



BULETIN

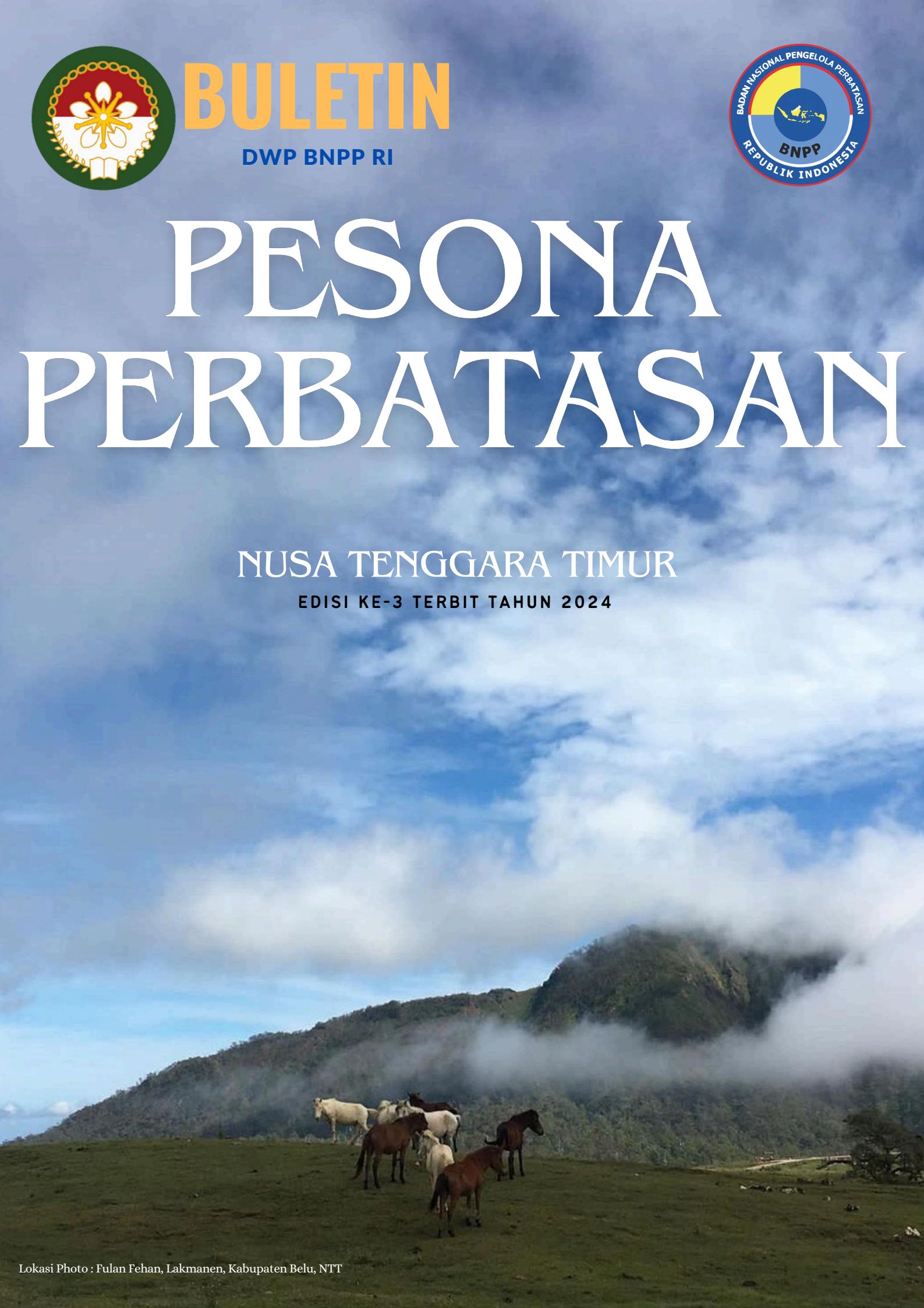
DWP BNPP RI



PESONA PERBATASAN

NUSA TENGGARA TIMUR

EDISI KE-3 TERBIT TAHUN 2024







DWP BNPP RI



PELINDUNG

PROF. DR. ZUDAN ARIF FAKHRULLAH
SEKRETARIS BNPP



PENGARAH

NINUK TRIYANTI ZUDAN ARIF
FAKRULLAH



REDAKSI & LAYOUT

RIZKA KURNIATI, S.STP, M.Si
SEKRETARIS BIDANG PENDIDIKAN

Dari

REDAKSI

Salam Perbatasan,

Lebih dari satu dekade Badan Nasional Pengelola Perbatasan Republik Indonesia (BNPP RI) berkomitmen untuk terus membangun beranda terdepan negeri ini, terus berkontribusi dalam mengembangkan perbatasan negara, terus meningkatkan diri sebagai lembaga koordinasi bagi seluruh anggota BNPP RI dalam meningkatkan kualitas perbatasan Republik Indonesia dari semua aspek.

Seiring berjalannya waktu, wilayah perbatasan yang kini semakin berkembang dan maju, semakin tampak banyak potensi sumber daya alam dan sumber daya manusia nya yang bisa dimaksimalkan lagi pemanfaatannya. untuk itu, Buletin Pesona Perbatasan Dharma Wanita Persatuan (DWP) BNPP RI kembali menghadirkan suguhan menarik untuk dibaca dengan mengusung tema "Nusa Tenggara Timur".

Melalui Buletin ini,kami berharap dapat menjadi penyemangat dan pupuk untuk terus menyuburkan rasa cinta akan tanah air kita, terutama bagi seluruh keluarga besar BNPP RI dan Masyarakat Perbatasan.

"Jaga wilayahnya, Sejahterahkan Masyarakatnya"

SELAMAT MEMBACA



JALAN KEBON SIRIH NO. 31A,
MENTENG, JAKARTA PUSAT 10430



(021) 3142142



@dwp.bnppri
dwpbnppri@gmail.com

BULETIN DWP BNPP- RI I

DAFTAR ISI

PESONA PERBATASAN

DARI REKDASI	I
DAFTAR ISI	II
SEKAPUR SIRIH 1	1
SEKAPUR SIRIH 2	2
SEKAPUR SIRIH 3	3
PENGURUS ANTAR WAKTU	4
PROGRAM KERJA DWP BNPP RI	5

BERANDA NEGERI

OPTIMALISASI KEGIATAN PP PAUD DI KAWASAN	25
PERBATASAN NEGARA	
SEJARAH PERBATASAN INDONESIA -TIMOR LESTE	27
MENGENAL PLBN	29
CANTIKNYA PLBN MOTAAIN DI NTT	32
PLBN MOTAMASIN BUKUKAN DOMINASI EKSPOR DI	
OKTOBER 2024	34
BERKUNJUNG KE PLBN WINI,KILAUAN SUNSET MEMESONA	
DI TANJUNG BASTIAN TAK PERNAH GAGAL BIKIN KAGUM	35
LEBIH DEKAT DENGAN PLBN NAPAN,BANGUNAN MODERN	
DENGAN SENTUHAN TRADISI SUKU SANAK DI NTT	37

KELEIDOSKOP KEGIATAN

PERTEMUAN PERDANA PAW BNPP RI TAHUN 2024	6
BHAKTI SOSIAL & BERBAGI KASIH DWP BNPP RI	7
MAKE UP CLASS	8
BAKTI SOSIAL	9
TOKO DWP BNPP RI	10
BAZAAR RAMADHAN	11
BUKA BERSAMA	12
IDUL FITRI & HARI KARTINI	13
SERAH TERIMA JABATAN	14
QURBAN DWP BNPP RI	15
WEBINAR KESEHATAN	16
SILATURAHMI & BAKSOS	17
BAZAAR KEMERDEKAAN	18
HUT 14 BNPP RI	19
WEBINAR PUBLIC SPEAKING	20
BAKTI SOSIAL KEMENDAGRI & BNPP RI	21
PERKENALAN IBU WAKIL MENTERI II	22
PEMERIKSAAN KESEHATAN DAN DETEKSI DINI	
KANKER SERVIKS	23
PUNCAK HUT DWP & PERINGATAN HARI IBU	24

DESTINASI WISATA DAN BUDAYA

KEUNIKAN SUKU ABUI, KAMPUNG ADAT TAKPALA	40
SURGA TERSEMBUYI, LABUAN BAJO	42
DANAU KELIMUTU	45
FULAN FERHAN	47

ARTIKEL KESEHATAN

GIZI BURUK	48
CEDERA SAAT BEROLAHRAGA	51
JAGA KESEHATAN TULANG KITA, DARI SEKARANG	53
TUMBUH KEMBANG ANAK	55

OPINI

MENGENAL BEWARE OF THE FOUR HORSEMENT	58
INVESTASI PEREMPUAN MASA KINI	60
KECANDUAN GAME ONLINE PADA ANAK	64
BAHAYA JUDI ONLINE	67

RESEP MAKANAN

CEMILAN UNIK DARI KUPANG	70
RESEP JAGUNG BOSE	71
RESEP SEI SAPI	72

DOKUMENTASI





SEKAPUR SIRIH 1

SAMBUTAN PENASIHAT DWP BNPP RI



**Assalamu'alaikum Warahmatullah
Wabarakatuh**

Puji Syukur kehadirat Allah SWT, Tuhan Yang Maha Esa, karena dengan Rahmat-nya kita dapat menjalani peran sebagai ibu rumah tangga atau berkarir, menjadi pendamping suami dan pendukung karir suami.

Saya memberi apresiasi dan ucapan terimakasih kepada seluruh jajaran pengurus dan Anggota Dharma Wanita Persatuan BNPP RI (DWP BNPP RI) atas dedikasi dan kerja keras ditengah kesibukannya untuk meluangkan waktu menerbitkan kembali Buletin Pesona Perbatasan DWP BNPP RI Edisi ke 3 Tahun 2024.

Buletin kali ini mengangkat tema pesona Nusa Tenggara Timur yang memiliki wilayah berbatasan dengan Timor Leste. Nusa Tenggara Timur menyimpan keindahan alam dan laut serta beragam budaya, adat istiadat yang mempesona.

Secara khusus Edisi ke-3 ini diterbitkan menjadi rangkaian Peringatan HUT ke 14 BNPP RI yang bertepatan pada tanggal 17 September 2024 lalu. Atas nama Penasihat DWP BNPP RI, Saya mengucapkan, Selamat dan Dirgahayu BNPP RI.



TRI TITO KARNAVIAN

Selanjutnya Saya mengajak kepada ibu-ibu Pengurus dan anggota DWP BNPP RI, dalam rangka mengoptimalkan penyebaran informasi dan dokumentasi kegiatan DWP BNPP RI, mari bersama membangun sinergitas dan berkoordinasi dengan DWP Provinsi, Kabupaten/Kota agar tercipta keselarasan ide dan inovasi, terciptanya kualitas sumber daya manusia yang unggul di perbatasan melalui kualitas literasi, jejaring sosial, pelatihan-pelatihan dan konten-konten yang bermanfaat dan memperkaya wawasan.

Jakarta, Desember 2024

Hormat kami,

**Wassalamualaikum Warahmatullah
Wabarakatuh**





SEKAPUR SIRIH 2

SAMBUTAN SEKRETARIS BNPP-RI



PROF.DR. ZUDAN ARIF FAKRULLOH, SH, MH

**Assalamu'alaikum Warahmatullah
Wabarakatuh**

Puji dan syukur kehadirat Allah SWT, karena atas berkat dan rahmat-nya, Dharma Wanita Persatuan Badan Nasional Pengelola Perbatasan Republik Indonesia (BNPP RI) telah menerbitkan Buletin Pesona Edisi Tahunan. Pada edisi ke 3 yang terbit Tahun 2024 ini mengambil tema Pesona Nusa Tenggara Timur.

Buletin ini diharapkan dapat menjadi media yang dapat memperkenalkan BNPP RI sebagai lembaga pengelola perbatasan yang salah satu fungsi utamanya melakukan koordinasi dan bersinergi dalam pengelolaan perbatasan bersama mitra stakeholder terkait dan 27 Kementerian/Lembaga anggota BNPP RI.

Media ini juga diharapkan dapat menjadi terobosan bagi dunia literasi, serta dapat menginformasikan kepada masyarakat bahwa dunia perbatasan negara kita telah banyak mengalami kemajuan, perubahan pesat dan membanggakan.

Melalui Buletin Pesona Perbatasan ini, diharapkan peran serta pengurus dan anggota DWP BNPP RI untuk ikut berkontribusi dalam memperkenalkan berbagai ragam budaya, destinasi wisata yang menarik dan layak dikunjungi serta pesona alam yang begitu kaya akan hasil bumi yang bermanfaat bagi kita semua.

Besar harapan saya, bahwa Pengurus dan Anggota DWP BNPP RI ditengah kesibukannya sebagai Ibu rumah tangga atau wanita karir dengan profesi apapun juga tetap dapat menuangkan ide, gagasan dan pengetahuan mereka dan selalu semangat, produktif dan inovasi dengan karya-karyanya.

Terimakasih kepada seluruh Pengurus DWP BNPP RI dan dewan redaksi, semoga buletin ini menjadi inspirasi dan bermanfaat bagi para pembaca.

"Dharma Wanita Persatuan BNPP RI...
Maju Bersama Membangun Perbatasan"

Salam Perbatasan,
**Wassalamualaikum Warahmatullah
Wabarakatuh**



SEKAPUR SIRIH 3

SAMBUTAN KETUA DWP BNPP RI

Assalamualaikum

Warahmatullah Wabarakatuh

Salam Sejahtera untuk kita semua.

Semoga kita semua selalu dalam lindungan Allah SWT, diberikan kesehatan dan keberkahan. Alhamdulillah, seiring berjalannya waktu berlalu, di moment Hari Ulang Tahun ke 14 Badan Nasional Pengelola Perbatasan RI, Dharma Wanita Persatuan (DWP) BNPP RI telah berhasil menerbitkan **BULETIN PESONA PERBATASAN** Edisi ke-3 Tahun 2024.

Buletin edisi tahunan kali ini mengambil tema Pesona Nusa Tenggara Timur karena banyak sekali pesona alam yang sangat memukau dan suku adat budaya yang harus sama-sama kita jaga dan lestarikan.

Dalam kesempatan yang berbahagia ini, ijinkan saya selaku Ketua DWP BNPP RI mengucapkan terimakasih yang tak terhingga kepada seluruh dewan redaksi, pengurus dan anggota yang telah berpartisipasi mewujudkan bulletin ini yang akan menjadi inspirasi bagi para pembaca bahwa begitu banyak kekayaan alam, budaya dan destinasi wisata yang ada di Nusa Tenggara Timur untuk kita promosikan.



**NINUK TRIYANTI ZUDAN
ARIF FAKRULLOH**

DWP BNPP RI mengembangkan Visi menjadi organisasi istri PNS yang kukuh, bersatu, mandiri dan berusaha mensejahterakan anggotanya melalui peningkatan kualitas sumber daya anggota guna mendukung tujuan nasional melalui Bidang Pendidikan, Bidang Ekonomi dan Bidang Sosial Budaya.

Semoga Perbatasan dapat menjadi literasi yang bermanfaat bagi para pembaca sehingga dapat memberikan inspirasi, berdaya guna dengan karya nyata. Buletin ini diharapkan akan terus tumbuh dan berkembang, terbit setiap tahun walaupun akan ada regenerasi pengurus kedepannya.

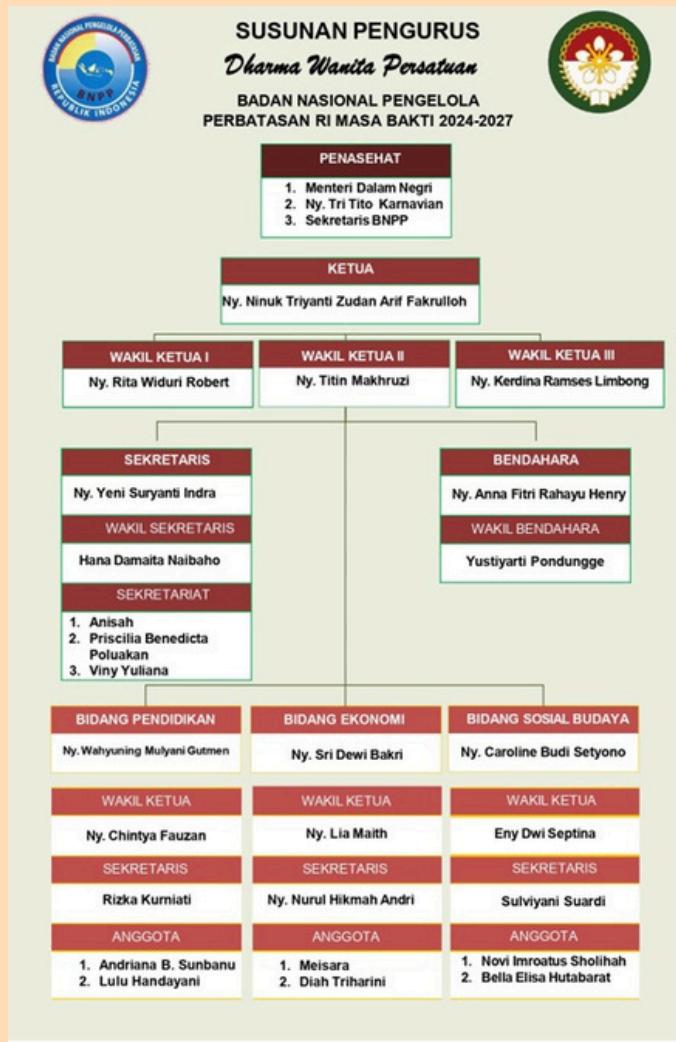
**Wassalamualaikum
Wabarakatuh**

Warahmatullah

PENGURUS ANTAR WAKTU

DHARMA WANITA PERSATUAN (DWP) BNPP RI

TAHUN 2024-2028



PROGRAM KERJA DWP BNPP RI

PROGRAM KERJA

Dharma Wanita Persatuan BNPP RI sisa masa bhakti 2024-2028 disusun dalam 3 (tiga) bidang kegiatan yang berlaku mulai Januari-31 Desember setiap tahunnya. Bidang kegiatan tersebut adalah:

BIDANG PENDIDIKAN

Bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan melalui pendidikan sekolah dan luar sekolah.

