SWARA CINTA

INSPIRASI • MOTIVASI • PEMBERDAYAAN

EDISI 102 | TAHUN IX | AGUSTUS - SEPTEMBER 2019

MERDEKA DARI KEMISKINAN

26 **BUDAYA** Golek Kampung Kegemaran Turis Mancanegara

22 **EKONOMI** Fatwa Perbankan SyariahDiluncurkan MUI

48 **DESTINASI** Mendalami Sunah Rosul

ISSN 2088-2793

DOMPET DHUAFA

Fajar & Jefriadi (14 thn)
Anak TKI di Sabah, Malaysia
Siswa Sekolah SMART Ekselensia
(Sekolah bebas biaya Dompet Dhuafa)

#JanganTakut Berzakat

Zakat Anda temukan
potensi anak-anak Indonesia

BNI Syariah **444.444.555.0**

BCA **237.301.8881**

a.n Yayasan Dompet Dhuafa Republika

Informasi & Konfirmasi:
08111 544 488
(021) **741 6050**

www.**dompetdhuafa**.org

DIGDAYA PUBLIKA

DIGDAYA PUBLIKA adalah sosial enterprise yang dikembangkan Dompet Dhuafa menjadi jasa penyedia konten media, periklanan, produksi video dan event organizer.

INFO DDPUBLIKA

Jl. Pertanian III No.38, Pasar Minggu,
Jakarta Selatan 12520
021- 27806660

Suheng *(0812-8079-7980)*
Poppy *(0812-800-10054)*
Andhika BP *(0813-7419-0357)*

digdayapublika.com

@digdayapublika

LAYANAN KAMI

- ***Penerbitan***
  (Buku, Direktori, In house Magazine, Annual Report, Company Profile)
- ***Video Production***
  (Company Profile, TV Program, TV Commercial)
- ***Percetakan***
  (Print on demand, digital print)
- ***Desain Grafis***
  (Logo, Corporate Identity, Promo Adv.)
- ***Online Media***
  (Website, Medsos)

SENARAI

11 ARUS UTAMA
Upaya LAZ Merdekakan Dhuafa

14 ARUS UTAMA
Lima Pilar Pengentas Kemiskinan

18 KHUSUS
Setelah Melewati Jalan Terjal

SENARAI

22 EKONOMI
Majelis Ulama Indonesia (MUI) meluncurkan dua buku Himpunan Fatwa MUI (Edisi Terlengkap) dan Himpunan Fatwa Perbankan Syariah.

24 FIT N FRESH
Akhir-akhir ini, diet sehat ala Rasul mulai banyak yang mempraktikkan. Diperkenalkan dokter Zaidul Akbar, yang telah lama meneliti cara hidup ala Rasulullah.

36 SOSOK
Empin, 91 th, senang mendengar tim Dompet Dhuafa mampir ke rumahnya. Seperti biasa di setiap bulan Agustus, Empin, Veteran Pejuang zaman penjajahan Belanda dan Jepang ini,

44 BERANDA
SIRUKAM - Pengembangan dan monitoring Program Ekonomi, budidaya Kopi Sirukam, Solok terus berlanjut.

7 INFOGRAFIS
Merdekakan Dhuafa

26 BUDAYA
Golek Kampung Kegemaran Turis Mancanegara

28 AKTUALITA
Festival 1440 Sate di CFD Jakarta

38 PARENTING
Si Kecil Tukang Marah-marah

40 SOCIOPRENEURSHIP
Apa Tujuan Bisnis Yang Sesungguhnya?

50 POTRET
Capaian THK Dompet Dhuafa Lampaui 20 Persen

56 SYARIAH
Bukti Cinta Dengan Berkurban

48 DESTINASI
Meneladani Sunah Rasul

52 LIRIH
Ibu dan Anak Derita Tumor Otak

SALAM REDAKSI

Assalamu'alaikum wr. wb.

Pembaca yang budiman,

MERDEKA ! Memang menjadi dambaan bagi rakyat seluruh dunia. Tapi hari ini, perasaan merdeka masih terkungkung dengan masalah kemiskinan. Karena itu secara global yang mentargetkan kemiskinan punah di muka bumi 2030, juga pesimis akan terlaksana.

Menurut laporan Bank Dunia, ternyata untuk memerdekakan orang dari kemiskinan butuh modal besar dan konsisten yang berkelanjutan. Di Indonesia pun sama, masih menyisakan 25 juta penduduk miskin dari 265 juta jumlah penduduk Indonesia di tahun 2018.

Geliat Lembaga Zakat pun tidak kalah pentingnya membantu pemerintah dalam upaya memerdekakan dhuafa ini dari kemiskinan. Potensi Zakat yang diperkirakan 217 triliun per tahun hanya mampu dikuasai lembaga zakat sekitar 2 persennya. Tentunya jika penghimpunan zakat ini optimal, pastinya sangat membantu untuk memerdekakan dhuafa dari kemiskinan.

Inilah yang dikupas Swara Cinta di laporan utama edisi ini, di samping menyajikan berbagai laporan dari aktivitas Dompet Dhuafa di 5 pilar program unggulan lainnya.

Selamat Membaca...

Wassalamu'alaikum wr. wb.

Foto Cover : **Dompet Dhuafa**

DIGDAYA PUBLIKA | DOMPET DHUAFA

PENERBIT
PT. Digdaya Dinamika Publika

ALAMAT REDAKSI
Philanthropy Building, Jl. Warung Jati Barat No.18 Jakarta Selatan, Indonesia 12540

KONTAK
Telepon: +62 21 27806660

WEB
www.digdayapublika.com

PIMPINAN UMUM / PEMIMPIN REDAKSI
Parni Hadi

WAKIL PIMPINAN UMUM/WAKIL PEMIMPIN REDAKSI
Nasyith Majidi, Yayat Supriatna

DIREKTUR EKSEKUTIF
Suheng S. Widodo

DIREKTUR PEMBERITAAN
Yuli Pujihardi

DEWAN REDAKSI
S.Sinansari Ecip, A. Makmur Makka, Imam Rulyawan, Iwan Ridwan

SIDANG REDAKSI
Etika Setiawanti, Taufan Yusuf Nugroho, Dian Mulyadi, Dedi Fadlil, Suci Nuzleni Qadarsih, Amirul Hasan

REDAKTUR PELAKSANA
Suheng S. Widodo

REDAKTUR UTAMA
Maifil Eka Putra

REPORTER
Aditya Kurniawan, Zulfana, Andhika P.

FOTOGRAFER
Pundy Vito, Dhika Prabowo

KONTRIBUTOR
Ali Bastoni, Abdurrahman Usman, Udhi Tri Kurniawan, Imam Baihaki, Shofa Quds, Andriansyah, Ensang Trimuda, Cecep H. Solehudin, Kholid Abdillah, Dhoni Marlan

LAYOUT & DESAIN
M Alim Fauzi

SIRKULASI
Rina Hutari, Andhika BP

IKLAN & KEMITRAAN
Suheng (+62 812 8079 7980)
Poppy Rudiatin (+62 812 80010054)
Andhika BP (+62 813 74190357)

Redaksi menerima naskah yang berkaitan dengan kemanusiaan dengan panjang maksimal 3500 karakter, dikirimkan melalui e-mail : **kemanusiaan.id@gmail.com / redaksi@kemanusiaan.id**

LOMBA MAKAN KERUPUK

Warga bantaran Sungai Asahan mengikuti lomba makan kerupuk dalam peringatan HUT RI 74

Arifin Al Alamudi

MERDEKA DARI KEMISKINAN

Ada kemajuan luar biasa dalam mengupayakan manusia keluar dari kemiskinan di seluruh dunia. Tetapi aspirasi global untuk melenyapkan kemiskinan yang direncanakan selambat-lambatnya pada 2030 agaknya susah dicapai, berbagai hal menjadi kendala.

Laporan Bank Dunia yang dirilis Rabu (19/9/2018) menyebutkan, saat ini jumlah orang yang hidup di bawah US$1,90 per hari sudah berkurang dalam jumlah besar yaitu 736 juta atau 10 persen dibandingkan dengan angka di 2015, tahun terakhir data dengan subjek yang sama dibukukan. Namun kemajuan itu, masih di bawah 11 persen dari yang tercatat pada 2013, menunjukkan ada perbaikan, meskipun lambat.

“Selama 25 tahun terakhir lebih dari satu miliar orang berhasil keluar dari kemiskinan luar biasa, dan angka kemiskinan global dewasa ini jauh di bawah yang pernah dicatat dalam sejarah. Ini merupakan salah satu pencapaian terbesar dalam zaman kita,” kata Presiden Bank Dunia Jim Yong Kim, Rabu (19/9/2018) seperti dikutip dari VOA Indonesia.

Namun untuk melenyapkan kemiskinan dengan target 2030, ujar Jim, agak sulit dicapai karena membutuhkan investasi yang lebih besar, terutama modal untuk membangun manusia. “Kita perlu membantu meningkatkan pertumbuhan yang menyeluruh, kita perlu menjangkau mereka yang masih tertinggal dalam miskin. Bagi kemaslahatan mereka, kita tidak boleh gagal,” ujar Jim Yong Kim.

Bank Dunia mencatat, meski tingkat kemiskinan secara global turun, namun masih menyisakan angka kemiskinan di Timur Tengah dan Afrika utara, di mana perang saudara menaikkan tingkat kemiskinan luar biasa dari 9,6 juta orang pada 2013, menjadi 18,6 juta pada 2015.

Sementara itu di Indonesia, Badan Pusat Statistik (BPS) masih mencatat jumlah penduduk miskin di Maret 2019 masih mencapai 25,14 juta jiwa atau sekitar 9,82% dari total penduduk. Jumlah tersebut berkurang 530 ribu jiwa dibandingkan posisi September tahun lalu dan menyusut 805 ribu jiwa dibandingkan posisi Maret tahun lalu.

Tiga provinsi di Pulau Jawa terlihat masih memiliki penduduk miskin yang lebih banyak dibanding provinsi lainnya. Ketiga provinsi tersebut adalah Jawa Timur dengan jumlah penduduk miskin 4,11 juta jiwa, Jawa Tengah 3,74 juta jiwa, dan Jawa Barat 3,4 juta jiwa.

Secara regional, penduduk miskin di Pulau Jawa mencapai 12,74 juta jiwa atau separuh total penduduk miskin di tanah air. Namun, secara persentase jumlah penduduk miskin di Pulau Jawa lebih rendah dibanding provinsi-provinsi di Indonesia timur yang memiliki angka penduduk miskin di atas 20% seperti Papua, Papua Barat, dan Nusa Tenggara Timur.

Agaknya Pemerintah masih mempunyai pekerjaan yang besar dalam memerdekakan rakyat dari kemiskinan. Komisioner BAZNAS, Nana Mintarti menuturkan, selain memaksimalkan APBN, pemerintah melalui BAZNAS turut memerdekakan dhuafa dari kemiskinan melalui dana zakat, karena potensi zakat yang diperkirakan sebesar Rp217 triliun per tahun, hari ini capaian yang dihimpun lembaga zakat baru mencapai 2 persen atau Rp 8 triliun.

LAZ seperti Dompet Dhuafa, misalnya di tahun 2018, sudah membantu 2,1 juta jiwa dhuafa dengan berbagai bentuk pemberdayaan. Tentunya seperti dikatakan Bambang Suherman Ketua Umum FOZ, apabila seluruh LAZ di Indonesia berkolaborasi, akan menjadi kekuatan besar yang dapat membantu pemerintah memerdekakan dhuafa dari kemiskinan. “Saling Dukung dan Saling Menguatkan,” pungkas drg. Imam Rulyawan, Direktur Dompet Dhuafa Filantropi. - *[Maifil Eka Putra]*

① Pemukiman kumuh di bantaran Kali Cipinang, Jakarta

Adit

UPAYA LAZ MERDEKAKAN DHUAFA

Lembaga Zakat (LAZ) sudah berperan membantu memerdekakan dhuafa melalui program-program pemberdayaan. Namun patut dicermati ketika program ini berhenti, apakah peserta kembali dhuafa?

Di tahun 2019 pemerintah mengklaim berhasil menurunkan angka kemiskinan. Klaim itu didasari karena merosotnya jumlah orang miskin dalam empat tahun terakhir. Kendati populasi orang miskin masih berkisar di angka 9,4 persen dari total penduduk Indonesia, bukan berarti hal ini menjadi pekerjaan mudah untuk memerdekakan kaum dhuafa dari kemiskinan.

Komisioner BAZNAS, Nana Mintarti menuturkan, selain memaksimalkan APBN, pemerintah melalui BAZNAS juga turut memerdekakan dhuafa dari kemiskinan melalui dana zakat.

Nana menambahkan fungsi zakat di sini tidak hanya membantu fakir miskin tetapi juga dapat melengkapi, memperkuat dan menambal lubang-lubang yang tertinggal ketika pemerintah berusaha mengentaskan kemiskinan. Nana menyadari, dari potensi zakat yang diperkirakan sebesar Rp217 triliun per tahun, hari ini capaian yang dihimpun lembaga zakat mencapai 2 persen atau Rp 8 triliun.

① Warga marginal di tepian rel kereta api di Tanah Abang, Jakarta

Adit

"Zakat di sini perannya mengisi satu ruang kosong yang belum terjangkau pemerintah, zakat mengisi kekosongan itu. Namun dilihat dari skala nasional peran zakat masih relatif kecil untuk merdekakan dhuafa," ujar Nana.

② Komisioner BAZNAS Nanan Mintarti

Nana melihat apa yang dilakukan BAZNAS maupun LAZ lainnya pada skala mikro dan komunitas sudah cukup optimal karena telah berada di koridor yang benar dalam memerdekakan kaum dhuafa. Di luar itu lanjut Nana peran lembaga zakat juga sudah sangat signifikan, karena telah memiliki program yang sifatnya kedaruratan dan pemberdayaan yang berkelanjutan.

"Intinya, sudah terjadi proses transformasi dari mustahik menjadi muzaki," kata Nana.

Sementara itu, Ketua Umum Forum Zakat Indonesia (FOZ), Bambang Suherman menyatakan untuk memerdekakan dhuafa, FOZ lebih menonjolkan kolaborasi antar lembaga zakat sebagai kunci utama untuk membereskan pekerjaan rumah dalam konteks memerdekakan kaum dhuafa dari kemiskinan.

Menurut Bambang, memerdekakan kaum dhuafa merupakan aspek perubahan yang pragmatis dalam indikator kemiskinan.

"Setelah menarik keunggulan dari masing-masing LAZ, kemudian program unggulan itu dipaparkan kepada LAZ lainnya. Lalu dibuka menjadi ruang kerjasama dan kolaborasi. Selanjutnya menentukan LAZ mana yang siap mengisi ruang-ruang intervensi dalam hal memerdekakan kaum dhuafa," ujar Bambang.

Ironinya, kata Bambang, kemiskinan yang terjadi pada masyarakat Indonesia justru melekat di keunggulan Indonesia. "Indonesia terkenal negeri agraris tetapi petaninya justru miskin. Hal serupa juga menimpa nelayan Indonesia kendati negara ini merupakan negeri maritim. Problem inilah yang menjadi konsen bidikan utama FOZ dan anggotanya," terang Bambang.

Saat ini, tambah Bambang, FOZ melihat banyak lembaga zakat yang melakukan intervensi di bidang pertanian dengan membuat satu gerakan beli beras langsung ke petani. Salah satu langkah *by pass* yang menghubungkan petani binaan langsung ke masyarakat konsumen.

"Seperti momentum zakat fitrah sebelum Idul Fitri, LAZ berkolaborasi membeli beras langsung ke petani dan kemudian dibagikan ke penerima zakat Fitrah," jelas Bambang.

