TRAUMATIS

Kebanyakan anak usia dini memang tumbuh dengan kesehatan mental yang baik. Biasanya gangguan kesehatan mental bisa terjadi apabila ada kejadian traumatis yang memicu anak-anak yang memang dalam kondisi rentan mengalami gangguan kesehatan mental. Perubahan besar dapat menjadi salah satu pemicunya. Misalnya pindah rumah atau punya adik, di mana anak harus beradaptasi dengan lingkungan atau situasi baru.

3. AJARKAN ANAK MENGELOLA DAN EKSPRESIKAN EMOSI

Jika anak memiliki kondisi mental yang baik, ia akan dapat merasa senang dan memiliki pandangan positif terhadap dirinya, dapat belajar dengan baik, dapat memecahkan masalah dan bangkit dari situasi yang sulit, mengelola dan mengekspresikan emosi dengan cara yang positif, memiliki hubungan yang baik dengan keluarga dan teman-temannya.

4. AJAK ANAK BERMAIN

Bermain juga penting untuk mendukung kesehatan mental anak. Saat bermain anak akan belajar mengembangkan kemampuan sosial emosionalnya, yang tentunya bagian penting dari kesehatan mental anak. Misalnya belajar memecahkan masalah, belajar menahan diri, belajar berinteraksi dengan anak lain, dan mengembangkan kreativitasnya. Bermain juga merupakan aktivitas menyenangkan yang dapat membuat anak merasa bahagia.

5. KENALI GANGGUAN KESEHATAN FISIK DAN MENTAL ANAK

Perasaan negatif pada anak-anak biasanya akan segera berlalu. Tetapi apabila berkepanjangan, maka orang tua perlu membantu anak mengatasinya. Mengenali tanda-tanda anak mungkin mengalami gangguan kesehatan mental dapat membantu orang tua segera melakukan bimbingan kepada anak dengan tepat. Sama seperti gangguan pada kesehatan fisik anak, untuk menjaga kesehatan mental anak, orang tua perlu berdiskusi dengan ahlinya untuk mendapat solusi yang tepat.

Beberapa tanda-tanda yang dapat orang tua perhatikan adalah jika anak terlihat sedih dan mudah marah yang berlebihan secara terus menerus, merasa sangat cemas, ketakutan atau mimpi buruk, mau sendiri terus menerus, tidak bisa berkonsentrasi, mengalami perubahan drastis dalam pola makan atau pola tidurnya, dan lain sebagainya.

Mari kita ciptakan lingkungan di mana anak dapat tumbuh sehat secara fisik maupun mental sehingga tumbuh kembangnya berjalan optimal dan ia menjadi anak yang bahagia. Jika si anak bahagia, orang tua tentu juga bahagia, bukan?

CATATAN REDAKSI:

* Jangan terus terpuruk ketika mengalami depresi. Pergilah berkonsultasi dengan dokter atau profesional dan ceritakan apa yang dirasakan.

** Anda juga bisa menghubungi pelayanan SEJIWA konsultasi dengan tenaga psikolog melalui hotline 119 ext. 8 (delapan) yang juga merujuk kepada hotline unit pengaduan Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (Kemen PPPA), yaitu 0821-2575-1234/ 0811-1922-911 atau melalui web browser http://bit.ly/kamitetapada, dan surat elektronik (email) pengaduan@kemenpppa.go.id.

*** Kemenkes menyediakan fasilitas layanan kesehatan jiwa melalui call center 119 bagi masyarakat yang ingin berkonsultasi.

DPMD Prov Jatim

It's Okay To Not Be Okay

Oleh : Ayu Larasati, M.Psi., Psikolog

Familiar? Sama seperti judul salah satu drama Korea yang penah hits beberapa saat lalu. Terdengar sederhana, tapi mengakui jika diri kita sedang tidak baik-baik saja dapat menjadi pertanda jika kita menerima segala emosi dan perubahan yang sedang terjadi pada kita.

Dengan memvalidasi emosi yang sedang kita rasakan, kita tidak menghindar dan hal ini dapat berkembang untuk mencari jalan keluar guna mengatasi emosi negatif tersebut. Salah satu emosi negatif yang seringkali muncul adalah dalam bentuk depresi. Angka prevalensi di seluruh dunia cukup tinggi sebesar 6-12% dari berbagai penelitian. Di Indonesia, data dari Riskesdas tahun 2018 prevalensi depresi sebesar 6,1% dan khususnya di Surabaya sebesar 10,8% (*http://news.unair.ac.id/2020/11/25/waspada-depresi-di-masyarakat/*).

