

Gema Desa

MEDIA PEMBERDAYAAN MASYARAKAT



GUBERNUR DORONG PELAKU INDUSTRI KREATIF PRODUKSI. **JUARA II 6.000.000,-**

PRODUK RAMAH LINGKUNGAN



DESA HALLSTATT NYARIS JADI KOTA HANTU SAAT PANDEMI COVID-19



GOTONG ROYONG DAN INOVASI KUNCI MEMAJUKAN DESA

DAFTAR ISI

*Gubernur Mengingatkan Warga Jatim
Waspadai Badai El Nina* **07**

*Lomba Desa/Kelurahan
Kembali Digelar* **09**

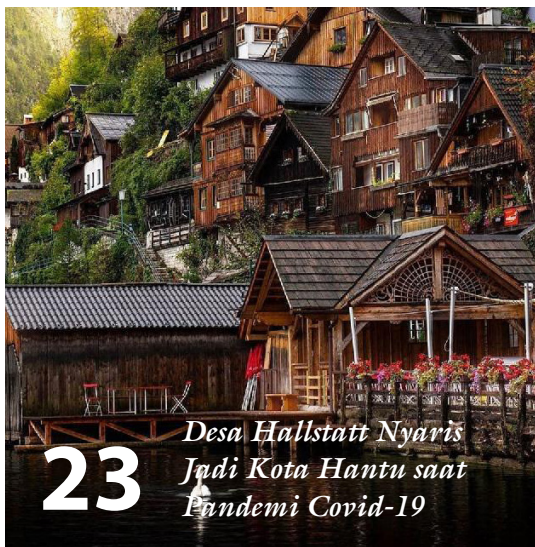
*Bimbingan Teknis Sapa Desa di Jember
dan Madiun* **11**

*Peningkatan Kualitas
Air Bersih di Desa* **12**

*Jatim Fair Hybrid 2021
Upaya Pemerintah Dukung UMKM* **13**

*Borong 3 Perlombaan, Tulus Jagung Lebih
Bersemangat Dorong Desa Perprestasi* **15**

*Coopers Menekan
Biaya Produksi Pertanian* **19**



21 *Pertahankan Batik Kepo*

25 *Cotong Royong dan Inovasi
Kunci Memajukan Desa*

26 *Strategi Pengembangan Produk Desa
Wisata di Masa Pandemi Covid-19*

30 *Memilih Asuransi yang Aman
Bagi Keluarga*



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: Endah Binawati, M.SP., M.Si
REDAKTUR:
SEKRETARIS REDAKSI: Pandu Danuwara.SP
STAF REDAKSI: Sugeng Hariyadi, SE, Muzamil
S.Kom, Mochmad Anas, SH, Dedy Agus Irwanto,
SE, Suroto, 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

KITA BERSYUKUR

Melewati Pandemi Covid-19



TAHUN 2021 usia Provinsi Jawa Timur mencapai 76 tahun, tepat 12 Oktober 2021. Usia yang tidak muda lagi bagi ukuran manusia.

Hari jadi Provinsi Jawa Timur diperingati dengan upacara kenegaraan di Gedung Negara Graha di kabupaten/kota di Jawa Timur.

Saat pidato pada peringatan hari jadi ke-76 Provinsi Jawa Timur, Rabu, 12 Oktober 2021, Gubernur Jawa Timur, Hj. Khofifah Indar Parawansa, mengaku bersyukur Jatim mampu melewati berbagai ujian. Salah satu yang terbesar yaitu pandemi Covid-19 yang mampu dilewati dengan baik.

“Peringatan Hari Jadi Provinsi Jawa Timur pada hakekatnya adalah suatu ungkapan rasa syukur atas berkat rahmat Allah, Tuhan Yang Maha Esa, sehingga perjalanan sejarah yang penuh dinamika, di mana ketegaran sikap, kekuatan mental dan ketenangan dalam melangkah dalam situasi yang normal maupun sulit telah mengantarkan kita kepada segala kemajuan yang kita dapatkan hari ini,” ungkap Gubernur.

Pada kesempatan itu Gubernur berpesan pada masyarakat agar tidak mudah menyerah dan ban-

gkit dari pandemi Covid-19. Gubernur optimis ekonomi di Jatim bisa bangkit kembali.

“Pada peringatan hari jadi ke 76 Provinsi Jawa Timur tahun 2021 ini kita masih menghadapi hari-hari yang tidak mudah, hari-hari di mana sudah satu tahun lebih Jawa Timur, bangsa kita Indonesia dan seluruh warga dunia menghadapi wabah pandemi Covid-19 yang mengguncangkan tatanan ekonomi, kondisi politik dan interaksi kebudayaan di antara umat manusia,” papar Gubernur.

Di tengah gelombang besar ancaman kesehatan yang melanda Jatim, kata Gubernur, yang juga bangsa Indonesia dan negara di dunia, kita tidak boleh mundur dan tidak boleh kalah dengan rahmat dan keyakinan kita kepada Allah.

Dalam upacara ini, Khofifah juga memberikan penganugerahan penghargaan lencana Jer Basuki Mawa Beya Emas kepada sejumlah tokoh di Jatim. Penghargaan ini atas dedikasi dan prestasinya yang luar biasa.

Penghargaan ini yakni kepada Pangdam/V Brawijaya Mayjen TNI Suharyanto, Kapolda Jatim Irjen Nico Afinta, Kepala Kejati Jatim M Dhoifir, Wali Kota Surabaya Eri Cahyadi, Bupati Sumenep Achmad Fauzi, Bupati Magetan Suprawoto hingga Bupati Tuban Aditya Halindra.

Pada hari yang sama, sesuai upacara di Gedung Graha, Gubernur mengadiri sidang paripurna istimewa di Gedung DPRD Jatim. Sidang paripurna istimewa dipimpin oleh Wakil Ketua DPRD Jatim, Anik Maslachah dan juga diikuti oleh Ketua DPRD Jatim, Kusnadi, serta Wakil Ketua DPRD Jatim lainnya, Anwar Sadad, Sahat Tua Simanjuntak, Achmad Iskandar serta dihadiri 50 persen anggota DPRD Jatim. Undangan forkopimda lainnya, Kapolda Jatim, Kajati, Pangdam V Brawijaya.

Sidang paripurna istimewa ini juga diikuti kepala desa dan lurah pemenang lomba desa dan kelurahan tingkat Jawa Timur tahun 2021, juga pemenang lomba BUM Desa, TTG, Posyantek dan lomba video kreatif. (*)



Gubernur Dorong Pelaku INDUSTRI KREATIF PRODUKSI PRODUK RAMAH LINGKUNGAN

GUBERNUR JAWA TIMUR, Khofifah Indar Parawansa, mengajak pelaku industri kreatif di Jawa Timur untuk meningkatkan produk ramah lingkungan atau pro lingkungan dalam menjalankan proses produksinya. Pasalnya, Ekonomi Global serta tuntutan pasar, mendorong semua industri untuk melakukan pendekatan bisnis yang juga berbasis lingkungan.

“Jadi industri tidak sebatas mengejar keuntungan semata, tetapi juga peduli terhadap lingkungan dan masyarakat,” ungkap Khofifah saat menghadiri *Economic Hybrid Creative Idea and Business Competition* Pem-

berdayaan Usaha Ekonomi Masyarakat yang diselenggarakan oleh Dinas Pemberdayaan Masyarakat dan Desa Provinsi Jawa Timur bekerjasama dengan Universitas Brawijaya, Kadin Jatim serta Times Indonesia di Dyandra Convention Center, Surabaya, Jumat (22/10).

Khofifah menyebut hal tersebut sebagai bentuk tanggung jawab sosial dalam sebuah bisnis. Harapannya, tentu saja antara pembangunan industri dengan kelestarian lingkungan hidup bisa selaras berjalan, serta dapat memberikan manfaat bagi masyarakat.

Diceritakan Khofifah, bahwa terdapat sebuah tren pasar

di Eropa di mana pasar Eropa cenderung mempersyaratkan produk industri kreatif yang pro environment atau ramah lingkungan .

“Tren terhadap keberlanjutan daya dukung alam dan lingkungan ini menurut saya sangat positif karena sisa bahan yang tidak terpakai dapat digunakan lagi sehingga tidak menjadi limbah. Bahan baku organik tentu jauh lebih mudah terurai dan ramah lingkungan sehingga *zero waste*,” imbuhnya.

Lebih lanjut, Khofifah mengatakan bahwa gerakan men-

ju *pro environment* ini sedikit banyak telah membuahkan hasil dalam bentuk usaha kreatif. Hal tersebut dapat dilihat dari produk para peserta kompetisi *Economic Hybrid* yang berupaya memproduksi barang ramah lingkungan.

“Ini akan jadi luar biasa karena ada usaha produksi yang berbahan baku bambu, perca, serta dari berbagai barang yang sudah dikategorikan sebagai sampah. Ternyata dengan ide-ide kreatif, barang-barang ini bisa diproduksi kembali menjadi sesuatu yang punya nilai,”



Kepala Dinas PMD Prov. Jatim mendampingi Gubernur saat penyerahan hadiah.



Pelatihan Sinando content.

lanjut Khofifah.

“Ini saya rasa sangat penting. Semoga bisa didesain lebih detail, dan lebih banyak menemu-kenali potensi-potensi daerah kemudian menggali pikiran-pikiran kreatif dari sangat banyak masyarakat terutama dari yang berbasis pada kultur lokal,” tambahnya.

PEMENANG BUSINESS COMPETITION

Sementara itu, di kesempatan yang sama, Gubernur Khofifah juga memberikan hadiah secara simbolis kepada 5 pelaku usaha yang telah mengikuti rangkaian acara selama 1 bulan secara online yang diikuti 120 peserta dari berbagai daerah.

Untuk juara I diraih Carakabumi - Hilda Lu'lu'in dari Kab. Kediri, Juara II diraih Sandalku - Nicki dari Kota Surabaya, dan Juara III diraih Samaya Ecoprint - Lina Sofarida dari Kab. Kediri. Lalu untuk harapan I di-

ikan kepada Kerajinan Pelepah Pisang Pa'e Debog - Maisir dari Kab. Bojonegoro, dan harapan II diberikan kepada UD. Prima Usaha Garisan - Sinyie Wulandari dari Kab. Tulungagung,

Kelima pemenang ini ditentukan oleh 5 orang tim juri dengan kriteria penilaian terdiri atas background motivasi, omset, aset, inovasi, kepedulian sosial, jangkauan pasar, modal dan jumlah tenaga kerja. Selain itu, dilihat pula bagaimana mereka mampu bertahan dalam krisis pandemi Covid-19.

Kepada para pemenang, Gubernur Khofifah mengucapkan selamat dan berharap mereka dapat memotivasi masyarakat Jawa Timur lainnya. Turut hadir dalam acara tersebut Kadis PMD Prov. Jatim Soekaryo, Ka. Bappeda Prov. Jatim, Ka. Bakkorwil Bojonegoro, Kadis Sosial Prov. Jatim, tim penilai, serta para peserta Sinau Nang Ndeso (Sinando). (*)





Gubernur dan Wagub Jatim foto bersama Kepala Bappeda dan Kepala Dinas PMD Prov. Jatim beserta istri sesuai pencaanangan BBGRM XVII dan HKG PKK ke-48 istri.