- A. Mendorong Akses Pendidikan Yang Universal Dan Inklusif
- B. Mendorong Pemulihan Pembelajaran
- C. Mendorong Akses Yang Setara Untuk Layanan Pendidikan
- D. Peningkatan Keterampilan Literasi Digital

BIDANG EKONOMI

Bertujuan untuk melaksanakan kegiatan usaha secara profesional untuk memperoleh dana guna menunjang kelancaran organisasi melalui :

- A. Pelaksanaan kegiatan usaha yang dapat memberikan perolehan dana bagi organisasi dengan bentuk Pembuatan Toko DWP BNPP RI
- B. Peningkatan kesadaran anggota akan pentingnya kehidupan berkoperasi dalam bentuk Arisan DWP BNPP RI, Bazaar, Catering DWP dan Koperasi Simpan Pinjam



BIDANG SOSIAL BUDAYA

Bertujuan untuk menumbuhkan kerukunan antar anggota keluarga yang terdiri dari ayah, ibu dan anak serta menciptakan hubungan yang serasi, selaras dan seimbang antar anggota keluarga itu sendiri.

- A. Peningkatan Keimanan dan Ketakwaan pada Tuhan YME
- B. Pembangunan Kesehatan dan Peningkatan Kualitas Hidup
- C. Peningkatan Kesadaran Hukum
- D. Pemberdayaan Perempuan dan Kesetaraan Gender
- E. Peduli Lingkungan Hidup, Kesetiakawanan dan Kepedulian Sosial

PERTEMUAN PERDANA PAW BNPP RI TAHUN 2024

Pada tanggal 12 Januari 2024, Pertemuan perdana yang dilaksanakan oleh Pengurus Antar Waktu (PAW) Dharma Wanita Persatuan (DWP) Badan Nasional Pengelola Perbatasan Republik Indonesia (BNPP RI) di tahun 2024. Pertemuan dilaksanakan secara tatap muka dan juga online di Ruang Rapat Lantai 2 Kantor BNPP RI Jakarta Pusat.



Rapat dipimpin langsung oleh Ketua DWP BNPP RI, Ny. Ninuk Triyanti Zudan Arif Fakrullah dan dihadiri oleh Pengurus DWP BNPP RI lainnya, dengan agenda pembahasan Evaluasi Program kerja Tahun 2023 dan Finalisasi Rencana Kerja Tahun 2024 serta pembentukan PAW DWP BNPP RI.



Diharapkan seluruh Bidang Program Kerja DWP dapat menyiapkan laporan dimaksud sesegera mungkin untuk menjadi bahan evaluasi dan laporan kepada PAW DWP Kementerian Dalam Negeri.



SUMBER : HUMAS BNPP

BHAKTI SOSIAL & BERBAGI KASIH DWP BNPP RI

Memasuki tahun 2024, semangat kebersamaan dan kedulian sosial kembali dihidupkan oleh keluarga besar Dharma Wanita Persatuan (DWP) BNPP RI. Di awal tahun ini, DWP BNPP RI menggelar sebuah kegiatan penuh makna yang bertujuan untuk mempererat tali persaudaraan dan memberikan dampak positif bagi masyarakat sekitar. Kegiatan Bakti Sosial dan Berbagi Kasih ini dilaksanakan pada Hari Jumat, 12 Januari 2024 di Ruang Rapat Lantai 4 BNPP RI, dengan harapan dapat menjadi langkah awal yang penuh berkah di tahun yang baru.



Tahun baru adalah kesempatan untuk memperbarui semangat dan tujuan hidup, dan kegiatan ini adalah cara yang tepat untuk memulai perjalanan tersebut dengan langkah yang penuh berkah. DWP BNPP RI mengundang seluruh anggota untuk berpartisipasi aktif dalam kegiatan ini, menyambut tahun baru dengan semangat berbagi, dan mempererat tali persaudaraan yang semakin kuat di dalam keluarga besar DWP BNPP RI.

Kegiatan ini bukan sekadar acara seremonial, tetapi juga sebagai wujud nyata dari komitmen DWP BNPP RI untuk terus berbagi dan memperkuat hubungan kekeluargaan di antara sesama anggota dan masyarakat. Dalam semangat menyambut tahun baru, DWP BNPP RI ingin mengingatkan kembali pentingnya berbagi kasih, membantu sesama, serta meningkatkan rasa peduli terhadap orang-orang yang membutuhkan.



SUMBER : HUMAS BNPP

MAKE UP CLASS

Meningkatkan Pengetahuan & Keterampilan Anggota DWP BNPP RI

Sebagai bagian dari upaya untuk terus meningkatkan kualitas diri dan memberikan manfaat bagi sesama, Dharma Wanita Persatuan (DWP) BNPP RI menggelar kegiatan yang tidak hanya mempererat hubungan antar anggota, tetapi juga memberikan pengetahuan dan keterampilan baru. Pada tanggal 7 Maret 2024, DWP BNPP RI mengadakan Rapat Anggota dan Make Up Class yang bertujuan untuk memperkaya wawasan serta meningkatkan keterampilan anggotanya dalam berbagai bidang, khususnya dalam hal kecantikan dan penampilan.

Kegiatan Make Up Class ini diharapkan dapat memberikan wawasan baru bagi setiap anggota, terutama dalam hal perawatan diri dan penampilan yang tentunya berdampak positif pada rasa percaya diri serta interaksi sosial sehari-hari. Dengan keterampilan make up yang lebih baik, anggota DWP BNPP RI dapat tampil lebih percaya diri dan siap menghadapi berbagai tantangan, baik di lingkungan kerja maupun dalam kehidupan sosial.



Kegiatan ini bukan hanya tentang pengetahuan dan keterampilan, tetapi juga merupakan bagian dari upaya Dharma Wanita Persatuan BNPP RI untuk terus berkembang bersama. Dengan adanya rapat anggota dan kelas make up ini, diharapkan setiap anggota dapat memperoleh bekal yang bermanfaat dalam kehidupan pribadi maupun profesional mereka. Kegiatan ini juga menjadi sarana untuk saling mendukung dan berbagi pengalaman, sehingga semakin mempererat hubungan antar anggota dalam keluarga besar DWP BNPP RI.



SUMBER : HUMAS BNPP

BAKTI SOSIAL BERBAGI KASIH & BAZAAR

Dalam semangat kebersamaan dan kepedulian sosial, Dharma Wanita Persatuan Kemendagri dan BNPP RI menggelar sebuah kegiatan istimewa yang bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan anggota dan masyarakat sekitar. Pada Hari Jumat, 26 Maret 2024, kegiatan Bakti Sosial, Berbagi Kasih, dan Bazaar dilaksanakan di Kantor Kemendagri, Jl. Merdeka Utara, Jakarta.

Kegiatan Bakti Sosial yang menjadi inti dari acara ini bertujuan untuk menumbuhkan rasa kepedulian terhadap sesama, khususnya bagi mereka yang membutuhkan. Dengan berbagi kasih, baik kepada anggota maupun masyarakat sekitar, acara ini diharapkan dapat memberikan dampak positif yang luas. Pemberian bantuan berupa sembako, perlengkapan rumah tangga, dan kebutuhan dasar lainnya akan disalurkan kepada masyarakat yang membutuhkan, sebagai wujud nyata dari semangat berbagi yang selalu dijunjung oleh Dharma Wanita Persatuan Kemendagri dan BNPP RI.

Melalui kegiatan ini, diharapkan dapat terjalin hubungan yang lebih erat antar anggota dan masyarakat, serta memberikan dampak yang lebih besar dalam menciptakan kehidupan yang lebih sejahtera. Ini juga merupakan langkah penting dalam memperkuat solidaritas sosial dan memperluas rasa empati antar sesama.



SUMBER : HUMAS BNPP

Acara ini juga dimeriahkan dengan Bazaar yang menyajikan berbagai produk menarik dari anggota Dharma Wanita Persatuan Kemendagri dan BNPP RI. Bazaar ini menjadi ajang untuk memperkenalkan dan mempromosikan produk-produk lokal yang dibuat dengan tangan terampil anggota, yang juga dapat mendukung perekonomian masyarakat sekitar.



PERESMIAN **TOKO DWP BNPP RI**

Dharma Wanita Persatuan BNPP RI dengan bangga mengumumkan pembukaan Toko DWP BNPP RI, sebuah inovasi yang dirancang khusus untuk memudahkan seluruh karyawan dan karyawati BNPP RI dalam memenuhi kebutuhan sehari-hari mereka. Toko ini diresmikan oleh Sekretaris BNPP RI, Prof. Zudan Arif Fakrulloh, SH, MH, pada Hari Jumat, 2 April 2024, bertempat di Kantor BNPP RI.

Kemudahan Belanja dalam Satu Langkah, Toko DWP BNPP RI hadir sebagai solusi praktis untuk memudahkan karyawan dan karyawati dalam memperoleh bahan-bahan kebutuhan pokok dengan harga yang terjangkau. Mulai dari kebutuhan dapur hingga perlengkapan rumah tangga, toko ini menyediakan berbagai produk berkualitas yang dapat dibeli dengan nyaman tanpa harus meninggalkan lingkungan kantor.



BAKTI SOSIAL & BAZAAR RAMADHAN

Dalam Rangka Menyambut Hari Raya Idul Fitri 1445H, Dharma Wanita Persatuan BNPP RI menggelar sebuah kegiatan istimewa yang bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan anggota dan masyarakat sekitar. Pada Hari Selasa, 2 April 2024, kegiatan Bakti Sosial yang dirangkaikan dengan kegiatan Bazaar Ramadhan dan buka puasa bersama seluruh anggota DWP dan Pegawai BNPP RI yang dilaksanakan di Kantor BNPP RI Jl. Kebon Sirih No.31 Jakarta Pusat.



Sebanyak 75 Pegawai tenaga pendukung yang bekerja di Lingkup Settap BNPP RI menerima bingkisan Bansos berupa sembilan bahan pokok (sembako) serta pemberian santunan kepada anak yatim yang berada di lingkungan kantor BNPP RI.



SUMBER : HUMAS BNPP



PERINGATAN NUZULUL QURÁN & BUKA PUASA BERSAMA



Dalam Rangka memperingati hari Nuzulul Qurán 1445H, Dharma Wanita Persatuan BNPP RI menggelar sebuah kegiatan buka puasa bersama seluruh Pengurus dan Anggota DWP BNPP RI beserta seluruh staff dilingkungan Setap BNPP RI dirangkaian dengan pemberian santunan kepada anak yatim di lingkungan kantor BNPP RI diharapkan dapat meningkatkan rasa kebersamaan, tolerasi dan kekeluargaan.

Kegiatan Peringatan Nuzulul Qurán 1445H & Buka Puasa Bersama seluruh Pengurus dan Anggota DWP BNPP RI beserta seluruh staff dilingkungan Setap BNPP RI dirangkaian dengan pemberian santunan kepada anak yatim di lingkungan kantor BNPP RI diharapkan dapat meningkatkan rasa kebersamaan, tolerasi dan kekeluargaan.



SUMBER : HUMAS BNPP

IDUL FITRI 1445H & Hari Kartini

Selasa, 23 April 2024, Dharma Wanita Persatuan (DWP) Badan Nasional Pengelola Perbatasan Republik Indonesia (BNPP RI) ikut serta dalam acara Peringatan Hari Raya Idul Fitri 1445H dan Hari Kartini Tahun 2024 di Aula Gedung Sasana Bhakti Praja, Kantor Pusat Kementerian Dalam Negeri.



Acara dibuka langsung oleh Ketua DWP Kementerian Dalam Negeri Ny.Nany Suhajar Diantoro dan diisi seminar dengan judul "Great Personal for Woman Leader" dengan narasumber ibu Sri Sumahardani yang merupakan profesional publik speaker.



SUMBER : HUMAS BNPP



SERAH TERIMA JABATAN PLT. KETUA ANTAR WAKTU DHARMA WANITA PERSATUAN KEMENDAGRI

Dharma Wanita Persatuan (DWP) BNPP RI dengan penuh semangat akan mengikuti kegiatan Serah Terima Jabatan Plt. Ketua Antar Waktu DWP Kemendagri, yang akan dilaksanakan pada Hari Jumat, 7 Mei 2024, di Gedung SBP Kemendagri. Acara ini merupakan momen penting dalam perjalanan organisasi DWP, sebagai langkah untuk memperkuat komitmen dan kinerja dalam menjalankan berbagai program sosial yang bermanfaat bagi anggota dan masyarakat.



SUMBER : HUMAS BNPP

Dengan semangat baru, DWP BNPP RI siap untuk terus berkolaborasi dan mendukung kegiatan DWP Kemendagri, menjadikan kegiatan ini sebagai bukti kuat bahwa kolaborasi antar organisasi dapat memberikan dampak yang lebih besar untuk kesejahteraan bersama.

PENYEMBELIHAN HEWAN QURBAN MELALUI SEDEKAH QURBAN OLEH DWP BNPP RI

Dalam rangka memperingati Hari Raya Idul Adha, yang jatuh pada tanggal 10 Dzulhijjah 1445 H / 2024 M. Penyembelihan hewan qurban ini menjadi bagian dari rangkaian kegiatan sosial yang dilaksanakan oleh DWP BNPP RI untuk mempererat tali silaturahmi, meningkatkan kepedulian sosial, serta melaksanakan kegiatan sesuai dengan bidang Sosial Budaya DWP BNPP Tahun 2024. Kegiatan ini juga merupakan wujud nyata dari komitmen DWP BNPP untuk memberikan kontribusi bagi masyarakat yang membutuhkan.



Pelaksanaan kegiatan penyembelihan hewan qurban berjalan dengan sukses dan lancar, serta berhasil mencapai tujuan yang diinginkan. Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Senin, 17 Juni 2024, dengan detail sebagai berikut

1. Penyembelihan Hewan Qurban di Pondok Pesantren As Shogiri, Kp. Mede, Bekasi
2. Penyembelihan Hewan Qurban di Pondok Pesantren Dhuafa Al Azhar, Desa Pasiringan, Purwakarta

Setelah penyembelihan selesai, daging qurban dibagikan kepada mereka yang berhak menerima, termasuk warga yang kurang mampu, para santri, serta pengasuh pesantren, dengan harapan mereka dapat merasakan manfaat dari kegiatan ini. Sebagai bagian dari rasa syukur, kegiatan ini tidak hanya memberikan kebahagiaan bagi penerima, tetapi juga menguatkan rasa persaudaraan di antara anggota DWP BNPP dan masyarakat.



SUMBER : HUMAS BNPP

WEBINAR Kesehatan

Webinar Kesehatan yang merupakan Program Kerja dari Bidang Pendidikan Dharma Wanita Persatuan (DWP) Badan Nasional Pengelola Perbatasan Republik Indonesia (BNPP RI), suatu kegiatan Edukasi yang dapat memberikan tambahan ilmu dan pengetahuan kepada seluruh Pegawai dan Istri Pegawai di Lingkungan Sekretariat Tetap (settap) BNPP RI.

Webinar Kesehatan dengan tema "Sosialisasi Kanker Prostat, Kanker Rahim dan Kanker Payudara" dilaksanakan di Ruang Rapat Lantai 4 (empat) Kantor BNPP RI dengan melibatkan Narasumber dari Yayasan Pemerhati Kanker Indonesia (YPKI). webinar ini diharapkan dapat menjadi langkah awal untuk pencegahan kanker dan tumor serta memahami pentingnya menjaga pola hidup bagi seluruh Pegawai dan istri Pegawai di Lingkungan BNPP RI.



SUMBER : HUMAS BNPP

SILAHTURAHMI & BAKSOS

Dalam rangka mempererat hubungan antar sesama anggota dan memberikan kontribusi positif bagi masyarakat, Dharma Wanita Persatuan BNPP RI akan menggelar acara Silaturahmi dan Bakti Sosial yang akan dilaksanakan pada tanggal 19 Juli 2024 di Ruang Rapat Lantai 4 Gedung BNPP RI. Kegiatan ini bertujuan untuk tidak hanya memperkuat ikatan antara sesama anggota, tetapi juga meningkatkan kepedulian sosial dalam bentuk kegiatan bakti sosial yang memberikan manfaat langsung bagi mereka yang membutuhkan.



Acara ini diharapkan tidak hanya menjadi ajang silaturahmi semata, tetapi juga langkah nyata dalam memperkuat peran serta Dharma Wanita Persatuan BNPP RI dalam membawa perubahan positif untuk masyarakat. Dengan kebersamaan yang terjalin melalui kegiatan ini, kita berharap akan semakin banyak pihak yang terinspirasi untuk terus memberikan kontribusi positif di lingkungan masing-masing.

Kegiatan ini tidak hanya memberikan kesempatan untuk berinteraksi dan berbagi pengalaman antar anggota, tetapi juga menumbuhkan semangat gotong royong dan kepedulian sosial yang tinggi. Dengan bersama-sama menyelenggarakan bakti sosial, kita dapat semakin memperkuat tekad untuk berkontribusi positif bagi lingkungan sekitar, serta mewujudkan cita-cita untuk meningkatkan kesejahteraan masyarakat.



SUMBER : HUMAS BNPP

BAZAAR SEMARAK KEMERDEKAAN

Dalam rangka memperingati Hari Ulang Tahun Kemerdekaan Republik Indonesia yang ke-79, Dharma Wanita Persatuan Kemendagri dan Dharma Wanita Persatuan BNPP RI menyelenggarakan acara Bazaar dan Seminar Kesehatan yang akan berlangsung pada tanggal 21 Agustus 2024 di Gedung Kemendagri. Kegiatan ini bertujuan tidak hanya untuk merayakan momen bersejarah bagi bangsa Indonesia, tetapi juga untuk memperkuat hubungan sosial antar anggota dan memberikan peluang bagi pengembangan kewirausahaan anggota.



Kegiatan Bazaar ini juga mempertegas semangat saling mendukung dan berbagi yang menjadi nilai penting bagi organisasi Dharma Wanita Persatuan. Dengan mengusung tema "Kebersamaan dalam Kemerdekaan," acara ini diharapkan menjadi platform yang memungkinkan para anggota untuk berbagi pengetahuan, pengalaman, serta memperkenalkan produk yang bermanfaat bagi masyarakat luas.

SUMBER : HUMAS BNPP

HUT-14

BNPP RI



SUMBER : HUMAS BNPP

Dalam rangka memperingati Hari Ulang Tahun BNPP RI yang ke-14, Dharma Wanita Persatuan (DWP) BNPP RI menggelar acara Keakraban dan Jalan Santai yang melibatkan Bapak Menteri Dalam Negeri, sebagai Penasehat DWP BNPP RI, Ibu, serta seluruh karyawan dan karyawati BNPP RI. Kegiatan ini akan berlangsung pada tanggal 29 September 2024 di Ancol, dengan tujuan untuk mempererat hubungan antar sesama anggota, sekaligus memperingati perjalanan BNPP RI yang telah berkiprah selama 14 tahun dalam mewujudkan kinerja terbaiknya.