Sayangnya, tingkat kesadaran masyarakat untuk berobat guna mengatasi depresi tersebut masih belum nampak. Seringkali, orang yang datang ke Psikolog guna mengatasi gangguan ini dipandang gila atau kurang waras. Padahal, hak untuk mendapat kesehatan jiwa adalah hak seluruh masyarakat.

Undang-undang Republik Indonesia No. 18 tahun 2014 tentang Kesehatan Jiwa menyatakan bahwa kesehatan jiwa adalah kondisi yang menunjukkan seorang individu dapat berkembang secara fisik, mental, spiritual, dan sosial sehingga individu tersebut menyadari kemampuan sendiri, dapat mengatasi tekanan, dapat bekerja secara produktif, dan mampu memberikan kontribusi di komunitasnya. Oleh karena itu upaya kesehatan jiwa di Indonesia mencakup setiap kegiatan untuk mewujudkan derajat kesehatan jiwa yang optimal bagi setiap individu, keluarga, dan masyarakat dengan pendekatan promotif, preventif, kuratif, dan rehabilitatif yang diselenggarakan secara menyeluruh, terpadu, dan berkesinambungan oleh Pemerintah, Pemerintah Daerah, dan/atau masyarakat.

Terlebih di masa pandemi saat ini dimana makin banyak tekanan yang muncul, perubahan yang terjadi cenderung masif dan tingkat ketahanan orang yang beragam, memberikan ancaman lebih besar pada seseorang untuk mengalami depresi. "Seperti sekarang pandemi ini banyak sekali orang mengalami depresi, karena kehilangan sesuatu yang di cintai. Sesuatu yang dicintai itu apa sekarang? Kesempatan atau waktu, untuk jalan jalan, untuk bekerja di luar dan lain sebagainya," jelas dokter spesialis kejiwaan di RSUD Banyumas, dr Basiran (*https://health.detik.com/berita-detikhealth/d-5207238/depresi-meningkat-selama-pandemi-dokter-jiwa-ungkap-penyebabnya*).

Bahkan, sebagian pasien Covid-19 yang menjalani isolasi di Rumah Sakit Jiwa (RSJ) Menur, Surabaya, mengalami gangguan jiwa ringan seperti depresi dan mengeluh sulit tidur (*https://www.suarasurabaya.net/kelanakota/2020/sejumlah-pasien-covid-19-di-rsj-menur-mengalami-depresi-dan-insomnia/*).

Depresi sendiri adalah kata yang memiliki banyak nuansa arti, orang awam pun cenderung menggunakan istilah ini dengan bebas dan umum sehingga mengaburkan makna dari istilah tersebut. Depresi dapat terjadi saat stres yang dialami oleh seseorang tidak kunjung reda. Depresi juga dapat saja berkorelasi dengan pengalaman atau kejadian traumatis yang pernah dialami atau menimpa seseorang, misalnya, kematian seseorang yang sangat dicintai, kehilangan pekerjaan, dan lain-lain. Depresi pada dasarnya adalah suatu pengalaman yang menyakitkan dan suatu perasaan yang tidak ada harapan lagi (*Lubis, Namora Lumongga. 2009*). Menurut PPDGJ III, gejala utama depresi yaitu :

1. Afek depresif
2. Kehilangan minat dan kegembiraan
3. Berkurangnya energi yang menuju meningkatnya keadaan mudah lelah (rasa lelah yang nyata sesudah kerja sedikit saja) dan menurunnya aktivitas.

Selain itu, terdapat gejala lainnya, yaitu :

1. Konsentrasi dan perhatian berkurang
2. Harga diri dan kepercayaan diri berkurang
3. Gagasan tentang rasa bersalah dan tidak berguna
4. Pandangan masa depan yang suram dan pesimistis
5. Gagasan atau perbuatan membahayakan diri atau bunuh diri
6. Tidur terganggu
7. Nafsu makan berkurang

DPMD Prov Jatim

Gejala-gejala tersebut harus sudah dialami sekurang-kurangnya selama 2 minggu. Depresi sendiri terbagi menjadi 3 tingkatan :

a. Ringan
b. Sedang
c. Berat

Masing-masing memiliki kriteria tersendiri yang harus dipenuhi sebelum diagnosis depresi ditetapkan.