Puncak Peringatan BBGRM XVII dan HKG PKK ke-48

Gubernur Mengingatkan Warga Jatim Waspadai Badai El Nina

GUBERNUR JAWA TIMUR, Hj. Khoffah Indar Parawansa, meminta warga Jawa Timur, khususnya kepala desa, Lembaga Pemberdayaan Masyarakat Desa (LPMD), Lembaga Pemberdayaan Masyarakat Kelurahan (LPMK), hingga ibu-ibu PKK, untuk melakukan kesiapsiagaan mitigasi bencana.

“Memasuki musim hujan BMKG telah mengingatkan akan ada potensi La Nina yang membuat intensitas curah hujan cukup tinggi, yakni antara 20-70%, sehingga dikhawatirkan bisa menimbulkan banjir di beberapa daerah di Jawa Timur,”

kata Gubernur.

Gubernur menyampaikan itu saat peringatan pencaanangan Bulan Bakti Gotong Royong Masyarakat (BBGRM) XVII dan Hari Kesatuan Gerak PKK (HKG PKK) ke-48, di Gedung Graha Adi Poday, Sumenep, Minggu (31/19) siang.

Hadir dalam pencaanangan ini Wakil Gubernur Jawa Timur, Emil Listianto Dardak, Ketua Tim Penggerak PKK Jatim, Arumi Bachsin, Bupati Sumenep, Achmad Fauzi, Bupati/Walikota dan Kepala OPD se-Jawa Timur.

BBGRM ini bersamaan dengan Hari Jadi ke-752 Kabupat-

LAPORANKHUSUS



Gubernur Jawa Timur.



Gubernur didampingi Wagub, Bupati Sumenep dan Kepala Dinas PMD mencanangkan BBGRM XVII dan HKG PKK ke-48.



Kepala Dinas PMD Jatim.

en Sumenep, 31 Oktober 2021.

Peringatan BBGRM XVII dan HKG PKK ke-48 bertema “Melalui Semangat Bulan Bhakti Gotong Rotong Masyarakat dan Hari Kesatuan Gerak PKK Kita Wujudkan Masyarakat Jatim Bangkit dan sejahtera.”

Sebelumnya Kepala Dinas Pemberdayaan Masyarakat dan Desa Provinsi Jawa Timur, Soekaryo, dalam laporannya mengatakan peringatan BBGRM XVII dan HKG PKK ke-46 ini dilaksanakan secara live streaming, luring dan daring.

“Di momen BBGRM ini saya mohon kepada semuanya bah-

wa BMKG telah memberikan sinyal bulan November tahun ini diprediksi ada La Nina hingga Februari 2022. Maka untuk seluruh LPMD dan LPMK mohon tengok kanan kiri sungai di sekitar kita. Jika ada sungai yang mengalami pendangkalan, maka prioritaskan untuk gotong royong membersihkan sampah dan normalisasi sungai di lingkungan masing-masing,” kata Gubernur.

Menurutnya, dengan adanya prediksi BMKG datangnya La Nina, maka kesiapasiagaan menjadi penting. Pasalnya bencana alam maupun non alam sama-sama berdampak pada kemiskinan.

Pada kesempatan tersebut Gubernur menyerahkan piagam penghargaan kepada pelaksana terbaik gotong royong kategori desa dan kelurahan tingkat Jawa Timur.

Kategori desa pelaksana terbaik pertama diraih Desa Pondok, Kec. Babatan, Kab. Ponorogo, pemenang dua Desa Madiredo, Kec. Pujon, Kab. Malang, pemenang tiga Desa Kluncing, Kec. Licin, Kab.

Banyuwangi, pemenang empat Desa Sidodadi, Kec. Garum, Kab. Blitar.

Kategori kelurahan pemenang pertama Kelurahan Gedongan, Kec. Magersari, Kota Mojokerto, pemenang kedua Kelurahan Plosokerep, Kec. Sanan Wetan, Kota Blitar, pemenang ketiga Kelurahan Medokan Ayu, Kec. Rungkut, Kota Surabaya, pemenang keempat Kelurahan Sukabumi, Kec. Mayangan, Kota Probolinggo.

Ketua Tim Penggerak PKK, Arumi Bachsin, juga menyerahkan piagam penghargaan kepada sembilan kabupaten/kota pelaksana terbaik 10 Program Pokok PKK tingkat Provinsi Jawa Timur.

Peringatan BBGRM XVI dan HKG PKK ke-45 tahun 2019 dilaksanakan di Kabupaten Situbondo. Tahun 2020 absen karena pandemi Covid-19. Baru tahun 2021 ini dilaksanakan lagi di Sumenep. Bila tahun-tahun sebelumnya peringatan BBGRM dan HKG PKK dimeriahkan bazar UMKM maka tahun ini ditiadakan. (res)



Kepala Dinas PMD Jatim bersama Sekretaris dan Kabid PMD Jatim foto bersama pemenang.

Lomba Desa/Kelurahan Kembali Digelar Tulungagung Borong Kejuaraan

SETELAH tahun 2020 absen karena pandemi Covid-19, Pemerintah Provinsi Jawa Timur melalui Dinas Pemberdayaan Masyarakat dan Desa Provinsi Jawa Timur, kembali menyelenggarakan Lomba Desa dan Kelurahan tingkat Provinsi Jawa Timur.

Penyerahan tropi pemenang Lomba Desa dan Kelurahan tahun 2021 dilakukan oleh Kepala Dinas Pemberdayaan Masyarakat dan Desa Provinsi Jawa Timur, Soekaryo, S.H., M.H., Senin (11/10) malam di Hotel Harris Surabaya.

Pada saat yang sama juga dilakukan penyerahan tropi untuk

Lomba BUM Desa, Lomba Video Kreatif Usaha Ekonomi Perdesaan, Lomba Pos Pelayanan Teknologi Tepat Guna Desa/Antara Desa dan Pengembangan Teknologi Tepat Guna.

Kategori Pengembangan TTG di Desa tingkat Provinsi Jawa Timur pemenang I diraih Kabupaten Trenggalek (pengorengan gempo), pemenang II diraih Kabupaten Kediri (alat semai modern berbasis pengolahan limbah (coopers), pemenang III Lipat Hari Sukarno (penjernih air).

Kategori Lomba Posyantek Desa tingkat Provinsi Jatim pemenang I diraih Posyantek

Bersinar (Kab. Tulungagung), pemenang II Posyantek Tunggal Maju (Kab. Jombang) dan pemenang III Posyantek Hasta Karya (Kab. Trenggalek)

Kategori Lomba Desa pemenang I diraih oleh Desa Bendosari, Kec. Sanan Kulon, Kab. Blitar, pemenang II Desa Paringan, Kec. Jenangan, Kab. Ponorogo, pemenang III Desa Pule, Kec. Sawahan, Kab. Madiun, pemenang IV Desa Lobuk, Kec. Bluto, Kab. Sumenep, pemenang harapan I Desa Kembanggi, Kec. Bungah, Kab. Gresik, dan pemenang harapan II Desa Sambibulu, Kec. Taman, Kab. Sidoarjo.

BERITA



Kepala Dinas PMD Jatim.



Merus Suseno, Ketua Lomba Desa/Kelurahan tingkat Jawa Timur.

Adapun Lomba Kelurahan, pemenang I diraih Kelurahan Banjarejo, Kec. Taman, Kota Madiun, pemenang II Kel. Sananwetan, Kec. Sananwetan, Kota Blitar, pemenang III Kel. Gading Kasri, Kec. Klojen, Kota Malang, pemenang IV Kel. Gedongan, Kec. Magersari, Kota Mojokerto.

Kepala Dinas PMD Provinsi Jawa Timur, Soekaryo, dalam sambutannya mengatakan bahwa kemenangan ini bukan sesuatu hal yang kebetulan. Pasalnya, peserta setidaknya melakukan tiga hal, yaitu pertama perencanaan dan persiapan.

“Kedua, setidaknya akan melihat kriteria yang akan men-

jadi penilaian, dan bapak-ibu mencari informasi, tanya sana-sini, tanya seperti apa kriteria dan penilaiannya. Ini namanya *planning*,” kata Plt. Sekda Kabupaten Bondowoso ini.

Dan yang terakhir, kata Soekaryo, kontroling untuk melihat dan mengevaluasi sudah sejauh mana pekerjaan yang sudah dilakukan. “Selain mengevaluasi juga melakukan tindakan-tindakan yang perlu, mana kekurangan yang ada dan mana kelemahan yang harus dibenahi sehingga bapak-ibu bisa hadir di panggung ini mendapat hadiah,” kata pria kelahiran Sumpenep ini.

Lipat Hari Sukarno, warga

Desa Modong, Kecamatan Tulangan, Kabupaten Sidoarjo, yang keluar sebagai pemenang III mengaku bangga berhasil sebagai pemenang III dalam lomba tingkat Provinsi Jawa Timur ini. “Tentu ini satu kebanggaan bagi saya,” kata karyawan swasta ini.

Lipat Hari Sukarno meraih prestasi sebagai pemenang III berkat inovasinya, yaitu alat penjernih air. Tahun 2019 inovasinya ini keluar sebagai pemenang I Lomba TTG tingkat Kabupaten Sidoarjo. Melalui inovasinya ini air dari sumur bahkan dari sungai bisa untuk kebutuhan masak dan minum. *(res)*



Bimbingan Teknis Sapa Desa di Jember dan Madiun

DATA DESA CENTER merupakan program aplikasi berbasis web yang akan menjadi pusat data perencanaan pembangunan desa di Provinsi Jawa Timur, dan digunakan sebagai sarana pembinaan dan pengawasan dalam perencanaan pembangunan desa.

Data Desa Center berpedoman pada Peraturan Gubernur Jawa Timur Nomor 119 Tahun 2018 tentang Pedoman Pembinaan dan Pengelolaan Data Desa Center.

Pada Selasa, 8 September 2021, dilaksanakan kegiatan Bimbingan Teknis Aplikasi Data Desa Center (DDC) atau Sapa Desa, bertempat di Hotel Aston Jember. Peserta berjumlah 80 orang, terdiri atas unsur Dinas PMD kabupaten sebanyak 6 orang dan 74 orang operator desa dari kabupaten di Bakorwil V Jember. Tentunya dalam pelaksanaan Bimtek DDC Sapa Desa ini dilakukan dengan me-



nerapkan protokol kesehatan secara ketat.

Melanjutkan rangkaian kegiatan Bimbingan Teknis Data Desa Center (DDC Sapa Desa) angkatan ke 2 pada Bakorwil I Madiun, dilaksanakan pada 30 September 2021 di Aston Hotel Madiun.

Dihadiri 80 orang peserta dari Kabupaten Madiun, Mage-

tan, Ngawi, Ponorogo, Pacitan, Trenggalek, Tulungagung dan Kediri.

Materi yang disampaikan terkait Entry dan Updating Data Desa Center. Diharapkan para peserta Bimtek DDC Sapa Desa dapat menyampaikan ilmu yang didapatnya kepada desa lain atau menjadi trainer di wilayahnya. (*)

Peningkatan Kualitas Air Bersih di Desa



Kepala Dinas PMD Jatim (2 dari kanan) bersama Kepala BBT KLPP Jatim.