③ Ketua Umum FOZ Bambang Suherman

Skema kolaborasi guna memerdekakan kaum dhuafa juga diamini oleh Direktur Filantropi Indonesia Hamid Abidin.

Filantropi Indonesia sebagai payung yang menaungi seluruh lembaga filantropi di Indonesia, Hamid melihat kolaborasi itu merupakan jawaban tepat di tengah geliat aksi kedermawanan yang terus tumbuh. Di sisi lain Filantropi Indonesia juga memiliki tugas pokok untuk meningkatkan kualitas dan efektifitas lembaga filantropi beserta kegiatannya sebagai tujuan untuk memerdekakan kaum dhuafa.

Hamid menuturkan, dewasa ini potensi filantropi luar biasa besar namun efektifitasnya minim. Hal ini terkait berbagai kendala seperti kapasitas kelembagaan, program belum banyak dijalankan secara efektif, fundraising belum maksimal dan monitoring serta evaluasi yang jauh dari kata sempurna.

"Agar fundraising dan program berjalan maksimal serta tepat sasaran untuk dhuafa, kami hadir untuk meningkatkan kapasitas mereka," ucap Hamid.

Dalam konteks mempercepat kaum dhuafa merdeka dari kemiskinan, Filantropi Indonesia juga kerap menggelar learning session sehingga antar lembaga filantropi diharapkan bisa saling mengetahui, sejauh mana perkembangan program. Dengan berpijak pada pembangunan SDG's Filantropi Indonesia juga mendorong lembaga filantropi untuk memiliki prinsip universal.

"Berdialog dan tukar informasi. Di sini arahya kolaborasi antar lembaga. Kami mewadahi hal itu. Kami juga mendorong lembaga filantropi tidak hanya membantu dhuafa yang seagama, ras dan suku tetapi lebih bersifat universal," tegas Hamid.

Dalam catatan Direktur Indonesia Development and Islamic Studies (IDEAS) Dompet Dhuafa Yusuf Wibisono, upaya penurunan angka kemiskinan yang dilakukan oleh LAZ mau pun lembaga filantropi cukup memberikan sumbangsih nyata bagi masyarakat dhuafa, di sisi lain peran

④ Warga eks Pasar Ikan Jakarta Utara

pemerintah juga tak boleh di kesampingkan.

Hal tersebut dapat dilihat dari riset yang dilakukan IDEAS selama lima tahun terakhir. Yusuf menjelaskan dalam lima tahun terakhir angka kemiskinan cenderung menurun. Kemiskinan terakhir kali meningkat di tahun 2015 sebesar 11,2 persen dipicu oleh naiknya harga BBM.

⑤ Direktur IDEAS Yusuf Wibisono

Adit

"Di 2015 itu, lonjakannya cukup signifikan. Ada 1 juta orang yang langsung miskin," terang Yusuf.

Memasuki tahun 2016 angka kemiskinan terus konsisten menurun sampai terakhir dibulan Maret 2019 silam, IDEAS mencatat tersisa 9,4 persen orang miskin dari total penduduk Indonesia. Dari sudut pandang makro IDEAS melihat ada perbaikan kendati pertumbuhan ekonomi Indonesia nampak tak begitu cemerlang.

"Pertumbuhan ekonomi 5 persen, kinerja investasi, ekspor impor semua biasa saja. Bahkan defisit transaksi berjalan cukup mengkhawatirkan. Tetapi yang terlihat jelas inflasi terjaga dengan baik di angka 3 - 4 persen saja. Jadi penurunan angka kemiskinan ini banyak ditopang dari terkendalinya harga-harga kebutuhan pokok," kata Yusuf.

Selain peran lembaga zakat dan filantropi melalui segudang program pemberdayaannya, turunnya angka kemiskinan juga didorong oleh terus 'dihantamnya' orang-orang miskin dengan berbagai bantuan sosial seperti hadirnya BPJS, sekolah gratis, beras sejahtera, penyeragaman harga BBM dan ditingkatkannya penerima manfaat program keluarga harapan (PKH) dari 2,5 juta jiwa di tahun 2014 menjadi 10 juta jiwa di 2019 ini.

Namun Yusuf memngingatkan perkembangan ini harus dicermati, apakah skema ini bersifat sementara atau berkesinambungan. Di khawatirkan begitu program-program LAZ berhenti mereka bisa kembali miskin. – *[Maifil dan Aditya Kurniawan]*

LIMA PILAR PENGENTAS KEMISKINAN

> Dompet Dhuafa sebagai Lembaga Filantropi Islam turut membantu Pemerintah memerdekakan Dhuafa dengan 5 Pilar Porgram Unggulan.

Bu Empin, 91 Tahun, adalah Veteran Pejuang Kemerdekaan. Di setiap bulan Agustus, Dompet Dhuafa selalu mendatangi rumahnya memberikan kegembiraan kepada Bu Empin yang sudah berjasa terhadap negeri ini. Bu Empin hanyalah salahsatu dari banyak veteran lain yang menjadi perhatian Dompet Dhuafa. Sebagai orang yang telah berjasa terhadap negara ini, tidak sedikit para veteran di masa tuanya hidup tidak layak. Meskipun ia tidak lagi melawan penjajah asing karena negara sudah merdeka sebagian dari para veteran itu, masih belum merdeka dari kemiskinan.

Tidak hanya veteran yang harus dimerdekakan dari kemiskinan, tapi ada 25,9 juta jiwa dari 265 juta jiwa penduduk Indonesia menurut data Badan Pusat Statistik (BPS) 2018 yang masih miskin. Sebagai Lembaga Filantropi Islam Dompet Dhuafa di tahun 2018 sudah berperan membantu pemerintah untuk memerdekakan penduduk miskin ini dengan melakukan intervensi kepada 2,1 juta jiwa. Diharapkan di tahun 2019, jumlahnya terus meningkat.

Direktur Utama Dompet Dhuafa Filantropi drg. Imam Rulyawan, MARS memaparkan, untuk memerdekakan dhuafa dari kemiskinan Dompet Dhuafa melakukan intenversi di 5 bidang pemberdayaan yang dikenal dengan 5 Pilar Pemberdayaan; bidang ekonomi lingkungan, dakwah sosial, pendidikan, kesehatan dan respon bencana.

"Semua program tersebut dilakukan secara berkesinambungan. Pemberdayaan dilakukan secara berdampingan dengan penguatan akhlak, psikososial dan ekonomi. Lima program ini telah bergulir sejak beberapa tahun lalu dengan total penerima manfaat di atas 2,1 juta jiwa," jelas Imam.

Tentunya, indikator berhasil atau tidaknya dhuafa ini merdeka dari kemiskinan, lanjut Imam, terlihat dari perubahan mental yang tadi suka diberi, sekarang menjadi memberi. "Yang sebelumnya menerima zakat, jadi pemberi zakat. Mental mereka berubah menjadi lebih tangguh dan pantang menyerah. Secara ekonomi pendapatan mereka menjadi dua kali lipat dari UMK daerahnya. Pendidikan anak-anak penerima manfaat tak putus dan bisa menularkan perubahan ini ke lingkungan mereka," imbuh Imam.

1. PILAR EKONOMI

Di Pilar Ekonomi Dompet Dhuafa melihat pada tiga konteks utama masalah ekonomi di masyarakat bawah. Yakni; faktor aset, produk dan market. Dari tiga faktor tersebut, barulah masuk ke dalam beberapa sektor program pemberdayaan seperti pertanian, peternakan, agro industri dan keuangan mikro syariah. "Model karateristik program itu kami gulirkan dengan 3 prinsip tadi," terang Udhi Tri Kurniawan, General Manager (GM) Ekonomi dan Lingkungan Dompet Dhuafa.

Program unggulan Dompet Dhuafa saat ini; *Pertama*, Pertanian kopi di Kahaya Sulawesi, Temanggung dan Gayo Aceh dengan total penerima manfaat 50 jiwa.

Kedua, Program pemberdayaan petani sawah yang baru launching di Wonogiri. "Di sana Dompet Dhuafa mendampingi 40 petani lokal. Ada pun pemberdayaan yang dilakukan adalah pendampingan, pembuatan kompos, pupuk organik dan uji coba tanam di lahan seluas 2 hektar. Sesuai jadwal kami akan panen raya di bulan Oktober mendatang dengan target per hektar bisa hasilkan 10-12 ton gabah kering. Itu sudah melampaui rata-rata produksi gabah nasional yang per hektarnya hanya 5,1 ton," terang Udhi.

Di bidang peternakan, hari ini Dompet Dhuafa sudah memiliki 8 wilayah ternak yang tersebar di semua provinsi di Pulau Jawa, Sumatera khususya di wilayah Siak, Riau dan Bantaeng serta Luwu Utara untuk di pulau Sulawesi.

Semua sentra peternakan tersebut, lanjut Udhi, untuk membesarkan kambing dan sapi. Sentra ternak ini dibuat khusus untuk menyasar program Tebar Hewan Kurban Dompet Dhuafa. Tetapi di luar itu Dompet Dhuafa juga berusaha memenuhi kebutuhan daging reguler; konsumsi harian dan aqiqah.

Ada pun skema sentra ternak Dompet Dhuafa yakni sentra dan plasma. Dari 8 wilayah itu Dompet Dhuafa memiliki 50 sentra atau mitra ternak yang terlibat di dalamnya. Di setiap sentra ternak, Dompet Dhuafa mempekerjakan 3 - 4 orang mustahik untuk terlibat dalam proses perawatan. Nantinya setelah 1 - 2 tahun bekerja di sentra ternak, para mustahik itu akan didorong untuk mandiri dengan memiliki peternakan sendiri skala rumahan.

"Sentra ternak berhubungan secara langsung dengan market. Kini jumlah populasi kambing atau domba yang dibesarkan oleh peternak binaan mencapai 4.000 ekor," ungkap Udhi.

Terbukti, setelah dibina oleh Dompet Dhuafa, pendapatan mereka meningkat 2 kali lipat. Target Dompet Dhuafa untuk ukuran sederhana, peternak sudah bisa hidup mandiri apabila pendapatan mereka naik 1,5 kali dari UMK dalam setiap bulan.

Nah, bagi yang tinggal di perkotaan, Dompet Dhuafa memberdayakan mereka dengan program Keuangan Mikro Syariah. Karena, persoalan masyarakat hari ini adalah sulit mengakses modal ketika ia ingin membuka usaha. Masyarakat dhuafa ketika dihadapkan dengan skema perbankan mereka termasuk ke dalam kelompok yang sulit mendapatkan modal karena tak memiliki agunan, sehingga kebanyakan mereka terjerat oleh rentenir.

Hal ini mendorong Dompet Dhuafa menggulirkan Program Sosial Trust Fund untuk mendukung aktifitas ekonomi masyarakat kecil. Masyarakat yang ingin berusaha diberikan pinjaman tanpa bunga dengan sistem bagi hasil dengan pendekatan kelompok. Dana terus bergulir di dalam kelompok. Satu kelompok biasanya terdiri dari 5-10 orang. Dianjurkan mereka memiliki karaterisik usaha yang sama, jadi Dompet Dhuafa tidak hanya memberikan bantuan usaha tetapi juga mampu memberikan pendampingan usaha.

Besaran pinjaman Rp 2 - 5 juta per orang dan itu tidak harus dikembalikan ke Dompet Dhuafa, tapi dikembalikan ke kelompok itu sendiri dan akan jadi dana abadi. Program ini masih eksisting dengan penerima manfaat ada 75 orang, tersebar di Lombok Utara, Tasikmalaya, Sukabumi dan daerah lainnya.

2. PILAR PENDIDIKAN

Di Progam Pendidikan, Dompet Dhuafa memiliki sekolah Smart Ekselensia Indonesia, sejak tahun 2004. Sudah meluluskan 200 siswa dhuafa yang punya intelektual di atas rata-rata. Anak dhuafa dari berbagai

① DMC Dompet Dhuafa melakukan pencarian korban longsor di Sukabumi

Maifil

② Peternak binaan Dompet Dhuafa di Cianjur, Jawa Barat

Adit

daerah dipersilakan untuk memperoleh kesempatan untuk mengenyam pendidikan dari jenjang pendidikan menengah hingga menengah atas di sekolah ini.

Dikatakan Arif Rahmadi Haryono, GM Program Pendidikan Dompet Dhuafa, per-angkatan Smart Ekselensia menerima maksimal 40 orang. Namun setiap tahun rata-rata pendaftar ada di angka 500 siswa. Karena akselarasi maka masa belajar hanya 5 tahun; SLTP 3 tahun dan SLTA 2 tahun. "Alhamdulilah 90 persen lulusan Smart Ekselensia sudah masuk perguruan tinggi negri dan telah meluluskan ribuan pelajar dhuafa," jelas Arif.

Selain Smart Ekselensia, Dompet Dhuafa juga memiliki Program Beasiswa etos untuk tingkat perguruan tinggi. Ini adalah program pembinaan mahasiswa cerdas, lolos masuk perguruan tinggi negeri tetapi tidak memiliki biaya kuliah. Skemanya selama 2 tahun mahasiswa akan diasramakan secara gratis. Di tahun ke tiga mereka sudah harus mampu menghidupi diri sendiri membayar sewa tempat tinggal. Dan di tahun ke empat mahasiswa etos harus sudah lulus.

Selain Smart Ekselensia dan Beasiswa Etos, Dompet Dhuafa juga memiliki Sekolah Literasi Indonesia yang bertujuan untuk peningkatan kapasitas manajemen sekolah, kepemimpinan dan kapasitas guru. Tiga komponen ini yang menjadi projek dampingan SLI (Sekolah Literasi Indonesia) di lokasi bencana selama 1 - 2 tahun. Program ini juga dilaksanakan di kawasan tertinggal dan perbatasan.

3. PILAR SOSIAL DAKWAH

Di Pilar Sosial Dakwah, Dompet Dhuafa berupaya memerdekakan dhuafa dengan dua pendekatan. *Pertama,* melalui pendekatan sosial seperti memberikan bantuan layanan gratis ambulans Barzah bagi dhuafa yang wafat dan membutuhkan angkutan ambulans, memberikan bantuan kepada dhuafa sekali sebulan sesuai kebutuhan, tebus ijazah, pembayaran kontrakan yang telat bayar dan lainnya.

Kedua, Dakwah, diberikan khusus bagi dhuafa yang mengalami keterpurukan spiritual dan mental seperti orang sakit, kesusahan dan terkena bencana. Ketika terjadi kegalauan dalam kehidupan beragama. "Mereka kita merdekakan dengan dakwah agar terjadi penguatan akidah," jelas Ahmad Sonhaji, Direktur Dakwah dan Layanan Masyarakat Dompet Dhuafa.

Penerima manfaatnya adalah pasien di rumah sakit, komunitas disabilitas, kaum dhuafa dan para narapidana. Respon mereka setelah diberikan pencerahan dan bimbingan rohani sangat positif. Seperti pasien di rumah sakit, mereka kita doakan dan dampingi secara sahabat dan kelaurga. Mereka sangat senang, terpancar diwajahnya aura kegembiraan. Karena ada sentuhan doa yang memiliki porsi 70 persen dalam proses penyembuhan penyakit.