Kegiatan ini lebih dari sekadar acara jalan santai. Ini adalah langkah nyata untuk meningkatkan kolaborasi dan sinergi antara seluruh bagian keluarga besar BNPP RI. Melalui kegiatan ini, DWP BNPP RI berharap dapat terus menjaga kerjasama yang solid, memperkuat kebersamaan, serta membangun lingkungan yang sehat, harmonis, dan produktif.

Selain menjadi acara untuk mempererat hubungan antar karyawan dan anggota DWP BNPP RI, acara jalan santai ini juga menjadi momen refleksi terhadap perjalanan BNPP RI selama 14 tahun. Dengan semangat yang terus membara, diharapkan BNPP RI dapat melangkah lebih jauh dan terus berkontribusi dalam meningkatkan kualitas layanan dan kinerja pemerintahan.

WEBINAR PUBLIC SPEAKING

"KIAT-KIAT MENJADI PEMBAWA ACARA YANG BAIK"



Pada 5 November 2024, Dharma Wanita Persatuan (DWP) BNPP RI menyelenggarakan sebuah acara yang penuh makna dan inspirasi, yakni Webinar Public Speaking dengan tema "Kiat-Kiat Menjadi Pembawa Acara yang Baik" dan Bakti Sosial yang akan dihadiri oleh Ibu Tri Tito Karnavian, Penasehat DWP Kemendagri dan BNPP RI. Kegiatan ini akan dilaksanakan di Ruang Rapat Lantai 4 BNPP RI, dengan tujuan untuk memperkaya keterampilan anggota DWP BNPP RI dalam dunia public speaking serta berbagi kebaikan melalui kegiatan bakti sosial yang penuh kepedulian.



SUMBER : HUMAS BNPP

Acara Webinar Public Speaking dan Bakti Sosial ini adalah kesempatan yang sangat baik bagi anggota DWP BNPP RI untuk belajar keterampilan yang berharga, sekaligus memberi kontribusi kepada masyarakat yang membutuhkan. Dengan bimbingan langsung dari Ibu Tri Tito Karnavian, peserta diharapkan dapat membawa perubahan positif dalam diri mereka, serta memperluas dampak sosial yang bermanfaat bagi banyak orang.



BAKTI SOSIAL BERSAMA IBU PENASEHAT DWP KEMENDAGRI DAN BNPP RI



SUMBER : HUMAS BNPP

Kegiatan Bakti Sosial yang menjadi wujud nyata dari kepedulian DWP BNPP RI terhadap masyarakat yang membutuhkan. Kegiatan ini akan memberikan bantuan sosial kepada mereka yang kurang beruntung, dengan harapan dapat meringankan beban mereka dan meningkatkan kualitas hidup mereka. Melalui bakti sosial ini, DWP BNPP RI ingin mempererat hubungan antara sesama anggota dan masyarakat, serta memberikan dampak positif yang dapat dirasakan oleh semua pihak.

Kehadiran Ibu Tri Tito Karnavian sebagai Penasehat DWP BNPP RI sangat berarti bagi keberhasilan acara ini. Sebagai figur yang memiliki dedikasi tinggi dalam memberdayakan perempuan dan meningkatkan kesejahteraan sosial, Ibu Tri Tito Karnavian akan memberikan motivasi dan inspirasi kepada peserta, khususnya dalam hal pentingnya berbagi dan berempati terhadap sesama. Kepemimpinan beliau dalam kegiatan ini akan membawa energi positif yang menginspirasi para anggota DWP BNPP RI untuk terus memberikan kontribusi kepada masyarakat.

PERKENALAN IBU WAKIL MENTERI II (IBU YANE ARDIAN RACHAM)



SUMBER : HUMAS BNPP

Pada 21 November 2024, Dharma Wanita Persatuan Kemendagri dan BNPP RI mengadakan sebuah kegiatan istimewa untuk memperkenalkan Ibu Yane Bima Arya, Penasehat Dharma Wanita Persatuan Kemendagri dan BNPP RI. Kegiatan ini akan dilaksanakan di Gedung SBP Kemendagri dan bertujuan untuk mempererat hubungan serta membangun kolaborasi yang lebih baik di antara anggota DWP Kemendagri dan BNPP RI.

Kegiatan ini diharapkan dapat menjadi langkah awal untuk memperkuat komitmen bersama dalam pemberdayaan perempuan di seluruh Indonesia. Dengan hadirnya Ibu Yane sebagai Penasehat DWP, diharapkan semakin banyak program sosial dan pemberdayaan yang akan dijalankan, serta dapat melibatkan lebih banyak anggota DWP dari seluruh wilayah.

PEMERIKSAAN KESEHATAN DAN DETEKSI DINI KANKER SERVIKS

Pada 4 Desember 2024, Dharma Wanita Persatuan BNPP RI dengan penuh semangat menyelenggarakan kegiatan istimewa dalam rangka memperingati Hari Ulang Tahun ke-25 Dharma Wanita Persatuan. Acara ini dilaksanakan di Taman BNPP RI, yang dirancang khusus untuk memberikan perhatian lebih kepada kesehatan anggotanya melalui Pemeriksaan Kesehatan Umum dan Pemeriksaan Pap Smear.



SUMBER : HUMAS BNPP

PUNCAK HUT DWP & PERINGATAN HARI IBU



SUMBER : HUMAS BNPP

Pada tanggal 12 Desember 2024, bertempat di Aula Lantai 3 Gedung F kemendagri, Dharma Wanita Persatuan (DWP) Kementerian Dalam Negeri Republik Indonesia (Kemendagri) mengadakan acara puncak hari ulang tahun dwp ke-25 dan peringatan hari ibu ke-96 tahun 2024. acara puncak tersebut juga dimeriahkan dengan berapa kegiatan seperti lomba merangkai bucket snack, bazaar, pembagian doorprize dan hiburan.

OPTIMALISASI KEGIATAN PP PAUD DI KAWASAN PERBATASAN NEGARA



oleh : Siti Metrianda Akuan

BNPP bersama PP PAUD telah menandatangani Perjanjian Kerja Sama (PKS) tentang Penyelenggaraan dan Peningkatan Kualitas Pendidikan Anak Usia Dini di Kawasan Perbatasan Negara. Penandatanganan tersebut dilaksanakan pada tahun 2023 di Hotel Aston Kartika. Kerja sama ini menjadi wujud nyata komitmen kita dalam mendukung pendidikan anak usia dini di kawasan perbatasan, dengan pendekatan holistik integratif.

Ini merupakan upaya melaksanakan Asta Cita Indonesia Maju 2024-2029 yang ke 4, antara lain: memperkuat pembangunan Sumber Daya Manusia dalam rangka menciptakan generasi yang sebat dan cerdas menyongsong Indonesia emas 2025.

Ibu Ninuk Triyanti Zudan, Ketua I DPP PAUD menyatakan untuk Memastikan anak usia dini di kawasan perbatasan mendapatkan pendidikan yang baik adalah langkah penting untuk membangun fondasi yang kuat bagi perkembangan mereka.

Pada masa anak usia dini (PAUD), yang sering disebut sebagai masa golden age, perkembangan otak dan kemampuan sosial anak berkembang pesat, sehingga sangat krusial untuk memberikan pendidikan yang berkualitas pada periode ini.

Pada usia dini, anak-anak sangat peka terhadap stimulasi dan pendidikan yang mereka terima. Ini adalah periode ketika keterampilan dasar seperti bahasa, motorik, sosial, dan emosional terbentuk dengan cepat. Oleh karena itu, PAUD di kawasan perbatasan harus memanfaatkan masa golden age ini sebaik mungkin dengan memberikan pengalaman belajar yang kaya dan bervariasi

Peran Bunda PAUD dalam Perluasan Akses dan Penguatan PAUD Holistik Integratif Menuju Generasi Emas 2045 di Kawasan Perbatasan Negara:

- a. Generasi Emas dihasilkan dari PAUD yang berkualitas yang berada di Kawasan perbatasan yang kuat dan Masyarakat Sejahtera.
- b. Pengembangan Anak Usia Dini Holistik Integratif PAUD HI, dihadirkan untuk memenuhi kebutuhan essensial anak yang beragam dan saling terkait satu sama lain secara simultan, sistematis dan terintegrasi.

c.Penerapan PAUD HI mengendepankan prinsip-prinsip menyeluruh dan teintegrasi, berkesinambungan, non diskriminasi, dapat dijangkau/terjangkau, partisipasi Masyarakat, berbasis budaya yang konstruktif, dengan tata Kelola yang baik.

d.6 (enam) aspek PAUD HI yaitu aspek layanan pendidikan, layanan kesehatan dan gizi, layanan perawatan, layanan pengasuhan, layanan perlindungan, dan layanan kesejahteraan.

e.Menggambarkan peran Bunda PAUD dalam mendukung Gerakan nasional PAUD berkualitas dengan layanan holistic integratif.

f.DPD PP PAUD Kepri, kaltim, Kalbar, sulut, dan Malut, perlu diperluas di provinsi perbatasan lainnya.

Layanan PAUD merupakan afirmasi Pendidikan sebagai motor penggerak Pendidikan Pra SD yang juga merupakan Pendidikan yang difasilitasi pemerintah termasuk pemerintah desa, yang juga dapat diselenggarakan oleh Masyarakat dalam membangun karakter anak di usia dini yang potensial.

PAUD Holistik Integratif dan Transisi PAUD-SD, dalam hal ini perlu penguatan agar terlaksananya 6 aspek yang menjadi standar terpenuhi seluruh aspek tumbuh kembang anak; disamping itu bagaimana menyiapkan anak-anak binaan PAUD untuk transisi memasuki Pendidikan SD.

Diharapkan dukungan pemda untuk dalam melaksanakan kebijakan PAUD di seluruh Indonesia, termasuk wilayah perbatasan untuk mewujudkan Pendidikan Bermutu untuk Semua dengan berbagai tantangan yang harus dihadapi. Pentingnya Kolaborasi para pihak yang berkepentingan secara holistik untuk mensukseskan penyelenggaraan PAUD di Kawasan perbatasan negara.



Diharapkan kedepannya mungkin bisa di buatkan contoh sebagai role model untuk 2 kabupaten di wilayah kabupaten perbatasan dalam rangka peningkatan PUAD, yang didukung dengan anggaran.



SEJARAH PERBATASAN INDONESIA - TIMOR LESTE



Perbatasan Indonesia-Timor Leste mencakup perbatasan darat dan maritim. Perbatasan Indonesia dengan Timor Leste merupakan sejarah panjang antara Portugis dan Belanda. Pulau Timor dijajah oleh dua bangsa Barat: Timor bagian barat dijajah oleh Belanda, sedangkan Pulau Timor bagian timur dijajah oleh Portugis. Hal yang menarik bagi Belanda dan Portugis untuk berkuasa di Pulau Timor adalah kayu cendana yang pada waktu itu menjadi komoditas dagang yang istimewa.

Perbatasan darat Republik Indonesia dan Republik Demokratik Timor Leste adalah antara Kabupaten Belu dan Kabupaten Malaka, dengan daratan utama Timor Leste, sementara itu ada pula perbatasan antara Kabupaten Timor Tengah Utara dan Kabupaten Kupang, dengan enklave Oecussi-Ambeno. Panjang perbatasan darat ini adalah 268,8 km. Sementara itu, perbatasan maritim Republik Indonesia dan Republik Demokratik Timor Leste adalah di Laut Timor.

Sebelum kedatangan bangsa barat, Pulau Timor dikuasai oleh kerajaan besar yang bernama Kerajaan Wehali. Kerajaan ini membawahi banyak sekali kerajaan-kerajaan kecil di seluruh pulau Timor. Setelah Kerajaan Wehali dihancurkan oleh ekspedisi yang dilancarkan Portugis, maka dengan mudah kerajaan-kerajaan kecil dapat dikuasai oleh Portugis dan Belanda.

Selama berada di Pulau Timor, Portugis dan Belanda selalu bermusuhan. Puncaknya terjadi pada tahun 1749. Terjadi perang besar antara Portugis dan Belanda yang dikenal dengan Pertempuran Penfui. Peperangan dimenangkan pihak Belanda. Seusai perang, Portugis dan Belanda menandatangani Kontrak Paravicini pada tahun 1755 yang membagi Pulau Timor menjadi dua bagian tanpa menyebutkan detail tapal batas yang ada.

Beberapa kali perundingan antara pihak Portugis dan Belanda terjadi namun mengalami kegagalan dalam menetapkan tapal batas. Akhirnya Belanda dan Portugis membawa masalah pertikaian perbatasan ke Mahkamah Arbitrase Antarabangsa. Dalam keputusannya, Belanda menang atas daerah-daerah yang masih dipersengketakan. Setelah Indonesia merdeka, wilayah yang diklaim sebagai wilayah Negara Kesatuan Republik Indonesia (NKRI) adalah wilayah bekas jajahan Hindia Belanda. Namun wilayah pulau Timor bagian timur masih dikuasai Portugis.

Pada tahun 1975 terjadi Integrasi wilayah Timor Portugis dengan wilayah Republik Indonesia. Integrasi diawali dengan Deklarasi Balibo yang memproklamasikan atas nama rakyat Timor Timur:

Timor Portugis bebas dari Penjajahan dan bergabung dengan bangsa Indonesia dan secara resmi wilayah Timor Timur bersatu ke dalam Negara Kesatuan Republik Indonesia.

Sejak itu, perbatasan yang semula sebagai perbatasan negara berubah menjadi perbatasan Provinsi Timor Timur dengan Provinsi Nusa Tenggara Timur.

Namun pada waktu yang hampir bersamaan, Fretelin memproklamasikan Republik Demokratik Timor Leste. Fretelin mengawali perlawanannya menentang pasukan ABRI dengan menerapkan strategi perang konvensional. Setelah mengalami pergolakan dan perjuangan memisahkan diri dari Negara Republik Indonesia pada tahun 1999, Provinsi Timor Timur pasca jajak pendapat melepaskan diri dari NKRI dan sejak saat itu, diberlakukan kembali perbatasan antara negara Indonesia di Provinsi Nusa Tenggara Timur dengan negara Timor Leste.

Garis perbatasan antar-negara Hindia Belanda dan Timor Portugis yang digambar tidak memiliki titik terang, sehingga persengketaan lahan terjadi. Persengketaan ini bukanlah masalah yang besar saat Timor Leste masih merupakan bagian dari Indonesia, tetapi ketika Timor Leste sudah melepaskan dirinya, sengketa ini menjadi masalah yang besar.

Salah satu sengketa lahan yaitu sengketa perbatasan Nakuta.[3] Nakuta terletak di Noel Besi-Citrana, antara Kabupaten Kupang dengan Distrik Oecusse. Setelah perundingan dari pihak Indonesia (Korem 161/Wirasakti Kupang, Raja Liurai, Raja Sonba'i, dan Raja Amfoang) dan Pihak Timor Leste (Raja Ambeno). Pada tahun 2017, sengketa lahan seluas 1.069 Ha sudah menemui titik terang.

Sebenarnya sengketa perbatasan ini sudah pernah dibicarakan antara Indonesia dan Timor Leste sebelumnya, yakni pada 17 April 2003.

Aktivitas lintas batas antara Indonesia dan Timor Leste tidak membutuhkan Visa bagi warga Indonesia dan Timor Leste. Timor Leste sendiri baru membebaskan-Visa-kan warga Indonesia yang hendak berkunjung ke Timor Leste pada 26 September 2019.

Antara Indonesia dengan daratan utama Timor Leste, ada 2 Pos Lintas Batas Negara utama yang bisa dilewati, yaitu PLBN Terpadu Motaain di Tasifeto Timur dan PLBN Motamasin di Kobalima Timur.

Sementara itu, antara Indonesia dengan enklave Oecusse, ada 1 Pos Lintas Batas Negara utama yang bisa dilewati, yaitu PLBN Wini di Insana Utara.

Selain ketiga PLBN utama tersebut, ada pula beberapa pos lintas batas kecil antara kedua negara ini.



MENGENAL PLBN *di Nusa Tenggara Timur*





DIRESMIKAN PADA 28 DESEMBER
2016 DAN MERUPAKAN PINTU
GERBANG PERBATASAN
INDONESIA DENGAN TIMOR LESTE
YANG DIFUNGSIKAN UNTUK
KEBUTUHAN CIQS, TERLETAK DI
KABUPATEN MALAKA, PROV. NTT

PLBN **MOTAA'IN**

PLBN **MOTAMASIN**

DIRESMIKAN PADA 9 JANUARI 2018
DAN MERUPAKAN PINTU GERBANG
PERBATASAN INDONESIA DENGAN
TIMOR LESTE YANG DIFUNGSIKAN
UNTUK KEBUTUHAN CIQS, TERLETAK
DI KABUPATEN MALAKA, PROV. NTT





DIRESMIKAN PADA 9 JANUARI
2018 DAN MERUPAKAN PINTU
GERBANG PERBATASAN
INDONESIA YANG DIFUNGSIKAN
UNTUK CIQS, TERLETAK DI KAB.
TIMOR TENGAH UTARA, PROV.
NTT

PLBN
WINI



DIRESMIKAN PADA 2 OKTOBER
2024 DAN MERUPAKAN PINTU
GERBANG PERBATASAN
INDONESIA DENGAN TIMOR
LESTE YANG DIFUNGSIKAN
UNTUK KEBUTUHAN CIQS,
TERLETAK DI KABUPATEN
MALAKA, PROV. NTT

PLBN
NAPAM

CANTIKNYA PLBN MONTAAIN DI NTT

Oleh : Sulviyani Suardi

Tahun 2023, aku baru saja bergabung dengan tim Pengelolaan Lintas Batas Negara (Tasbara) BNPP-RI. Beberapa literasi menjadi bahan bacaanku untuk mengenal Tasbara dan BNPP-RI. Termasuk profil Pos Lintas Batas Negara. Salah satu materi yang aku baca adalah PLBN Motaain yang terletak di Desa Silawan, Kecamatan Tasifeto Timur, kabupaten Belu, provinsi Nusa Tenggara Timur (NTT) yang berbatasan langsung dengan Batugade Negara RDTL

Pembangunan PLBN Motaain merupakan salah satu komitmen Pemerintah dalam membangun Indonesia dari pinggiran dengan memperkuat daerah-daerah dan desa dalam kerangka negara kesatuan. PLBN Motaain diresmikan Presiden Joko Widodo pada 28 Desember 2016. "PLBN merupakan kebanggaan dan representasi wajah Indonesia. Sehingga bukan saja fisik bangunannya yang harus bagus, namun juga harus dapat memberikan pelayanan prima bagi penggunanya." Jelas Jokowi saat peresmian PLBN Motaain.