PADA SENIN, 6 September 2021, bertempat di Ruang Amarta Dinas Pemberdayaan Masyarakat dan Desa (DPMD) Provinsi Jawa Timur, dilaksanakan penandatanganan sinergitas pelaksanaan program kerja bersama antara DPMD Prov. Jatim dengan Balai Besar Teknik Kesehatan Lingkungan dan Pengendalian Penyakit Surabaya (BBTKLPP).

Pelaksanaan sinergitas ini dilaksanakan oleh OPD lain selaku Provincial Project Management Unit Program Air Minum dan Sanitasi Berbasis Masyarakat III Provinsi Jawa Timur, yaitu

Dinas Perkim dan Cipta Karya, Dinas Kesehatan, Bappeda, Biro Administrasi Pembangunan Setda Prov Jatim, serta Balai Prasarana Permukiman Wilayah Jawa Timur dan PC-ROMS 9.

Adapun tujuan dari pelaksanaan sinergitas program kerja bersama adalah untuk meningkatkan kualitas air minum di tingkat desa melalui pemanfaatan Teknologi Tepat Guna (TTG). Hal ini dilatarbelakangi oleh adanya permasalahan kualitas air yang belum memenuhi syarat sesuai batas standar yang telah ditetapkan.

Salah satu TTG yang diperkenalkan adalah *Portable Chlorinator* yang dikembangkan oleh BBT KLPP diharapkan mampu memberikan manfaat dalam upaya peningkatan kualitas air minum di tingkat desa.

Dengan berfokus pada peningkatan kualitas air minum melalui pemanfaatan TTG, maka akan dilakukan lokakarya penyediaan air minum di tingkat desa, Belajar Berinovasi di Desa (Belanova) dilaksanakan di beberapa desa dan bimbingan teknis pemanfaatan TTG dalam upaya peningkatan kualitas air minum. (*)



Jatim Fair Hybrid 2021 Upaya Pemerintah Dukung UMKM

JATIM FAIR jadi bagian dukungan pemerintah kepada pelaku usaha, terutama UMKM dengan memberikan fasilitas mempromosikan produk unggulannya.

Jatim Fair Hybrid 2021 digelar di area Exhibition Hall Grand City Surabaya. Gubernur Jatim, Khofifah Indar Parawansa menyebut, Jatim Fair Hybrid 2021 merupakan dukungan pemerintah kepada pelaku usaha mikro kecil dan menengah (UMKM).

“Jatim Fair Hybrid 2021 memberikan fasilitas kepada pelaku usaha, terutama UMKM, untuk mempromosikan produk unggulannya,” ujar mantan

Menteri Sosial itu, pada Jumat 8 Oktober 2021.

Gubernur Khofifah menjelaskan, Jatim Fair merupakan event akbar yang rutin digelar setiap perayaan Hari Jadi Provinsi Jawa Timur. Tahun ini merupakan penyelenggaraan Jatim Fair ke-12. Ia berharap, agenda ini menjadi landasan UMKM Jawa Timur bangkit di tengah pandemi Covid-19.

“Untuk itu kami mengusung tema Jatim Bangkit Menuju Pasar Global. Kami beri nama “Jatim Fair Hybrid 2021”, karena dilaksanakan dengan komposisi daring dan luring, menyesuaikan dengan suasana pandemi Covid-19,” tuturnya.

Jatim Fair Hybrid 2021 berlangsung 8-12 Oktober dalam rangka peringatan Hari Jadi Provinsi Jawa Timur ke-76. Konsep luring atau *offline* Jatim Fair Hybrid 2021 dilaksanakan di area Exhibition Hall Grand City Surabaya dengan jumlah stand sebanyak 172 booth. Sedangkan konsep daring atau *online* dilakukan dengan dua cara, yakni mengakses website *Jatimfair* dan lapak Tokopedia.

Peserta Jatim Fair Hybrid 2021 antara lain organisasi perangkat daerah (OPD) Pemerintahan Provinsi Jawa Timur, Korea Tourism Board (KTB), Kabupaten/Kota di Provinsi Jawa Timur, Kabupat-

BERITA



en/Kota/ Provinsi di luar Jawa Timur, BUMN/BUMD, sektor swasta serta UMKM Jawa Timur.

“Alhamdulillah rangkaian Jatim Fair Hybrid 2021 resmi dimulai. Kita memulai dengan semangat untuk membangkitkan ekonomi melalui UMKM. Mudah-mudahan sukses, usahanya lancar dan rezekinya dilimpahkan Allah SWT,” kata Ketua Umum Muslimat Nahdlatul Ulama ini.

Ajang Jatim Fair Hybrid merupakan sarana untuk memperkenalkan dan mempromosikan produk terbaik kepada masyarakat. Kemudian memotivasi promosi dan meningkatkan transaksi dagang selama dan sesudah pameran sebagai sarana tolak ukur daya saing produk.

Ajang Jatim Fair sekaligus

menjadi sarana penyampaian informasi yang tepat, efektif, efisien tentang potensi maupun prestasi dan kinerja dinas, instansi, BUMN dan seluruh daerah provinsi di Indonesia. Sehingga pameran ini diharapkan turut mendorong pemulihan ekonomi Jatim.

Dalam laporannya, Ketua Panitia Jatim Fair Hybrid 2021 yang juga merupakan Kepala Biro Perekonomian Pemerintah Provinsi Jawa Timur, Iwan mengatakan bahwa selama 5 hari Jatim Fair Hybrid 2021, total transaksi mencapai Rp3,2 miliar.

Menurut Iwan, total transaksi tersebut membuktikan bahwa kegiatan ini adalah kegiatan promosi yang sangat bagus. Ia berharap, transaksi tak hanya sampai di Jatim Fair Hybrid 2021 saja, melainkan setelah

kegiatan Jatim Fair.

“Diharapkan transaksi ini tetap berjalan setelah pelaksanaan Jatim Fair 2021,” tuturnya.

Lebih lanjut, kata Iwan, selama 5 hari Jatim Fair, ada 147 peserta dengan 172 stan. Selama 5 hari tersebut jumlah pengunjung yang hadir secara offline adalah 12.000 pengunjung dan 800 pengunjung online.

Protokol kesehatan (prokes) masih menjadi prioritas dalam even ini. Karena itu, panitia menyiapkan satgas untuk mengurai potensi kerumunan pengunjung di stan-stan. Ada satgas dari panitia dan satgas dari Pemkot Surabaya. Jadi selain dilakukan screening saat masuk, juga terus dilakukan pengawasan agar tidak sampai ada kerumunan. Jumlah pengunjung dibatasi maksimal 3.000 sehari. (yas)

Tulungagung Lebih Bersemangat Dorong Desa Berprestasi



TIGA DESA di Tulungagung berhasil menyabet juara dalam perlombaan tingkat Provinsi Jawa Timur. Ketiganya adalah Desa Kendalbulur di Kecamatan Boyolangu, Desa Suruhan Lor di Kecamatan Bandung, dan Desa Ngunut di Kecamatan Ngunut.

Ketiganya keluar sebagai pemenang dalam lomba desa/kelurahan, lomba Badan Usaha Milik Desa (BUM Desa), lomba Video Kreatif Usaha Ekonomi Pedesaan, dan Lomba

Posyantek Desa/Antar-Desa.

BUM Desa Larasati Desa Kendalbulur menyabet juara I dalam lomba BUM Desa. Sedangkan Posyantek Bersinar Desa Suruhan Lor Kecamatan Bandung meraih juara I Lomba Posyantek Desa/Antar Desa dan Desa Ngunut juara harapan I lomba Video Kreatif Usaha Ekonomi Pedesaan tingkat Provinsi Jawa Timur.

Dikatakan Kepala Dinas Pemberdayaan Masyarakat dan Desa (DPMD) Tulung-

agung Eko Asistono melalui Kabid Ketahanan Ekonomi dan Lingkungan Wahyu Yuniarko, sebagai dinas yang membidangi desa, Wahyu menyampaikan rasa syukur atas penghargaan yang didapat Tulungagung.

Dia berharap penghargaan tersebut dapat menginspirasi dan memotivasi desa-desa lain untuk berprestasi dalam hal peningkatan perekonomian di tengah pandemi covid-19 yang melanda saat ini.

“Tentunya ini sebuah per-

BERITA

PROVINSI JAWA TIMUR TAHUN 2021

Surabaya - HARRIS Hotel & Conventions, 11 Oktober 2021



juangan panjang yang akan terus kita gelorakan agar mendatang dapat dipertimbangkan di kancah provinsi juga nasional,” ucapnya.

Tahun depan, lanjut Wahyu, lomba untuk mencari prestasi desa akan diadopsinya melalui APBD. Tujuannya, mimpi-mimpi menjadi desa maju dan mandiri yang belum terwujud supaya lebih bersemangat lagi untuk meraihnya.

Saat ini BUM Desa juga masih berjuang menjalani pendaftaran badan hukum yang juga membutuhkan support dari berbagai elemen, terutama DPMD Tulungagung.

Wahyu mengaku, selain mengadakan perlombaan peningkatan ekonomi desa, kedepannya juga ingin mengadakan jambore pemberdayaan dengan melibatkan BUM Desa, po-

syantek, kepala desa dan BPD.

“Sebenarnya lomba bukanlah tujuan akhir. Tapi yang terpenting adalah desa lebih dapat menggiatkan sektor ekonomi utamanya melalui pengembangan BUM Desa yang ke depan menjadi ‘backbone’ dan pemanfaatan peran posyantek agar masyarakat memperoleh akses alat teknologi tepat guna,” ungkapnya. *(bud/*)*



Keterangan photo:

- 1. Pemenang Posyantek
- 2. Pemenang Posyantek
- 3. Pemenang I Lomba Desa
- 4. Pemenang II Lomba Desa
- 5. Pemenang III Lomba Desa
- 6. Pemenang IV Lomba Desa

- 7. Pemenang I Lomba Kelurahan
- 8. Pemenang Video Favorit
- 9. Pemenang Video Kreatif
- 10. Pemenang I Video Kreatif
- 11. Pemenang II Video Kreatif
- 12. Pemenang Harapan I Video Kreatif
- 13. Pemenang Harapan II Video Kreatif

GALERI PHOTO



Yudi Santoso

Coopers Menghemat Biaya Produksi Pertanian

PANDEMI Covid-19 membawa keberuntungan bagi Yudi Santoso. Gara-gara Covid-19, yaitu tahu 2020, warga Desa Darungan, Kecamatan Pare, Kabupaten Kediri, ini menciptakan alat semai benih atau coopers (cocopit pres).

Pada lomba Pengembangan TTG di Desa Tingkat Provinsi Jawa Timur tahun 2021 yang diselenggarakan Dinas Pemberdayaan Masyarakat dan Desa Provinsi Jawa Timur, inovasi Yudi ini keluar sebagai pemenang II.

Pada lomba ini pemenang I diraih penggorengan gempo dari Kabupaten Trenggalek dan juara III TTG penjernih air tanpa filter dari Kabupaten Sidoarjo.

Coopers karya Yudi pada tahun 2020 keluar sebagai pemenang II lomba TTG yang diadakan Dinas Pemberdayaan Masyarakat dan Pemerintahan Desa (DPMPD) Kabupaten Kediri.