Bagi keluarganya yang didampingi, Dompet Dhuafa memiliki shelter di RSCM dan RS Dharmais untuk pasien dhuafa dari luar daerah yang tidak memiliki tempat tinggal. Kapasistas 8 - 10 orang. " Keluarga pasien kami beri pendampingan penyuluhan keterampilan *handicraft* biar hatinya tetap merdeka, jangan sampai hatinya terkungkung memikirkan keluarga yang sakit. Di lapas juga demikian, mereka senang sekali karena dekat dengan pintu taubat," terang Ustad Sonhaji

4. PILAR KESEHATAN

Di Pilar Kesehatan, upaya Dompet Dhuafa memerdekakan dhuafa dengan peningkatan derajat kesehatan melalui transformasi layanan yang mendorong perilaku hidup sehat, melibatkan modal sosial, menginisiasi program berkelanjutan dan terukur sebagai model holistik gerakan kesehatan dunia.

Seperti dijelaskan dr. Yeni Purnamasari, MKM, GM Kesehatan Dompet Dhuafa, saat ini tengah dilakukan standarisasi

Layanan Kesehatan Cuma-cuma (LKC) dengan pengelolaan klinik LKC dengan pelayanan; sistem dua pintu bersama Dompet Dhuafa Social Enterprise (DDSE), merevitalisasi dan replikasi Pos Sehat di seluruh Indonesia dengan bersinergi dengan cabang Dompet Dhuafa di daerah dan penguatan sistem manajemen IT.

Selain itu, Dompet Dhuafa juga lakukan penguatan program kesehatan perempuan dan gizi masyarakat. Tak lupa juga meberikan advokasi kepada member LKC, pengembangan sistem darurat respon dan *recovery* kesehatan pasca bencana.

Dompet Dhuafa saat ini sudah memiliki 10 LKC, 19 Gerai Sehat dan 71 Pos Sehat yang tersebar di area-area dhuafa di 10 Provinsi di Indonesia. Sedangkan jumlah penerima manfaat tahun 2018 mencapai 346.460 jiwa.

Di luar program reguler, ada juga program khusus seperti Program Jaring Kesehatan Ibu dan Anak dengan penerima manfaat 1.186 orang, Program Kesehatan Reproduksi dengan penerima manfaat 4.952 orang, Program Anak Indonesia Sehat dengan penerima manfaat 17.604 orang, Program Sanitasi Total Berbasis Masyarakat dengan penerima manfaat 1.874 jiwa dan Program Kebun Sehat Keluarga dengan penerima manfaat 1.200 KK

5. PILAR RESPON BENCANA

Ketika bencana menimpa negeri ini, semua penduduk yang tertimpa bencana mendadak menjadi miskin. Oleh karena itu, Dompet Dhuafa bertindak cepat untuk mencegah keadaan bisa lebih buruk lagi. Melalui Pilar Respon Bencana Dompet Dhuafa mengevakuasi korban dari area bencana, termasuk di dalamnnya mendirikan tenda darurat, penyediaan air bersih, pendirian dapur umum hingga pemberian pakaian layak pakai. Ada juga tenda hangat yang menyediakan minuman siap seduh, pijat dan refleksi. "Bila memungkinkan kami juga gelar tenda cuci pakaian gratis, seperti yang dilakukan untuk merespon korban banjir di Jakarta," ungkap Beny, Direktur Disaster Management Center (DMC) Dompet Dhuafa.

Selain itu, para penyintas diajak untuk mendekatkan diri pada Allah SWT. DMC bersama Corp Dai Dompet Dhuafa (Cordofa) memobilisasi penyintas untuk mendapatkan tausiah dengan materi penguatan batin dalam menghadapi bencana.

"Dompet Dhuafa juga menghadirkan psikolog untuk penguatan psikologis penyintas. Kegiatan ini biasa kami lakukan di balai warga atau tenda darurat. Kak Seto merupakan salah satu psikolog yang pernah didatangkan untuk membangkitkan semangat anak-anak Asmat di Papua," jelas Beny.

Khusus untuk anak-anak penyintas, Dompet Dhuafa mendirikan sekolah darurat. "Kendati secara fisik bangunan sekolah mereka rusak, namun kegiatan belajar-mengajar harus tetap bisa berjalan meski dilakukan di dalam sekolah darurat. Ini dilakukan ketika pasca bencana gempa Lombok dan Palu. Kami bantu mendirikan sekolah darurat di sana," jelas Beny.

Alhamdulilah, lanjut Beny, dengan program-program respon bencana dan pemulihan pasca bencana yang dilakukan Dompet Dhuafa, terlihat di wajah penyintas terpancar rasa percaya diri. Senyum kembali mengembang pada wajah anak-anak dan keguyuban warga kian bagus, terlebih ketika duduk bersama dalam satu tenda. Gotong royong yang menjadi kearifan lokal bangsa kita juga terwujud. "Mereka menjadi optimis menyambut hari esok," jelas Beny.

Untuk pogram jangka panjang membantu penyintas, seluruh pilar di Dompet Dhuafa berkolaborasi melakukan pemberdayaan. Dimulai dengan assesment tentang potensi-potensi apa saja yang bisa dikembangkan. Termasuk membangun instalasi air bersih bagi para penyintas yang dapat digunakan dikemudian hari secara berkesinambungan, melalui Program Air untuk Kehidupan.
– *[Maifil dan Aditya Kurniawan]*

③ Program pendidikan Dompet Dhuafa di Sekolah pelosok
④ Ustad relawan Dompet Dhuafa melakukan syiar di Lapas Bekasi
⑤ Visit Rumah Sakit guna memberikan semangat kepada pasien

Adit

SETELAH MELEWATI JALAN TERJAL

> Gempa mengguncang Halmahera Selatan, Tim respon Dompet Dhuafa berjibaku menghadapi jalan terjal dan jembatan putus untuk membantu penyintas.

HALMAHERA - Dompet Dhuafa melalui tim respons bencana Disaster Management Centre (DMC) bertolak dari Jakarta dan Sulawesi Selatan sejak Senin (15/7) membantu dan mengevakuasi korban gempa yang terjadi di wilayah Halmahera, lebih tepatnya Halmahera Selatan, Maluku Utara.

Menurut data BNPB yang dirilis (20/7) pascagempa M 7,2 di Halmahera Selatan, sejumlah 1.176 rumah mengalami rusak berat (RB), 1.158 rusak sedang, sedangkan fasilitas umum 41 RB dan 43 lain rusak ringan. Tercatat 8 orang meninggal, 39 orang luka berat dan 95 luka ringan. Sedangkan pengungsian, 51.647 orang tersebar di beberapa pos pengungsian.

Direktur Disaster Management Centre (DMC) Dompet Dhuafa Benny mengatakan Dompet Dhuafa menerjunkan tim DMC berjumlah tujuh orang berupaya mencapai titik lokasi melalui perjalanan laut dengan ketinggian ombak dua meter. Akses ke lokasi yang cukup terjal dan melewati beberapa jembatan putus menambah kesulitan tersendiri bagi tim menuju lokasi.

"Hingga sore ini Selasa (15/7) beberapa aktivis kemanusiaan Dompet Dhuafa yang telah merapat ke Halmahera Selatan melakukan layanan tanggap darurat dimulai dari assesment terdampak," ucap Benny.

Respon yang dilakukan Dompet Dhuafa lainnya yaitu kajian cepat risiko bencana dengan menentukan titik-titik pos Dompet Dhuafa dan menyisir daerah lokasi terdampak di beberapa wilayah yang terkena guncangan. Demikian untuk segera mendapatkan informasi kebutuhan darurat.

Dompet Dhuafa berhasil membuka pos hangat bagi para korban terdampak dan para relawan. Selain itu, kebutuhan darurat berhasil didistribusikan seperti alas tidur, sembako, perlengkapan bayi, paket hygiene kit, pakaian layak pakai dan kebutuhan lainnya.

Narwan, salah seorang Tim DMC Dompet Dhuafa, mengaku banyak kendala yang dialami timnya saat di lapangan. Mulai dari medan yang sangat sulit, akses logistik banyak yang terputus hingga sinyal yang sulit didapatkan. Bahkan disebutkan, lokasi bencana dan pos pengungsian mulai diguyur hujan.

Selain itu ketinggian air laut juga mulai naik, mengakibatkan distribusi logistik via laut semakin terhambat. Setelah sebelumnya akses darat terhambat oleh rusaknya empat jembatan (data BNPB 22 Juli 2019).

Dompet Dhuafa membuka pos di Kediaman Musnawir di Desa Gane Luar, Kecamatan Gane Timur Selatan. Sebelumnya tim Disaster Management Center (DMC) Dompet Dhuafa melakukan assesment untuk mengetahui kondisi lanjut di dua desa, yakni Desa Gane Dalam dan Desa Gane Luar.

Berdasarkan pantauan tim sebanyak 80% rumah di Desa Gane dan Gane Dalam telah hancur. Kondisinya cukup memprihatinkan, mengingat kebanyakan rumah sudah rata dengan tanah.

Pos satelit disediakan di tiga titik: yakni di Dusun Lopong, Dusun Gimah, dan di belakang SMA Gane Luar. Rencananya Tim DMC Dompet Dhuafa akan menelusuri ke Pulau Bacan untuk melihat kondisi kerusakan di sana.

Ketika masa tanggap darurat penanganan bencana gempa bumi di Halmahera Selatan, Maluku Utara resmi dinyatakan berakhir oleh BNPB (29/7).

"Warga yang terkena dampak gempa bumi yang masih tinggal di tenda pengungsian berjumlah 26.051 jiwa," terang Erwandi "Bojek" Saputra, selaku tim DMC Dompet Dhuafa, pada Senin (29/7/2019).

Selain tetap membuka pos hangat dan mendistribusikan kebutuhan bagi para penyintas gempa. Saat ini tim DMC Dompet Dhuafa mulai memberikan dukungan "Psychological First Aid". Dukungan Psikososial tersebut dilakukan untuk anak-anak penyintas gempa khususnya di Pelabuhan Gane Dalam.

"Kami bersama warga mengadakan aksi gotong-royong untuk membangun mushala dan MCK darurat di Dusun Lopong. Pembersihan puing-puing bangunan. Selain itu kami juga mulai Memberikan dukungan Psychological First Aid di Pelabuhan Gane Dalam," jelas Bojek.

Dalam masa recovery, Dompet Dhuafa kembali menambah daya personil. Sebanyak dua tim untuk mempercepat proses recovery. Pegiriman dua tim dilakukan dalam dua gelombang.

Tim pertama melalui jalur laut ke Saketa, sedangkan tim lainnya melalui jalur darat ke Maffa. – *(Maifil/Fajar/Muthohar)*

① Proses pembangunan fisik pasca gempa

② Relawan Dompet Dhuafa memberikan penguatan psikososial kepada penyintas gempa

③ Pemberian bantuan secara simbolis

Dompet Dhuafa

Tradisional MODERN

BAJU BODO

Beragam adat istiadat di Indonesia, membuat masing-masing daerah memiliki kekhasan pakaian tradisional. Menjadi ciri khas dan identitas daerah yang dimiliki. Salah satunya baju adat Sulawesi Selatan, Makassar.

Dikenal dengan Baju Bodo, pakaian adat Bugis yang awalnya dipakai saat acara adat atau formal, sudah dikenal sejak pertengahan abad ke-9.

Hal itu diperkuat dari sejarah kain Muslin, yang digunakan sebagai bahan dasar baju bodo. Kain Muslin merupakan lembaran kain tenunan, hasil pilinan kapas yang dijalin dengan benang katun. Kerapatan benangnya renggang, membuat kain Muslin cocok dipakai di daerah tropis.

Kini Baju Bodo tak hanya dipakai pada acara adat. Penggunaannya beragam di berbagai kegiatan, seperti lomba menari atau upacara penyambutan tamu.

Mengkreasikan dengan kain, sarung atau celana panjang dengan balutan jilbab. Mengesankan tradisional berbalut modern dan chic, baju bodo bisa dikenakan menghadiri pesta.

Pakaian tradisional khusus untuk perempuan ini, memiliki aturan dalam penggunaannya, berdasarkan warna yang melambangkan tingkat usia dan kasta perempuan pemakainya. Warna jingga untuk usia 10 tahun, jingga dan merah darah untuk perempuan berusia 10 – 14 tahun, merah darah untuk perempuan berusia 17 – 25 tahun.

Sementara warna putih dipakai para inang dan dukun, warna hijau khusus dipakai para puteri bangsawan, dan warna ungu dipakai oleh para janda.

Foto: Istimewa
Teks: Aryani Radita
Sumber: Dikutip dari berbagai sumber
Desain & Kreatif: Digdaya Publika

Fatwa Perbankan Syariah
Diluncurkan MUI

①

②

Majelis Ulama Indonesia (MUI) meluncurkan dua buku Himpunan Fatwa MUI (Edisi Terlengkap) dan Himpunan Fatwa Perbankan Syariah.

Peluncuran kedua buku tersebut dilakukan di sela-sela acara Rapat Koordinasi Fatwa Komisi Fatwa MUI dan International Annual Conference on Fatwa MUI Studies yang dihelat oleh Komisi Fatwa Majelis Ulama Indonesia (MUI) selama dua hari (25-26 Juli 2019) di Hotel Margo, Depok, Jawa Barat.

Ketua Umum MUI KH Ma'ruf Amin menuturkan kegiatan ini merupakan rangkaian acara untuk menyambut Milad Ke-44 MUI, yang jatuh setiap tanggal 26 Juli. KH Ma'ruf mengatakan, peluncuran kedua buku tersebut diperlukan karena produk fatwa MUI terus bertambah.

"Jadi harus dilakukan pencetakan baru," ujarnya.

Buku Himpunan Fatwa Perbankan Syariah memuat semua fatwa terkait dengan praktik perbankan syariah di Indonesia yang diputuskan oleh Dewan Syariah Nasional MUI. Tujuannya agar perbankan mau pun start up yang ingin bergerak di bidang keuangan dapat memiliki pedoman dan panduan dalam menjalankan bisnis mereka.

Sementara itu, buku Himpunan Fatwa Perbankan Syariah memuat semua fatwa terkait dengan praktik perbankan syariah di Indonesia yang diputuskan oleh Dewan Syariah Nasional MUI. Secara total terdapat 90 fatwa perbankan syariah di dalam buku Himpunan Fatwa Perbankan Syariah, yang diputuskan sejak Dewan Syariah Nasional MUI didirikan pada tahun 1999.

Fatwa MUI maupun fatwa produk Dewan Syariah Nasional MUI merupakan produk hukum yang dihasilkan melalui proses intelektual yang teliti sehingga diharapkan dapat membimbing sekaligus mampu mencerahkan pikiran dan jiwa umat Islam Indonesia. – *Adit*

① Peluncuran buku fatwa secara simbolis oleh
② Ketua MUI & Kumpulan buku Fatwa MUI

Adit

①

②

Wakaf Linked Sukuk
Cara Baru Investasi Syariah

Sukuk adalah obligasi syariah merupakan surat berharga yang diterbitkan dan merepresentasikan kepemilikan investor atas aset yang menjadi dasar penerbitan sukuk (underlying asset) tanpa melupakan penerapan prinsip-prinsip syariah.

Sementara itu, Program Cash Wakaf Linked Sukuk, Program menempatkan uang wakaf pada Surat Berharga Syariah Negara (SBSN). Dengan ditempatkan di SBSN, uang yang diwakafkan masyarakat akan dipergunakan sebesar-besarnya bagi kesejahteraan dan kemartabatan Indonesia.

Artinya, Wakaf Linked Sukuk adalah aktivitas untuk memobiliasi dana wakaf masyarakat yang digunakan untuk membeli produk keuangan negara dalam bentuk Sukuk.

General Manager Mobilisasi Wakaf Dompet Dhuafa, Bobby P Manulang menjelaskan, Sukuk adalah instrumen keuangan syariah yang dikeluarkan negara yang diinisiatori oleh tiga Lembaga; Badan Wakaf Indonesia, Bank Indonesia dan Kementerian Keuangan.