Mashaallah, aku mendapat penugasan ke NTT sehingga berkesempatan berkunjung ke PLBN Motaain, satu dari 15 PLBN Indonesia ini sangat modern. Perjalanan jalur udara dari Jakarta ke Bandara El-Tari Kupang ditempuh selama 2,5 jam. Setelah itu kami lanjut perjalanan darat ke Atambua selama 8 jam. Lalu ke PLBN Motaain di Belu.



Akses ke PLBN Motaain juga sangat baik dan lancar. PLBN Motaain merupakan salah satu pintu keluar Masuk Indonesia ke Republic Democratic Timor Leste (RDTL). Sebelum aku berkeliling, tentu sowan dulu ke tuan rumah. Aku bertemu kepala PLBN Motaain Bapak Engel Albertus dan staf di ruang kerjanya serta mendengarkan penjelasan tentang kondisi PLBN Motaain baik peluang dan tantangannya.

Setelah berbincang, kami pun dipersilahkan untuk berkeliling dan melihat PLBN Motaain. Aku berkesempatan melihat bagaimana petugas Customs, Immigrations, Quarantines dan Security dalam melaksanakan tugas mereka.

Aku terpukau dengan bangunan PLBN Motaain yang cantik dan estetik. Kosep design bagunan PLBN Motaain mengaplikasikan ragam kekayaan kebudayaan Lokal NTT, mencerminkan rumah Matabesi (rumah adat masyarakat Belu) dengan konsep green desing atau pemanfaatan pencahayaan alami dengan menggunakan material kaca pada dinding serta pilihan warna cerah pada interior ruang untuk memaksimalkan pencahayaan ruang.



Kawasan PLBN Motaain memiliki Gedung Utama PLBN, gedung Kargo Kedatangan, Gedung Kargo Keberangkatan, Wisma Indonesia, Mess Karyawan, Plaza, Pasar perbatasan, Pos Pamtas dan area parkir.

Dalam kunjunganku ini, kami juga mendapatkan penjelasan bahwa PLBN Motaain, Bagaimana dampak positif yang diberikan kepada masyarakat di desa Belu dan sekitarnya. Terutama dengan adanya Pasar PLBN Motaain.

Ada hal yang baru saya temukan di PLBN ini. Selama ini saya hanya tahu bahwa untuk keluar Indonesia ke negara lain,

kita harus menggunakan passport sebagai dokumen resmi perlintasan negara.

Rupanya, bagi masyarakat yang tidak berdomisili di wilayah kecamatan di perbatasan, mereka memiliki Surat Perjalanan Laksana Passor /Pas Lintas Batas (PLB) yang merupakan surat perjalanan lintas batas ke RDTL.



Aku bahkan diantar melintas zona netral RI-RDTL. Melintasi jembatan menuju batu prasasti dan tugu yang tulisan di batunya ditandatangani Xanana Gusmao dalam Bahasa Portugis. Bisa mengabadikan moment ini dengan mengambil gambar di depan tugu Timor Leste yang terletak di depan pintu Gerbang RDTL. Wah, sayang sekali karena perjalananku kali ini belum bisa melintas, tetapi kesempatan ini juga sangat berharga untukku.

Perjalanan ini tentu menjadi pengalaman tidak terlupakan dan semakin membuatku ingin berkeliling PLBN di Indonesia. Ternyata setiap PLBN memiliki ciri khas masing-masing, keunikan dan keunggulan dalam menjaga perbatasan Indonesia.



PLBN MOTAMASIN BUKUKAN DOMINASI EKSPOR DI OKTOBER 2024, PERLINTASAN ORANG TERUS MENGALIR

OLEH : BINSAR MARULITUA

MALAKA - Ekspor sejumlah komoditi Indonesia melalui Pos Lintas Batas Negara (PLBN) Motamasin di Kabupaten Malaka, Nusa Tenggara Timur (NTT) terpantau terus catatkan kinerja yang positif. Sejumlah produk industri terus mengalir, hingga mencapai nilai total ekspor mencapai Rp13.252.348.640 pada Oktober 2024.

Berdasarkan data dari pihak Bea Cukai, Imigrasi, Karantina Kesehatan, dan Karantina Indonesia, komoditas utama yang diekspor melalui PLBN Motamasin seperti semen, besi beton, kaca, keramik, air mineral, mie instan, makanan ringan, obat pertanian, hingga peralatan rumah tangga seperti spring bed dan perabotan.

Data ekspor yang perlahan konsisten meluncur, berbanding terbalik dengan impor. Pada Oktober 2024, pembukuan impor dari Timor Leste melalui PLBN Motamasin, tercatat sebesar Rp0.



“Tidak adanya impor menunjukkan minimnya permintaan dari negara tetangga, Timor Leste, terhadap produk luar negeri, yang di satu sisi juga menunjukkan adanya potensi besar bagi Indonesia untuk terus meningkatkan produksi lokal dan memperluas pasar ekspor,” ucap Kepala PLBN Motamasin Engelberthus.

Hal ini menunjukkan dominasi ekspor produk Indonesia dari PLBN Motamasin lebih besar dari impor barang.

“Sementara itu, perlintasan orang melalui PLBN Motamasin juga tercatat naik. Menurut data dari Imigrasi, jumlah pelintas mengalami kenaikan jika dibandingkan dengan bulan September.

Ke naikan jumlah pelintas keberangkatan sebesar 701 orang, dan peningkatan pada jumlah kedatangan sebesar 629 orang. Secara keseluruhan, total pelintas yang berangkat mencapai 2.048 orang, sementara yang tiba sebanyak 1.958 orang.

Ke naikan jumlah pelintas keberangkatan sebesar 701 orang, dan peningkatan pada jumlah kedatangan sebesar 629 orang. Secara keseluruhan, total pelintas yang berangkat mencapai 2.048 orang, sementara yang tiba sebanyak 1.958 orang.

Dari jumlah tersebut, 1.196 orang merupakan Warga Negara Indonesia, sedangkan 852 lainnya merupakan Warga Negara Asing yang melintas melalui PLBN Motamasin. Rata-rata pelintas harian di PLBN Motamasin tercatat sebanyak 148 orang per hari kerja.

Dengan statistik angka-angka tersebut, PLBN Motamasin berperan sebagai gerbang penghubung yang strategis antara Indonesia dan Timor Leste, yang tidak hanya berfungsi sebagai titik pemeriksaan lintas batas, tetapi juga sebagai pemanfaat ekonomi lokal yang berkontribusi pada pendapatan nasional.

BERKUNJUNG KE PLBN WINI, KILAUAN SUNSET MEMESONA DI TANJUNG BASTIAN TAK PERNAH GAGAL BIKIN KAGUM

TIMOR TENGAH UTARA, NTT - Mengunjungi pariwisata di wilayah perbatasan negara atau cross border tourism di Nusa Tenggara Timur (NTT) tak lengkap rasanya jika tak menyinggahi Pos Lintas Batas Negara (PLBN) Wini di Insana Utara, Timor Tengah Utara, NTT.

Salah satu wilayah di sudut perbatasan negara yang menjadi pintu pemisah dengan Timor Leste, telah berdiri bangunan megah dan artistik, yang selalu menjadi magnet warga sekitar dan daerah penyangga untuk berwisata.

Bersisian dengan itu, sejumlah destinasi pantai, perbukitan dan berbagai bentang alam lain menjadi deretan ‘surga’ tersembunyi. Lanskapnya selalu menawarkan pengalaman yang lebih eksklusif, tenang, dan autentik dibanding tempat wisata yang ramai pengunjung. Salah satunya Pantai Tanjung Bastian.

Di Tanjung Bastian, keindahan panorama tak pernah gagal! Perpaduan antara laut yang biru, serta perbukitan khas NTT menjadi pemandangan yang akan dilihat oleh wisatawan.

Jika gelap mulai menyergap, langit yang awalnya biru cerah berubah menjadi kanvas dengan gradasi warna oranye dan merah, menciptakan pemandangan yang menghipnotis.



Di kejauhan, siluet perahu-perahu nelayan dan kerangka-kerangka bagan terapung menghiasi permukaan laut yang tenang, seakan mengapung di atas cermin raksasa yang memantulkan sinar matahari terakhir hari itu. Jika beruntung, wisatawan juga menikmati kuda-kuda berlarian bersama matahari yang berpendar.

Tanjung Bastian juga menjadi tempat pacuan kuda yang diselenggarakan hampir 3 kali dalam 1 tahun. Hal ini dilakukan agar Wini semakin dikenal tidak hanya untuk daerah wisata tapi juga tempat atraksi budaya salah satunya pacuan kuda.

Pepohonan yang tumbuh di sekitar bukit dan pantai menambah kesan alami dan asri. Sementara lembah dan bukit di kejauhan menambah dimensi keindahan panorama ini. Suara ombak yang lembut dan angin sepoi-sepoi yang menyentuh kulit, membuat momen ini menjadi lebih istimewa.

Pemandangan ini tidak hanya menambah keindahan visual, tetapi juga membawa perasaan damai dan ketenangan bagi setiap pengunjung yang menyaksikannya.

Kepala PLBN Wini, Reynold Uran menjelaskan bahwa, PLBN Wini merupakan salah satu pos perbatasan negara, yang telah mengalami modernisasi, dengan fasilitas yang memadai untuk mendukung aktivitas lintas batas negara.

Namun, keindahan alam di sekitarnya, seperti yang terlihat di Tanjung Bastian dengan jarak 6-10 kilometer dari PLBN Wini, membuat kawasan ini juga menjadi tujuan wisata yang menarik.

Ia mengungkapkan harapannya untuk pengembangan lebih lanjut. Semoga ke depan kementerian bersama pemerintah daerah dan BNPP tentunya bisa mengembangkan konsep border tourism di Wini yang memiliki potensi pantai, bukit di kawasan perbatasan yang indah ini.

Akses, atraksi, dan amenitas jadi yang utama untuk mengembangkan pariwisata di Wini," ujar Reynold.

Reynold juga menjelaskan, dengan segala pesonanya, Tanjung Bastian tidak hanya menjadi destinasi wisata yang menarik, tetapi juga tempat yang sempurna untuk mencari inspirasi dan menikmati keajaiban alam yang luar biasa.

Bagi para pecinta alam dan fotografi, lanjutnya, setiap detik yang berlalu saat matahari terbenam di Tanjung Bastian memberikan keindahan yang berbeda. Membuat pengunjung yang hadir ingin mengabadikan setiap momen dalam gambar atau sekadar menyimpannya dalam ingatan. "Kunjungan ke Tanjung Bastian di kawasan penyanga PLBN Wini tidak hanya menawarkan pemandangan indah, tetapi juga pengalaman yang tak terlupakan di salah satu sudut perbatasan Indonesia," pungkasnya.



OLEH : YUSTIARTI PONDUNGGE

LEBIH DEKAT DENGAN PLBN NAPAN, BANGUNAN MODERN DENGAN SENTUHAN TRADISI SUKU SANAK DI NTT

OLEH : BINSAR MARULITUA

Mantan Presiden Joko Widodo (Jokowi) telah meresmikan Pos Lintas Batas Negara (PLBN) Napan di Kabupaten Timor Tengah Utara, Nusa Tenggara Timur (NTT) yang berbatasan dengan Republik Demokratik Timor Leste (RDTL), Rabu (2/10/2024). PLBN Napan diresmikan bersama dengan 6 PLBN lainnya yang tersebar di perbatasan negara

Dengan diresmikannya 7 PLBN baru di perbatasan negara, sepanjang 2015-2024 Badan Nasional Pengelola Perbatasan (BNPP) resmi mengoordinasi 15 PLBN, sebagai tempat pengawasan dan pelayanan lintas batas negara.

Presiden Jokowi secara seremoni menekan sirene pengesahan 7 PLBN yang berpusat di PLBN Napan. Presiden didampingi oleh Menteri Dalam Negeri (Mendagri) Tito Karnavian selaku Kepala BNPP, Menteri Kesehatan Budi Gunadi Sadikin, Penjabat (Pj) Gubernur NTT, Andriko Noto Susanto, Wakil Bupati TTU, Eusabius Binsasi dan Kepala PLBN Napan, Don Gaspar.

Dalam kata sambutanya, Jokowi mengatakan bahwa, PLBN terpadu yang baru saja diresmikan dapat meningkatkan pelayanan bagi masyarakat Indonesia yang melintasi perbatasan negara dan meningkatkan keamanan wilayah perbatasan. Selain itu PLBN menjadi representasi kemajuan bangsa yang diharapkan menjadi sentra pertumbuhan ekonomi baru.



"Mendorong pertumbuhan sentra-sentra ekonomi baru di perbatasan dan membuat masyarakat kita di perbatasan semakin cinta dan bangga terhadap negara kita Indonesia," kata Presiden Jokowi.

Bagaimana konsep desain arsitektur tradisional dan modern bersatu di PLBN Napan? PLBN Napan terdiri atas area Zona Inti dan Zona Sub Inti, dengan bentuk bangunan rumah mengadopsi arsitektur lokal rumah adat Sonaf Bikomi dari Suku Sanak.

Suku Sanak, yang mendiami Maslete, salah satu daerah di Kecamatan Kota Kefamenanu Kabupaten Timor Tengah Utara, NTT secara turun temurun menganggap rumah adat Sonaf Bikomi melambangkan alam semesta dan pemersatu suku.



Bangunan Sonaf Bikomi rata-rata terbagi atas 2 ruangan yakni bagian depan ruang pertemuan dan bagian belakang ruang tempat tidur dan dapur.

Kontruksi bangunan Sonaf Bikomi terbuat dengan atap atau hun menyerupai perahu terbalik, dari material ilalang atau dari bahan alam alang-alang.

Tiang atau Usuk/Suaf terbuat dari batang cemara. Usuk diukir melambangkan 8 bersaudara, yakni Nenis, Hala, Funam, Oetpah, Sife, Tanik dan Apaol Bana, dari tokoh adat yang berhak mengerjakan Sonaf Bikomi.

Kontruksi rumah adat Sonaf Bikomi juga terbuat dari rangka Latah atau Tak Pani, atap material batang pinang dengan dinding niki yang terbuat dari kayu merah.

Sedangkan, tiang induk atau Ni Ainaf terbuat dari kayu merah dan material batu alam sebagai aksen yang menonjol dalam bangunan.

Selain PLBN Napan, 6 PLBN lainnya yang diresmikan Presiden Jokowi juga kental dengan nuansa adat masyarakat setempat.

Enam PLBN tersebut adalah PLBN Serasan di Kabupaten Natuna, Kepulauan Riau (Kepri); PLBN Jagoi Babang di Kabupaten Bengkayang, Kalimantan Barat (Kalbar); PLBN Sei Nyamuk di Pulau Sebatik, Kalimantan Utara (Kaltara).

Selanjutnya, PLBN Labang di Kabupaten Nunukan, Kaltara; PLBN Long Nawang, Kabupaten Malinau, Kaltara dan PLBN Yetetkun di Distrik Ninati, Kabupaten Boven Digoel, Papua Selatan.





KEUNIKAN **SUKU ABUI** KAMPUNG ADAT TAKPALA

*Suku Pribumi yang tinggal di Kabupaten Alor,
Provinsi Nusa Tenggara Timur*

"Suku Paling Bahagia,
hidup secara tradisional,
tanpa listrik, adat
istiadat yang kental dan
lingkungan yang hangat"



Pakaian Perempuan Suku Abui memegang moko

Suku Abui Kampung Adat Takpala

Daya Pikat Kabupaten Alor

Oleh: Rizka Kurniati

Salah satu daya pikat Kabupaten Alor, Provinsi Nusa Tenggara Timur selain keindahan Alamnya yang sangat menawan adalah budaya Adat Istiadat yang masih sangat kental, salah satu nya terdapat di Kampung Adat Takpala yang di diam oleh Suku Abui.

Suku Abui merupakan suku pribumi terbesar yang mendiami Pulau alor, Nusa Tenggara Timur. Masyarakat Etnis yang hidup di Desa Takpala ini memiliki banyak nama lain yang dikenal dengan nama Barue, Barawahin atau Namatalaki.

Orang-orang suku abui dikenal sebagai orang-orang suku yang paling bahagia dengan keramahan dan kerukunan yang mereka miliki, keterbukaan mereka akan perkembangan jaman dengan terus melestarikan dan menjunjung tinggi nilai adat dan budaya yang mereka miliki serta menjalani kehidupan yang masih sangat tradisional membuat pemerintah menjadikan kampung Adat Takpala ini sebagai Desa Wisata.

Suku Abui yang berarti orang gunung, mulanya tinggal di pedalaman wilayah pegunungan Alor yang kemudian dipindahkan ke Area Perbukitan agar pemungutan pajak yang dilakukan oleh petugas kerajaan atas perintah Raja Alor pada zaman itu lebih mudah untuk dilakukan.

Ada banyak hal yang menarik dari Suku Abui ini, "bahasa Abui" bahasa sehari-hari yang mereka gunakan merupakan bahasa alkunturasi bahasa dari Alor, Papua dan Makasai yang kemudian terbagi menjadi beberapa dialek seperti dialek Kobola, Alakaman, dan Atimelang.

Para leluhur Suku Abui dahulunya menggunakan bambu kering yang diisi buah jarak lalu dibakar untuk penerangan dimalam hari, sebelum akhirnya mereka mengenal minyak tanah. Namun hingga saat ini, mereka masih memutuskan untuk tidak menggunakan listrik untuk kehidupan sehari-hari.

Di Kampung Adat Takpala ini terdapat 14 Rumah Adat yang di sebut Rumah Lopo Suku Abui, setiap satu Rumah Adat dihuni dengan satu keluarga. Setiap Rumah Adat terdapat beberapa macam fungsi seperti rumah untuk menerima tamu, rumah untuk memasak dan beristirahat, rumah yang berfungsi sebagai tempat penyimpanan bahan makanan atau lumbung pangan, serta rumah sakral yang berada persis di tengah-tengah perkampungan Takpala ini.



Bersama ibu-ibu suku abui di Rumah Adat Tamu
Photo @rzkaqka_

Terdapat dua Rumah Sakral di Kampung Adat Takpala ini yang disebut Kolwat (Hitam) dan Kanuruwat (Putih) yang identik dengan hal-hal yang gelap/jahat dan Rumah Suci. Didalam kedua rumah sakral tersebut tersimpan beberapa peninggalan leluhur Suku Abui seperti tombak perang, alat masak nenek moyang serta alat musik besi yang disebut moko.