Dikatakan oleh pria berusia 36 tahun ini, saat awal pandemi Covid-19, khususnya Maret 2020, mengubah segalanya, termasuk usaha yang dijalankan Yudi. Yudi semula memproduksi pakaian renang, kebetulan anaknya juga terjun sebagai atlet renang.

Saat pandemi Covid-19 seluruh kegiatan yang mengumpulkan banyak orang dihentikan termasuk event olah raga. Hal tersebut berimbas pada menurunnya omset penjualan pakaian renang, karena Yudi



Yudi Santoso bersama Kepala Dinas PMD Jatim disaksikan Kabid Penataan dan Kerjasama Desa Dinas PMD Jatim.

berjualan paling laris saat ada kompetisi renang.

Yudi akhirnya banting setir dengan memproduksi coopers. TTG ini yaitu sebuah media semai berbahan serabut kelapa untuk menyemaikan benih tanaman. Umumnya media semai terbuat dari plastik.

Halaman belakang rumah Yudi Santoso yang berukuran 4x5 dijadikan ruang produksi. Semua areanya dipenuhi rak yang ditata berjajar. Pada rak bambu itu terpasang papan yang berisi media semai atau coopers yang dijemur. “Ini dari cocopeat, jadi harus dijemur dulu. Kalau sini (rak) penuh, biasanya saya jemur juga di atap

kamar mandi,” terang Yudi.

Media semai ini sangat memudahkan petani menyemaikan bibit tanaman, tidak perlu susah-susah membuat lahan untuk pembenihan. Yudi juga melihat peluang usaha pada sektor pertanian tidak terlalu terpengaruh pandemi.

“Tak perlu ribet dalam menanam, sangat praktis. Tinggal memasukkan benih ke lubang kemudian dijaga kelembabannya sampai keluar tunasnya. Selain mempercepat persemaian juga mampu memangkas biaya produksi petani saat persemaian benih,” kata Yudi.

Cocopeat merupakan media tanam yang memiliki daya serap

INOVASI



Pembuatan Cocopers.

air yang cukup tinggi dan menyimpan air dalam jumlah banyak daripada yang ditampung dalam tanah.

“Produk coopers sangat ramah lingkungan, tidak meninggalkan limbah residu sedikit pun karena mudah diuraikan tanah. Rekomendasi tanaman yang cocok adalah timun, semangka, melon, brokoli, tomat, karena tergolong tanaman usia semai pendek,” tambah Yudi.

Yang menjadi kendala selama produksi adalah alat yang digunakan untuk mengepres masih sangat sederhana dan manual, yaitu menggunakan dongkrak mobil. Akibatnya ia tidak bisa memproduksi dengan cepat meski sudah dibantu oleh 2 orang tenaga kerja.

Kendala dalam produksi saat musim hujan. Jika musim kemarau proses pengeringan memerlukan waktu selama dua hari, sementara musim penghujan ia perlu mengoven cocopeat selama lima jam. Oven yang menggunakan bahan bakar elpiji adalah buatannya sendiri. Satu elpiji dapat mengoven sebanyak tiga kali dengan kapasitas 7 ball.

Seminggu Yudi hanya mampu membuat 50 bal coopers,

atau satu hari hanya dapat 10 hingga 13 cetakan (sekali cetakan dapat membuat alat semai untuk 100 tanaman). Satu lembar cocopeat buatannya berukuran 30 x 40 sentimeter.

Yudi menjual coopers dengan harga Rp 70 ribu/bal, dengan jumlah 20 ribu lubang semai.

Dalam penjualan Yudi menitipkan coopersnya di kios-kios pertanian di Kediri, Blitar, Tulungagung dan Nganjuk. “Alhamdulillah respon konsumen sangat bagus,” jelasnya. Karena keterbatasan tenaga, untuk saat ini ia hanya melayani petani dari wilayah Kediri.

“Kabupaten Kediri memiliki potensi sentra tanaman hortikultura, ini yang menjadi target saya. Kita juga punya pasar induk Pare, di situ sentranya jual beli produk hortikultura,” imbuh bapak dua anak ini.

Jauh sebelum menjalankan usaha peralatan renang Yudi bekerja di pabrik benih selama sembilan tahun. “Karena tidak ada pekerjaan, jadi saya kepikiran untuk melakukan pekerjaan lama saya,” jelas suami Nunung Setiowati.

Selama bekerja di perusahaan benih, ia mengaku berada

di bagian produksi pengadaan benih. Dengan pengalamannya di bidang tersebut, membuatnya mengetahui apa yang terjadi pada petani, terutama terkait pembenihan.

Menurut pengamatannya, selama ini dalam pembenihan lebih banyak yang menggunakan tanah. Sementara mereka yang menanam hidropnik, mengandalkan rockwool yang merupakan produk impor.

“Selama ini sebagian besar penyemaian menggunakan plastik yang berisi tanah,” ujarnya.

Ketika menanam, petani juga menanam plastik yang digunakan untuk menyemai benih. Sehingga akan meninggalkan limbah plastik di dalam tanah. Jika menggunakan rockwool, tanpa sadar sudah menggunakan barang impor terlalu berlebih.

Yudi akhirnya memiliki ide untuk membuat media semai yang terbuat dari cocopeat sehingga dapat menggantikan rockwool. Dibandingkan dengan rockwool, kandungan yang terdapat pada cocopeat lebih baik. Karena selain memiliki kandungan mineral, juga memiliki kandungan kalium dan fosfor. Kandungan ini sangat membantu dalam pembentukan akar.

“Sudah diuji coba ke petani dan hasilnya dapat diterima,” ungkap alumni program studi Agroteknologi, Fakultas Pertanian UNIK Kediri ini.

Menggunakan coopers ini petani juga menghemat biaya pembelian benih. Jika biasanya petani membeli benih seharga Rp 250 per benih, kini dapat di bawah Rp 50 per benihnya.

Untuk bahan baku berupa serabut kelapa Yudi mengaku selama ini tidak mengalami kesulitan. Yudi mendatangkannya dari Blitar. Untuk satu ball membutuhkan satu karung cocopeat ukuran 25 kilogram. **(bud)**



Azzahra menunjukkan batik kepo ke Gubernur Jatim saat pameran OPOP.

Azzahra Hafizhahtul Azizah

Pertahankan Batik Kepo

IDE KREATIF sering muncul di masa libur panjang akibat pandemi Covid19. Sembari mengisi kekosongan waktu ide itu justru makin berkembang. Ujung-ujungnya malah mendatangkan rupiah. Itu yang dialami santri-santri di Pondok Pesantren Subulus Syafi'in, Desa Pojok, Kec. Kawedanan, Magetan. Mereka memiliki kegiatan positif mengisi waktu libur dengan membatik.

Azzahra Hafizhahtul Azizah, pengurus Pondok Pesantren Subulus Syafi'in, menuturkan, masa pandemi mengharuskan santri-santriwati ponpes tidak boleh pulang walaupun pada masa liburan.

"Muncullah ide dari abah kyai untuk membuat cara supaya mereka tidak jenuh, akhirnya muncul ide membuat batik,"

kata Azzahra yang juga putri pengagas dan pencinta batik Kepo sekaligus pendiri Ponpes Subulus Syafi'in, almarhum KH. Supriyanto Ubaidillah

Kegiatan membatik bagi santri memiliki sifat rekreatif yang bisa mengobati kejenuhan. Selain itu, dengan membatik para santri lebih kenal dengan budaya sendiri. "Anak zaman sekarang sudah mulai hilang ketertarikan tentang budaya batik lewat dengan cara ini beliau (abah kyai) bisa menanamkan kepada para santri untuk lebih mencintai budaya bangsa," ujarnya.

Agar bisa membatik para santri Pondok Pesantren Subulus Syafi'in diikutkan pelatihan membatik pada bulan November 2020. "Yang mengisi pelatihan rekan kerja abah kyai seorang seniman pembuat batik

internasional kemudian diundang ke pondok untuk memberi pelatihan ke pesantren. Kita semua dilatih guru-guru, ustadz, ustadzah, santri-santri semuanya dilatih untuk membuat batik. Jadi nggak cuma santri saja yang membuat batik tapi semua bisa," urai Azzahra.

Sebanyak 80 orang mengikuti pelatihan yang digelar 3 hari berturut-turut. Usai mengikuti pelatihan para santri belajar menguasai teknik membatik selama 1 bulan. Hasil proses belajar itu berbuah manis. Pada tanggal 26 Desember 2020 batik karya santri Pondok Pesantren Subulus Syafi'in diluncurkan. Batik yang diberi nama batik Kepo, akronim dari Kreasi Pondok, dilaunching oleh Bupati Magetan Suprawoto.

KEMBANGDESA

Menggunakan 3 Teknik Mambatik

Pada kegiatan mambatik santri dan guru di ponpes melakukannya di kala senggang. Ada sekitar 12 santri yang bergantian mambatik. Azzahra mengatakan, sebelum ada jadwal bergilir para santri berebut untuk mambatik. “Awalnya semau mereka siapa yang mau tapi karena rebutan nggak terkondisi maka digilir karena mereka antusiasme sangat tinggi,” tuturnya.

Satu lembar batik dikerjakan guru dan santri mulai dari proses membuat pola hingga pencelupan. Pola batik dibuat terlebih dahulu oleh ustad dan ustadzah, setelah itu pencantingan diatas kain katun primis dilakukan santri laki maupun putri.

Pembuatan batik Kepo menggunakan 3 teknik berbeda. Dijelaskan Azzahra, Batik Kepo mengkombinasikan teknik batik cap, tulis dan ciprat.

“Campur (teknik mambatik) kita bisa mengkombinasikan tiga teknik mambatik, batik cap, tulis, ciprat. Biasanya, kan, hanya ada dua teknik kadang cap dan ciprat atau kadang tulis, cap. Tapi kita tiga-tiganya langsung kita masukkan dalam satu kain batik menjadi ciri khas batiknya kita,” urainya.

Ciri lain batik Kepo memiliki warna sogan. “Sogan itu dulu cuma ada di Keraton karena pembuatannya yang sulit sehari itu maksimal cuma bisa 5 kain sampai selesai karena nggak bisa kena sinar matahari, kena lampu pun juga nggak bisa, jadi pembuatannya sangat-sangat



Santri belajar mambatik

rumit. Kadang kita sudah hati-hati antara satu kain, antara kain yang ini dengan kain yang lain kadang berbeda warnanya,” lanjutnya.

Batik Kepo juga memiliki motif khas, yaitu motif gerabah. Gerabah dipilih karena desanya merupakan desa penghasil gerabah. Pondok Pesantren Subulus Syafi'in ingin turut mengenalkan gerabah melalui kain batik.

Motif dan warna yang menawan membuat batik Kepo banyak diminati. Pesanan batik berdatangan mulai dari instansi pemerintah, bank hingga masyarakat umum yang ingin membuat seragam.

Dalam satu bulan ponpes ini bisa menghasilkan hingga 200 lembar kain batik. “Kalau sekarang karena kita masih baru tergantung pesanan,” kata Azzahra.