Dengan adanya produk ini, Dompet Dhuafa sebagai Lembaga Nadzir memanfaatkan program ini dengan membentuk Program Wakaf Produktif. Nantinya, mobilisasi dana masyarakat yang telah menjadi wakaf linked sukuk dapat digunakan oleh negara untuk melakukan pembangunan.

Bobby berujar, karena ada kata 'wakaf' maka pemerintah memberikan beberapa privilege atas sukuk wakaf ini.

Pertama, pemerintah berkepentingan untuk membangun habit masyarakat untuk membeli instrumen negara. Maka kewajiban atau syarat Sukuk dengan limitasi Rp250 miliar oleh Kemenkeu kini diperkecil menjadi Rp50 miliar, agar lebih mudah tercapai.

Kedua, pembagian imbal hasil atau dana kupon, Sukuk bisa dikenakan pajak. Tetapi Wakaf Linked Sukuk ini tidak dikenakan pajak.

Ketiga, karena imbal hasil tidak dikenakan pajak maka dikembalikan kepada Nadzir yang terhimpun untuk digunakan dalam pembangunan projek sosial. Nilai Wakaf Sukuk bisa berapa saja tak ada nilai minimal.

"Jadi tidak dinikmati oleh investor tetapi pokok wakafnya itu kembali di akhir tahun sesuai kesepakatan. Selama itu nadzir akan mendapatkan 7-8 persen setiap tahunnya," jelas Bobby.

Menurut Bobby Wakaf Linked Sukuk bisa menjadi sumber penghimpunan wakaf baru yang cukup signifikan dengan potensi yang cukup baik.
– *MEP/Adit*

① GM Wakaf Dompet Dhuafa Bobby Manulang
② Ilustrasi pengumpulan wakaf link sukuk

① Adit | ② Freepik

Sehat Ala RASULULLAH

Akhir-akhir ini, diet sehat ala Rasul mulai banyak yang mempraktikkan. Diperkenalkan dokter Zaidul Akbar, yang telah lama meneliti cara hidup ala Rasulullah. Bahwa apa yang dilakukan Rasul, sejalan dengan prinsip kesehatan. Zaidul pun mendakwahkan jurus sehat ala Nabi Muhammad SAW.

Lalu bagaimana memulainya?

Bumbu Dapur

Bumbu dapur yang biasa kita pakai sehari-hari, banyak digunakan menjadi resep jurus sehat Rasulullah. Memasukkan rempah-rempah seperti lada, ketumbar, jahe, kunyit, hingga yang dibeli khusus yakni bee pollen dan garam himalaya. Pertama-tama mungkin akan terasa tidak biasa. Namun dengan teknik pengolahan tertentu, bumbu dapur tersebut bisa menjadi rasa yang enak.

Menghindari Konsumsi 5 Produk

Menurut dokter Zaidul Akbar, ada lima produk yang perlu dihentikan konsumsi jika ingin memulai jurus sehat Rasulullah. Nasi putih, tepung, gula pasir, susu dan turunannya, serta minyak goreng sawit. Karbohidrat bisa diganti nasi merah, nasi hitam atau kentang. Minyak goreng bisa diganti minyak kelapa atau virgin coconut oil.

Pilih Pemanis Alami

Kurma menjadi andalan jurus sehat Rasulullah. Hampir setiap menu sehat Rasulullah, ada kandungan kurma. Bukan hanya pemanis alami, kurma dipercaya memiliki beragam manfaat dengan kandungan mineral dan vitamin. Selain itu juga bisa memanfaatkan madu dan bee pollen.

Konsumsi Buah

Buah-buahan tropikal seperti melon, semangka, buah naga dan anggur, menjadi rujukan jika ingin konsisten menerapkan jurus sehat Rasulullah. Mengandung enzim alami, buah-buahan tersebut menjadi sumber asupan makanan utama tiap kali makan. Membantu mereset hormon tubuh yang berantakan, akibat gaya hidup kurang bagus.

Susu Berbahan Dasar Kacang-kacangan

Menghentikan produk susu dan turunannya, bukan berarti menghindari protein. Asupan tersebut bisa digantikan dengan susu berbahan dasar kacang, seperti susu almond atau susu kedelai.

Berbekal 5 hal di atas, semoga Anda bisa memulai resep jurus sehat Rasulullah ya.. Selamat mencoba!

Foto: Istimewa
Teks: Aryani Radita
Sumber: Dikutip dari berbagai sumber
Desain & Kreatif: Mr. B

Golek Kampung
Kegemaran Turis Mancanegara

Udara sejuk masih terasa menyapa kulit ketika empat turis berkewarganegaraan Belanda menyusuri gang sempit di daerah Loji, Kota Bogor, Jawa Barat. Langkah kakinya kian cepat ketika alunan kendang khas sunda terdengar sayup-sayup dari rapatnya barisan rumah yang terletak di gang Sirnagalih 2. Ketika mencapai sumber suara, kedatangan turis tersebut disambut hangat oleh Enday Media yang mempersilahkannya masuk untuk melihat kerajinan wayang golek.

"Hallo meneer, welkom in het poppencentrum," ujar Enday dengan Bahasa Belanda yang fasih.

Rombongan turis yang terdiri dari keluarga kecil itu langsung mendapat penjelasan singkat dari Enday perihal sejarah dan aneka macam wayang yang ada di Indonesia. Tak berhenti di sana, para turis juga diajak untuk mewarnai wayang golek secara manual. Menurut Enday sejak dirinya melakukan ekspansi pasar di tahun 2000, sudah tak terhitung jumlah turis mancanegara yang menyambangi rumah kerajinan wayang goleknya. Bahkan wayang golek Enday kini sudah menghiasi rumah-rumah di daratan Eropa.

"Setiap hari saya selalu kirim 2 sampai 4 pcs wayang ke Eropa. Untuk 1 pcs wayang saya kasih harga 55 Euro," ujar Enday kepada SwaraCinta beberapa waktu lalu.

Menurut Enday kerajinan wayang golek ini bermula ketika ayahnya, Entang Sutisna lulus dari sekolah rakyat di dekade 60 an. Entang terinspirasi membuat wayang golek sejak menonton pertunjukan budaya, dari sana Entang gemar membuat wayang golek secara otodidak kendati tidak ada yang mengorder. Di tahun

1969 akhirnya Entang memberanikan diri menjual wayangnya di Pasar Bogor. Puncaknya pada tahun 1972 rumah kerajinan wayang goleknya disambangi Presiden Soeharto.

"Beliau pesan 120 pcs golek. Dulu harganya masih seribu rupiah," kata Entang yang kini masih aktif membuat wayang golek.

Menurut Entang keistimewaan wayangnya terletak dari bahan baku yang ia gunakan. Entang menggunakan kayu lame, jenis kayu yang memiliki daya tahan kuat baik di cuaca panas mau pun di iklim bersalju.

"Wayang jadi tak mudah pecah," jelas Entang sambil terus memahat golek.

Ada pun karakter wayang yang diproduksi Entang ialah Rama Shinta dan Cepot. Menurutnya tiga jenis wayang tersebut sangat digemari turis lantaran memiliki latar belakang cerita romantis yang mengandung cinta suci. Ukurannya pun beragam mulai dari 60 cm hingga yang paling besar memiliki tinggi 1 meter.

Usai mewarnai wayang, para turis Belanda tadi mendapat kesempatan memainkan kendang dengan irama santai. Raut keceriaan tampak melekat pada wajah mereka kendati semua dilakukan dengan landscape kesederhanaan.

"Het is geweldig," ujar Heagen sambil mengacungkan dua jempolnya.

① Wayang Golek hasil kerajinan Enday Media
② uris Belanda mengikuti pembuatan wayang golek
③ Proses pembuatan wajah wayang golek
④ Koleksi wayang golek Enday Media

Adit

TARHIB QURBAN

Festival 1440 Sate di CFD Jakarta

JAKARTA - Seiring dengan momentum Idul Kurban, Dompet Dhuafa menggelar Tarhib Kurban bertajuk One Day Social & Charity Entertainment (28/7). Kegiatan ini dimeriahkan dengan Festival 1440 Sate, yang dipersembahkan Dompet Dhuafa kepada seluruh masyarakat yang melintas di CFD Jakarta. Acara ini, sekaligus mensosialisasikan progam Tebar Hewan Kurban (THK) Dompet Dhuafa.

Dengan membagikan 1440 sate, Dompet Dhuafa memberikan pengalaman memakan olahan daging kepada warga yang hadir di CFD. Jenis pangan yang disajikan itu nantinya juga dirasakan masyarakat di berbagai pelosok Indonesia, yang menjadi sasaran menyaluran THK 2019.

Yuli Pujihardi, selaku Direktur Mobilisasi ZIS Dompet Dhuafa Filantropi mengatakan, dalam THK kali ini Dompet Dhuafa menargetkan sebanyak 30.000 hewan kurban untuk disebarkan ke seluruh pelosok Indonesia. Maka gelaran Tarhib Kurban dan Festival 1440 Sate ini, menjadi salah satu ajakan kepada lapisan masyarakat untuk berkurban melalui Dompet Dhuafa.

"Angka Festival 1440 Sate yaitu dari Idul Adha 1440 H. Sebanyak 1.440 tusuk sate mewakili semangat tebar hewan kurban Dompet Dhuafa tahun ini. Cara ini dilakukan untuk memberikan experience menikmati daging kurban yang akan didistribusikan ke seluruh pelosok Indonesia," tambah Yuli Pujihardi.

Acara festival tersebut juga diramaikan oleh Chef Aiko Sarwosri yang menunjukan kebolehannya dalam mengolah menu masakan di hadapan para pengunjung CFD.

"Jujur, saya memang belum lama terlibat bareng dengan Dompet Dhuafa. Tapi saya tahu bahwa Dompet Dhuafa sangat konsisten menjalankan program-programnya," tutup Chef Aiko. – *(Dhika Prabowo)*

① Parade festival kurban Dompet Dhuafa
② Sate siap santap di festival kurban Dompet Dhuafa
③ Chef Aiko bersama rekan unjuk kebolehan di festival kurban

Taufan

PT. Raudha Rahma Abadi
ddtravel
keutamaan sebuah perjalanan

Izin Haji : 508 / 2017 I Izin Umroh : 903 / 2017

UMROH
PLUS Turki
Istanbul-Cappadocia

Keberangkatan :
04 Desember 2019

MULAI 32.8 Juta

Hotel : Makkah : Swiss Al Maqom / Setaraf *5
Madinah : Royal Inn Nozol / Setaraf *4
Istanbul : Radisson / Setaraf *5
Cappadocia : Suhan / Setaraf

Pesawat : TURKISH AIRLINES

UMROH
PLUS Turki
Istanbul - Bursa

Keberangkatan :
12 Desember 2019

MULAI 30.5 Juta

Hotel : Makkah : Swiss Al Maqom / Setaraf *5
Madinah : Royal Inn Nozol / Setaraf *4
Istanbul : Radisson / Setaraf *5
Bursa : Kervansaray Termal / Setaraf *5

Pesawat : TURKISH AIRLINES

*Harga + Rp. 1 Juta (Perlengkapan, Handling & Manasik)
Jadwal & Harga sewaktu-waktu bisa berubah mengikuti ketentuan pihak terkait

+62 21 741 8624 +62 8111 33 446 (Icha) www.ddtravel.co.id

MENEBAR MANFAAT HINGGA PELOSOK

① Penyerahan hewan kurban kepada mustahik

② Pembagian daging kurban menggunakan kemasan ramah lingkungan

Bogor - Usai pelaksanaan ibadah shalat idul adha di Masjid Al Madinah, Zona Madina Dompet Dhuafa melaksanakan penyembelihan hewan kurban berupa kambing dan domba premium sebanyak 62 ekor. Kegiatan ini dihadiri oleh paguyuban mojang jajaka dari Bogor yang turut serta membagikan daging kurban ke penerima manfaat.

Kegiatan Tebar Hewan Kurban (THK) dibuka oleh Direktur Wasila Nusantara Dompet Dhuafa Ust, Herman Budianto, M.Si. Dalam acara ini turut hadir Yuli Pujihardi selaku Direktur Zona Madina yang menerima penyerahan penghargaan kepada donatur yang telah mempercayakan Dompet Dhuafa dalam mengelola dan mendistribusikan hewan kurban ke pelosok negeri.

③ Penyerahan daging kurban oleh Influencer

Yuli mengatakan ke 62 hewan kurban tersebut bakal didistribusikan ke 930 penerima manfaat di Kawasan Zona Madina, yang terdiri dari 4 kecamatan yakni Kemang, Parung, Ciseeng dan Tajur Halang dengan sasaran distribusi ke daerah-daerah marginal.

Dalam distribusi hewan kurban, Zona Madina Dompet Dhuafa telah menerapkan go green, artinya Dompet Dhuafa menggunakan besek yang terbuat dari bambu sebagai wadah daging kurban. Dengan dilapisi daun pisang, membuat daging menjadi lebih segar dan tidak terkontaminasi dengan racun yang ada pada plastik.

Menurut Yuli Pujihardi dalam sambutannya selain ramah lingkungan, penggunaan besek bambu juga dapat menggerakan usaha ekonomi masyarakat kecil.

"Terimakasih kepada Dompet Dhuafa yang telah memberikan daging kurbannya " ucap Janah, lansia asal Jampang berusia 83 tahun yang menerima daging kurban. – *(Adit)*

Adit

①

Potret Kaum Marjinal Jakarta

JAKARTA - Yayasan Baitul Maal (YBM) PLN bersama IMZ Dompet Dhuafa menyelenggarakan diskusi publik bertajuk "Potret Kaum Marjinal Jakarta : Dulu, Kini dan Nanti. Diskusi tersebut berlangsung atas dasar perubahan peta kemiskinan yang terjadi di Ibu Kota. Dalam diskusi ini juga dilakukan launching Buku Peta Kinerja Pemberdayaan di DKI Jakarta.

Sekertaris Dinas Sosial DKI Jakarta Mariana memaparkan jumlah penduduk miskin di Jakarta berdasarkan data yang ia peroleh menunjukan penurunan dengan karakter yang sangat bervariasi. Hal itu bisa dilihat dari gaya hidup warga Jakarta yang tampak seperti golongan menengah, namun bila dilihat lebih dalam golongan tersebut masuk ke dalam kategori miskin.

Mariana berujar persentase penduduk miskin Jakarta saat ini berada di angka 3,55 persen atau berjumlah 372,26 ribu jiwa dan didapuk sebagai yang terendah dalam lima tahun terakhir. Dalam pengentasan kemiskinan kedepan Pemprov Jakarta memiliki PR

②

③

besar yakni wajib menurunkan kemiskinan sebesar 1 persen (27.500 kk) sampai tahun 2022.

"Skema penanganan fakir miskin Jakarta adalah menurunkan beban kerja dan meningkatkan pendapatan," ujar Mariana selaku narasumber pada diskusi tersebut (7/8).

Penanganan kemiskinan Jakarta dikatakan Mariana juga mesti terintegrasi dengan pembenahan sanitasi, penyediaan kebutuhan pokok, memberantas stunting dan pemberdayaan lansia serta penyandang disabilitas.

"Untuk lansia yang jumlahnya 107 ribu per bulan kami berikan Rp 600 ribu dan disabilitas Rp 300 ribu," jelas Mariana.

Menanggapi paparan Mariana, Peneliti INDEF Bhima Yudhistira menuturkan bila melihat kemiskinan di Jakarta cukup menarik. Sejak di bawah kepemimpinan Gubernur Anies Baswedan warga miskin di Jakarta menurun tetapi laju penurunannya berada di angka yang relatif kecil, selalu terkonsentrasi di bawah angka 1 persen bahkan nol koma persen. Padahal lanjut Bhima pendapatan Jakarta Rp 74,7 triliun.