Jika dilihat dari wilayah geografsnya, Pulau Alor dikelilingi oleh lautan dimana masyarakat setempat menggantungkan kehidupannya dari hasil laut. Namun, berbeda dengan Suku Abui, mereka mengandalkan hasil kebun seperti jagung dan ubi untuk hidup. Sedangkan para orang tua yang tidak berkebun, akan membuat beberapa kerajinan tangan salah satunya yaitu kain tenun dengan motif yang khas untuk dijual.

Setelah ditetapkan sebagai Desa Wisata Adat oleh Pemerintah Kabupaten Alor, Kampung Adat Takpala ini terbuka untuk para wisatawan yang ingin berkunjung dan mengetahui kehidupan Suku Abui yang menghuni Pulau Alor. Mereka juga menjual beberapa souvenir dan Kain Tenun hasil kerajinan tangan Suku Abui.



Hasil kerajinan tangan suku abui
Photo @triabulanrs



Pakaian Adat Suku Abui
Photo @rzkaqka_

LABUAN Bajo

*Surga
tersembunyi*

sumber <https://www.indonesia.travel/id/id/destinasi/bali-nusa-tenggara/labuan-bajo.html>



Labuan Bajo merupakan sebuah surga tersembunyi yang ada di Indonesia bagian timur. Desa ini terletak di Kecamatan Komodo, Kabupaten Manggarai Barat, Provinsi Nusa Tenggara Timur yang berbatasan langsung dengan Nusa Tenggara Barat dan dipisahkan oleh Selat Sape. Labuan Bajo adalah salah satu dari lima Destinasi Super Prioritas yang sedang dikembangkan di Indonesia.

Destinasi ini merupakan gerbang menuju Taman Nasional Komodo yang menyimpan keindahan alam yang menakjubkan dan hewan purba yang mendunia. Mulai dari hewan endemik komodo di Pulau Rinca dan Pulau Komodo, deretan pulau eksotis, keragaman hayati bawah laut, hingga pantai aduhai, semua bisa Sobat Pesona temukan dengan memulai perjalanan di Labuan Bajo.

Menikmati pemandangan langit senja juga bisa menjadi cara lain menikmati Labuan Bajo. Spot strategis untuk menikmati keindahan senja ini berada tak jauh dari Bandar Udara Internasional Komodo. Sobat Pesona dapat memilih destinasi Bukit Cinta, Puncak Amelia, dan Puncak Silvia, untuk mengabadikan langit senja yang menentramkan jiwa. Ada juga Gua Rangko yang memiliki pesona bak oasis dengan kolam air asinnya yang begitu menyegarkan.

Kalau Sobat Pesona ingin berpetualang di Labuan Bajo, trekking singkat ke Air Terjun Cunca Wulang bisa jadi pilihan. Jangan lewatkan juga pengalaman seru menjajal live-on-board, yaitu mencoba tinggal di kapal pinisi selama beberapa hari sambil berlayar mengunjungi pulau-pulau yang indah, dan bisa juga menyelam untuk melihat keindahan bawah laut Labuan Bajo yang istimewa.

Gerbang Menuju Surga Dunia

Labuan Bajo dan Taman Nasional Komodo adalah satu entitas yang tidak dapat terpisahkan. Keduanya saling terhubung sehingga ketika Sobat Pesona berada di Labuan Bajo, perlu mengunjungi Taman Nasional Komodo. Untuk mencapai ke sana, Sobat Pesona bisa menggunakan kapal feri atau kapal cepat. Ada banyak pilihan keberangkatan mulai dari pagi hingga sore hari.

Taman Nasional Komodo yang terdaftar sebagai Situs Warisan Dunia UNESCO pada tahun 1991 ini terdiri dari Pulau Komodo, Pulau Rinca, Pulau Padar, dan beberapa pulau lain di sekitarnya. Kehadiran komodo (Varanus komodoensis) yang merupakan kadal raksasa di dunia ini pertama kali diliput dalam jurnal ilmiah pada tahun 1912. Jurnal tersebut ditulis oleh Pieter Antonie Ouwens, Direktur Museum Zoologi Bogor. Penemuan tersebut menjadi awal mula eksistensi Labuan Bajo di mata dunia karena banyak turis dan ilmuwan yang datang untuk melihat langsung ora, sebutan komodo dari warga lokal.

Ketika Sobat Pesona berada di Taman Nasional Komodo, akan disuguhkan beberapa atraksi yang menakjubkan. Salah satunya adalah berfoto bersama Komodo. Ini akan menjadi pengalaman tidak terlupakan seumur hidup yaitu berfoto bersama hewan langka yang hanya ada di Indonesia.

Selain komodo, taman nasional ini juga terkenal akan panoramanya yang memesona. Sobat Pesona yang hobi fotografi, wajib memasukkan beberapa spot di sini sebagai tempat berfoto. Sebut saja Pulau Padar yang ikonik dengan pulaunya yang berbentuk perbukitan serta gradasi laut biru di latar belakang. Pulau Kelor juga tidak kalah keren lho, pemandangan pulau dan laut biru jernih dari puncak Pulau Kelor terlalu indah untuk dilewatkan.



Spot lain yang tidak boleh ketinggalan adalah Pink Beach atau yang dikenal sebagai Pantai Merah oleh masyarakat lokal. Sobat Pesona tahu enggak? Warna merah di pantai ini ternyata berasal dari hewan mikroskopis dan pecahan batu karang berwarna kemerahan di sekitar pesisir pantai.

Jika Sobat Pesona ingin membawa buah tangan sepulang dari Labuan Bajo, ada beberapa suvenir khas yang tak boleh ketinggalan, salah satunya adalah kain songke khas Tanah Manggarai. Kain ini umumnya berwarna dasar hitam dengan beragam motif warna-warni di atasnya. Sama halnya dengan kain Nusantara lain, motif kain songke sangat beragam dan memiliki maknanya tersendiri, lho!



Ada beberapa motif kain songke yang perlu Sobat Pesona ketahui, yaitu:

1. Ranggong (laba-laba) menyimbolkan kejujuran dan kerja keras.
2. Wela Kawu (bunga kapuk) yang bermakna keterkaitan manusia dengan alam sekitarnya.
3. Wela Runu (bunga runu) yang melambangkan bahwa orang Manggarai bagaikan bunga kecil namun menjadi sumber keindahan.
4. Ntala (bintang) yang bermakna harapan dan doa baik.
5. Ju'i (garis-garis batas) yang memiliki filosofi mendalam bahwa semuanya ada batas akhirnya.

Sobat Pesona bisa mampir ke pusat oleh-oleh yang terletak di depan Bandar Udara Internasional Komodo untuk mendapatkan kain songke ini.

Beberapa kuliner khas Labuan Bajo yang menggoyang lidah juga bisa Sobat Pesona jadikan sebagai oleh-oleh, nih, seperti kopi manggarai yang terkenal dengan cita rasa pahit yang unik, roti kompiang yang terbuat dari terigu dengan taburan wijen di atasnya, atau camilan yang terbuat dari olahan tepung beras dan kelapa parut, bernama rebok.

Akses Menuju Ke Labuan Bajo

Labuan Bajo dapat diakses melalui jalur darat, laut, dan juga udara. Keindahan Pulau Komodo dengan kekayaan budaya lokal dan pulau-pulau eksotis di sekitarnya membuat Labuan Bajo menjadi tempat wisata yang potensial dan ramai dikunjungi.



OLEH : ANDRIANA B. SUNBANU

DANAU KELIMUTU



<https://wonderfulimages.kemenparekraf.go.id/read/966/danau-kelimutu>



OLEH : HANA DAMAITA NAIBAHO

Gunung Kelimutu adalah gunung berapi yang terletak di Pulau Flores, Provinsi Nusa Tenggara Timur. Lokasi gunung ini tepatnya di Desa Pemo, Kecamatan Kelimutu, Kabupaten Ende. Gunung ini memiliki tiga buah danau kawah di puncaknya. Danau ini dikenal dengan nama Danau Tiga Warna karena memiliki tiga warna yang berbeda, yaitu merah, biru, dan putih. Walaupun begitu, warna-warna tersebut selalu berubah-ubah seiring dengan perjalanan waktu.

Kelimutu merupakan gabungan kata dari "kelii" yang berarti gunung dan kata "mutu" yang berarti mendidih. Menurut kepercayaan penduduk setempat, warna-warna pada danau Kelimutu memiliki arti masing-masing dan memiliki kekuatan alam yang sangat dahsyat.

Danau atau Tiwu Kelimutu di bagi atas tiga bagian yang sesuai dengan warna-warna yang ada di dalam danau. Danau berwarna biru atau "Tiwu Nuwa Muri Koo Fai" merupakan tempat berkumpulnya jiwa-jiwa muda-mudi yang telah meninggal. Danau yang berwarna merah atau "Tiwu Ata Polo" merupakan tempat berkumpulnya jiwa-jiwa orang yang telah meninggal dan selama ia hidup selalu melakukan kejahatan/tenung. Sedangkan danau berwarna putih atau "Tiwu Ata Mbupu" merupakan tempat berkumpulnya jiwa-jiwa orang tua yang telah meninggal.

Para penduduk di sekitar Danau Kelimutu percaya, bahwa pada saat danau berubah warna, mereka harus memberikan sesajen bagi arwah orang-orang yang telah meninggal.

Luas ketiga danau itu sekitar 1.051.000 meter persegi dengan volume air 1.292 juta meter kubik. Batas antar danau adalah dinding batu sempit yang mudah longsor. Dinding ini sangat terjal dengan sudut kemiringan 70 derajat. Ketinggian dinding danau berkisar antara 50 sampai 150 meter.

Dari Kota Ende, kamu bisa menuju ke desa di kaki Gunung Kelimutu, yaitu Desa Moni. Jarak Desa Moni menuju gerbang Taman Nasional Kelimutu bisa ditempuh dengan berjalan kaki sekitar 30 menit. Desa Moni juga bisa diakses lewat Labuan Bajo. Dari Labuan Bajo, kamu bisa memilih bus atau mini bus jurusan Maumere, kemudian turun di Desa Moni.



Nah, buat kamu yang berencana main ke salah satu danau terindah di Indonesia ini, berikut pesona rangkum rute perjalanan dan tips-tipsnya.

Rute dan akses lokasi

Secara geografis, Danau Kelimutu berada di dalam kawasan Taman Nasional Kelimutu, Kabupaten Ende. Untuk menuju Danau Kelimutu, kamu bisa memulai perjalanan dari pusat Kota Ende.

Waktu yang tepat untuk mengunjungi Danau Kelimutu adalah sebelum matahari terbit atau sunrise. Danau Kelimutu memang dikenal memiliki panorama sunrise terbaik di dunia.

Tips ke Danau Kelimutu

Nah, Pesona akan kasih tips jika sahabat pesona ingin berkunjung ke Danau Kelimutu.

Sebelum menuju Danau Kelimutu, disarankan untuk bermalam di Desa Moni. Kamu bisa memulai perjalanan menuju Danau Kelimutu sekitar pukul 03.30 pagi.

SABANA NAN INDAH DI BATAS NEGARA

Terletak di Kabupaten Belu, Kabupaten di Nusa Tenggara Timur (NTT) yang berbatasan langsung dengan Negara Timor Leste, tersimpan banyak keindahan alam yang memikat hati dan memanjakan mata. FULAN FEHAN, salah satu dari sekian banyak keindahan alam yang ada di perbatasan Negara kita, sebuah lembah di kaki Gunung Lakaan dengan sabana yang sangat luas. Berlokasi di Desa Dirun, Kecamatan Lakmanen, Kabupaten Belu, NTT, sekitar 26 KM dari Atambua, ibu kota Kabupaten Belu.

Fulan Fehan berasal dari bahasa Tetun yang artinya “Bulan Jatuh”, menurut cerita tempat ini merupakan tempat pertahanan balanda yang dibangun sekitar tahun 1960-an untuk mencegah tentara jepang yang pada saat itu menduduki Timor-Timur yang sekarang sudah menjadi Republik Demokratik Timor Leste (RDTL).

Pemandangan hijau dengan suhu yang dingin dan sering berkabut di pagi dan sore hari, membuat tempat ini seperti negeri diatas awan. Jika beruntung, kita akan bertemu banyak kuda ataupun sapi yang dipelihara oleh warga setempat yang sedang makan ataupun berlari-lari di sabana yang sangat luas ini.

Pohon kaktus yang sangat indah jika sedang berbunga, udara yang segar dan pemandangan indah tanpa batas yang tak bisa dijangkau oleh mata bisa kita nikmati jika pergi ke Fulan Fehan tidak pada musim hujan.

Untuk masuk ke Area Fulan Fehan, kita dapat menyiapkan biaya Rp. 10.000,- hingga Rp. 25.000,- untuk karcis masuk dengan kendaraan dan biaya Rp. 20.000,- hingga Rp. 50.000,- untuk biaya penyewaan kuda jika ingin sekedar berphoto atau menunggangi kuda di Fulan Fehan.

Biasanya Sabana ini selalu ramai dikunjungi ketika musim libur, baik dari wisatawan local ataupun dari Negara tetangga.

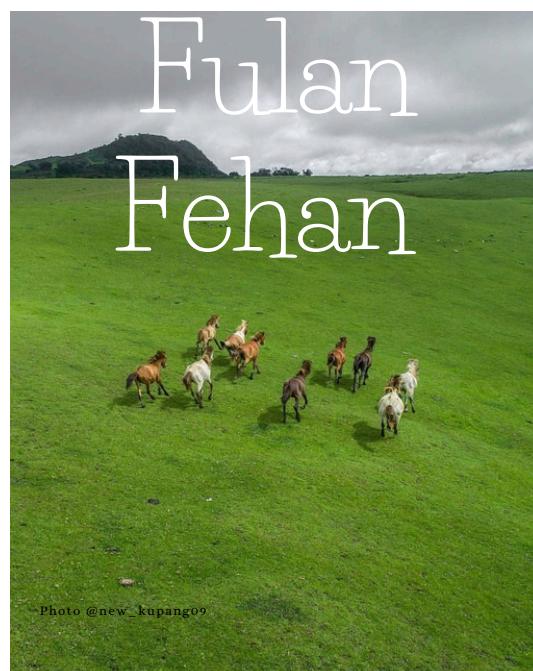


Photo @rzkaqka_

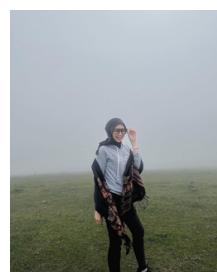


Photo @rzkaqka_

OLEH : RIZKA KURNIATI

Tidak hanya padang sabana yang sangat luas, di area ini juga terdapat Benteng Ranu Hitu di puncak Bukit Makes, disudut lainnya terlihat Gunung Lakaan yang menjulang tinggi, Bukit Batu Maudemu yang di puncaknya terdapat beberapa peninggalan bersejarah.

Gizi BURUK

sumber website kemenkes



OLEH : NY. YENI SURYANTI INDRA

Pengertian gizi buruk atau yang sering kali ditemukan dalam istilah malnutrisi, merupakan kondisi serius, dimana asupan makan seseorang tidak sesuai dengan nutrisi yang semestinya diperlukan. Tentunya, kondisi ini merupakan masalah serius yang perlu ditangani. Dimana setidaknya, gangguan kesehatan serius layaknya stunting, diabetes, penyakit jantung, dan gangguan mata. Bahkan, berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar 2018, balita yang menderita gizi buruk di Indonesia setidaknya berjumlah 3,9%. Sedangkan, balita pengidap gizi kurang setidaknya berjumlah 13,8% di seluruh Indonesia.

Gizi buruk adalah kondisi ketika berat badan anak terlalu rendah bila dibandingkan dengan tinggi badannya. Anak dengan gizi buruk atau severe wasting biasanya memiliki daya tahan tubuh yang sangat lemah sehingga berisiko terkena penyakit parah, bahkan meninggal. Tentunya permasalahan gizi buruk ini tidak dapat diabaikan begitu saja. Dari pengertian gizi buruk sendiri, sudah dapat dipastikan bahwa gizi buruk perlu diantisipasi sejak dini dan mendapatkan penanganan sebaik mungkin.

Gizi buruk berbeda dengan stunting. Gizi buruk ditandai dengan badan anak yang terlalu kurus dibandingkan tinggi badannya. Sedangkan stunting ditandai dengan tinggi badan anak yang lebih pendek dari standar usianya.

Nutrition
VECTOR ILLUSTRATION



Jika sebelumnya pengertian gizi buruk secara umum dapat diartikan sebagai kondisi serius. Dimana asupan makan seseorang tidak sesuai dengan nutrisi yang semestinya diperlukan. Maka, gizi kurang sendiri dapat diartikan lebih spesifik sebagai kondisi dimana nutrisi tidak dipenuhi dengan baik.

Penyebab Gizi Buruk

Penyebab utama gizi buruk adalah kekurangan asupan makanan yang bernutrisi sesuai kebutuhan masing-masing kelompok usia anak. Kekurangan asupan ini bisa terjadi karena tidak tersedianya bahan makanan yang berkualitas baik.

Selain itu, gizi buruk juga sering disebabkan oleh gangguan penyerapan nutrisi akibat penyakit kronis, misalnya diare kronis atau TBC.

Faktor Risiko Gizi Buruk

Risiko terjadinya gizi buruk pada anak bisa meningkat jika ibu hamil memiliki beberapa kondisi atau faktor berikut :

1. Hamil di Usia Remaja.
2. Malnutrisi.
3. Kebiasaan merokok, mengonsumsi minuman beralkohol, dan menggunakan narkoba.
4. terinveksi HIV, sifilis dan hepatitis B.
5. Tingkat pendidikan rendah .
6. Kemiskinan.

Sedangkan pada anak, beberapa kondisi yang bisa meningkatkan risiko terjadinya gizi buruk adalah :

1. Terlahir Prematur atau berat badan lahir rendah.
2. Mengalami infeksi kronis atau infeksi berulang.
3. Berkebutuhan khusus, misalnya cerebral palsy.
4. Terlahir dengan kelainan bawaan, seperti bibir sumbing, kelainan pada sistem pencernaan, malabsorbsi makanan, atau penyakit jantung bawaan.
5. Mendapatkan pola asuh yang tidak menunjang tumbuh kembangnya.
6. Tinggal di lingkungan dengan sanitasi buruk, tidak mendapatkan akses air bersih, dan berpolusi.