Mengenai harga jual, Azzahra menjelaskan, batik Kepo menyediakan batik dengan harga bervariasi bergantung dari kerumitan pembuatannya. “Kalau yang biasa Rp250 ribu, sogan 3 teknik Rp450 ribu, tulis canting besar kisaran Rp1 - 1,5 juta, canting kecil ukuran 0,00 Rp 3,5 - 4,5 juta.”

Dengan makin berkembangnya batik Kepo di tengah masyarakat, ponpes yang memiliki 660 santri dari jenjang TK, SD, dan SMP ini akan menjadikannya unit usaha sendiri.

“Sebelumnya kita sudah mengikuti OPOP (One Pesantren One Product) Tahun 2019 tapi itu produknya masih kecil-kecil belum terlalu niat banget. Dulu pertama itu masih air isi ulang merek Nusantara,” kata Azzahra.

“Sekarang batik menjadi unggulan. Dulu, kan, usaha kecil-kecilan tapi yang ini lebih diniatkan lagi lebih ada tujuan lagi selain menambah operasional pondok ada tujuan yang lebih terarah lagi,” imbuhnya.

Bagi santri yang telah belajar mambatik di ponpes ini diharapkan bisa lebih mandiri. Jika telah lulus dari pesantren mereka bisa siap terjun untuk berkarya. “Insya Allah bisa (mambatik) tapi tidak 100 persen soalnya di tempat kita masih maksimal jenjang sampai SMP tapi alhamdulillah alumni kami, alumni pondok kami ada yang dari Pekalongan. Sekarang sudah membuka batik di sana,” pungkas Azzahra.(re)

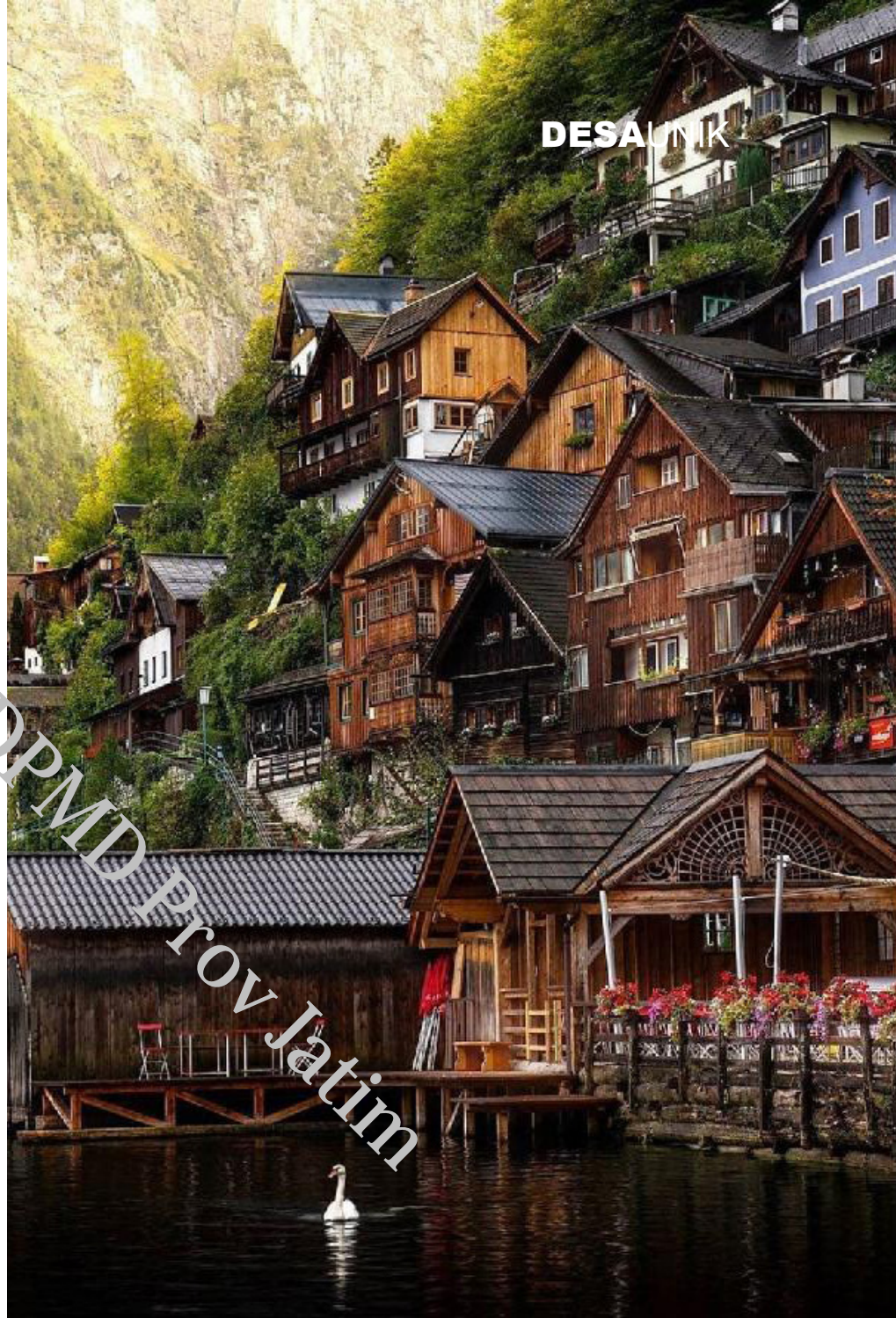
DESA HALLSTATT adalah desa yang berada di sekitar Pegunungan Salzkammergut, Austria, merupakan salah satu destinasi utama para wisatawan yang berkunjung ke Austria. Desa ini disebut menjadi inspirasi Desa Arendelle di film *Frozen* produksi Disney.

Desa Hallstatt mulai menarik perhatian banyak orang setelah muncul di *Spring Waltz*, drakor (drama Korea Selatan) pada tahun 2006. Panorama indah berupa rumah-rumah tradisional khas Alpen yang berdiri di tepi Danau Hallstatt dengan berlatar Pegunungan Alpen menjadikan desa ini terlihat seperti sebuah desa di negeri dongeng.

Bukan hanya pemandangannya saja yang indah, desa yang telah berdiri sejak abad ke-16 ini juga memiliki suasana yang tenang dan nyaman. Udaranya sangat bersih dan segar. Tidak heran jika sejak tahun 1997, Desa Hallstatt tercatat dalam UNESCO *World Heritage* yang harus dijaga kelestariannya.

Salah satu tempat yang paling populer adalah danau Hallstatt atau Hallstättersee. Selain menikmati pemandangan, Anda bisa mengelilingi danau dengan perahu tradisional, memancing, mendayung dan juga diving.

Selain itu, spot foto yang dicari wisatawan adalah tebing-tebing batu di sekitar tepi Danau Hallstatt yang punya pemandangan menakjubkan. Saking indahnya, Desa Hallstatt juga dijuluki sebagai tempat paling 'instagrammable' di dunia. Bahkan, per tahunnya Desa



Desa Hallstatt Nyaris Jadi Kota Hantu saat Pandemi Covid-19

DESA UNIK



Hallstatt telah dikunjungi hingga satu juta wisatawan, mengalahkan kunjungan wisatawan ke Venesia.

Banyak di antara mereka yang berfoto, sampai ada juga yang mengabadikan momen menggunakan drone. Bahkan saking banyaknya turis yang berkunjung, penduduk setempat pun hampir kehilangan privasinya.

Pandemi Covid-19 Membuat Desa Lockdown Sepi Turis

Menurut BBC, Hallstatt dikunjungi 10.000 turis per hari. Bandingkan dengan jumlah penduduknya yang hanya sekitar 800 orang saja. Tapi, setelah Covid-19, ceritanya jadi lain.

Lockdown di Austria pada 16 Maret 2020 lalu, mengubah segalanya bagi warga lokal, “Rasanya seperti tinggal di desa hantu,” kata warga Hallstatt Sonja Katharina kepada BBC.

“Dunia berhenti berputar. Itu menakutkan, tenang dan bisu. Tidak ada mobil, tidak ada bus dan tidak ada turis. Kami bahkan bisa mendengar angsa berenang,” ungkap warga lainnya.

Sebelum pandemi Covid-19, Seesträse atau Lake Street, jalan Hallstatt yang paling banyak difoto dan biasanya dipadati sekitar 4.000 wisatawan per hari.

Satu dekade yang lalu, desa menerima sekitar 100 pengunjung sehari. Sekarang, pra-Covid-19, melaporkan lebih dari 1 juta pengunjung semalam per tahun. Pada bulan-bulan musim panas, banyak pelancong dari seluruh Asia, AS dan Inggris. Sementara padam musim gugur dan musim dingin, wisatawan dari tetangga seperti Polandia, Hongaria, Jerman dan Republik Ceko tertarik oleh jalur sepeda gunung, pendakian dan hiking.

Pesona Alam Hallstatt

Salah satu Panorama alam yang paling mencuri perhatian di Hallstatt tentu saja adalah danaunya mengingat letak desa Hallstatt sendiri tepat berada di tepian danau. Hallstätter See atau danau Hallstatt terletak tepat di kaki pegunungan Dachstein dan memiliki kedalaman mencapai 125 meter.

Danau ini menghubungkan

dua desa lainnya selain Hallstatt, yakni Obertraun dan Bad Goisern. Danau ini juga menjadi penghubung dalam penambangan garam yang menjadi salah satu mata pencaharian terpenting di sana. Keindahan dan airnya yang bersih sering digunakan oleh wisatawan untuk berenang, menyelam, memancing, atau sekedar mendayung di atas perahu.

Panorama alam indah Desa Hallstatt juga bisa dinikmati dari ketinggian “Five Fingers”, yakni jaring-jaring logam yang membentuk lima jari di atas ketinggian. Tersedia teleskop di sana yang dapat digunakan untuk melihat pemandangan alam agar lebih jelas. Salah satu ‘jari’ juga memiliki alas kaca sehingga pengunjung akan merasakan sensasi ‘melayang’.

Dari atas ketinggian tersebut pula, para wisatawan akan dibuat terpana melihat seberapa besar dan luasnya pegunungan yang membentang di sekitar Hallstatt, serta seberapa luas danau Hallstatt dari bawah.

Selain itu, tambang garam di Hallstatt begitu populer dan menjadi yang tertua di dunia karena berasal dari zaman prasejarah. Tambang ini adalah daya tarik terpenting dari desa Hallstatt dan penduduknya begitu mengagumi keberadaannya.

Tersedia kereta gantung untuk menuju lokasi tambang. Gua-gua menghiasi isi di dalam begitu pula dengam adanya sebuah tangga kayu yang kabarnya tertua yang pernah ditemukan di Eropa. (*)

Gotong Royong dan Inovasi KUNCI MEMAJUKAN DESA

GOTONG ROYONG dan inovasi menjadi kunci dalam memajukan sebuah desa, khususnya dalam Pengembangan Obyek Wisata (POW). Hal ini disampaikan oleh Bupati Ponorogo Sugiri Sancoko dalam acara Kunjungan kerja Direktur Jenderal Pembangunan Desa dan Perdesaan (PDP) Kementerian Desa, Pembangunan Daerah Tertinggal dan Transmigrasi (Kemendes PDTT) di Desa Paringan, Kecamatan Jenangan, Sabtu (25/9/2021).