Depresi sendiri terjadi karena (*Lubis, Namora Lumongga. 2009*) :

a). ***Faktor Fisik*** :

i. Genetik
ii. Susunan Kimia Otak dan Tubuh
iii. Usia (Remaja dan orang dewasa lebih banyak terkena depresi)
iv. Gender (Wanita dua kali lebih sering terdiagnosis depresi daripada pria)
v. Gaya Hidup (gaya hidup tidak sehat berpotensi menyebabkan stres, kecemasan dan depresi)
vi. Penyakit fisik (Penyakit serius dapat mengarah pada hilangya percaya diri, penghargaan diri dan depresi)
vii. Obat-obatan (Beberapa pengobatan dapat menyebabkan deperesi, misalnya obat antiparkinson, obat kemoterapi (beberapa), digitalis, diuretics, dan lain-lain)
viii. Obat-obatan terlarang
ix. Kurangnya cahaya matahari (Berhubungan dengan tingkat hormon yang disebut melatonin yang dilepaskan dari kelenjar pineal ke otak)

b). Faktor Psikologis

i. Aspek Kepribadian (Beberapa individu yang lebih rentan terkena depresi yaitu yang mempunyai konsep diri serta pola pikir negatif, pesimis, dan juga tipe kepribadian *introvert* atau tertutup)

ii. Pola Pikir (Seseorang yang merasa negatif mengenai diri sendiri rentan terkena depresi. Seseorang yang memiliki pola pikir menyimpang atau irational belief menjadi salah satu penyebab terjadinya depresi)

iii. Harga Diri (Jika kebutuhan akan penghargaan yang positif pada diri sendiri tidak terpenuhi, maka berpotensi besar menjadi penyebab munculnya depresi. Menurut penelitian, rendahnya harga diri pada remaja juga dapat berpotensi untuk mengalami depresi).

iv. Stres. (Misalnya, stres karena kematian orang yang dicintai, kehilangan pekerjaan atau stres berat lain karena kejadian-kejadian buruk yang menumpuk dalam 6-12 bulan dapat meningkatkan potensi terjadinya deperesi)

v. Lingkungan keluarga (Terdapat bukti bahwa individu yang kehilangan ibu mereka ketika muda memiliki resiko lebih besar terserang depresi. Ini karena kehilangan tersebut membekas secara psikologis dan membuatnya rentan atau rapuh walaupun mungkin saja peristiwa kehilangan justru menyebabkan seseorang menjadi lebih kuat)

vi. Penyakit jangka panjang (Menyebabkan munculnya perasaan tidak nyaman, merasa tidak mampu, tergantung mampu membuat seseorang menjadi depresi)

Dari sudut kognitif sendiri, penyebab depresi pada dasarnya muncul karena adanya cara berpikir seseorang yang kurang sesuai tentang dirinya. Seringkali nampak, penderita depresi cenderung menyalahkan dirinya karena distorsi kognitif pada diri sendiri, dunia dan masa depannya. Akhirnya, mereka cenderung mengevaluasi diri dan mengambil kesimpulan berdasarkan bukti yang tidak cukup serta berpandangan negatif tentang diri mereka. Penderita depresi juga seringkali memandang dirinya tidak berharga, tidak menyenangkan dan serba kekurangan. Mereka juga memberi kritik dengan berlebihan atas kesalahan dan kelemahan

DPMD Prov Jatim

yang dilakukan. Beberapa perkataan yang muncul adalah "Ini semua karena aku yang salah", atau "Memang aku yang tidak mampu", "Ini hukuman dari Tuhan", dan lain-lain.

Cara mengatasi depresi sendiri dapat dengan bantuan obat ataupun menggunakan teknik behavioral dan kognitif. Dimana mereka harus merubah pola pikir mereka menjadi positif tentang dirinya sendiri. Penderita depresi juga diajak untuk berpikir dari sudut pandang lain dan general, agar tidak menyalahkan diri sendiri. Ini disertai dengan kegiatan fisik yang menyenangkan bagi dirinya.

Pada mereka yang mengalami perasaan sedih berkepanjangan tersebut, dapat melakukan beberapa tips dengan tetap harus datang ke Psikolog untuk mendapat penanganan lebih lanjut. Tip tersebut, misalnya :

1). Usahakan untuk merubah gaya hidup yang lebih sehat. Bila sebelumnya lebih banyak di dalam kamar, dorong diri untuk keluar kamar atau bahkan keluar rumah guna menghirup udara segar. Usahakan juga untuk berolahraga rutin sehingga tubuh terasa segar.

2). Identifikasi pikiran negatif apa saja yang muncul, kapan munculnya dan apa yang selama ini dilakukan ketika hal tersebut muncul.

3). Dorong diri untuk merubah pola pikir yang negatif tersebut. Sebaiknya, ini dibantu oleh Psikolog sehingga lebih tepat sasaran.