"Warga Jakarta yang gajinya Rp 3,3 juta sudah masuk kategori miskin apalagi di rumah terdapat 4 tanggungan keluarga," jelasnya.

Menurut Bhima masalah kemiskinan di Jakarta jangan melihat berdasarkan satu dimensi saja karena masalah kemiskinan di kota masuk ke dalam indeks multidimensi. Pasalnya orang yang memiliki pendapatan Rp 3,5 juta tidak digolongkan miskin. Padahal untuk menutup kebutuhan hidup, mereka kerap berhutang di pinjaman daring.

Deputi Direktur YBM PLN Salman Alfarisi mengungkapkan dalam mengentaskan dhuafa pihaknya fokus pada tiga golongan kemiskinan. Semua program pengentasan itu, lanjut Salman, selalu di awali dengan data yang terukur dan selalu dievaluasi.

Kategori miskin tersebut ialah miskin yang berpotensi, miskin pasrah dan berpotensi miskin. Di sini tambah Salman zakat memiliki fungsi yang kuat untuk mengentaskan tiga kategori di atas.

"Yang berpotensi miskin ialah mereka kaum menengah yang setelah kena bencana jadi miskin. Ini juga kami berikan manfaat zakat. Penerima manfaat kami hingga kini ada 49.534 jiwa," terangnya.

Pengurus Ikatan Ahli Ekonomi Islam (IAEI) sekaligus Sekjen FOZ Sabeth Abilawa mengatakan memotret kemiskinan Jakarta tak terlalu menarik ketika berbicra dengan garis kemiskinan milik BPS kendati laju penurunan tak terkait dengan peran pemerintah.

"Faktanya sekarang orang miskin tetap berada kondisi semula, orang kaya sedang melambat, begitu gini rasionya," jelas Sabeth.

Berbicara ketimpangan, Jakarta menempati posisi di atas rata-rata ketimpangan nasional. Sebagai kota yang sarat dimensi, sangat berbahaya bila mereka yang miskin dibenturkan dengan isu beraroma politik.

Kemudian kata Sabeth lembaga zakat perlu diberikan penekanan bahwa fakir miskin tidak hanya berbicara miskinnya saja tetapi juga ada ketidaadilan sosial.

Sabeth juga mengingatkan, perlu penyadaran pengurus lembaga filantropi bahwa zakat harus mempersempit jurang kemiskinan.
– *[Aditya Kurniawan]*

① Peneliti INDEF Bhima Yudhistira memberikan materi dalam acara
② Sekertaris Dinsos DKI Jakarta Mariana dalam acara
③ Suasana hangat diskusi

Adit

SENGKARUT POLUSI UDARA

JAKARTA - Pada akhir Juli lalu kualitas udara Jakarta dicap sebagai yang terburuk di dunia. Peringkat tersebut berdasarkan laporan dari AirVisual dengan indeks kualitas udara di angka 152 atau setara parameter PM2.5 dengan konsentrasi polutan 57.5 μg/m^3.

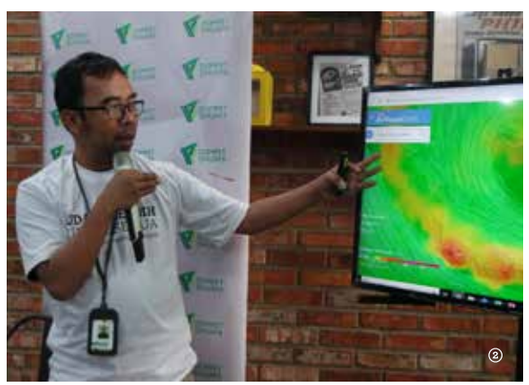
Kondisi tersebut diperparah dengan masuknya puncak musim kemarau dan minimnya kesadaran masyarakat dalam mengantisipasi bahaya polusi. Sebagai lembaga zakat yang bergerak di bidang kemanusiaan, Dompet Dhuafa melalui Divisi Advokasi dan Kebijakan Publik menginisiasi diskusi bertajuk "Udara Bersih untuk Semua #Jangantakutbernapas" di Jakarta (2/8).

Dokter Yeni Purnamasari, MKM dari Perhimpunan Dokter Keluarga Indonesia (PDKI) menuturkan banyak dampak negatif yang bisa dirasakan masyarakat akibat terpapar polusi udara. Menurut Yeni, bila polusi ini terus dibiarkan akan ada sebuah kelompok yang menjadi korban.

Pasalnya kata Yeni, polusi udara yang bertebaran di langit Jakarta terdiri dari berbagai campuran material di antaranya industri, rumah tangga dan kendaraan bermotor dengan dampak paling berbahaya dapat memicu kanker paru.

"Menurut data WHO 92 persen penduduk dunia menghirup udara buruk dan mengakibatkan 7 juta kematian. Mirisnya 2 juta kematian itu berasal dari Asia Tenggara," ujar Yeni selaku narasumber dalam diskusi tersebut.

Dengan polusi yang kian masif tambah Yeni, sangat berhubungan dengan adanya penurunan fungsi paru khususnya untuk anak-anak. Sedangkan dampak jangka pendek,



gejala terpapar polusi bisa ditandai dengan batuk dan sesak. Polusi udara kata Yeni sangat erat hubungannya dengan masalah paru seperti penurunan fungsi paru (21%), asma (1,3%), kanker paru (4%) dan PPOK (6,3%).

Sepakat dengan dr. Yeni, Samsul Ardiansyah, praktisi dan aktivis lingkungan Dompet Dhuafa mengatakan polusi udara Jakarta yang kian memprihatinkan sudah bisa dikategorikan sebagai bencana. Hal itu merujuk pada adanya fungsi yang terganggu dan menyebabkan kerugian material, ekonomi dan jiwa.

Samsul menjelaskan, polusi udara masuk ke dalam kategori bencana slow onset disaster atau bencana yang sifatnya perlahan.

"Sifatnya perlahan dan tidak kita sadari tapi dampaknya menyebabkan kerusakan yang parah terutama pada diri kita," ujar Samsul sebagai narasumber ke dua.

Dompet Dhuafa kata Samsul menaruh konsen tinggi kepada bahaya polusi udara yang kian masif di Jakarta. Hal ini kata Samsul dilatarbelakangi oleh banyaknya masyarakat Ibu Kota yang bekerja di sektor informal yang notabene langsung menjadi korban polusi udara.

Namun demikian, menurut pakar hukum lingkungan, Dr Kristanto P banyak faktor yang menyulitkan korban untuk mendeteksi pelaku atau penyebab polusi udara di Jakarta.

Faktor-faktor tersebut, lanjutnya, hanya akan berbuntut saling menyalahkan. Kondisi tersebut tambah diperparah oleh pemerintah yang kerap memenangkan gugatan terhadap perusak lingkungan namun tanpa langkah konkret untuk memperbaikinya.

"Setelah menang gugatan, uang pengganti masuk ke kas negara dan baru dikeluarkan saat penyusunan APBN. Namun sering kali ada unsur politik di dalamnya" jelas Kristanto.

Kristanto menambahkan, apabila ada jatuh korban akibat polusi udara, bentuk tanggung jawabnya tidak sederhana, karena korban hanya akan menyalahkan salah satu pihak sedangkan pelakunya bersifat abstrak dan memiliki banyak variabel. Kendati ajakan untuk mengubah pola hidup menjadi lebih go green namun acap kali slogan ini terbentur oleh aspek ekonomi.

"Contohnya kendaraan yang sudah tak layak jalan sangat menimbulkan polusi tapi itu merupakan ladang mereka untuk mencari nafkah," tutupnya.
– *Aditya Kurniawan*

① Pembagian masker dari relawan Dompet Dhuafa untuk pengendara
② Aktivis Lingkungan Dompet Dhuafa Samsul Ardiansyah memaparkan sebaran polusi udara
③ Pengendara sepeda motor tengah mengenakan masker pemeberian Dompet Dhuafa
Adit

Senyuman di Bibir Sang Veteran

> Kemerdekaan yang sudah diperoleh dengan darah dan nyawa pejuang, hendaknya diisi dengan usaha yang bisa mensejahterakan rakyat.

Empin, 91 th, senang mendengar tim Dompet Dhuafa mampir ke rumahnya. Seperti biasa di setiap bulan Agustus, Empin, Veteran Pejuang zaman penjajahan Belanda dan Jepang ini, selalu mendapat bingkisan dari Dompet Dhuafa, selain bingkisan ia juga menerima bantuan dana untuk kebutuhan harian.

Bantuan yang tidak seberapa itu, tetap bernilai di mata Empin. Karena kenyataan hidup yang ia hadapi tidak sepenuhnya enak seperti yang dia bayangkan ketika masa perjuangan dulu. Dulu ia membayangkan kalau sudah merdeka, hidup serba mudah.

Tetapi nyatanya, Empin kelahiran 31 Desember 1928 ini dan mengalami hidup di zaman presiden pertama hingga presiden yang sekarang tetap belum merasakan merdeka yang sesungguhnya. Ia masih tinggal di rumah kecil warisan orang tuanya bersama sebagian anak dan cucu, umpi serta cicitnya.

"Dulu memang kami punya banyak tanah, tapi satu per satu terjual untuk kebutuhan hidup, " cerita Empin.

Empin yang tinggal di Desa Setia Mekar, Tambun Selatan, Bekasi, Jawa Barat ini, saat ini memiliki 6 anak dari 16 anak yang telah dilahirkannya (sudah meninggal 10 orang). Cucunya berjumlah 30 orang, buyut sebanyak 25 orang, umpi 15 orang dan cicit sebanyak 3 orang.

Untuk berkunjung ke rumah Empin, tidak bisa menggunakan mobil karena dari jalan raya menuju rumahnya, ada ratusan meter ke dalam melewati gang kecil yang hanya bisa ditempuh dengan sepeda motor.

Meskipun Empin sudah berusia 91 tahun (sesuai KTP kalau dari pengakuan Empin, ia sudah berumur 106 tahun) , namun ia masih mampu berdiri tegap, kuat berlari dan kokoh ketika hormat bendera.

Ia mengaku kepada Swara Cinta, yang mendatangi rumahnya bersama Robi dari Lembaga Pelayan Masyarakat (LPM) Dompet Dhuafa, masih kuat berdiri berjam-jam untuk upacara 17 Agustus dengan penuh khidmat. Banyak pejuang veteran yang sebaya bahkan lebih muda dari Empin sudah wafat dan sakit-sakitan.

Dikisahkan Empin, saat zaman perjuangan, Empin berada di barisan pejuang Dapur Umum. Ia berpindah-pindah dari suatu tempat ke tempat yang lain, mengikuti kemana tentara Merah Putih bergerilya. Yang ia masak untuk tentara menunya selalu sama; nasi terkadang ubi, dua cabe merah besar dan labu siam di rebus dengan garam sebagai sayur. Lauknya ikan asin yang dioseng dengan penutup drum.

Setelah merdeka Empin pun menikah dengan salah seorang pemuda kuli pasar. Ketika suami berkerja menjadi kuli, Empin turut menjadi penjual beras di pasar itu. Ia memikul sekarung

beras berjalan kaki dari rumahnya Setia Mekar ke Bulak Kapal, berkilo-kilo meter ia tempuh dengan berjalan kaki.

Setelah kemerdekaan, jasa-saja Empin sebagai pejuang sempat terlupakan, barulah di zaman Presiden Suharto, Empin mendapat honor sebagai Veteran. Saat itu ada pendaftaran Veteran, Empin termasuk salahsatu yang terverifikasi sebagai pejuang. "Sampai hari ini baru 15 tahun saya mendapat gaji sebagai, meski terkadang baru diterima 3 bulan sekali," kisah Empin.

Diakuinya sebagai Veteran, Empin sudah bersyukur karena di masa tuanya ia tidak menyusahkan anak cucunya karena untuk belanja harian dia bisa penuhi sendiri dari gajinya. Seiring dengan itu, rumah peninggal orang tua yang sudah hampir roboh, *alhamdulillah*, 2016 sudah diperbaiki pemerintah melalui santunan PLN Peduli di tahun 2016.

Empin berharap, kemerdekaan yang sudah diperoleh dengan darah dan nyawa pejuang hendaknya diisi dengan usaha yang bisa mensejahterakan rakyat. "Tidak seperti sekarang, anak cucu saya banyak yang di-PHK, sehingga lebaran kemarin saya tidak mendapatkan THR dari anak dan cucu. Ditambah lagi gajinya saya, baru diterima setelah lebaran. Jadilah lebaran yang tak mengembirakan tahun kemarin," jelas Empin.

Untung saja, lanjut Empin, Dompet Dhuafa datang dengan bingkisan dan santunan. Hal itulah yang diakuinya membuat ia masih tersenyum merayakan hari nan fitri itu.

① Empin sang Veteran
② Identitas Empin sebagai bukti otentik
③ Empin bersama tim Dompet Dhuafa
④ Empin bersemangat ketika menceritakan kisah perjuangannya

Maifil

Si Kecil Tukang Marah-Marah

Seiring pertumbuhan fisik yang pesat, anak usia 4-5 tahun mulai mengikuti emosinya yang meledak-ledak. Hal itu didasari oleh perasaan anak yang sudah mengenali perasaan tidak enak. Selain itu sensitivitasnya terhadap hal-hal yang tidak enak pun semakin berkembang. Berikut cara ampuh menghadapi anak pemarah dilansir dari buku Growing Up Parents Guide :

1 Beri Tanggung Jawab

Beri anak kepercayaan untuk menerima tanggung jawab dalam mengontrol emosi. Sebagai orang tua, tahan diri Anda untuk tidak mendominasi.
Contoh : langsung menyuruhnya diam atau memarahi saat anak menangis atau berteriak-teriak. Hal itu percuma karenaanak tidak akan mampu mengontrol emosi jika Anda masih ikut campur engan instruksi yang lengkap.

Apa pun yang menjadi sumber kemarahannya lebih baik orang tua mundur sedikit. Nanti Anda bisa melihat bahwa anak ternyata bisa menarik diri keluar dari kekesalannya. Lain cerita bila sepanjang hari si kecil terus marah-marah. Tanyakan apa masalahnya, paling tidak usahakan untuk menyurutkan kemarahannya.

2 Ingatkan Dampak Perilaku

Anak usia 4-5 tahun sudah bisa berpikir. Tidak ada salahnya Anda menjelaskan bahwa perilakunya bisa berdampak negatif.
Contoh : Kalau kamu cepat marah nanti gak ada yang mau main sama kamu. Mama juga tidak senang melihat kamu ngambek terus

Si kecil mungkin akan bertambah marah dengan ucapan tersebut. Tidak apa-apa, coba lah terus mengingatkan agar ia tidak cepat marah. Bila tidak berhasi hari ini, paling tidak si anak akan mengingat dan berpikir soal ucapan orang tuanya.

3 Ajarkan Kontrol Emosi

Sejak dini ajarkan anak kebiasaan untuk berpikir dulu sebelum marah-marah. Misalnya membujuk anak untuk menghitung 1 sampai 10 dengan pelan sebelum meledakan kemarahannya. Cara lain ajak anak untuk menghirup napas dalam-dalam. Skema ini memiliki tujuan memberi waktu kepada si anak untuk berpikir lebih tenang mengenai dampak kemarahannya.

Taktik ini adalah mengajarkan anak untuk meninggalkan arena kemarahan. Jika anak marah kepada kakaknya, bujuklah si kecil untuk meninggalkan kakaknya dan tidak kembali sebelum amarah itu hilang. Selama "mengasingkan" diri ajaklah si kecil untuk mengingat kebaikan si kakak.