Desa Paringan yang awalnya merupakan desa kecil yang tertinggal, akan tetapi dengan gotong royong dan inovasi menggali potensi, Paringan mampu membuktikan menjadi salah satu desa yang berkembang pesat. Hal ini tidak terlepas dari bantuan semua pihak. Desa Paringan kini menjadi salah satu destinasi favorit di Kabupaten Ponorogo.

“Desa Paringan yang dulunya terkenal dengan keterbelakangannya (ODGJ) sekarang menjadi desa dengan salah satu destinasi terbaik di Ponorogo. Hal ini tidak terlepas dari inovasi dan gotong royong semua pihak. Tugas kami Pemerintah Daerah menciptakan wisata pemikatnya seperti ngebel, gunung gamping sampung,” Ungkapnya Kang Giri.

Sementara itu Sugito, Dirjen Pembangunan Desa dan Perde-



Bupati Ponorogo (paling kiri) mendampingi Dirjen PDP.

saan, Kemendes PDTT mengatakan Desa Paringan yang dulunya merupakan desa tertinggal, miskin dan juga disebut kampung gila (ODGJ), tetapi dengan potensi dan aset desa Paringan bisa mengembangkan objek wisata desa.

“Di Indonesia ini sebenarnya tidak ada desa yang miskin atau tertinggal, akan tetapi belum bisa menggali potensi dan aset yang ada,” Jelas Sugito.

Sugito menambahkan Paringan merupakan desa yang mempunyai daya tarik untuk dikunjungi masyarakat, seperti

ada Tubing, Degan, dan Jeruk. Oleh sebab itu, Kementerian Desa dan PDTT tertarik untuk memberikan bantuan Pengembangan Obyek Wisata (POW) di Desa Paringan.

“Ayo jangan sampai bantuan itu jangan menjadikan musibah tapi merupakan keberkahan, perlu dikelola bersama segala sesuatu harus dimusyawarahkan yang merupakan bentuk keputusan tertinggi politik yang ada di Desa. Insyallah dengan begitu Paringan akan Hebat, Ponorogo Hebat dan Indonesia Maju,” Pungkasnya. (Kominfo/fdl)

caption



Strategi Pengembangan **PRODUK DESA WISATA** di Masa Pandemi Covid-19

Oleh Anggraeni Rahmasari*)



SELAMA pandemi Covid-19 pemerintah mengeluarkan kebijakan yang membatasi pergerakan kegiatan masyarakat. Hal itu dilakukan sebagai upaya untuk mencegah atau memperkecil penyebaran virus Covid-19. Kebijakan tersebut berdampak pada berhenti berputarnya roda-roda ekonomi-sosial-budaya. Banyak usaha dari berbagai sektor per-

ekonomian yang harus mengeluarkan jurus-jurus simpanannya hanya untuk bertahan meskipun masih terdapat beberapa sektor bisnis yang mampu mengembangkan usahanya. Salah satu sektor yang sangat terdampak adalah sektor pariwisata. Sektor yang sangat mengandalkan dari mobilitas manusia yang sebelum pandemi menjadi salah satu primadona penghasil dana mas-

yarakat ataupun devisa.

Kehadiran sekian banyak desa wisata yang terserak di region ini memiliki daya ungkit yang penting untuk mengembangkan perekonomian masyarakat yang tinggal disekitar desa-desa wisata tersebut. Hal itu juga membantu meningkatkan ketersediaan lapangan pekerjaan utama ataupun tambahan serta memperkecil laju urbanisasi dan mengurangi angka kriminalitas.

Karena Pandemi Covid-19, masyarakat yang mengelola desa wisata kembali menekuni pekerjaan mereka yang sesungguhnya seperti misalnya petani, pedagang, peternak maupun pengrajin. Meskipun ada sebagian kecil kehilangan pekerjaan utamanya, namun hal itu biasanya diserap oleh kegiatan-kegiatan pedesaan yang ada disitu. Senyampang mengisi kevakuman operasional desa wisata ada baiknya para pemangku kebijakan desa wisata tersebut duduk bersama untuk kembali mengkonsolidasikan produk-produk yang sudah disajikan kepada khalayak ramai maupun yang sedang digali potensinya.

Apabila dilihat dari sisi geografisnya produk utama desa wisata adalah sesuatu yang bersifat intangible yang tidak dapat disentuh tetapi masih dapat dinikmati seperti keindahan panorama alam. Lingkungan di sekitar desa wisata pada umumnya menawarkan pemandangan alam seperti gunung, hutan, bukit, goa, air terjun, telaga, danau, sungai, pantai. Kemudian dilanjutkan dengan

OPINI

hasil-hasil kebudayaan setempat baik itu yang bersifat tangible maupun intangible yang meliputi arsitektur rumah, pakaian, senjata, makanan, alat musik, alat-alat industri ringan, persawahan dan binatang ternak dan lain-lainnya.

Menginjak babak berikutnya, adalah kesiapan infrastruktur pendukung seperti tersedianya fasilitas akomodasi, ruang pertemuan, peturasan umum, ruang ibadah dan perpustakaan. Dari inventarisasi produk yang dimiliki oleh desa wisata maka akan diperoleh sebuah pemetaan bagaimana produk-produk tersebut dikemas untuk disajikan kepada umum. Dengan mengadakan kegiatan-kegiatan lari/jalan lintas alam, susur bukit/sungai/pantai/gua, halang rintang, memancing, panjat tebing, mengamati burung, bersepeda, mendayung, arung jeram, memerah susu kambing/sapi, memberi makan ternak, membuat wayang kulit, memanah tradisional, membuat gerabah, membuat ukiran / pahatan, membatik, memetik buah/sayur, menanam/menuai padi, pembuatan bio gas, tata kelola bank sampah, produksi benda-benda daur ulang dan lain-lainnya.

Dari sini dimulailah bagaimana menjadikan produk-produk wisata tersebut mampu memberikan pengunjung pengalaman menyeluruh selama melakukan kegiatan baik yang bersifat individu atau secara berkelompok. Ada olahraga alam, kelas-kelas pembuatan wayang

kulit, gerabah, pahatan/ukiran, menempa keris/mata panah/tombak dan menabuh gamelan. Obyek lainnya pemandangan alam, suasana pasar tradisional dan panen raya. Ada pula upacara-upacara adat, sejuiknya udara pegunungan atau segarnya udara pantai. Terakhir adalah apa yang mereka beli sebagai tanda kenang-kenangan atas kunjungan mereka.

Semua yang tersaji di atas memang sebagian besar adalah aktivitas sehari-hari warga desa yang dari sudut pandang mereka adalah hal yang biasa namun luar biasa bagi para pengunjung dari kota-kota besar itu. Setelah itu langkah selanjutnya adalah menciptakan berbagai inovasi dengan membuat sesuatu yang tidak ada sebelumnya di desa tersebut menjadi ada seperti adanya gardu pandang atau penetapan titik-titik tertentu di desa itu yang menarik untuk dijadikan lokasi swa-foto, memasang hammock untuk sekedar melepas lelah atau fasilitas bermain di luar ruang untuk outbound juga panggung pertunjukan.

Bentuk-bentuk inovasi ini bahkan dapat dikembangkan dengan adanya kelas-kelas bahasa asing, memasak makan tradisional, membuat komik dan menunggang sapi/kerbau. Dilanjutkan dengan penyiapan produk-produk pendukungnya yang memainkan peran yang tidak kalah pentingnya daripada berbagai produk utama yang sudah disebutkan di atas adalah perhatian pihak pengelo-

la kepada tingkat kebersihan, kenyamanan keamanan dan keselamatan para pengunjung selama mendakan kunjungan di sana. Di mana hal ini dapat terpenuhi dengan seksama melalui terstandarisasinya pelayanan pengunjung oleh para operator yang bertugas.

Untuk mencapainya pihak pengelola dapat mengajukan permohonan pelatihan kepada para pemangku kebijakan dari tingkat desa bahkan sampai propinsi yang akan menunjuk mitra pelaksana pelatihan standar pelaksanaan pelayanan yang sesuai dengan karakter produk-produk wisata yang ditawarkan juga dengan desa wisata itu secara menyeluruh.

Pelatihan yang berjenjang dan berkelanjutan seperti itu sangat diperlukan untuk memajukan paradigma berpikir pengelola desa wisata beserta para operatornya, dari pola pendekatan agraris menjadi pendekatan pariwisata yang sangat mengutamakan pelayanan kepada lingkungan sekelilingnya. Selain itu juga bermanfaat menambah, membuka dan meningkatkan pengetahuan, wawasan juga keterampilan pengelola beserta jajarannya. Pelatihan tersebut juga berperan memberikan para operator desa wisata referensi dalam menghadapi berbagai situasi baik dalam keadaan normal maupun genting yang tidak lain juga membangkitkan kemampuan berpikir di luar kebiasaan biasa dan menemukan jalan keluar masalah-masalah yang dianggap rumit.



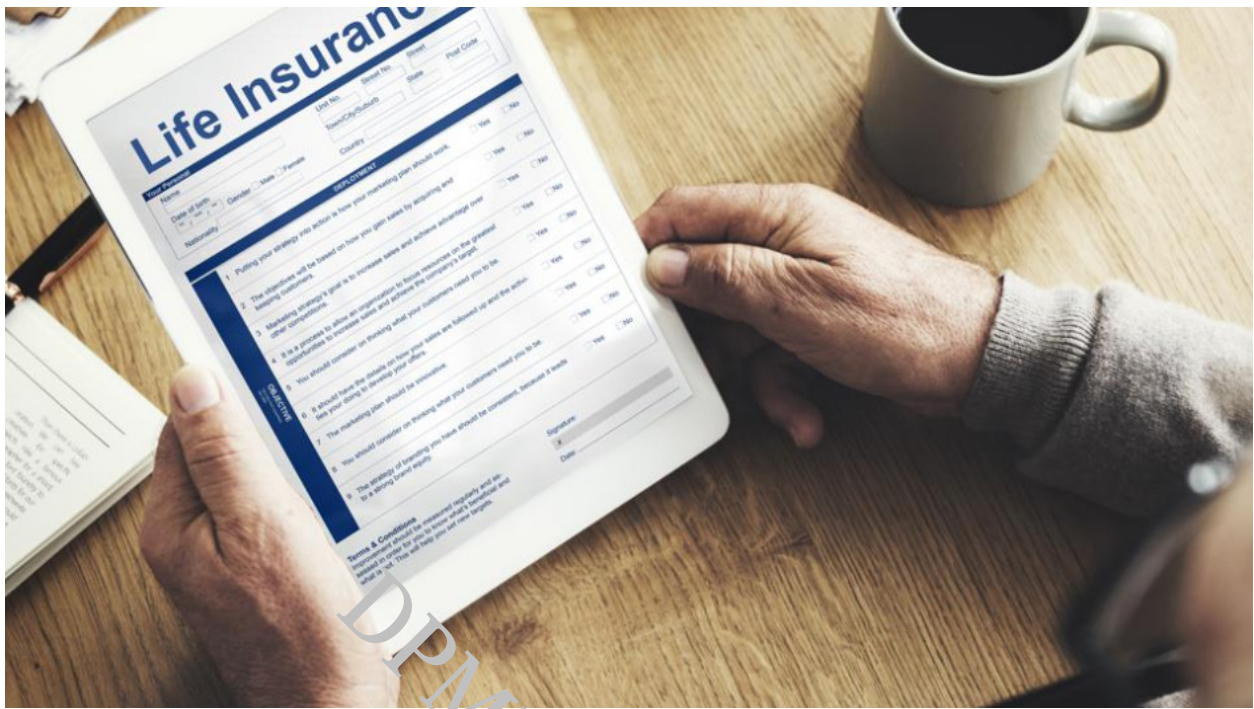
Berbagai sesi tersebut juga menjadikan sumberdaya manusia pendukungnya mampu membangun komunikasi dua arah dengan pasar secara lugas, informatif dan efektif-efisien serta bijaksana baik secara langsung/luring maupun daring sehingga membangun citra positif untuk masyarakat awam dan dilingkungan sekitarnya juga khususnya para pengunjung agar merasa aman nyaman selama berkunjung.