Gejala Gizi Buruk

Gejala yang menunjukkan anak mengalami gizi buruk adalah:

1. Tubuh anak tampak sangat kurus
2. Wajah keriput
3. Kulit kering
4. Perut tampak buncit
5. Sering lemas dan tidak aktif bermain
6. Gangguan Tumbuh Kembang
7. Rambut mudah rontok dan tampak kusam
8. Pembekakan (ederma) di tungkai

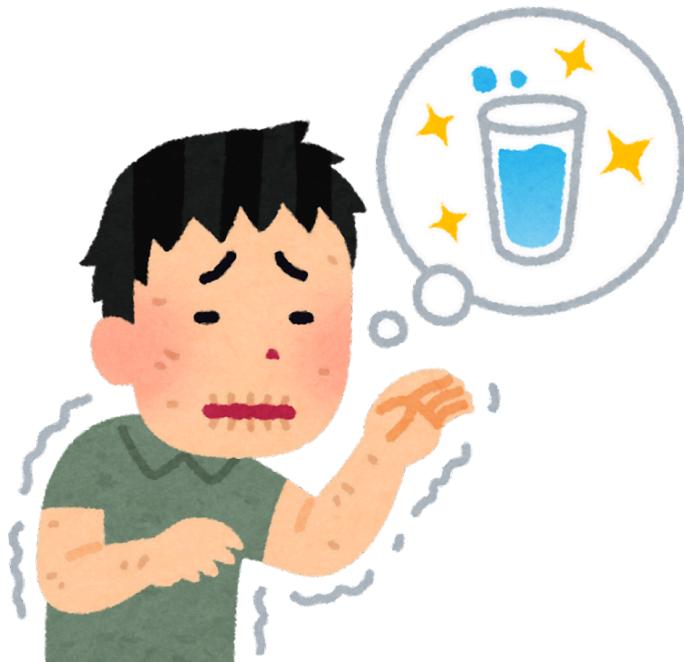


Penanganan Gizi Buruk

Anak dengan gizi buruk perlu menjalani rawat inap di rumah sakit agar dokter dapat menstabilkan kondisi dan tanda-tanda vital anak. Berikut adalah tindakan yang dapat dilakukan oleh dokter :

1. Menyelimuti anak untuk menjaga suhu tubuhnya.
2. Memberikan cairan infus untuk mengatasi dehidrasi.
3. Mengobati infeksi dengan pemberian antibiotik.
4. Memberikan Suplemen berupa vitamin A, Zat besi, asam volat dan vaksin.

Selain upaya-upaya di atas, dokter juga dapat memberikan makanan cair khusus berupa F75, F100 atau Ready-to-Use Therapeutic Food (RUTF), melalui mulut atau selang makan secara perlahan dan bertahap. Makanan tersebut berisi susu, mentega, minyak, gula, dan kacang, yang ditambahkan dengan vitamin dan mineral.



Komplikasi Gizi Buruk

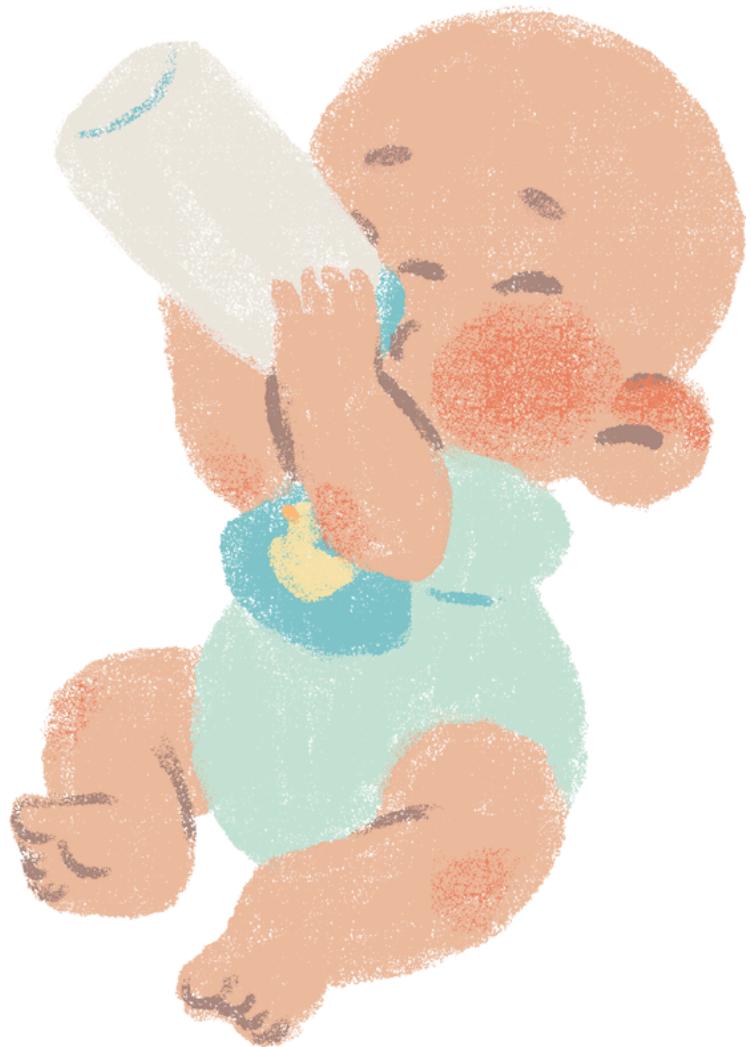
Gizi buruk yang tidak tertangani bisa menyebabkan komplikasi berupa :

1. Dehidrasi berat
2. Hipotermia
3. Anemia
4. Gangguan Tumbuh kembang
5. Gangguan otak
6. Terserang penyakit infeksi berat
7. Kematian

Pencegahan Gizi Buruk

Gizi buruk bisa dicegah dengan melakukan beberapa upaya berikut ini :

1. Membrikan makanan bergizi dan seimbang sesuai kebutuhan anak.
2. Menerapkan pola asuh yang baik.
3. Memberikan ASI eksklusif hhhhhinga nak usia 6 bulan, dilanjutkan dengan memberikan MP ASI yang bergizi lengkap dan seimbang.
4. Mengukur tinggi dan berat badan anak secara berkala.
5. Membawa anak untuk segera berobat bila terkena penyakit infeksi.



CEDERA SAAT BEROLAHRAGA



oleh : dr. Titin Makhrizi

Cedera merupakan kerusakan pada struktur atau fungsi tubuh yang disebabkan adanya trauma/tekanan fisik, maupun kimiawi. Cedera dapat terjadi ketika seseorang melakukan aktivitas fisik maupun olahraga, baik itu olahraga kompetitif, maupun rekreasional.

Apabila tidak ditangani dengan cepat dan benar, cedera berisiko mengakibatkan gangguan atau keterbatasan fisik. Hal ini tentunya akan sangat berdampak bagi mereka yang senang berolahraga atau bahkan berkarier di bidang olahraga.



Cedera olahraga adalah kerusakan pada bagian tubuh yang terjadi karena olahraga, baik pada pergelangan tangan atau pergelangan kaki, bahu, lutut, maupun otot paha (termasuk hamstring). Tidak hanya pada atlet profesional, cedera olahraga dapat terjadi pada siapa saja, termasuk anak kecil hingga orang dewasa yang melakukan aktivitas fisik.

Ada berbagai macam jenis cedera olahraga yang dapat terjadi. Biasanya, jenis olahraga yang berbeda dapat menyebabkan jenis cedera yang berbeda pula. Berikut ini adalah beberapa di antaranya:

- Kram otot
- Strain atau cedera pada otot dan tendon
- Sprain atau peregangan pada jaringan ligamen (keseleo atau terkilir)
- Tendonitis
- Dislokasi sendi
- Cedera tulang rawan
- Bursitis
- Frozen shoulder
- Plantar fasciitis
- Fraktur atau patah tulang
- Meniscus tear atau kerusakan meniskus

Apa Penyebab Cedera Saat Olahraga?

Terdapat beragam risiko cedera olahraga, antara lain faktor internal seperti kurangnya kebugaran, adanya kelainan anatomi, memiliki riwayat kesehatan dan cedera sebelumnya, serta faktor psikologis seperti motivasi dan sikap kompetitif.

Beberapa penyebab paling umum cedera saat berolahraga meliputi:

- Berolahraga sebelum tubuh Anda melakukan pemanasan
- Mengulang gerakan yang sama berulang kali



- Tidak memiliki bentuk tubuh yang tepat saat berolahraga
- Tidak beristirahat di sela-sela latihan
- Mendorong tubuh Anda terlalu keras atau terlalu cepat
- Melakukan latihan yang terlalu berat untuk tingkat kebugaran Anda
- Tidak menggunakan peralatan yang tepat

Selain itu, faktor lain yang dapat memengaruhi risiko terjadinya cedera adalah jenis olahraga, yang biasanya akan melibatkan benturan pada olahraga kontak. Adanya kepatuhan dan kesesuaian dalam menggunakan pelindung diri saat berolahraga, juga bisa menyebabkan terjadinya cedera. Faktor alam, seperti cuaca lingkungan panas dan kelembapan yang tinggi juga bisa memicu terjadinya cedera.

Faktor lain yang tidak dapat diabaikan adalah cedera akibat situasi saat bertanding, misalnya provokasi lawan dan skor yang sangat ketat.

Cara Mencegah Cedera Olahraga

Bukan hanya kesiapan fisik, teknik atau peralatan yang tidak sesuai dapat menjadi faktor yang menyebabkan cedera. Berikut hal-hal yang perlu diperhatikan.

- Selalu lakukan pemanasan 5-10 menit sebelum berolahraga serta pendinginan dan peregangan setelah berolahraga.

- Sesuaikan jenis olahraga dengan kondisi kebugaran.
- Gunakan pakaian dan sepatu olahraga yang sesuai.
- Berkonsultasi dengan dokter spesialis kedokteran olahraga terlebih dahulu untuk menentukan jenis olahraga yang tepat, terutama jika memiliki kondisi kesehatan tertentu.
- Lakukan olahraga sesuai kemampuan. Dimulai dengan gerakan yang paling ringan, secara bertahap menambah intensitas, durasi, dan frekuensi.
- Lakukan variasi gerakan untuk melatih beberapa kelompok otot tubuh secara bergantian dan melatih daya tahan jantung.
- Gunakan teknik berolahraga yang tepat selama latihan.
- Penuhi kebutuhan cairan dan nutrisi sebelum, saat, dan setelah melakukan olahraga.
- Lakukan olahraga 2-3 jam setelah makan besar.
- Saat berolahraga, usahakan untuk didampingi oleh trainer/instruktur atau orang yang telah terlatih.
- Beristirahatlah apabila Anda sudah merasa lelah atau mengalami nyeri pada tubuh.
- Apabila Anda memiliki riwayat cedera olahraga, konsultasikan kondisi terlebih dahulu dengan dokter spesialis kedokteran olahraga sebelum memulai kembali

Jaga Kesehatan Tulang Kita, Dari Sekarang!!!



Dewasa ini ramai istilah “remaja jompo”, yang ditujukan pada anak muda tetapi sudah sering lelah beraktivitas. Hal tersebut membuktikan bahwa tidak hanya orang dewasa, namun mulai dari remaja juga perlu mengetahui bagaimana cara menjaga kesehatan tulang dengan baik.

Tulang merupakan bagian yang berperan penting dalam tubuh manusia, itulah kenapa menjaga kesehatan tulang sangat diperlukan. Lantas perilaku hidup sehat seperti apa yang dibutuhkan agar tulang tetap kuat?

Menjaga kesehatan tulang ternyata mudah untuk dilakukan dengan mengetahui pola makan yang dapat dilakukan, melakukan olahraga yang tepat, dan gaya hidup yang dapat memberikan efek pada kesehatan tulang. Tulang memiliki banyak fungsi bagi tubuh, membentuk struktur tubuh, penahan otot, dan menyimpan kalsium. Menjaga kesehatan tulang bermula pada masa anak-anak hingga dewasa

Tulang akan terus mengalami perkembangan, tulang yang baru akan dibuat dan tulang yang lama akan dipecah. Ketika masih berusia muda, tubuh akan membuat tulang baru lebih cepat daripada terjadinya kerusakan tulang lama dan akan terjadi peningkatan massa tulang. Umumnya seseorang mencapai puncak massa tulang pada usia 30 tahun. Setelah usia tersebut, tulang akan tetap berkembang tetapi tubuh akan kehilangan massa tulang lebih banyak daripada yang didapatkan.

Penurunan massa tulang dapat menyebabkan terjadinya osteoporosis, dimana tulang akan menjadi lemah dan rapuh. Osteoporosis dapat terjadi tergantung pada jumlah massa tulang ketika mencapai usia 30 tahun dan seberapa cepat massa tulang hilang.

Usia seseorang akan berpengaruh pada kepadatan tulangnya, di mana semakin bertambah usia, semakin berkurang kepadatan tulang. Maka dari itu, tidak ada salahnya bagi Anda untuk mulai menjaga kesehatan tulang dari sekarang, agar kesehatan tulang Anda tetap terjaga seiring bertambahnya usia.

Apa yang harus dilakukan untuk menjaga kesehatan tulang?

Beberapa langkah dapat dilakukan untuk memperlambat kehilangan massa tulang, seperti :

- Mengkonsumsi jumlah kalsium sesuai dengan yang dibutuhkan oleh tubuh.
- Wanita pada usia 19-50 tahun membutuhkan kalsium sebesar 1000mg sehari dan diatas usia 50 tahun membutuhkan kalsium sebesar 1200mg sehari.
- Pria yang memiliki usia 19-70 tahun membutuhkan kalsium sebesar 1000mg sehari dan diatas usia 70 tahun membutuhkan kalsium sebesar 1200mg sehari.
- Sumber utama kalsium dapat ditemukan pada makanan yang berasal dari susu, almond, brokoli, dan makanan yang terbuat dari kedelai.
- Mengkonsumsi jumlah vitamin D sesuai dengan yang dibutuhkan oleh tubuh. Vitamin D berfungsi untuk menyerap kalsium.
- Pada orang dewasa yang berusia 19-70 tahun membutuhkan vitamin D sebesar 600IU (international unit) sehari.
- Pada usia diatas 70 tahun membutuhkan 800IU sehari.
- Sumber utama vitamin D dapat ditemukan pada kuning telur, ikan laut, dan susu yang mengandung vitamin D. Sinar matahari juga salah satu sumber vitamin D untuk tubuh.



- Melakukan kegiatan fisik setiap hari seperti latihan menahan beban, berjalan, jogging, bermain tenis dan naik tangga dapat membantu tulang menjadi kuat dan memperlambat proses pengerosan tulang.
- Berhenti merokok dan berhenti mengkonsumsi alkohol setiap hari secara berlebihan.



oleh : dr. Etty sri ismu hadiati

Tumbuh Kembang Anak



oleh : dr. Caroline Mega Rosari

Sejak tahun 2007, Kementerian Kesehatan RI bekerjasama dengan Ikatan Dokter Indonesia (IDAI) telah menyusun stimulasi, deteksi dan intervensi dini tumbuh kembang (SDIDTK) untuk usia 0-6 tahun. Tahun 2016, dilakukan revisi dengan menggabungkan buku pedoman dan instrumen SDIDTK. Tahun 2021 buku SDIDTK dilengkapi dengan konsep pola pengasuhan anak (pertumbuhan anak, pemberian gizi, serta stimulasi dan intervensi dini perkembangan anak)

Balita 0-5 tahun dan anak pra sekolah 5-6 tahun mendapatkan pelayanan stimulasi, deteksi dan intervensi dini tumbuh kembang agar dapat bertumbuh dan berkembang secara optimal. Sebagai landasan hukum pelaksanaan SDIDTK anak adalah :

- a. UU NO.23 TAHUN 2002 TENTANG Perlindungan Anak dan UU No.35 Tahun 2024 tentang Perubahan UU No.23 Tahun 2002
- b. UU No.36 Tahun 2009 tentang Kesehatan
- c. PMK No. 25 Tahun 2014 tentang Upaya Kesehatan Anak
- d. PMK No. 66 Tahun 2014 tentang Pemantauan dan pertumbuhan, perkembangan, dan gangguan tumbuh kembang anak
- e. Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan No. 146 Tahun 2014 tentang kurikulum 2013 PAUD



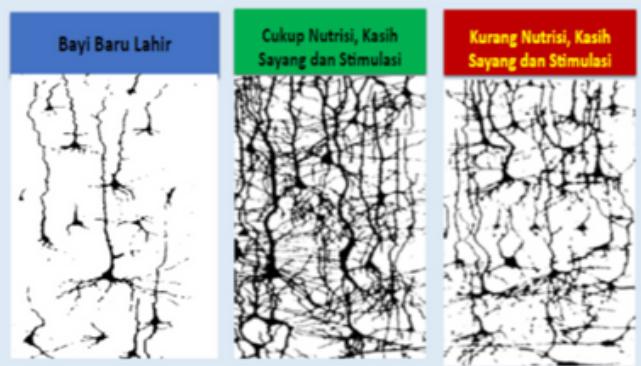
Pertumbuhan adalah bertambahnya ukuran dan jumlah sel serta jaringan inter seluler bertambah, ukuran fisik dan struktur tubuh sebagian atau keseluruhan, sehingga dapat diukur dengan satuan panjang dan berat.