4 Hargai Usahanya

Anak usia 4-5 tahun sudah mampu merespon penghargaan atau pujian. Jadi tunjukan rasa bangga pada anak bila ia berhasil tidak marah. Peluk atau cium pipi si kecil sambil ucapkan "Anak Papa Hebat" lebih bagus lagi pujian ini dilakukan di depan saudara atau teman sepermainannya.

Bila kemarahannya sedang surut, pancinglah anak untuk berbicara menyoal interaksinya dengan teman-temannya. Mengontrol emosi negatif yang satu ini memang gampang-gampang sulit. Perlu waktu bimbingan dan pengalaman.

Foto: Istimewa
Teks: Adit
Sumber: Buku "Gizi Ibu dan Bayi"
Desain & Kreatif: Digdaya Publika

Apa Tujuan Bisnis Yang Sesungguhnya?

Oleh : **Zainal Abidin Sidik**
Direktur Mandiri Insan Berdaya - Dompet Dhuafa Social Enterprise (DDSE)
@zaidinsidik

Apakah tujuan dari bisnis? Pertanyaan itu menggelitik dua peneliti dari dua universitas berbeda di Amerika Serikat, Thomas Donaldson (Wharton School, University of Pennsylvania, Philadelphia) dan James P. Walsh (Ross School of Business, University of Michigan, Ann Arbor). Keduanya merasa tidak puas dengan jawaban sementara panelis, yang menyatakan bahwa tujuan bisnis adalah untuk mendapatkan keuntungan.

> **“ Donaldson and Walsh menjawab bahwa tujuan bisnis adalah kemakmuran. Tentu saja, bukan kemakmuran bagi para shareholder (pemegang saham) saja, tetapi juga bagi semua stakeholders (para pemangku kepentingan)**

Donaldson and Walsh sepakat bahwa jawaban seperti itu merupakan kebodohan. Mereka merasa bahwa seharusnya bisnis memiliki tujuan yang lebih luhur, dibanding sekedar mencari keuntungan. Bagaimana pun di dunia ini, tidak ada tujuan yang lebih kecil daripada cara mencapainya, itu tesis mereka.

Layaknya peneliti Amerika, mereka pun memberikan dua analogi. Pertama, hukum bertujuan untuk mencapai keadilan, seperti halnya, - kedua, aktivitas medis bertujuan untuk mencapai kesehatan. Menempatkan pencarian keuntungan sebagai tujuan bisnis, justru merendahkan tugas mulia dari kegiatan bisnis itu sendiri, karena keuntungan (sebagai tujuan) menjadi lebih rendah dari kegiatan bisnis (cara mencapainya).

Orang tentu banyak berkilah, bagaimana mungkin ada bisnis tanpa profit? Tentu saja, profit dibutuhkan untuk menjaga keberlangsungan bisnis, tapi itu bukan tujuan utama, apalagi dijadikan satu-satunya tujuan. Sekali lagi, jika bisnis hanya ditujukan hanya untuk mencari keuntungan, tunggulah saat kebangkrutannya ...

Dalam artikelnya, Donaldson and Walsh menjawab bahwa tujuan bisnis adalah kemakmuran. Tentu saja, bukan kemakmuran bagi para shareholder (pemegang saham) saja, tetapi juga bagi semua stakeholders (para pemangku kepentingan) yang terlibat di sepanjang supply chain (rantai pasok), dari produsen hingga ke konsumen akhir.

Dalam kaitan dengan kemakmuran itu lah, beragam aspek keberlanjutan menjadi relevan. Bagaimana pun, tidak ada bisnis yang hanya dibangun dan dikembangkan, hanya untuk waktu yang singkat. Lalu bagaimana formulasinya? Dua profesor ini menyarankan agar para pengelola bisnis menjadikan bisnisnya sebagai kekuatan kebaikan.

Tetiba, saya teringat pada Kanjeng Nabi...

#JanganTakut Berbagi
PLAYFEST DOMPET DHUAFA
IndonesiaMelihat
DOMPET DHUAFA X NARASI.TV
24-25 Agustus 2019 @Parkir Selatan GBK
Kunjungi Mushola Dompet Dhuafa di Playfest
Donasi Rp 100.000 untuk kacamata baru bagi anak-anak daerah pelosok usia sekolah yang tak mampu:
BCA 237.300.4723
a.n. Yayasan Dompet Dhuafa Republika
Informasi & Konfirmasi: 08111 544 488 (021) 741 6050
www.dompetdhuafa.org

Unggah | 42

Apa yang Bisa Terjadi dalam 6 Jam?

Oleh : **Guntur Subagja**

Ketua Umum Insan Tani & Nelayan Indonesia (INTANI), Wakil Ketua Umum ILUNI Universitas Indonesia (UI) - Sekolah Pascasarjana.

www.guntur.id

Minggu, 040819, tampaknya menjadi hari kelabu bagi Indonesia. Terutama, masyarakat Jakarta dan sebagian Pulau Jawa. Listrik di kawasan yang dihuni lebih 100 juta penduduk Nusantara ini padam. Tepatnya, sejak menjelang tengah hari. Suplai listrik mendadak saja berhenti serentak. Tanpa pemberitahuan sebelumnya.

Satu dua jam pertama dianggap hal wajar bagi masyarakat. Kepanikan mulai terjadi setelah berjam-jam listrik belum menyala. Mereka yang berada di rumah, sebagian terpaksa keluar rumah untuk mecari makan karena tidak bisa memasak. Mal-mal yang beraktivitas dengan genset pun penuh. Bukan hanya pemukiman yang listriknya padam. Gedung-gedung perkantoran dan sarana publik juga berhenti beraktivitas. Transportasi publik, Kereta Api Listrik (KRL) dan Mass Rapit Transit (MRT) berhenti mendadak. Penumpangnya panik, turun dan berjalan di atas rel. Bahkan mereka menelurusi lorong jalur MRT hingga keluar di jalan umum, area terbuka.

Lampu-lampu merah juga padam sehingga terjadi kesemrawutan lalu lintas di sejumlah titik. Parahnya lagi, pesan ojek online pun tidak bisa dilakukan karena server dan jaringan telekomunikasi terganggu. Sedikit beruntung, busway Trans Jakarta tetap melayani penumpang dengan gratis.

Layanan perbankan, transaksi bisnis, mesin ATM, dan sejumlah pabrik, khususnya UMKM, yang berproduksi di hari Ahad itu berhenti. Tidak semua layanan ATM memiliki genset cadangan. Dan hanya sedikit UMKM yang memiliki generator pengganti aliran listrik PLN. Belum lagi kepanikan para ibu yang selama ini menyimpan cadangan ASI-nya di lemari pendingin, untuk balitanya. Ketegangan masyarakat makin memuncak saat tidak bisa berkomunikasi. Bukan hanya sinyal telepon seluler terbatas, tapi sebagian kehabisan baterai sehingga menyulitkan komunikasi dengan keluarga, saudara, rekan, di tengah kegelapan.

> **Listrik adalah infrastruktur strategis. Ini merupakan sarana vital bagi negara**

Pihak PLN memang sudah meminta maaf. Perusahaan pelat merah ini juga mengumumkan kerugian sekitar Rp 90 miliar akibat padamnya aliran listrik tersebut. Kerugian PLN sebenarnya tidak seberapa dibandingkan dengan kerugian masyarakat, industri, dan sektor lainnya.

Pertanyaannya, mengapa butuh waktu sangat lama untuk memulihkan listrik yang mati tersebut? PLN selaku perusahaan, semestinya memiliki prosedur emergency yang bisa segera mengatasi kegagalan listrik atau terhentinya saluran listrik.

Spekulasi pun terungkap. Ada yang menyebut sabotase. Ada juga yang menduga disengaja oleh pihak tertentu untuk tujuan tertentu. Tapi siapa yang melakukannya? Analisis macam-macam muncul dalam berbagai sosial media dan sarana komunikasi chatting yang tersebar di publik.

Apa yang bisa terjadi saat listrik padam selama enam jam bahkan lebih ? Listrik adalah infrastruktur strategis. Ini merupakan sarana vital bagi negara. Listrik merupakan sumber energi masyarakat untuk pemukiman dan industri. Ketika infrastruktur vital terganggu, maka sesungguhnya bukan hanya kerugian ekonomi yang diresahkan. Tapi kejadian ini juga sangat mengancam ketahanan negara, ketahanan nasional. Ancaman bisa datang dari dalam atau dari luar negara.

#JanganTakut
Berbagi

DOMPET DHUAFA

Sedekah Pohon

Indonesia Merdeka, Indonesia Hijau

Yuk, jadi bagian menghijaukan Indonesia dengan donasi pohon senilai

Rp 74.000

Rekening Sedekah:

BCA 237.301.9992

mandiri syariah 7.000.488.768

a.n. Yayasan Dompet Dhuafa Republika

Informasi & Konfirmasi:

08111 544 488

(021) 741 6050

www.dompetdhuafa.org

DOMPET DHUAFA SINGGALANG

KEMBANGKAN PROGRAM KOPI SIRUKAM

SIRUKAM - Pengembangan dan monitoring Program Ekonomi, budidaya Kopi Sirukam, Solok terus berlanjut. Bulan lalu, Dompet Dhuafa Singgalang (DDS) sudah mulai melakukan pembagian bibit kopi kepada petani Sirukam.

Eki Riwanto selaku Pendamping Ekonomi DDS mengatakan, beberapa agenda sudah disusun untuk pengeringan kopi, pondok pertemuan, untuk agenda rapat, pendirian pulper house, setelah itu kita langsung launching program, " kata Eki.

Hadie Bandarian Syah selaku Pimpinan Cabang DDS menerangkan, ada beberapa agenda yang diadakan hari ini, yaitu pembentukan struktural kelompok petani kopi, "Nama kelompok yang telah kita sepakati adalah Cirubuih Indah Nan Jaya, jajaran struktur ini terdiri dari 25 anggota, 1 pendamping, dan perwakilan dari DDS 3 orang," ujar Hadie.

Hadie berharap dengan dibentuknya kelompok petani kopi Sirukam ini akan membawa dampak positif, "semoga menambah kekompakan kelompok, semakin terjalin silaturahim dan semoga bisa mewujudkan cita-cita kita bersama, yaitu dari mustahik menjadi muzakki," harap Hadie.

Darwami salah seorang petani kopi Sirukam berharap, bibit kopi yang di tanam dapat menuai hasil yang maksimal, "semoga kualitas bibit kopi ini bagus dengan diadakannya binaan dari DDS, saya berharap bisa pergi umroh nantinya," harap Darmawi.

kelancaran program di Sirukam. "Saat ini kita dari DDS sudah membagikan bibit kopi lebih kurang 6.000 batang bibit kopi kepada 25 orang petani kopi di Sirukam, dan bibit ini langsung di tanam oleh para petani," pungkas Eki.

Eki menerangkan, dalam waktu dekat DDS akan membangun lahan untuk pengeringan kopi, "Insya Allah Agustus ini kita akan membangun tempat

① Pimpinan Cabang Dompet Dhuafa Singgalang Hadie Bandarian Syah (kanan) bersama pendamping program
② Pemberian materi oleh tim pendamping Dompet Dhuafa
③ Ngariung bareng peani kopi

Dompet Dhuafa

DOMPET DHUAFA BANTEN

RESPON GEMPA SUMUR

BANTEN — Pasca gempa berkekuatan 6,9 SR pada pukul 19:03 WIB, Jumat (2/8/2019) lalu. Dompet Dhuafa langsung menurunkan Tim Disaster Management Center (DMC) ke lokasi terdampak yakni di Sumur, Pandeglang, Banten pada Sabtu (3/8/2019) dini hari. Di tanggal yang sama sekitar selang beberapa jam setelah gempa (2/8/2019) Tim Dompet Dhuafa Volunteer (DDV) Banten, yang lokasinya berdekatan langsung menyisir lokasi terdampak, sekaligus untuk melihat kondisi terkini sambil membagikan bantuan logistik berupa makanan, minuman, obat-obatan ringan, dan selimut di Kampung Kopi, Desa Kertajaya, Pandeglang. Lokasi tersebut juga dibuka Pos Respon Dompet Dhuafa.

Di hari selanjutnya, berdasarkan pantauan tim, wilayah Kecamatan Mandalawangi menjadi lokasi yang mengalami kerusakan terparah. Desa yang mengalami dampak kerusakan parah meliputi Sinar Jaya, Panjang Jaya, Cikumbuen, Pari, Renda, Curug Lemo dan Kurung Kambing.

Setelah mengetahui kondisi terkini, Dompet Dhuafa masih terus melakukan respon berupa penyaluran logistik, Layanan Darling (Dapur Keliling), dan Psychological First Aid (PFA), pada Minggu (4/8/2019). Titik persebaran respon tersebut di Desa Panjang Jaya, Kecamatan Mandalawangi, Pandeglang, Banten yang meliputi Kampung Ciberem, Kadu Dangder, Situ Garu, Pasir Kaweni dan Karoya.

Kemudian di hari Senin (5/8/2019), Dompet Dhuafa sudah mulai menarik tim kembali dari lokasi terdampak. Mengingat kondisi sudah mulai kondusif. Perekonomian masyarakat pesisir pantai di Sumur, juga sudah berjalan normal. Nelayan sudah mulai melaut hingga berdagang di pasar, termasuk aktivitas belajar mengajar sekolah dan anak-anak sudah kembali bermain.

"Kami dan tim langsung bergerak untuk respon ke lokasi, membagikan selimut, makanan ringan dan kelambu untuk warga yang rumahnya roboh karena gempa kemarin. Alhamdulillah tidak ada korban. Insyaa Allah situasi dan kondisi sudah kondusif dan normal kembali. Beraktivitas seperti biasa," ujar Gun Gun Candra, selaku Koordinator Tim Respon Dompet Dhuafa Banten, melalui pesan singkat pada Senin (5/8/2019).

Rencananya lokasi terdampak gempa akan menjadi salah satu titik distribusi dari program Tebar Hewan Kurban (THK) 2019. Sebagai bentuk pemulihan teruntuk penyintas-penyintas di Banten. – *Gun Gun*

① Darling bersama penyintas gempa Banten
② Pemberian bantuan secara simbolis

Dompet Dhuafa

WISATA KURBAN KE KAMPUNG RONTING

① Penyerahan hewan kurban dari THK ke warga Kampung Ronting Manggarai Timur, Nusa Tenggara Timur (NTT).

Penyelenggaraan Kurban di Pulau Ronting merupakan upaya memeratakan penyaluran daging kurban oleh Dompet Dhuafa melalui Program THK. Program ini telah digelar sejak 1994.

Warga Kampung Ronting, Desa Satar Kampas, Kecamatan Lambaleda, Manggarai Timur, Nusa Tenggara Timur (NTT) Sabtu, (10 Agustus 2019) sangat bersuka cita. Kali ini kampung yang satu-satunya dihuni mayoritas umat Islam di kawasan tersebut kedatangan tamu "Wisata Kurban" dari Dompet Dhuafa Jakarta.

② Proses pemotongan hewan kurban di Kampung Ronting

Sengaja, Tim Tebar Hewan Kurban Dompet Dhuafa mengajak para pekurban untuk menyaksikan langsung penyembelihan hewan kurban di pelosok dan kawasan pemberdayaan Dompet Dhuafa. Kali ini Chikita Fawzi yang diajak berwisata kurban ke Ronting. Influencer ini menyaksikan langsung hewan kurbannya dipotong di kawasan tersebut.

Kedatangan tim Dompet Dhuafa ke Ronting disambut meriah oleh masyarakat setempat, mereka disambut dengan Tarian Rewog dan hadrah.