Kemampuan-kemampuan seperti ini akan melahirkan operator desa wisata yang inovatif untuk terus menerus mentransformasikan atau memperbaha-

ruai atraksi wisata yang ada di desanya masing-masing. Manfaat lainnya dari pelatihan, diskusi, studi banding itu diharapkan pihak pengelola didampingi para operatornya memiliki kebijaksanaan menganut falsafah setempat seperti ndeleng (melihat) – niteni (memperhatikan) – niru (menduplikasi) – nambahi (memodifikasi) yang tidak lain merupakan konsep suatu inovasi disamping itu juga perhatian untuk memahami kapan menjalankan pembatasan kunjungan demi menjaga keberlangsungan daya dukung lingkungan dengan tidak terlalu berambisi untuk mengeksploitasinya.

Ketika fase identifikasi diikuti oleh sinerginya sumber-sumber daya alam, budaya dan manusia ini terlewati maka dapat dikatakan desa wisata itu sudah siap untuk melangkah ke fase berikutnya dalam proses penyiapan desa wisata layak untuk disajikan kepada pasar-pasar potensial yang ada. Sehingga begitu pemerintah menetapkan selesainya masa pembatasan mobilitas masyarakat maka dalam waktu singkat desa wisata tersebut beroperasi kembali seperti masa-masa sebelumnya.

**) Dosen Fakultas Ekonomi dan Bisnis UBHARA Surabaya*



MEMILIH ASURANSI yang Aman Bagi Keluarga

KELUHAN Wanda Hamidah tentang klaim asuransi bisa jadi pembelajaran penting.

Kasus artis sekaligus anggota dewan, Wanda Hamidah yang mengeluh tentang klaim dana asuransi sempat viral. Ia bercerita bahwa telah menjadi pengguna asuransi kesehatan tersebut sejak tahun 2009 dan mengasuransikan kesehatan ketiga anaknya dengan premi sebesar Rp 500.000 per orang.

Setelah anak keempatnya lahir, ia juga turut mengasuransikan anaknya sehingga total 5 orang diasuransikan kesehatannya. Beberapa tahun kemudian, ia menaikkan status keanggotaan asuransinya sehingga uang premi naik menjadi Rp 750.000

dan 1 juta rupiah.

Masalah mulai muncul saat anaknya yang atlet basket mengalami cedera lutut. Dokter menganjurkan agar sang anak segera operasi dan tidak boleh berolahraga dahulu selama 2 tahun.

Karena ia selalu patuh membayar premi dan sebelumnya tidak pernah menggunakan klaim asuransi, ia kaget mendapat kenyataan bahwa asuransi hanya memberi uang ganti operasi sebesar Rp10 juta rupiah saja. Ia merasa ditipu habis-habisan.

Kasus ini memang sudah tutup buku. Wanda Hamidah dan pihak asuransi sudah berdamai. Tapi, kasus ini bisa dijadikan pelajaran berharga. Simak cara memilih asuransi yang tepat se-

hingga pelanggan tidak merasa dirugikan.

1. Beli Polis Asuransi sesuai Kebutuhan

Cara memilih asuransi yang tepat pertama adalah memahami dahulu seperti apa asuransi kesehatan yang dibutuhkan. Perhatikan riwayat kesehatan di keluarga, apakah punya riwayat penyakit kritis atau tidak. Ini merupakan pertimbangan dasar dalam memilih seperti apa cakupan asuransi kesehatan yang dibutuhkan.

Selain itu, pertimbangkan kelas kamar seperti apa yang dipergunakan jika harus dirawat inap. Apakah menurut Anda kamar dengan 2 tempat tidur

dalam satu kamar sudah cukup nyaman? Atau Anda membutuhkan kamar perawatan yang lebih tenang dan nyaman dengan hanya 1 tempat tidur saja.

Begitu juga dengan kebiasaan bepergian. Bila Anda termasuk kalangan yang cukup sering bepergian ke berbagai tempat termasuk luar negeri, memiliki asuransi kesehatan dengan jaringan provider (rumah sakit rekanan) yang luas dan banyak sangatlah penting.

Jika Anda sering bepergian keluar negeri, mungkin menggunakan asuransi yang memiliki cakupan rekanan di luar negeri juga. Oleh karena itu, tips memilih asuransi yang krusial adalah membeli sesuai dengan kebutuhan.

2. Cek Ketersediaan Asuransi yang sudah Ada

Jika Anda adalah seorang karyawan sebuah perusahaan, biasanya tempat Anda bekerja sudah memberikan tunjangan kesehatan berupa asuransi kesehatan. Sebelum Anda memutuskan untuk membeli asuransi sendiri, pastikan terlebih dahulu seperti apa cakupan tunjangan kesehatan yang sudah diberikan oleh perusahaan tempat Anda bekerja.

Biasanya perusahaan yang memberikan tunjangan kesehatan yang lengkap untuk karyawan mereka bahkan juga termasuk keluarga karyawan. Mulai dari rawat jalan, rawat inap, melahirkan, rawat gigi, hingga kacamata.

Biasanya bentuk tunjangan berupa *cashless* atau sistem reimburse. Semakin tinggi posisi karyawan, semakin besar pula batas plafon tunjangan kesehatan.

Selain itu, karyawan perusahaan hampir semua diikut-

sertakan BPJS Kesehatan yang sudah memberikan manfaat layanan kesehatan dasar. Pastikan pembelian asuransi tanpa overlapping dengan asuransi yang dipunyai sebelumnya adalah tips memilih asuransi yang baik.

3. Premi sesuai Kemampuan Pengalokasian Anggaran

Besar premi asuransi sangat bergantung pada cakupan perlindungan yang ditawarkan, usia nasabah atau tertanggung, dan riwayat medis tertanggung hingga jangka waktu perlindungan.

Anda harus rutin mengalokasikan anggaran untuk membayar premi asuransi. Idealnya, premi asuransi bisa sebesar 5 hingga 10 persen dari pendapatan rutin.

Sebagai contoh, bila saat ini pendapatan Anda sebesar Rp10 juta, Anda bisa mengalokasikan Rp1 juta untuk pembayaran biaya premi asuransi. Dengan begitu, kebutuhan asuransi tetap dapat tertutup tanpa harus mengganggu alokasi pos kebutuhan lain yang tak kalah penting.

Jadi, tips memilih asuransi yang tepat adalah memastikan harga premi yang dibayar sesuai dengan pendapatan.

4. Pahami Manfaat Polis Secara Detail

Tips memilih asuransi kesehatan yang tepat agar tidak terjadi kasus yang sama seperti Wanda Hamidah adalah memahami manfaat polis secara komprehensif. Anda harus membaca apa saja manfaat yang diberikan dan apakah manfaat tersebut dapat memenuhi kebutuhan.

Biasanya, manfaat yang ditawarkan produk asuransi beru-

pa rawat jalan, rawat inap, rawat gigi, operasi, dan lain-lain.

Pastikan juga Anda sudah mempelajari kondisi-kondisi pengecualian dalam polis asuransi, misalnya perihal pasal *pre-existing condition*, yaitu aturan dalam asuransi kesehatan yang menyatakan manfaat asuransi tidak berlaku jika penerima asuransi sudah memiliki riwayat penyakit akut.

Jadi, jangan lupakan melakukan tips memilih asuransi ini ya karena akan sangat krusial dengan biaya yang akan ditanggung asuransi.

5. Membandingkan dengan asuransi kesehatan lain

Jangan langsung membeli asuransi jika belum melakukan survei ke penyedia asuransi kesehatan lain merupakan tips memilih asuransi yang tidak boleh dilewatkan. Bandingkan dengan paling tidak satu atau dua produk lain terlebih dahulu agar bisa memilih yang terbaik dan sesuai dengan kebutuhan. Aspek pertimbangan pemilihan bisa berdasarkan jangkauan perlindungan, besar premi yang dibebankan, dan rekam jejak penyedia asuransi. Rekam jejak penyedia asuransi ini penting untuk mengetahui apakah jika klaim akan diproses dengan cepat.

6. Mengetahui Cara Pembayaran dan Pengobatan

Cara pembayaran dan pengobatan apakah dengan sistem *cashless* atau *reimbursement*. Pelajari keuntungan masing-masing dan sesuaikan dengan kebutuhan serta harga polis yang harus dibayar.

Itulah 6 tips memilih asuransi yang baik dan benar agar kita tidak merasa “tertipu” oleh asuransi. (*)

Nutrisi dan Tips Mengolah Ikan Bandeng, Ini 5 Resepnya

Berikut beberapa resep olahan ikan bandeng yang dapat ditiru di rumah sebagai menu variasi lauk makan.

1. Otak-otak Ikan Bandeng

A. Bahan:

1 ekor bandeng berukuran agak besar
100 gram tahu
1 butir telur
75 ml santan
2 sdm minyak goreng
Daun pisang secukupnya
8 siung bawang merah
3 siung bawang putih
2 cm ruas jahe
2 cm ruas kunyit
½ sdm ketumbar bubuk
¼ sdt jintan sangria

1 cm lengkuas

1¾ sdt garam

2 sdt gula pasir

B. Cara memasak:

1. Siangi bandeng, buang sisik dan siripnya. Bersihkan bagian insang dan kotoran di dalam perutnya. Cuci bersih lalu pukul-pukul badan ikan agar dagingnya terlepas dari kulit.

2. Tekuk tulang ekor ke arah kepala hingga tulang tengahnya patah. Keluarkan tulang tengahnya melalui kepala.

3. Keluarkan daging ikan menggunakan sendok, sisihkan kulitnya. Sangrai sebentar daging ikan hingga agak hancur dan duri-durinya tampak. Buang duri yang terlihat.



4. Panaskan minyak goreng dalam wajan, tumis bumbu halus hingga harum, angkat. Campur bumbu bersama daging ikan, tahu, santan, dan telur kocok.

5. Setelah itu masukkan adonan isi pada kulit ikan melalui lubang leher hingga penuh, rapatkan kepalanya. Bungkus rapat dengan daun pisang.

6. Kemudian kukus adonan selama 15-20 menit hingga matang. Serta olesi badan ikan dengan bahan olesan.

7. Kemudian panggang ikan dalam oven, lalu oleskan bahan olesan beberapa kali sampai habis. Panggang kembali hingga matang dan permukaannya

mengering. Angkat, dinginkan, potong-potong.