Sedangkan perkembangan adalah bertambahnya struktur dan fungsi tubuh yang lebih kompleks dalam kemampuan motorik kasar, motorik halus, bicara dan bahasa, serta sosialisasi dan kemandirian

Terdapat 2 hal yang perlu dilakukan orang tua, pengasuh dan pendidik yaitu :

1. Memenuhi Kebutuhan Dasar anak untuk tumbuh kembang yang optimal
2. Melakukan kegiatan yang berkualitas dan komprehensif bagi anak melalui kegiatan SDIDTK

Pengaruh Nutrisi, Kasih Sayang dan Stimulasi pada Jumlah sel dan Percabangan Sel-sel Otak



Periode tumbuh kembang :

Periode paling penting dalam tumbuh kembang anak adalah pada saat kehamilan trimester pertama, usia kandungan satu sampai tiga bulan (sampai minggu ke-12). Pada trimester pertama kehamilan, pertumbuhan otak janin sangat peka terhadap pengaruh lingkungan janin. Hal-hal yang terjadi pada trimester pertama kehamilan antara lain :

- Adaptasi terhadap lingkungan
- Perubahan sirkulasi darah
- Organ-organ mulai berfungsi
- Kecepatan pertumbuhan mulai menurun
- Kemajuan perkembangan motorik dan fungsi eksresi
- Pertumbuhan stabil
- Perkembangan dengan aktivitas jasmani bertambah dan meningkatnya keterampilan dan proses berpikir

Yang menjadi faktor penentu tumbuh kembang anak :

1. Intrinsik : terdiri dari keturunan atau genetik dan proses kehamilan
2. Ekstrinsik : Gizi, Penyakit, aktifitas fisik, kualitas pengasuh/keluarga, teman, sekolah

Yang perlu dipantau dalam tumbuh kembang anak adalah :

1. Pertumbuhan :
 - TB (tinggi badan)
 - BB (berat badan)
 - LK (lingkar kepala)
 - LILA (lingkar lengan atas)
2. Perkembangan :
 - Sensorik
 - Motorik
 - Kognitif
 - Komunikasi
 - Emosi-sosial
 - kemandirian

Apabila kurang optimal dalam hal-hal tersebut, dapat terjadi gangguan pertumbuhan anak, antara lain :

1. Berat badan kurang :

BB anak tidak sesuai dengan anak seusianya (<-2SD kurva pertumbuhan BB/U)
2. Pendek :

TB anak tidak sesuai dengan anak seusianya (<2SD kurva pertumbuhan TB/U)
3. Gizi Kurang :

Berat badan tidak sesuai dengan TB anak seusianya (<-2SD pada kurva pertumbuhan BB/TB)

4. Gizi Buruk :

BB anak tidak sesuai dengan PB dengan anak seusianya (<-3SD kurva pertumbuhan BB/TB)

5. Resiko Gizi Lebih :

BB anak tidak sesuai dengan anak seusianya (<+1SD kurva pertumbuhan BB/U)

6. Gizi Lebih :

Berat badan tidak sesuai dengan TB anak seusianya (<+2SD pada kurva pertumbuhan BB/TB)

7. Obesitas :

BB anak tidak sesuai dengan PB dengan anak seusianya (<+3SD kurva pertumbuhan BB/TB)



Hal yang perlu diperhatikan dalam perkembangan kecerdasan, kreativitas dan perilaku anak adalah kemampuan anak untuk :

1. Mendengar
2. Melihat
3. Merasakan
4. Mengingat
5. Meniru/mencoba
6. Mengingat (memori)
7. Mengulang
8. Membiasakan

Seorang anak belajar dari lingkungan sejak dalam kandungan dan tergantung dari kualitas fungsi otak anak. Hal yang sangat penting dilakukan orang tua dalam pertumbuhan dan perkembangan anak adalah memberikan stimulasi. Stimulasi multi sensorik bermanfaat untuk meningkatkan kualitas perkembangan anak yaitu fisik, kognitif, emosional social. Stimulasi dilakukan dalam bentuk bermain, suasana ceria, dan melibatkan banyak indra untuk dapat mendorong pencapaian tingkat kematangan yang lebih tinggi.

Penulis :
dr. Caroline Mega Rosari
diambil dari presentasi SDIDTK Puskesmas Kecamatan Cilincing tahun 2024

Mengenal

"Beware of the four horsement"



D A L A M R U M A H T A N G G A

oleh :Ny. Sri Dewi Bakri



Setiap hubungan memang tidak akan ada yang terbebas dari permasalahan. Pasti akan selalu ada tantangan yang harus dihadapi, mereka yang kuat akan saling bertahan, sedang yang tidak akan memilih perpisahan.

Pernah dengar tentang The Four Horsemen of the Apocalypse? The Four Horsemen of the Apocalypse adalah empat tokoh yang muncul dalam Kitab Wahyu yang merupakan kitab terakhir dari Perjanjian Baru. Empat penunggang kuda ini mewakili aspek yang berbeda: conquest (penaklukan), war (peperangan), famine (kelaparan), dan death (kematian).

Manusia sebagai makhluk sosial membutuhkan makhluk hidup lain agar mampu bertahan hidup. Karena itu, manusia perlu berkomunikasi supaya bisa berinteraksi dan berhubungan dengan sesamanya. Dalam hubungan antarmanusia, pola komunikasi tertentu justru dapat menimbulkan konflik yang berpotensi merusak hubungan. Seorang psikolog Amerika, John Mordecai Gottman, menyebut pola komunikasi tersebut sebagai the four horsemen of apocalypse.

The four horsemen of apocalypse adalah metafora untuk menggambarkan kebiasaan komunikasi tidak sehat atau toxic communication yang menjadi akhir suatu hubungan.

Beberapa pola komunikasi yang termasuk the four horsemen of apocalypse adalah: Criticism atau kritik Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), kritik adalah kecaman atau tanggapan yang terkadang disertai uraian serta pertimbangan baik buruk terhadap sesuatu. Dilansir dari situs Greater Good in Action, dalam kasus ini, kritik mengacu pada penilaian atau pernyataan negatif tentang lawan bicara atau pasangan secara ekstrem dan mutlak..

Contempt atau penghinaan penghinaan adalah bentuk kritik yang bersifat lebih merusak. Ini terjadi dengan memperlakukan pasangan atau lawan bicara secara tidak hormat, merendahkan, mengejek, bahkan merasa jijik. Kerap kali penghinaan melibatkan sarkasme kejam, ejekan, cibiran, hingga menyebut nama seseorang atau kelompok. Jenis the four horsemen of apocalypse ini dapat tumbuh seiring berjalannya waktu, ketika seseorang berfokus pada kualitas yang tidak disukai dari lawan bicara atau pasangannya.

Defensiveness atau pembelaan Sikap defensif cenderung muncul saat orang merasa dikritik atau diserang. Pelaku akan membalikkan kesalahan kepada lawan bicara untuk menghindari tanggung jawab.

Stonewalling atau penghalang Terjadi ketika pendengar menarik diri dari interaksi, menutup diri, dan berhenti menanggapi lawan bicara. Alih-alih memberi respons, si pendengar justru menghindari proses komunikasi dengan berlagak sibuk, berpaling, serta terlibat dalam perilaku obsesif atau mengganggu



Mengenali dan memutus siklus “the four horsemen” dalam hubungan adalah langkah pertama untuk memutus siklus destruktif diantara pasangan. Pentingnya untuk bersikap responsive, penuh perhatian, dan baik kepada pasangan. Menunjukan kasih sayang, saling menghormati batasan-batasan, dan berkomitmen untuk berkembang serta sering menghabiskan waktu untuk melakukan aktivitas bersama pasangan dan membicarakan tentang hubungan secara terbuka bersama pasangan.

suatu upaya kecil untuk membuat pasangan merasa didengarkan, dihargai dan dipahami sangat penting untuk mencapai kesuksesan dalam menjalin hubungan.

Jika “the four horsemen” sudah ada dalam hubungan anda, lebih baik mencari bantuan dari seorang . Konselor pernikahan yang dapat memberikan pendekatan yang tidak bias untuk meningkatkan komunikasi. Konselor pernikahan yang ahli dapat membantu mengubah gaya komunikasi dan membantu kehadiran “the four horsemen”. Memang sedikit malu dan menakutkan untuk mengambil langkah pertama dan mencari bantuan ke konselor pernikahan, tetapi itu bisa menjadi solusi untuk hubungan yang sehat.

Perempuan Masa Kini



oleh :Viny Yuliana

“ Tahukah kamu, hasil Survei Nasional Literasi dan Inklusi Keuangan (SNLIK) yang dilakukan OJK dan BPS Tahun 2024 berdasarkan gender, indeks literasi keuangan perempuan lebih tinggi dibandingkan dengan indeks literasi keuangan laki-laki? yakni masing-masing sebesar 66,75 persen dan 64,14 persen. Indeks inklusi keuangan perempuan juga masih lebih tinggi dibandingkan dengan indeks inklusi keuangan laki-laki lhooo, yakni masing-masing 76,08 persen dan 73,97 persen. ”



SNLIK adalah survei untuk mengukur indeks literasi dan inklusi keuangan penduduk Indonesia sebagai landasan program peningkatan literasi dan inklusi keuangan ke depan.

Indeks inklusi keuangan adalah ukuran dari tingkat akses masyarakat terhadap layanan keuangan formal

Indeks literasi keuangan adalah ukuran kemampuan seseorang dalam memahami, mendapatkan, dan mengevaluasi informasi yang berkaitan dengan keuangan.

Sejalan dengan hasil SNLIK tersebut, Kementerian Keuangan melalui Direktorat Jenderal Pengelolaan dan Pembiayaan Resiko mencatatkan Perempuan mendominasi pemesanan Sukuk Tabungan (ST) 012 sebesar 58,7% atau sebanyak 48.216 investor dengan volume pemesanan sebesar 9,74 Triliun.

Nah apakah sobat DWP BNPP sudah masuk ke dalam 68,75% Perempuan yang memiliki literasi keuangan yang baik? Literasi keuangan dapat diukur menggunakan 4 (empat) indikator yakni pengetahuan dasar pengelolaan keuangan, pengelolaan kredit, pengelolaan tabungan dan investasi. Atau sobat DWP BNPP baru menjadi bagian dari 76,08% Perempuan yang berinklusi keuangan? Berdasarkan Global Financial Inclusion Index, indikator inklusi keuangan jumlah kepemilikan rekening per populasi, jumlah penggunaan rekening untuk menabung, melakukan transaksi dalam kurun waktu satu tahun terakhir. Kegiatan bertransaksi di sini mencakup menarik uang, transfer, dan pinjaman dana.

Baik tahap inklusi maupun literasi, kami mengucapkan terimakasih sekaligus apresiasi selamat atas partisipasinya menjadikan Perempuan Indonesia maju dan berdaya saing. Perempuan yang hebat dan cerdas mengelola keuangan bisa dilihat dari bagaimana kita dapat menjangkau dan memanfaatkan layanan keuangan dengan baik dan bijak. Untuk yang belum tpi akan belajar mengelola keuangan, kami ucapan selamat belajar, semangat belajar sobat DWP BNPP bisa menjadi pintu pertama untuk menjadi cerdas secara finansial.

Sebelum memulai untuk berinvestasi, Sobat DWP BNPP #1 Perlu tau profile keuangan Sobat BNPP dengan cek kondisi keuangan Sobat DWP BNPP, apakah kondisi keuangannya sudah sehat dan siap untuk memulai investasi?

Cek Kesehatan keuangan penting banget lho dilakukan untuk mengevaluasi kondisi keuangan kita apakah sudah sehat atau malah sedang sekarat? Finansial Check Up bisa Sobat DWP BNPP lakukan dipelbagai platfrom website online di internet. Silahkan dicoba ya sobat!

Setelah cek Kesehatan keuangan, langkah selanjutnya adalah 2# Cek profile resiko investasi. Profil risiko investasi adalah penilaian kemampuan dan kenyamanan investor dalam menghadapi fluktuasi nilai investasi dan potensi kerugian.

Profil risiko ini merupakan petunjuk untuk menentukan seberapa besar investor bisa menerima risiko kerugian dalam mengelola investasinya. Profil risiko investasi dapat dikategorikan menjadi tiga jenis utama, yaitu: Profil risiko konservatif, Profil risiko moderat dan Profil risiko agresif.



Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi profil risiko investasi, di antaranya: Usia, Pendapatan, Aset, Pengalaman investasi, Tujuan keuangan, Kebiasaan, Perilaku, Orientasi keluarga, Sikap terhadap risiko. Salah satu cara untuk mengetahui profil risiko adalah dengan mengevaluasi toleransi terhadap kerugian. Pertanyaan seperti, "Seberapa besar penurunan nilai investasi yang bisa Anda terima tanpa panik?" atau "Apakah Anda akan merasa nyaman melihat nilai investasi Anda turun?" dapat membantu memahami toleransi terhadap kerugian. Untuk mempermudah lagi-lagi sobat DWP BNPP bisa mengecek profile resiko investasi di internet secara online.

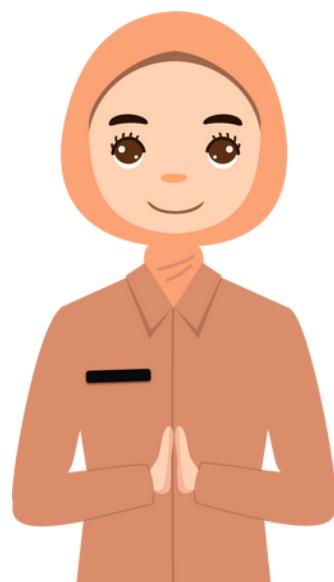


Selanjutnya adalah 3# Menentukan tujuan berinvestasi. Sobat DWP BNPP tentu memiliki tujuan yang ingin dicapai dalam berinvestasi. Tujuan ini berbeda-beda, tergantung kebutuhan masing-masing individu sesuai jangka waktu ketercapaiannya. Contohnya untuk mengumpulkan dana Pendidikan anak, dana pensiun, DP Rumah, dana pernikahan dan lain lain.

Setelah itu sobat DWP BNPP bisa mulai 4# Memilih Instrumen Investasi yang cocok sesuai dengan profile resiko dan tujuan berinvestasi. Kami percaya Sobat DWP BNPP pasti sudah tidak asing dengan pelbagai instrument investasi seperti deposito, emas, obligasi, reksadana, saham, kripto, properti dll, sobat bisa mencari informasi sedalam-dalamnya terkait instrument investasi di internet ya. Tapi kami ingin mengenalkan Surat Berharga Negara Ritel sebagai salah satu instrument investasi yang menarik untuk Sobat DWP BNPP ketahui lebih dalam.

Surat Berharga Negara Ritel (SBN Ritel) adalah instrumen pembiayaan APBN berupa produk investasi yang dapat dibeli oleh Warga Negara Indonesia. SBN Ritel dapat dikelompokkan menjadi dua yaitu SBN Ritel Tradable dan Non Tradable. SBN Ritel Tradable adalah SBN Ritel yang dapat diperjualbelikan di pasar sekunder, produk yang termasuk kelompok tradable ini antara lain Obligasi Negara Ritel (ORI) dan Sukuk Ritel (SR).

Sedangkan untuk kelompok non tradable yaitu produk yang tidak dapat diperjualbelikan di pasar sekunder, produk yang termasuk kelompok ini adalah Savings Bond Ritel (SBR), dan Sukuk Tabungan (ST). Selain itu pengelompokan SBN Ritel juga dapat dibagi berdasarkan produk konvensional dan syariah. Kelompok produk konvensional antara lain Obligasi Negara Ritel (ORI) dan Savings Bond Ritel (SBR), sedangkan untuk produk syariah antara lain Sukuk Ritel (SR), Sukuk Tabungan (ST) dan Cash Waqf Linked Sukuk (CWLS) Ritel.



Keuntungan berinvestasi di SBN Ritel untuk Sobat DWP BNPP adalah:

- 1.Aman: SBN Ritel dijamin oleh undang-undang dan pemerintah, sehingga risiko gagal bayar sangat rendah.
- 2.Bebas risiko kerusakan dan kehilangan: SBN Ritel tidak menggunakan warkat (scriptless).
- 3.Pajak lebih rendah: Pajak SBN hanya 10%, sedangkan pajak deposito 20%.
- 4.Imbal hasil menarik: Bunga SBN lebih tinggi dari rata-rata bunga deposito di bank BUMN.
- 5.Passive income: Bunga dibayarkan setiap bulannya.
- 6.Fasilitas pencairan: Saving Bond Ritel (SBR) dan Sukuk Tabungan (ST) memiliki fasilitas pencairan sebelum jatuh tempo.
- 7.Modal kecil: SBN Ritel dapat dibeli dengan pembelian minimal Rp1.000.000
- 8.Mendukung pembangunan nasional: SBN Ritel merupakan salah satu instrumen pembiayaan Anggaran Pendapatan dan Belanja Negara (APBN).



Untuk sobat yang tertarik dan ingin mengetahui informasi lebih lanjut mengenai SBN Ritel dapat mengakses informasi resmi melalui <http://www.djppr.kemenkeu.go.id/sbnritel> karna kalender penerbitan SBN Ritel 2025 akan segera terbit. Yuk Catat tanggalnya!



GAME ONLINE

pada anak

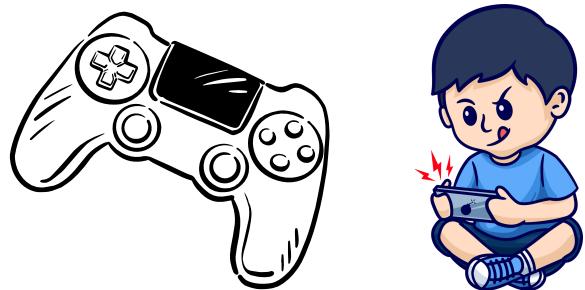


Oleh : Ny. Wahuning Gutmen

Kecanduan game pada anak merupakan fenomena yang semakin sering ditemukan di masyarakat modern, terutama dengan berkembangnya teknologi digital yang mempermudah akses ke berbagai platform game. Kecanduan ini biasanya ditandai dengan ketergantungan yang berlebihan pada permainan video, yang dapat mengganggu aktivitas dan kehidupan sosial anak. Masalah ini memiliki dampak negatif terhadap aspek fisik, mental, dan sosial anak, serta berpotensi menghambat perkembangan akademik dan emosional mereka.

Berikut ini adalah salah satu rangkaian contoh yang memprihatinkan akibat dari kecanduan game pada anak. Ada siswa kelas 6 SD membolos sekolah selama 4 bulan. Bahkan ada yang sampai dirawat di RSJ[1]. Bahkan fatalnya lagi beberapa waktu yang lalu sekitar bulan Juli 2024 diberitakan telah terjadi peristiwa tragis. SAN seorang remaja di Jawa Timur yang berusia 17 tahun ditemukan mengakhiri hidupnya hanya karena handphonennya disita orang tuanya karena anak kecanduan game online.[2] Dan bila kita telusuri lagi, marak kasus-kasus yang terjadi yang diakibatkan kecanduan game online ini.

Seorang anak tentunya tidak tiba-tiba saja menjadi kecanduan dalam bermain game. Ada proses yang dilewati yang tanpa disadari ia menjadi terjerat semakin dalam hingga sampai pada titik tak dapat melepaskan diri. Kita sebagai orang tua diakui atau tidak, memiliki andil di dalamnya. Sebenarnya orang tua tahu bahwa pemakaian gadget tidak baik untuk anak kecil. Tapi lama kelamaan banyak orang tua yang “pasrah” memberikan HP.



Moze Simanjuntak seorang mantan pecandu game menuliskan pengalamannya perjuangannya untuk dapat keluar dari jeratan candu bermain game ini[1]. Tujuh tahun ia hidup dalam jeratan game online. Kecanduan dalam bermain game dapat menjadi sesuatu yang serius. Ada tiga fakta penting yang diungkapkan Moze dalam bukunya ini Pertama, memberi gadget mungkin membuat anak-anak merasa senang, tetapi tidak membuat mereka merasa dicintai. Kedua, Sekali orang tua memberikan gadget, gadget itu tidak bisa diambil kembali. Ketiga, penggunaan gadget pada anak remaja (apalagi kalau dipakai anak kecil) meningkatkan kemungkinan mendapatkan depresi, meningkatkan intensitas depresi, merusak kemampuan anak untuk memusatkan perhatian.