Ketua Takmir Masjid Al Istiqamah, Safrudin Haji Umar, mengatakan tarian dan hadrah memang disiapkan untuk menjamu tamu kehormatan dan pejabat yang datang. Tapi, kedatangan Tim Wisata Kurban Dompet Dhuafa dianggap spesial.

"Biasanya para penari menggunakan pakaian khusus tapi karena dadakan ya biasa," ujar pria yang disapa Abu ini.

Abu mengatakan warga Ronting sangat berbahagia karena sudah dibangunkan Masjid Al Istiqamah yang indah lewat program Dompet Dhuafa pada 2017. Setelah masjid jadi dan dipakai warga untuk ibadah, bantuan Dompet Dhuafa tidak berhenti, program itu berlanjut hingga ke pemberdayaan.

Bahkan ketika lebaran Idul Adha tiba. Tebar Hewan Kurban Dompet Dhuafa juga melakukan penyelembelihan di Ronting. "Tahun ini ada 11 sapi yang disembelih, 10 sapi dari Dompet Dhuafa dan 1 sapi dari Yayasan Al Azhar Indonesia," ujar Abu.

③ Influencer Chiki Fawzi bersama tim Dompet Dhuafa di Kampung Ronting

Sambutan Warga Ronting mengagetkan influencer Chikita Fawzi. Dia terus tersenyum melihat penyambutan yang terjadi.

" Seneng, Masya Allah," kata Chikita seperti dikutip dari Dream.co

Chikita merasakan keramahan warga Kampung Ronting meski baru pertama kali berjumpa.

Malamnya dilaksanakan Pawai Obor, yang dimulai dari Masjid Al Istiqamah keliling kampung dan kemudian kembali ke masjid.

Barulah esok harinya, takbir berkumandang dari pengeras suara Masjid Al Istiqamah, Kampung Ronting Minggu, 11 Agustus 2019. Sejak pukul 06.00 WITA, warga berbondong-bondong mendatangi masjid untuk melaksanakan Sholat Id berjemaah.

Abu mengatakan sholat akan dimulai sekitar pukul 07.00 WITA. Usai sholat Id, prosesi dilanjutkan dengan pemotongan 11 sapi.

④ Chiki Fawzi bersama Safrudin Haji Umar, Ketua Takmir Masjid Al Istiqamah

Sapi yang disembelih, didistribusikan ke lima kampung yaitu Kampung Ronting, Waso, Binaan, Dampek, Nanga Pede, Nanga Lirang.

"Semua warga di pesisir Ronting akan mendapat daging dan tidak membedakan agama, semuanya dapat," kata Abu.

Marketing Communication Dompet Dhuafa, Ika Atika mengatakan, kurban di Pulau Ronting merupakan upaya memeratakan penerimaan daging kurban. Program ini telah digelar sejak 1994.

" Program Tebar Hewan Kurban yang digelar Dompet Dhuafa untuk memeratakan penerimaan hewan kurban di luar Jakarta," kata Ika.

Menurut Ika, saat ini sebaran hewan kurban Dompet Dhuafa mencapai di pulau terpencil, daerah bencana, dan daerah minoritas. – *Maifil Eka Putra*

Safrudin Haji Umar

MENELADANI SUNNAH RASUL
DI DJAMPANG ARCHERY COMPETITION

Matahari bersinar terik saat 500 pemanah dari berbagai daerah tiba di Kawasan Zona Madina Dompet Dhuafa, Parung, Bogor, Jawa Barat. Sambil menggendong anak panah, mereka berbaris rapi mengkonfirmasi kehadiran di meja panitia. Baik orang tua, anak-anak hingga remaja meriung dalam balutan kompetisi ke 4 yang digelar Djampang Archery Competition. Ketika matahari semakin meninggi, perlombaan pun dimulai. Busur-busur panah yang panjangnya mencapai hampir 1 meter mulai melengkung, tanda bahwa anak panah tengah dibidik. Dalam hitungan detik, anak panah itu melesat menuju lingkaran merah.

Dalam perhelatan yang berlangsung selama 2 hari itu (27-28 Juli) kompetisi dibagi ke dalam 4 kategori yakni akhwat, ikhwat, remaja dan anak-anak. Seluruh peserta yang mengikuti perlombaan akan dinilai dari 4 asas dalam memanah yakni kecepatan, kewaspadaan, ketepatan, dan kekuatan. Usai pembukaan seremoni giliran anak-anak yang unjuk kebolehan. Mereka dilombakan untuk membidik target rusa dan kelinci dalam bentuk ilustrasi. Mereka akan memperebutkan medali, satu paket busur panah, sertifikat, dan uang pembinaan untuk para juara.

Turut hadir dalam acara Turnamen akbar memanah Kepala Dinas Pemuda dan Olahraga Kota Bogor Eko Prabowo, Ketua Federasi Olahraga Rekreasi Masyarakat Indonesia Kota Bogor Zaenul Mutaqin, Ketua Federasi Seni Panahan Tradisional Indonesia Kota Bogor Sarkiawan Aditya. Di hari kedua, sedikitnya kompetisi diramaikan oleh 318 pemanah dewasa. Tepat pukul setengah sembilan pagi, mereka mulai unjuk gigi. Satu demi satu anak panah melesat cepat menuju sasaran, tak sedikit pula yang meleset lantaran tiupan angin.

Djampang Archery Competition tak hanya bersifat perlombaan dan olahraga namun juga memiliki makna lebih luas. Dengan memanah kita secara tak langsung telah mengamalkan ajaran Rosul yang menganjurkan umatnya untuk berlatih memanah. Di sisi lain kompetisi ini juga mengajak masyarakat untuk melestarikan budaya. Selama dua hari kompetisi berlangsung sengit dan mendebarkan. Para peserta, juri dan penonton dibuat terperangai ketika masing-masing peserta ingin melepas anak panahnya.

Selain perlombaan, Djampang Archery Competition juga menyelenggarakan bazar yang menyajikan aneka varian busur panah, aksesoris memanah dan aneka produk pemberdayaan.

① Peserta dewasa bersiap sebelum acara
② Persiapan membidik sasaran
③ Potret peserta beserta Direktur Zona Madina Yuli Pujihardi

Geges

CAPAIAN THK DOMPET DHUAFA LAMPAUI 20 PERSEN

JAKARTA – Dibandingkan tahun lalu, penyembelihan hewan kurban yang diamanahkan melalui Tebar Hewan Kurban (THK) Dompet Dhuafa di hari pertama Idul Adha, tahun ini mencapai angka 27 persen.

Tahun lalu hingga hari terakhir tasyrik Dompet Dhuafa hanya menerima 18.558 ribu ekor saja. Akan tetapi progres penghimpunan kurban secara nasional hingga akhir hari tasyrik ditutup dengan angka 22.600 ekor setara doka dari seluruh Indonesia.

"Angka ini melebihi 25 persen dibanding dengan perolehan tahun lalu, pertumbuhan yang cukup bagus," papar drg. Imam Rulyawan, MARS, Direktur Utama Dompet Dhuafa Filantropi. Senin (12/08)

Dikatakan Imam, sebaran alokasi daging kurban hingga ke Penerima Manfaat melingkupi 25 Provinsi di Nusantara dan 5 negara yang mengalami konflik kemanusiaan yaitu: Palestina, Myanmar, Kamboja, Vietnam dan Filipina.

"Untuk di dalam negeri, kami juga melakukan penyebaran pada berbagai daerah yang terdampak akibat bencana

yaitu: Palu, Lombok, Konawe, Banten, dan Halmahera," terang Imam.

Pelaksanaan di tahun ini mengalami penambahan 2 provinsi di dalam negeri, di mana pada realisasi di tahun lalu Dompet Dhuafa baru mendistribusikan ke 23 provinsi di Indonesia.

Imam menjelaskan, sumber pengadaan hewan kurban Dompet Dhuafa adalah para mitra yang merupakan hasil dari pemberdayaan peternak lokal yang mandiri dan telah melewati tahapan seleksi, serta pendampingan oleh tim program Dompet Dhuafa.

"Satu hal yang menjadi terobosan pelaksanaan program kurban tahun ini adalah kami meniadakan pemakaian wadah plastik sebagai kemasan distribusi dan menggantinya dengan bahan-bahan yang alami, sehingga lebih ramah lingkungan," imbuh Imam.

Bahan-bahan yang dipakai untuk kemasan kurban Dompet Dhuafa tahun ini; besek bambu, keranjang bambu, krengsong bambu, daun jati, daun pisang, daun pandan dan lain-lain.

"Hal ini sebagai upaya kami untuk mengurangi penyebaran limbah plastik yang dapat merusak lingkungan", tutup Imam Rulyawan. – *Boim*

① Pembagian daging kurban menggunakan kemasan ramah lingkungan dan kearifan lokal
② Penyerahan hewan kurban kepada mustahik
③ Penyerahan daging kurban oleh Influencer

Dok. Dompet Dhuafa

IBU DAN ANAK DERITA TUMOR OTAK

Ujian merupakan takdir Allah yang wajib diterima minimal dengan kesabaran,jika mampu diterima dengan ridha. Itu yang kami (para relawan) lihat dalam keluarga Darsito (49) dari Desa Siaru, Kec. Karangmoncol, Kab. Purbalingga, Jateng, yang pada Rabu (03/07) kembali ke Rumah Singgah (shelter pasien) Dompet Dhuafa Jateng di Purwokerto.

Kembalinya keluarga ini untuk menghuni Rumah Singgah adalah kali kedua setelah pengobatan Fina Uswatun Hasanah (13) atau yang akrab dipanggil Fina, pada Agustus 2018 silam. Namun ada yang berbeda pada kedatangannya kali ini, ibu Fina, Kasini (46) yang juga didiagnosa dokter menderita kanker otak.

Pun bagi kami para relawan tidak terbayangkan rasa yang diderita oleh keluarga Darsito. Orang-orang yang dikasihinya harus menjalani serangkaian pengobatan yang panjang. Fina sendiri sejak divonis pada 2018 silam sudah menjalani empat kali operasi di RS Margono Purwokerto. Bahkan akibat tumor otak ini, Fina harus kehilangan penglihatannya. Sementara sang ibu baru satu kali operasi.

Sampai tiga puluh lima (35) hari kedepan mereka berdua akan menghuni rumah singgah untuk mengikuti jadwal radioterapi. Terapi radiasi merupakan metode untuk mengatasi kanker atau tumor, seperti misalnya tumor otak dengan menggunakan energi kuat untuk membunuh sel kanker.

Program Rumah Singgah (Shelter) Pasien sendiri dibangun karena bentuk kepedulian Dompet Dhuafa terhadap para pasien rumah sakit yang tidak memiliki tempat singgah dan tentunya mereka juga tidak mampu untuk menyewa rumah/kamar dilingkungan RS Margono Purwokerto. Padahal para pasien ini harus menjalani serangkaian pengobatan jangka panjang.

① Keluarga Darsito penerima manfaat LKC Jawa Tengah

② Pendampingan pengobatan keluarga Darsito oleh tim LKC Jawa Tengah

Dok. LKC Jawa Tengah

Sementara untuk setiap hari pulang pergi dilaju dari rumah ke RS tidak lah memungkinkan. Sudah terbayang harus berapa kali berganti angkutan desa, dan bus untuk sampai RS Margono di Purwokerto, ungkap Darsito. Adanya program ini, pasien dan keluarganya mendapatkan hunian yang layak serta tidak memikirkan biaya hidup selama anak juga istrinya menjalani terapi, karena sudah ada fasilitas antar jemput kendaraan dari rumah singgah ke RS. selain itu makanan pun terjamin.

Para relawan yang bertugas di Rumah Singgah mengungkapkan, kendala mendampingi pasian-pasien adalah bagaiman agar anak-anak usia sekolah seperti Fina tetap mendaptkan akses pendidikan. itu yang belum ketemu solusi jangka panjangnya, ungkap Titi Ngudiati, Direktur LKC Jateng. untuk solusi jangka pendek, Relawan sudah terbagi untuk bisa menghibur Fina dan membantu Fina yang mengalami kebutaan untuk tetap bisa belajar semampunya.

Rumah Singgah (shelter pasien) Dompet Dhuafa Purwokerto, berada di jalan Yayasan No. 1 Berkoh. Berdiri diatas tanah dan gedung wakaf seluas 698M². Gedung dua lantai ini didedikasikan untuk klinik Layanan Kesehatan Cuma-Cuma (LKC), Rumah Singgah sekaligus oprasional tim dan relawan. Pada tahap pertama kemarin, sebagian gedung sudah direvovasi untuk meningkatkan kenyamanan para penerima manfaat, baik pasien klinik LKC, maupun penghuni rumah singgah. Namun karena keterbatasan anggaran, belum semua bangunan tersentuh perbaikan.

Kesempatan sedekah jariyah kami buka kembali, mengabadikan harta hingga akhir. Menjadikan harta kita saksi bahwa ada sebagian yang dibelanjakan untuk amal shalih. Wakaf untuk Rumah Singgah Pasien Dhuafa. Informasi layanan dan wakaf rumah singgah di (0281)632543 atau WA Cebter 08112890287. – *Titi Ngudiati/ LKC Jateng*

③ ④ Pendampingan pengobatan keluarga Darsito oleh tim LKC Jawa Tengah

Dok. LKC Jawa Tengah

Gerakan Sejuta Wakif

DOMPET DHUAFA

WAKAF DOMPET DHUAFA UNIVERSITY

Wujudkan Kampus Pro Dhuafa untuk Membentuk Insan Unggul yang Humanis

Salurkan Wakaf Terbaik Anda, melalui :
Bank Mandiri 101.001.022.6056
a.n Yayasan Dompet Dhuafa Republika

Informasi & Konfirmasi
08111 544 488
(021) 741 6050

donasi.**tabungwakaf**.com

DOMPET DHUAFA

Patungan Mobil Jenazah

Wujudkan 50 mobil layanan jenazah gratis untuk dhuafa

BNI Syariah **025.3709.289**
a.n. Yayasan Dompet Dhuafa Republika

08111 544 488
(021) 741 6050

www.**dompetdhuafa**.org

BUKTI CINTA DENGAN BERKURBAN

Oleh:
Ust. Wahfiudin Sakam SE MBA
Anggota Dewan Syariah Dompet Dhuafa

Jangan mengaku emas bila takut api. Cara ampuh untuk membuktikan sesuatu itu emas sungguhan atau bukan adalah dengan membakarnya hingga lumer dan mencair. Semua material yang bukan emas akan mengapung di permukaan. Hanya cairan emas yang mengendap di bawah. Rupanya, menjadi mulia memang tak cukup hanya dengan pengakuan, dibutuhkan adanya pembuktian. Apalagi cinta. Tak ada cinta tanpa pengorbanan.

"Apakah manusia-manusia itu menyangka, mereka akan dibiarkan saja berkata: 'kami beriman!', padahal mereka belum diuji." (QS al-Ankabut/29:2).

Nabi Ibrahim diuji dengan ujian yang sangat berat. Sudah mendekati seratus tahun usianya, belum juga dikaruniakan anak. Ketika akhirnya Siti Hajar melahirkan Ismail, Allah memerintahkan Nabi Ibrahim untuk meninggalkan Siti Hajar dan bayinya, Ismail, di lembah Bakka (kemudian dikenal Makkah), lembah yang dikelilingi gunung-gunung batu di tengah gurun pasir yang panas dan kering kerontang, tanpa ada pepohonan dan pemukiman. Hingga belasan tahun kemudian, Nabi Ibrahim diperintahkan menjenguk kembali isteri dan anaknya itu.