2. Bakso Bandeng

A. Bahan:

500 gram ikan bandeng fillet
5 sdm tepung tapioca
2/3 sdt garam
½ sdt merica bubuk
1 butir putih telur
¼ sdt gula

Air es

2 siung bawang putih

5 siung bawang merah

B. Cara memasak:

1. Campurkan ikan yang sudah dihaluskan dengan bumbu halus dan beri tambahan gula, merica, dan garam.

2. Terakhir tambahkan putih

telur dan tepung tapioka, aduk rata.

3. Adonan tidak terlalu basah dan tidak terlalu kalis, bentuknya masih seperti hasil gilingan ikan.

4. Dengan bantuan 2 buah sendok, bentuk bulat-bulat bakso, dan masukkan kedalam air mendidih.

5. Tunggu bakso mengapung dan matang, lakukan berulang-ulang sampai adonan habis.

6. Siap dipakai untuk tambahkan berbagai masakan.



3. Bandeng Serani

A. Bahan:

- 1 ekor ikan bandeng
- 1 buah jeruk nipis
- 2 ikat kemangi, ambil daunnya
- 2 batang sereh, memarkan
- 2 lembar daun salam
- 5 lembar daun jeruk
- 2 buah tomat merah, potong kasar
- 2 cm lengkuas, bakar lalu memarkan
- 1 sdt kunyit bubuk
- 3 cm jahe, bakar lalu memarkan
- 4 buah cabe merah keriting, bakar
- 10 buah cabe rawit, iris serong
- 3 buah belimbing wuluh, belah dua bagian
- 7 siung bawang merah, iris tipis
- 4 siung bawang putih, iris tipis
- 1 liter air

B. Cara memasak:

1. Bersihkan ikan dari kotoran dan sisik, potong-potong lalu cuci bersih. Marinasi dengan air jeruk nipis, diamkan selama 15 menit. Cuci kembali sampai bersih lalu tiriskan.

2. Rebus ikan bersama

daun salam, daun jeruk, sereh, lengkuas jahe, dan kunyit bubuk. Rebus dengan api kecil hingga mendidih.

3. Tumis bawang merah dan bawang putih sampai harum, masukkan cabe rawit, tunggu sampai layu. Tuang bumbu ke dalam rebusan ikan beserta belimbing wuluh dan cabe keriting, bumbu dengan garam dan gula. Masak sampai bumbu meresap.

4. Sesaat sebelum diangkat, masukkan irisan tomat dan daun kemangi, tunggu beberapa saat. Angkat dan siap disajikan.

4. Bandeng Sambal Kecap

A. Bahan:

- 1 ekor ikan bandeng
- Perasan air jeruk nipis
- Kecap manis secukupnya
- Kecap asin secukupnya
- Garam sesuai selera
- 10 buah cabe rawit utuh
- Minyak goreng

B. Bumbu halus:

- 10 buah cabe merah
- 3 siung bawang merah
- 2 siung bawang putih
- 1/2 buah tomat

C. Cara memasak:

1. Cuci bersih ikan bandeng, potong-potong lalu marinasi dengan air jeruk nipis dan garam. Diamkan selama 15 menit, cuci kembali sampai bersih.

2. Goreng ikan ke dalam wajan berisi minyak panas hingga matang kuning keemasan.

3. Haluskan cabe merah, bawang putih, bawang merah, dan tomat di dalam blender hingga halus.

4. Tumis bumbu sampai harum, tambahkan kecap manis dan kecap asin. Aduk rata, tunggu hingga matang.

5. Masukkan cabe rawit utuh, tunggu beberapa saat. Koreksi rasa, masukkan ikan bandeng goreng. Aduk-aduk sampai tercampur rata dengan bumbu. Matikan kompor, angkat dan sajikan.

Ini 7 Manfaat Berenang untuk Kesehatan

1. Menjaga kesehatan jantung

Sebuah penelitian menunjukkan bahwa olahraga renang dapat meningkatkan sirkulasi darah dalam tubuh dan kemampuan tubuh dalam menggunakan oksigen. Dengan demikian, tidak hanya berdampak pada kesehatan jantung, berenang secara rutin juga baik untuk memelihara fungsi berbagai organ tubuh serta menurunkan risiko penyakit jantung dan stroke.

2. Membangun massa otot

Berbagai gerakan dalam olahraga renang menuntut hampir seluruh otot tubuh untuk bergerak melawan tekanan di dalam air. Hal tersebut menyebabkan berenang dapat meningkatkan kelenturan dan massa otot tubuh juga baik dilakukan untuk mengecilkan betis dan membuatnya tampak lebih kencang.

3. Membantu menurunkan berat badan

Berenang selama 1 jam dapat membakar sekitar 500-650 kalori. Oleh karena itu, berenang bisa menjadi olahraga pilihan bagi yang ingin menurunkan berat badan.

4. Mengurangi stres

Stres merupakan kondisi yang umum dialami oleh hampir setiap orang. Renang bisa menjadi salah satu cara untuk mengatasinya, bahwa berenang dapat melemaskan otot-otot tubuh, sehingga membuat tubuh lebih rileks.

5. Meningkatkan kualitas tidur

Sebuah studi yang dilakukan terhadap penderita insomnia menunjukkan bahwa berenang dapat meningkatkan kualitas

tidur mereka. Oleh karena itu, jika mengalami gangguan tidur, cobalah untuk berenang agar tidur lebih nyenyak di malam hari.

6. Meringankan radang sendi

Berenang juga dapat mengurangi rasa nyeri akibat peradangan sendi, sehingga aman dan justru dianjurkan bagi penderita arthritis. Penelitian lain pun menyebutkan bahwa penderita osteoporosis yang berenang secara rutin dapat mengalami penurunan nyeri sendi.

7. Mengatasi kondisi saraf kejepit

Salah satu cara untuk mengatasi saraf kejepit yakni dengan berenang, karena berbagai gerakan dalam renang bisa membuat otot-otot punggung dan tulang belakang menjadi lebih santai dan rileks. (*)

8 Cara Manajemen Waktu untuk PNS

1. Membuat Daftar Kegiatan

Daftar kegiatan membuat Anda dapat mengetahui kegiatan jangka pendek dan jangka panjang. Sehingga dapat memutuskan mana yang akan menjadi prioritas. Selain itu, membuat daftar kegiatan juga bisa dilakukan pada kegiatan harian. Seperti kegiatan di pagi hari, siang hingga malam. Buat daftar kegiatan dan lihat progress Anda setiap harinya.

2. Membuat Daftar Prioritas

Manajemen waktu tidak cukup hanya dengan membuat kegiatan, karena Anda harus membuat daftar prioritas dari kegiatan-kegiatan tersebut. belajar membuat daftar prioritas dilakukan dengan menyusun kegiatan dari yang terpenting. Selain itu, selalu menyelesaikan kegiatan yang membutuhkan banyak tenaga di awal hari. Lalu, melanjutkan kegiatan dengan menyelesaikan pekerjaan yang lebih mudah.

3. Memulai Lebih Awal

Menunda-nunda pekerjaan adalah salah satu sumber masalah. Pekerjaan yang dimulai lebih dulu tentu akan cepat selesai dibanding dengan menunda-nundanya. Selain itu, menunda pekerjaan akan membuat waktu menyelesaikan kerja menjadi lebih sedikit, sehingga berpengaruh pada hasil yang akan didapatkan. Anda bisa memulai pekerjaan lebih awal agar pekerjaan tersebut bisa dilakukan dengan baik serta mendapatkan hasil yang sesuai dengan harapan.

4. Mengabaikan Hal yang Tidak Penting

Untuk memanajemen waktu yang baik, Anda harus mampu menyingkirkan hal-hal yang tidak penting yang ingin dilakukan. Misalnya setelah pulang

bekerja, Anda diajak oleh teman untuk nongkrong di café atau tempat makan di kota. Namun sebenarnya jika Anda tidak ikut serta pun tidak masalah. Maka Anda harus pilah-pilih dalam melakukan sesuatu, jika hal tersebut tidak perlu untuk dilakukan maka jangan dilakukan. Karena hal tidak penting yang dilakukan tetap menyita waktu Anda.

5. Fokus

Kegiatan multitasking mungkin terlihat sebagai solusi dalam menghemat waktu. Namun ternyata multitasking atau melakukan beberapa hal sekaligus bukan hal yang dianjurkan. Saat melakukan multitasking, fokus seseorang akan terbagi dalam melakukan ini dan itu.

Hal ini malah akan membuat dampak buruk yaitu terpecahnya konsentrasi yang berpengaruh pada hasil kerja nantinya. Misalnya saat harus menuliskan sesuatu, dibanding dengan menulis sambil browsing mencari data, Anda dapat melakukan browsing terlebih dahulu lalu menuangkannya ke dalam tulisan. Sehingga fokus Anda tidak terbagi dan akan mendapatkan hasil yang lebih baik.

6. Estimasi Waktu Penyelesaian Pekerjaan

Cara ampuh mengatur waktu dengan baik selanjutnya adalah dengan menghitung estimasi waktu yang dihabiskan untuk menyelesaikan pekerjaan. Selain menghitung estimasi, Anda juga harus menentukan berapa lama Anda akan menyelesaikan pekerjaan tersebut.

Dengan demikian, waktu yang Anda miliki sebagai PNS akan tetap produktif. Penentuan waktu ini akan membantu Anda dalam mengelola setiap waktu yang Anda punya. Meskipun dalam prakteknya, Anda harus menambah waktu untuk menyelesaikan pekerjaan tersebut.

7. Ambil Jeda dan Melakukan Sesuatu Lebih Sedikit

Pekerjaan yang dilakukan dengan cepat memang terlihat baik. Namun, jika hal tersebut memberikan tekanan tentu akan berdampak buruk bagi Anda. maka, Anda bisa mengambil jeda untuk pekerjaan yang dilakukan. Karena, sesuatu yang dilakukan dengan buru-buru tidak akan mendapatkan hasil yang maksimal.

Selain itu, Anda dapat mengambil pekerjaan lebih sedikit dibanding dengan mengambil semua pekerjaan dan membuatnya lebih menumpuk namun tidak tahu kapan akan diselesaikan. Mengambil pekerjaan lebih sedikit bisa menjadi cara untuk memanajemen waktu dengan baik, namun hal ini bukan berarti Anda diperbolehkan lalai dalam bekerja ya.

8. Berkomitmen Menyelesaikan Pekerjaan

Bekerja sebagai PNS yang harus mengisi rutinitas setiap hari terkadang membuat jenuh. Sehingga diperlukan komitmen agar dapat menyelesaikan setiap pekerjaan yang diberikan. Berkomitmen melakukan pekerjaan adalah strategi agar pekerjaan dapat selesai sesuai dengan rencana. (*)



DINAS PEMBERDAYAAN MASYARAKAT DAN DESA
PROVINSI JAWA TIMUR



SOEKARYO, SH, MM
KEPALA DINAS PMD PROV JATIM

DIRGAHAYU

75TH PROVINSI JAWA TIMUR

12 OKTOBER 1945 - 12 OKTOBER 2021

JATIM BANGKIT



www.dpmd.jatimprov.go.id



[dpmdjatim](https://www.instagram.com/dpmdjatim)



Dinas Pemberdayaan Masyarakat dan Desa