Bagaimakah tanda -tanda bahwa anak kita mengalami kecanduan game online? [1]

1. Ketergantungan waktu: anak menghabiskan waktu berjam-jam tanpa henti di depan layar (komputer/HP). Sering mengabaikan jam tidur atau makan.
2. Kehilangan antusiasme pada aktivitas lain. Anak yang sebelumnya senang berolah raga, memiliki organisasi ke luar rumah, atau berkumpul dengan teman lain, kini lebih memilih untuk bermain game di rumah atau warnet dan malas bersosialisasi.
3. Perubahan mood mendadak. Anak mungkin menjadi mudah marah ketika terganggu/ tidak dapat bermain game. Anak tampak frustasi saat internet mati,
4. Mengesampingkan tugas. Anak mulai melalaikan kewajibannya, baik itu pekerjaan sekolah atau tugas rumah demi bermain game. Ia mulai mendapatkan peringatan atau teguran dari guru karena sering tidak mengerjakan tanggung jawabnya.
5. Pembelanjaan yang mencurigakan. Bila orang tua menemukan pengeluaran yang tidak biasa, atau uang jajan yang habis lebih cepat dari biasanya, bisa saja karena ia membeli aksesoris dalam permainan online tersebut. (in-game Purchase)

Jalan Keluar untuk Mengatasi Kecanduan Game

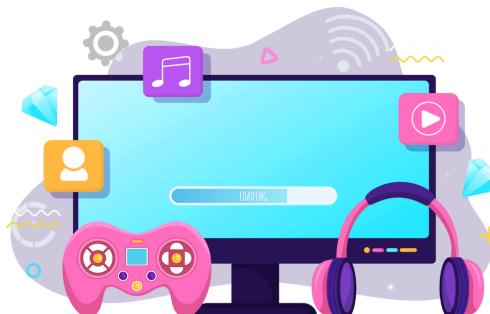
Untuk mengatasi kecanduan game pada anak, diperlukan pendekatan yang melibatkan orang tua, sekolah, dan pihak terkait lainnya. Beberapa langkah yang dapat dilakukan antara lain:

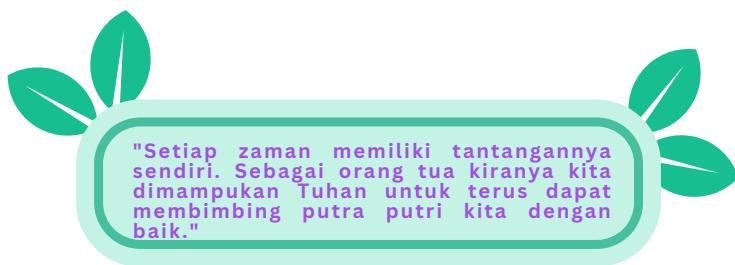
- Meningkatkan kualitas hubungan antara orang tua dan anak

Kita sebagai orang tua perlu meningkatkan kualitas parenting. Menjalin hubungan emosional lebih dalam pada anak kita. Selain itu juga perlu lebih aktif dalam memantau waktu yang dihabiskan anak untuk bermain game. Membatasi durasi bermain game setiap harinya (misalnya, maksimal 1-2 jam per hari).

Selain itu menetapkan waktu-waktu tertentu di mana anak harus berhenti bermain, seperti saat ibadah, makan atau saat waktu belajar, adalah langkah penting.

- Mengidentifikasi Alasan Kecanduan
- Orang tua perlu memahami mengapa anak cenderung menghabiskan banyak waktu untuk bermain game. Apakah anak merasa kesepian, tertekan, atau tidak memiliki kegiatan lain yang menyenangkan? Dengan mengetahui penyebabnya, orang tua bisa mencari solusi yang lebih efektif, seperti memberikan alternatif kegiatan yang menyenangkan dan mendidik.





"Setiap zaman memiliki tantangannya sendiri. Sebagai orang tua kiranya kita dimampukan Tuhan untuk terus dapat membimbing putra putri kita dengan baik."

- Memberikan Alternatif Aktivitas yang Positif

Mencari kegiatan lain yang menarik dan bermanfaat seperti kursus musik, seni, atau hobi lainnya dapat menjadi alternatif bagi anak untuk mengalihkan perhatian dari game. Selain itu, permainan yang bersifat edukatif dan bermanfaat juga bisa jadi pilihan.

- Bekerja Sama dengan Sekolah

Sekolah dapat berperan penting dalam memantau perilaku anak dan memberikan pendekatan yang tepat. Dalam beberapa kasus, guru dan konselor sekolah dapat bekerja sama dengan orang tua untuk membantu mengatasi kecanduan game pada anak.

Anak perlu diberi pemahaman mengenai dampak negatif dari kecanduan game, baik itu terhadap kesehatan fisik, psikologis, maupun akademik. Pendidikan yang tepat mengenai manajemen waktu dan pengaruh kecanduan game dapat membantu mereka membuat pilihan yang lebih bijak.

- Pemberian Penghargaan dan Konsekuensi

Orang tua dapat menerapkan sistem penghargaan untuk memotivasi anak agar lebih mengontrol kebiasaan bermain game mereka. Misalnya, memberikan waktu bermain game yang lebih banyak setelah anak menyelesaikan tugas atau mencapai tujuan tertentu, seperti menyelesaikan pekerjaan rumah. Sebaliknya, apabila anak melanggar aturan, konsekuensi yang jelas harus diterapkan.

- Terapi atau Konseling Profesional

Dalam kasus yang lebih parah, di mana anak menunjukkan perilaku ekstrem atau gangguan emosional akibat kecanduan game, konsultasi dengan psikolog atau konselor anak mungkin diperlukan. Terapi perilaku kognitif bisa membantu anak mengubah kebiasaan dan pola pikir yang menyebabkan kecanduan.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa kecanduan game pada anak adalah masalah serius yang memerlukan perhatian dan penanganan yang tepat. Dengan pengawasan yang baik, pemahaman yang mendalam mengenai penyebab kecanduan, serta pendekatan yang melibatkan berbagai pihak, anak-anak dapat diberikan kesempatan untuk mengembangkan kebiasaan yang lebih sehat dan seimbang dalam berinteraksi dengan teknologi.

Bahaya Judi Online!

Faktor Penyebab, Dampak dan Solusi



Oleh : Ny. Chintya Fauzan

Perkembangan teknologi yang cepat memberikan pengaruh baik secara struktural maupun kultural di setiap lini kehidupan. Teknologi menciptakan perubahan yang memaksakan manusia untuk bisa beradaptasi dengan lingkungan. Perubahan yang ada dapat memberikan dampak yang baik dan buruk, salah satu dampak buruk dengan kemudahan yang ada adalah maraknya judi online.

Berdasarkan KBBI, judi merupakan kegiatan yang mempertaruhkan sesuatu berharga dengan sadar untuk hasil yang diharapkan pada peristiwa baik permainan hingga perlombaan, lalu judi online merupakan permainan judi pada platform online dalam bentuk situs yang mudah diakses. Perjudian online baik dalam perspektif agama maupun hukum merupakan tindakan pelanggaran. Pelarangan perjudian telah diatur dalam KUHP Pasal 303 dan untuk perjudian online telah diatur dalam Pasal 27 Ayat (2) UU ITE 2024 tentang Judi Online dengan bunyi "Setiap Orang dengan sengaja dan tanpa hak mendistribusikan, mentransmisikan, dan/atau membuat dapat diaksesnya Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik yang memiliki muatan perjudian."

FAKTOR PENYEBAB JUDI ONLINE

- Aksesibilitas yang mudah
- Anonimitas
- Pengalaman Sensori yang Menarik

- Ilusi Kontrol
- Kemenangan Kecil yang sering
- Kesulitan Keuangan
- Masalah Emosional dan Psikologis
- Pengaruh Sosial
- Kampanye Pemasaran yang Agresif
- Rasa Keinginan untuk mengejar kerugian
- Kurangnya Pemahaman tentang Probabilitas
- Kepuasan Segera
- Kurangnya Pengawasan dan Batasan
- Adanya fitur 'free play'
- Masalah Genetik dan Biologis

Dampak dari judi Online :

- Kesehatan Mental yang Terancam: Kecanduan judi online dapat menyebabkan stres berat, kecemasan, bahkan meningkatkan risiko bunuh diri.
- Kondisi Finansial yang Rapuh: Kerugian besar akibat perjudian bisa mengarah pada kebangkrutan dan ketidakstabilan ekonomi yang serius.
- Dampak Emosional yang Mendalam: Terlibat dalam judi online dapat memicu depresi yang dalam dan masalah emosional lainnya.
- Risiko Kriminalitas: Beberapa individu terlibat dalam tindakan kriminal untuk memenuhi kebutuhan perjudian mereka, membahayakan diri sendiri dan orang lain.

- Keamanan Data Terancam: Data pribadi rentan terhadap penyalahgunaan oleh pihak yang tidak bertanggung jawab, meningkatkan risiko identitas dicuri atau disalahgunakan.
- Gangguan pada Hubungan Sosial: Perjudian online sering kali merusak hubungan baik dengan keluarga dan teman, karena terkonsentrasi pada aktivitas judi.
- Gangguan Pendidikan dan Karier: Kecanduan judi dapat mengganggu fokus dan kinerja di tempat kerja atau sekolah, berdampak negatif pada masa depan pendidikan dan karier.
- Ancaman terhadap Keberlanjutan Finansial: Upaya mendapatkan dana untuk berjudi dapat mendorong individu ke praktik-praktik ilegal atau tidak etis.
- Masa Depan Hancur: Seseorang yang terperangkap dalam lingkaran judi online berisiko kehilangan segalanya, termasuk kesehatan, hubungan dan masa depan mereka.



Solusi untuk Menanggulangi Judi Online di Indonesia

Pemerintah melalui Kementerian Informasi dan Komunikasi (Kominfo) telah mengambil langkah besar dengan memblokir lebih dari 2.625.000 situs judi online per Juli 2024. Langkah ini diharapkan bisa mengurangi perputaran uang judi online hingga 45 triliun rupiah. Namun, ini hanya bagian dari solusi yang diperlukan.

Untuk lebih efektif mengatasi masalah judol dan pinjol serta mengubah kebiasaan masyarakat, diperlukan upaya kolaboratif dari seluruh kalangan dalam membangun budaya masyarakat yang pandai dan independen finansial. Berikut adalah solusi yang bisa dipertimbangkan:

1. Meningkatkan Literasi Keuangan

Literasi keuangan yang baik dapat membantu masyarakat memahami risiko dan manfaat dari pengelolaan keuangan pribadi. Dengan literasi keuangan yang meningkat, individu lebih mampu membuat keputusan finansial yang bijak dan menghindari kecenderungan untuk mencari jalan pintas seperti judi online. Pendidikan tentang pengelolaan uang, investasi, dan manajemen utang perlu diperluas untuk membangun pemahaman yang lebih baik tentang risiko yang terlibat.

- Keamanan Data Terancam: Data pribadi rentan terhadap penyalahgunaan oleh pihak yang tidak bertanggung jawab, meningkatkan risiko identitas dicuri atau disalahgunakan.
- Gangguan pada Hubungan Sosial: Perjudian online sering kali merusak hubungan baik dengan keluarga dan teman, karena terkonsentrasi pada aktivitas judi.
- Gangguan Pendidikan dan Karier: Kecanduan judi dapat mengganggu fokus dan kinerja di tempat kerja atau sekolah, berdampak negatif pada masa depan pendidikan dan karier.
- Ancaman terhadap Keberlanjutan Finansial: Upaya mendapatkan dana untuk berjudi dapat mendorong individu ke praktik-praktik ilegal atau tidak etis.
- Masa Depan Hancur: Seseorang yang terperangkap dalam lingkaran judi online berisiko kehilangan segalanya, termasuk kesehatan, hubungan dan masa depan mereka.



CEMILAN UNIK DARI KUPANG



oleh :Viny Yuliana

Sebagai salah satu jajanan yg populer di Kupang. Banyak sekali yg menjadikan salome sebagai makanan favorit karena cocok dimakan langsung ataupun dijadikan lauk makan. Salome adalah jajanan khas Kupang, Nusa Tenggara Timur yang terbuat dari daging, tepung terigu, dan tepung kanji. Bentuknya bulat dan kecil, mirip bakso. Tekstur salome yang lembut dan kenyal, ditambah isian tahu putih, daging atau telur menambah cita rasa tersendiri dari jajanan Salome. Salome ini bisa digoreng dan disajikan dengan cocolan bumbu kacang, atau disiram kuah bening seperti bakso pada umumnya. Saran kami sih coba aja semuanya, dikasih kuah dikit dan sambal secukupnya. Nikmat banget pokoknya. Kalau teman-teman berkunjung ke Nusa Tenggara Timur, jangan lupa sempatkan untuk mencoba Salome ini ya yang terkenal dan selalu ramai dikunjungi ada di dekat Taman Nostalgia, Kecamatan Oebobo, Kota Kupang, harganya mulai dari Rp1000. Kalau teman-teman penasaran dan ingin membuatnya sendiri dirumah, Yuk Simak Resep Salome Khas NTT berikut ini:

BAHAN :

- 1. 400 gr daging sapi
- 2. 1 sdt merica bubuk
- 3. 1/2 sdt baking powder
- 4. 1 sdt royco beef (optional)
- 5. 2 sdt garam
- 6. 1 sdt gula pasir
- 7. 1 sdm bawang merah goreng
- 8. 2 sdt bawang putih goreng
- 9. 8 sdm penuh tepung sagu
- 10. 100 gr es batu, hancurkan
- 11. 1 butir putih telur



CARA MEMBUAT

1. Pertama giling daging dengan food procesor, setelah halus masukkan bawang.
2. Selanjutnya masukkan semua bahan kecuali telur dan es batu. Setelah tercampur rata baru masukkan telur dan es batu.

4. Rebus hingga bakso mengambang, kalau bakso sudah mengambang artinya bakso sudah matang.

5. Setelah matang dinginkan lalu kocok telur dan masukkan satu persatu bakso ke dalam telur lalu goreng di minyak panas. Sajikan dengan cocolan bumbu kacang. ❤️

Selamat Mencoba!



resep

JAGUNG BOSE

makanan khas NTT



oleh : Rizka Kurniati

JAGUNG BOSE merupakan makanan khas Nusa Tenggara Timur (NTT) yang terbuat dari jagung, kacang-kacangan, dan santan. Makanan ini memiliki tekstur lembut seperti bubur dan kaya akan serat dan protein. Jagung bose sering disajikan sebagai hidangan utama atau pelengkap dalam acara-acara penting dan upacara adat di NTT.



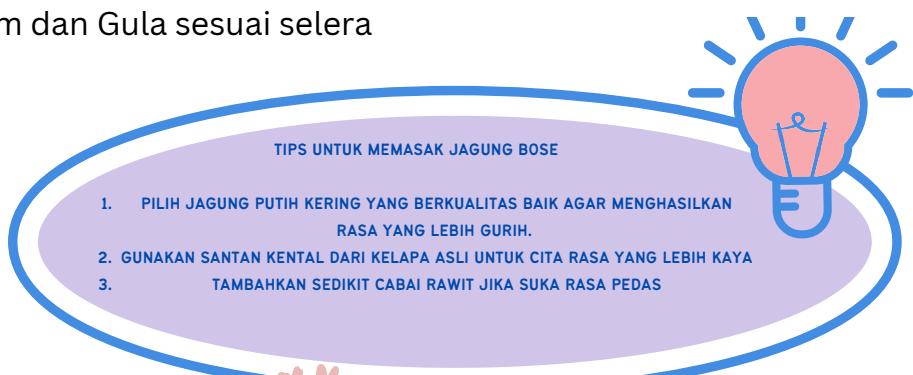
BAHAN :

- 1 bonggol Jagung
- 100gr kacang merah
- 100gr kacang hijau
- 100ml santan
- 250gr labu manis
- 300ml air
- 1sdt garam
- 5sdt gula (sesuai selera)



CARA MEMASAK:

- Cuci Jagung, Kacang Merah dan Kacang Hijau hingga bersih
- Masak Kacang Hijau terlebih dahulu hingga setengah empuk
- Tambahkan Air, masukan Kacang Tanah dan Jagung yang sudah di pipil
- Masak hingga airnya mendidih dan menyusut
- Masukan Santan dan Masak lagi hingga mendidih
- Tambahkan Garam dan Gula sesuai selera



Selamat mencoba!



"SE'I" SAPI

makanan khas NTT



BAHAN :

- 200 gr daging sapi has
- ½ lada bubuk
- 4 lembar daun salam
- 2 lembar daun jeruk
- 1 lembar daun pandang
- 1 batang serai
- Lengkuas
- 20 gr beras
- 10 gr gula merah

kamu bisa menyajikan se'i yang sudah dimasak tersebut dengan sambal bawang, sambal matah, atau sambal apapun sesuai selera.

Se'i adalah salah satu hidangan daging asap khas Nusa Tenggara Timur (NTT) yang terbuat dari daging yang diiris tipis, dibumbui, dan diasapi. Kata "se'i" berasal dari bahasa Rote yang berarti daging yang disayat kecil memanjang. umumnya masyarakat NTT menggunakan daging bagi untuk membuat sei, namun kita bisa menggantinya dengan daging sapi dan ayam atapun ikan.

CARA MEMASAK:

- Cuci bersih daging sapi hingga bersih dari darahnya. Kemudian iris tipis, bumbui dengan garam dan lada bubuk. Diamkan selama kurang lebih 15 menit.
- Sembari menunggu, potong memotong daun salam, daun jeruk, dan daun pandan. Memarkan juga serai dan lengkuas.
- Siapkan wajan dengan permukaan yang tebal, lalu alasi dengan aluminium foil. Kemudian masukkan semua bahan-bahan tadi.
- Taruh saringan kukusan di atas bumbu utuh. Panaskan dan simpan daging di atas saringan dan tunggu hingga daging matang. Tutup wajan agar daging cepat matang.



Selamat mencoba!



SELAMAT HARI ULANG TAHUN DHARMA WANITA PERSATUAN

&

SELAMAT HARI IBU TAHUN 2024



DWP BNPP RI

PHOTO ALBUM







**DHARMA WANITA PERSATUAN
BADAN NASIONAL PENGELOLA PERBATASAN
REPUBLIK INDONESIA**
***Jalan Kebon Sirih No. 31A, Menteng
Jakarta Pusat 10430
(021) 3142142***

UNTUK KALANGAN SENDIRI

Lokasi Photo : Pantai Oetune, Kabupaten TTS, NTT
Photo @wonderfulindonesia