4). Lakukan relaksasi sederhana agar merasa lebih tenang. Salah satu yang dapat digunakan adalah dengan Butterfly Hug. Caranya (*Mahrani, Kinanti Keisha. Birdy, Dandy. Mahmudah, Diah. 2021*) sekilas pernah diajarkan pemeran utama pria di drama Korea It's Okay To Not Be Okay :

a. Ambil posisi tubuh senyaman mungkin

b. Tutup mata agar lebih fokus

c. Bernafaslah dalam secara perlahan. Tarik dan buang nafas. Rasakan apa yang terjadi di sekeliling tanpa memaksa otak berpikir

d. Silangkan kedua tangan di dada

e. Gerakkan kedua tangan seperti gerakan sayap kupu-kupu

Gerakan dilakukan terus hingga merasa lebih rileks.

5). Ingat, *you're doing great! You are awesome. You are loved by everyone around you.*

Yang dapat dilakukan jika kamu mengetahui atau mendengar seseorang mengatakan jika dirinya depresi :

1. Tanyakan lebih lanjut mengenai apa yang mereka maksud depresi dan mengapa mereka mengatakan sedang depresi.

2. Dengarkan, beri ruang dan terima emosinya. Hindari mengatakan "Kamu kurang beriman itu!", "Kamu harusnya lihat orang lain yang ada di bawahmu", atau yang lain. Mereka terkadang hanya butuh pendengar yang mau dan bersedia menerima emosi dan perasaannya. Lebih baik ganti dengan mengatakan, "Iya, saya tau ini berat buatmu", "Kamu hebat sudah bertahan", dan yang lain.

3. Jika mereka sudah merasa nyaman, kamu bisa menanyakan lebih lanjut tentang penyebabnya. Terima jika mereka tidak bersedia cerita. Namun dengarkan jika mereka ingin menceritakan masalahnya. Jadilah pendengar aktif, hindari *judgement*.

4. Ajak mereka untuk melakukan hal-hal yang menyenangkan bagi dirinya. Coba lakukan hobi atau mungkin aktivitas baru yang berbeda dari sebelumnya.

5. Beri perhatian pada mereka, sekedar menanyakan kabar hari ini dapat membuat mereka merasa jika diperhatikan.

6. Ajak ke Psikolog untuk mendapat bantuan yang mereka butuhkan

Semoga informasi tersebut membantu!

DAFTAR PUSTAKA

- Maslim, Rusdi, Dr. Maret 2019. Buku Saku Diagnosis Gangguan Jiwa Rujukan Ringkas dari PPDGJ-III, DSM-5, ICD-11. PT Nuh Jaya : Jakarta

- Mahrani, Kinanti Keisha. Birdy, Dandy. Mahmudah, Diah. Januari 2021. Anger Management for Teen. Jawa Barat : Zenawa Media Giditama

- Lubis, Namora Lumongga Lubis, Dr, M.Sc. April 2009. Depresi Tinjauan Psikologis. Kencana Prenada Media Group : Jakarta

- Undang-undang Republik Indonesia No. 18 tahun 2014 tentang Kesehatan Jiwa.

- http://news.unair.ac.id/2020/11/25/waspada-depresi-di-masyarakat/. Waspada Depresi di Masyarakat. UNAIR News. November 25, 2020. 8:45 am

- https://www.suarasurabaya.net/kelanakota/2020/sejumlah-pasien-covid-19-di-rsj-menur-mengalami-depresi-dan-insomnia/. KELANA KOTA. Sejumlah Pasien Covid-19 di RSJ Menur Mengalami Depresi dan Insomnia. Laporan oleh Denza Perdana. Rabu, 13 Mei 2020| 07:07 WIB

- https://health.detik.com/berita-detikhealth/d-5207238/depresi-meningkat-selama-pandemi-dokter-jiwa-ungkap-penyebabnya. detikHealth Berita Detikhealth Detail Artikel. Jumat, 09 Okt 2020 19:00 WIB. Depresi Meningkat Selama Pandemi, Dokter Jiwa Ungkap Penyebabnya. Arbi Anugrah - detikHealth

DPMD Prov Jatim

Trik Pakaian Kesayangan Lebih Awet, Sayang untuk Dibuang

Meski terkesan sepele, ternyata tak semua orang tahu cara menjaga pakaian kesayangan agar awet. Biasanya pakaian favorit sayang untuk dibuang meski kondisinya sudah tak bagus lagi.

Banyak orang yang membeli pakaian baru karena menganggap pakaian yang dimilikinya sudah pudar, terlihat tua, dan tak berbentuk lagi, menurut riset Downy/Lenor. Pakaian adalah salah satu hal yang paling sering menempel di tubuh kita. Ya, karena menempel secara langsung ke kulit, tak mengherankan jika keringat, sel-sel kulit mati, serta minyak dapat menumpuk di pakaian.

Pakaian yang lembap akan menjadi sarang kuman berkembang biak. Ditambah lagi, beberapa jenis bakteri dan virus dapat bertahan hidup selama beberapa hari di atas kain pakaian Anda. Itulah sebabnya Anda perlu mengetahui cara menjaga kebersihan pakaian dengan mencucinya.

Perawatan pakaian yang benar bisa membuat pakaian kesayangan jadi lebih awet. Selain menghemat pengeluaran, tidak membeli pakaian baru juga bisa menjaga lingkungan sekitar.

Yuk, rawat pakaian yang dimiliki dengan cara berikut ini:

1. Tidak semua jenis pakaian Anda bisa ditangani dengan cara yang sama. Beberapa jenis pakaian harus dicuci dengan cara tersendiri. Agar tahu perbedaannya, Anda bisa membaca instruksi yang tertera di label pakaian.

Biasanya, instruksi ini dilengkapi dengan simbol-simbol yang merujuk pada cara mencucinya, suhu air yang digunakan, cara mengeringkannya hingga menyetrikanya. Ada pakaian yang dicuci dengan tangan, dicuci dengan air hangat, dan lainnya.

Mencuci baju tanpa memperhatikan instruksi labelnya bisa mengakibatkan pakaian Anda cepat rusak dan tidak bertahan lama.

2. Terkadang, ada noda di pakaian yang cukup sulit untuk dihilangkan. Noda ini biasanya muncul akibat makanan, minyak, atau cat yang tumpah. Agar optimal dalam menjaga kebersihan pakaian, mengetahui cara menghilangkan noda pakaian juga sangatlah penting.

Pertama-tama, rendam dulu pakaian bernoda di air dingin. Hal ini akan membantu noda lebih mudah dihilangkan. Setelah itu, Anda bisa menggunakan sabun atau deterjen khusus pembersih noda. Oleskan produk pada bagian noda saja. Hindari gerakan menggosok saat menghapus noda. Anda bisa menggunakan spons dan menepuk-nepuk noda tersebut hingga hilang.

3. Sweater wol suka melar? Gunakan saja kondisoner rambut untuk membuat benang wol kembali seperti semula. Jadi nyaman dipakai lagi.

4. Daripada membeli baru, warnai ulang pakaian berwarna hitam yang bladus dinilai lebih baik. Apalagi sekarang sudah banyak cat kain organik yang lebih ramah lingkungan.

5. Meski sering diabaikan, nyatanya memilih hanger tidak bisa asal. Sesuaikan jenis gantungan dengan pakaian yang akan disimpan agar tidak merubah bentuk.

6. Membiarkan ritsleting pakaian terbuka saat mencuci bisa meningkatkan risiko robekan karena tersangkut. Jadi rapatkan risletingnya ketika Anda hendak mencuci di mesin.

7. Tas laundry bra untuk pakaian dalam bisa membantu menjaga bentuk cup bra ketika dicuci mesin cuci, dan celana dalam tidak cepat melar.

8. Meski dapat menghemat waktu, memaksakan pakaian dicuci terlalu banyak di mesin cuci justru membuat baju dan celana kesayangan Anda saling bergesekan dan jadi lebih mudah rusak.

9. Menurut situs American Cleaning Institute, berikut adalah jenis-jenis pakaian serta kapan Anda perlu mencucinya.

- Pakaian dalam, kaus kaki, t-shirt: cuci setelah digunakan 1 kali.

- Jeans: cuci setelah digunakan 3 kali.

- Kemeja: boleh digunakan beberapa kali sebelum dicuci.

- Jas: bahan wol dapat digunakan 3-4 kali sebelum dicuci,

DPMD Prov Jatim

DINAS PEMBERDAYAAN MASYARAKAT DAN DESA
PROVINSI JAWA TIMUR

Dirgahayu

REPUBLIK INDONESIA

77

PULIH
LEBIH CEPAT
BANGKIT
LEBIH KUAT

SOEKARYO, SH., MM
Plt. Kepala DPMD Prov Jatim

DPMD Prov Jatim

www.dpmd.jatimprov.go.id dpmdjatim Dinas Pemberdayaan Masyarakat dan Desa