Dari Kan'an (sekarang Palestina) Nabi Ibrahim berjalan waswas. Khawatir yang akan dijumpainya di Makkah nanti hanya sisa-sisa tulang belulang isteri dan anaknya yang sudah mati kekeringan. Tetapi itu tidak terjadi. Nabi Ibrahim mendapati Ismail, anak lelaki semata wayang, telah tumbuh menjadi pemuda yang tegap dan rupawan.

Nabi Ismail adalah blasteran (indo). Ayahnya, Nabi Ibrahim, berasal dari negeri al-Urr (di bagian Selatan Iraq) yang termasuk etnis Persia. Posturnya tinggi dan berkulit putih. Ibunya, Siti Hajar, mantan budak negro dari Ethiopia (Arab – Habsyah, Latin – Abessinia) yang dijual ke Mesir, lalu dimerdekakan oleh Siti Sarah (isteri pertama Nabi Ibrahim). Posturnya juga tinggi dan tegap. Maka wajar Nabi Ismail yang keturunan campuran dari keduanya itu juga bertubuh tinggi, tegap dan gagah, serta berkulit terang tampan rupawan.

Bersuka citalah Nabi Ibrahim saat menjumpai anaknya yang sudah tumbuh menjadi pemuda gagah rupawan itu. Tetapi di malam harinya, melalui mimpi, Nabi Ibrahim mendapat perintah dari Allah SWT untuk menyembelih sang putra. "Wahai putraku, melalui mimpi aku mendapatkan perintah dari Tuhanku untuk menyembelih engkau, bagaimana pendapatmu?"

Maka tatkala anak itu sampai (pada umur sanggup) berusaha bersama-sama Ibrahim, Ibrahim berkata: "Hai anakku sesungguhnya aku melihat dalam mimpi bahwa aku menyembelihmu. Maka pikirkanlah apa pendapatmu!" Ia menjawab: "Hai bapakku, kerjakanlah apa yang diperintahkan kepadamu; insya Allah kamu akan mendapatiku termasuk orang-orang yang sabar," (QS ash-Shaffaat/37:102).

Sang putra menjawab: "Lakukanlah apa yang diperintahkan kepada ayah; akan ayah lihat, insya Allah, aku termasuk orang yang tabah". Jawaban itu menunjukkan sikap pasrah dalam taat kepada Allah SWT. Jawaban yang berbasis tauhid. Ismail tahu betul, iman tidak bermakna kecuali dengan pengorbanan. Tiada ketaatan tanpa pengorbanan. "Kurban adalah puncak pengabdian penuh cinta dari seorang hamba kepada Allah, kekasihnya".

Pengorbanan Sang Ibu

Tapi, bukankan Nabi Ibrahim sudah meninggalkan sang putra sejak saat bayinya, dan baru kali itu berjumpa lagi? Lalu siapa yang menta'dibkan jiwa tauhid pada pada sang putra? Siapa lagi kalau bukan ibunya, Siti Hajar. Siapa itu Siti Hajar? Mantan budak (kelas sosial terendah), orang negro Ethiopia yang hitam. Oh..., rupanya hitam kulitnya, tetapi di dalam qalbu sang ibu ada jiwa tauhid yang putih bersinar. Ia mantan budak rendahan, tetapi di dalam jiwanya ada cahaya iman yang cemerlang, yang memuliakannya di hadapan Allah SWT dan manusia.

Demi cintanya kepada Allah SWT, kepada sang suami, juga kepada sang bayi yang baru dilahirkannya, Siti Hajar rela berkorban menjalani hidup yang keras ditinggal di lembah Bakka yang panas dan kering kerontang. Pengorbanan yang aktif, bukan sekadar pasrah bongkokan. Ia berkeliling, bahkan mendaki bukit Shafa dan Marwah berulang-ulang untuk mencari air minum. Sa'i berasal dari kata sa'aa yang artinya berjuang mencari penghidupan (*striving for the life).* Akhirnya, demi cintanya kepada Allah pula ia rela melepas Ismail sang putra untuk dikorbankan oleh suaminya.

Banyak kaum rendahan di negeri ini telah berkorban untuk keutuhan dan kesejahteraan bangsanya. Para petani, penggembala, nelayan dan buruh berupah rendah, bekerja siang dan malam untuk penghasilan yang tak seberapa, namun profit margin terbesar dinikmati oleh para saudagar besar di kota besar, juga pejabat birokrat pengutip pajak yang selalu dianggap bermartabat. Dengan bismillah mereka mengawali kerja, demi iman kepada Allah mereka berusaha. Mereka tahu, usaha mereka hanya memberikan hasil yang tak seberapa di dunia, tapi itulah ibadah. Mereka tahu "kurban adalah puncak pengabdian penuh cinta dari seorang hamba kepada Allah, kekasihnya".

Kita adalah ayah dan ibu bagi anak-anak bangsa ini. Ada yang dhu'afa (lemah secara intrinsik, mungkin karena terlahir cacat dan membawa penyakit turunan), tapi ada juga yang mustadh'afiin (lemah karena terlemahkan!). Mereka adalah orang-orang yang sehat dan kuat jismani rohani, intelektual dan emosional, tetapi sistem sosial telah melemahkan mereka. Kebijakan ekonomi dan politik meminggirkan mereka. Mereka adalah anak-anak bangsa yang lemah dan terlemahkan. Ayah dan ibu yang baik adalah ayah ibu yang rela berkorban untuk anak-anaknya yang lemah. Kalau betul mencintai Allah cintailah Rasulullah; kalau betul mencintai Rasulullah cintailah orang-orang yang dicintai Rasulullah, mereka adalah para dhu'afa dan mustadh'afiin. Ayo kita berkurban karena "kurban adalah puncak pengabdian penuh cinta dari seorang hamba kepada Allah, kekasihnya".

"To Love is To Sacrifice" – "Mencintai adalah Berkurban"

Ketika Ismail sudah dibaringkan tengkurap, karena kalau ditelentangkan sang ayah tak akan sanggup menatap wajah si anak yang dicintainya, dan pedang pun sudah terangkat tinggi-tinggi siap untuk ditetakkan, Allah SWT berkata: "Cukup! Itu hanya ujian bagimu. Akankah cinta dan taatmu kepada Tuhan akan terkalahkan oleh cintamu kepada anak yang sangat rupawan itu". Allah SWT pun memunculkan seekor kambing besar untuk disembelih sebagai pengganti.

Dalam mencintai Allah tak boleh ada kesetiaan yang terpecah. Harus dipilih, yang mana yang Paling Dicintai, selebihnya hanya boleh berada pada urutan berikutnya. Yang berikutnya pun, kalaupun dicintai juga, harus dengan merujuk (ada referensi) pada cinta kepada Allah.

Katakanlah: "Jika bapa-bapa, anak-anak, saudara-saudara, isteri-isteri, kaum keluargamu, harta kekayaan yang kamu usahakan, perniagaan yang kamu khawatiri kerugiannya, dan rumah-rumah tempat tinggal yang kamu sukai, adalah lebih kamu cintai daripada Allah dan Rasul-Nya dan (dari) berjihad di jalan-Nya, maka tunggulah sampai Allah mendatangkan keputusan-Nya." Dan Allah tidak memberi petunjuk kepada orang-orang fasik. (QS at-Tawbah/9:24).

Damm artinya darah. Dengan berkurban maka tertumpahlah darah yang menjadi simbol kehidupan. Beberapa ibadah dalam Islam, kalau terjadi pelanggaran dalam pelaksanaan ibadah tersebut, upaya menutup *(kaffarah)* pelanggaran itu adalah dengan menumpahkan darah melalui penyembelihan hewan. *Kaffarah* dengan *damm*. Bukan berarti Allah SWT, Tuhan umat Islam, atau ajaran Islam itu sendiri, sangat menyukai darah, atau senang dengan pertumpahan darah. Darah adalah kehidupan. Demi bakti dan taat dalam beribadah kepada Allah seorang muslim harus melakukannya dengan penuh kesungguhan, sepenuh ia menjalani kehidupan ini. Seorang muslim pun rela kehilangan kehidupannya di dunia ini demi ibadahnya kepada Allah SWT, karena kehidupan yang hakiki adalah kehidupan di sisi Allah SWT. Siapa yang sungguh-sungguh mencintai Allah maka berkurbanlah. "Kurban adalah puncak pengabdian penuh cinta dari seorang hamba kepada Allah, kekasihnya"

Daging-daging unta dan darahnya itu sekali-kali tidak dapat mencapai (keridhaan) Allah, tetapi ketakwaan dari kamulah yang dapat mencapainya. Demikianlah Allah telah menundukkannya untuk kamu supaya kamu mengagungkan Allah terhadap hidayah-Nya kepada kamu. Dan berilah kabar gembira kepada orang-orang yang berbuat baik. (QS al-Hajj/22:37).

RW Mencari Duit

> Tapi banyak juga RW yang memanfaatkan jabatannya untuk cari uang. Terutama menjelang Lebaran dan HUT RI seperti sekarang ini. Dengan mengatasnamakan warga, sebagian dana itu dikantongi sendiri.

MENJADI RT-RW itu pekerjaan sosial, harus siap nombok demi kemaslahatan warganya. Maka beruntunglah RW dan RT di Jakarta, meski hanya Rp 2-2,5 juta sebulan, masih dapat honor dari Pemprov DKI. Bahasanya sih, bantuan untuk administrasi, tapi kebanyakan dikantongi sendiri. Sebab untuk keperluan administrasi memang sudah didukung lewat iuran bulanan warga.

Paling celaka adalah menjadi RW dengan tujuan untuk cari uang! Memang tak semuanya begitu, karena masih lebih banyak RW yang siap memberdayakan warga dengan siap merogoh kocek sendiri. Tapi banyak juga RW yang memanfaatkan jabatannya untuk cari uang. Terutama menjelang Lebaran dan HUT RI seperti sekarang ini. Dengan mengatasnamakan warga, sebagian dana itu dikantongi sendiri.

"Ada juga RW yang terlalu "kreatif"; saat jalan di kompleksnya dapat aspal, warga dimintai duit dengan alasan untuk "uang rokok" pekerja pengaspalan. Begitu terkumpul banyak, sebagian dikantongi sendiri." Kata Bu Atikah saat baca koran yang berjudul "Sumbangan HUT RI sifatnya suka rela".

"Tapi RW kita Salamun, sepertinya bukan seperti itu. Malah dia siap nombok demi kegiatan warga," tambah Pakde Gendro.

Soalnya pernah kejadian, ada RW di kampung sebelah sampai dipecat Pak Lurah gara-gara "selewengkan" dana gapura. Ceritanya, Pak RW bangun gapura pintu gerbang dengan sponsor PLN Rp 80 juta. PLN sampai royal sedemikian karena melihat istri Pak RW mantan pemain bulutangkis nasional. Kebetulan pemangku kekuasaan di PLN adalah pengagumnya dulu.

Ironisnya, meski bantuan itu atas nama RW, semua dibelanjakan sendiri, tak dibentuk panitia, dan belanja barang dirahasiakan. Begitu diresmikan tak sesuai janjinya (bestek). Katanya kerangka gapura dari stenlis faktanya hanya besi biasa. Warga menilai paling-paling habis dana Rp 30 juta. Lalu yang Rp 50 juta ke mana? Warga melapor ke lurah, Pak RW tak bisa bikin laporan keuangan baik ke warga maupun PLN. Akhirnya kena sanksi pecat. KPK tak mungkin mengusutnya. Di samping itu bukan dana APBN, jumlah korupsinya juga termasuk enteng-entengan jika pinjam istilah Amien Rais.

"Bagaimana RT kita Pak, malam puncaknya HUT RI-nya kapan?" tanya Bu Atikah kembali.

"Semua dikordinir oleh Pak RW. Jadi tak ada HUT RI tingkat RT, langsung RW saja. RT boleh menggelar lomba-lomba untuk anak-anak, tapi pembagian hadiah semua dipusatkan di malam puncak HUT RI tingkat RW. Ini banyak menghemat anggaran untuk sewa tenda dan panggung."

Tak semua RT bisa mencapai target anggaran HUT RI. Panitia memprediksi Rp 10 juta, dana yang masuk hanya Rp 7 juta. Soalnya kemampuan warga tidak sama, termasuk pola pikirnya. Ada lho warga mengeluh RT-nya minta duit melulu. Ada pula warga yang boro-boro menyumbang HUT RI, kerek bendera Merah Putih saja tak mau dengan alasan menghormati bendera itu perbuatan syirik.

"Dengan dipusatkan di RW, dana bisa dihemat. Tiap RT cukup setor Rp4 juta, kali berapa RT, sudah meriah sekali, bisa panggil organ tunggal, tamu juga tak sekedar dapat snack dan air Aqua gelasan." Kata Pakde Gendro.

"Itu kalau RW-nya jujur. Jika RW-nya nakal, sebagian dikantongi. Soalnya ada lho Pak, RW menjelang HUT RI cari sumbangan ke warga kaya. Begitu dapat, yang diserahkan ke panitia (bendahara) hanya yang kecil-kecil saja, yang gede dikantongi sendiri."

"Itu sih RW yang menganggap RW sebagai: (R)upiah (W)ajib....," gumam Pakde Gendro

Belum selesai ngomong, Pak RW Salamun datang ke Pak RT sambil bawa kwitansi dari panitia HUT RI. Sesuai kesepakatan, setiap RT cukup setor Rp 3 juta ke RW. Dengan jumlah 6 RT, dijamin panggung HUT RT di wilayah RW Salamun murah meriah. Tapi karena yang pegang uang bendahara RT, maka akhirnya Pakde Gendro – RW Salamun hanya ngobrol ngalor ngidul tentang persiapan HUT RI ke-74 di lingkungannya. Tentang warga pasang bendera tidak secara patut sebagai simbol negara. Soalnya ada yang hanya disangkutkan pada tiang kerekan burung perkutut, ada pula yang numpang pada tiang kanopi dekat teras rumah. Bahkan sama sekali tak mau pasang.

"Kita tinggal pasang bendera itu setiap peringatan hari besar nasional, kok malas banget. Padahal para pendiri republik ini, mempetahankan Merah Putih dengan bertaruh nyawa di masa revolusi 1945 dulu." Kata Pak RW Salamun.

"Itu belum seberapa, Pak RW. Ada lho, dan banyak lagi. Para pejuang pendahulu kita hanya minta rawat dan isi kemerdekaan itu, jangan korupsi. Eh yang terjadi, malah setelah jadi pejabat jadi praktisinya, sampai diudak-udak KPK," tambah Pakde Gendro.

Demikianlah, semakin mendekati peringatan HUT RI, suasana merah putih semakin terasa. Setiap gapura warga dihias dengan aneka warna. Pak RW Salamun keliling kampung dengan bangga. Tapi ketika dua hari menjelang hari H puncak acara, ternyata panggung dan tenda belum terpasang juga, paniklah Pak RW. Dia segera mencari Samijan seorang RT yang dijadikan Ketua Panitia. Ternyata RT Samijan juga sedang pusing, karena bendaharanya kabur dengan bawa setidaknya Rp 15 juta uang sumbangan dari setiap RT.

"Kabarnya pulang kampung di Sumut. Di sini dia kan hanya ngontrak, Pak RW."

"Mati aku, pantesan tenda dan panggung belum juga dipesan." Kata Pak RW kaget sambil tepuk jidat.

Apakah HUT RI tingkat RW-nya harus batal? Malu dong Pak RW Salamun. Sepeda motor NMAX kesayangannya pun segera dijual cepat Rp 15 juta pas bandrol, buat nomboki peringatan HUT RI. Tenda dan panggung segera berdirilah. Pakde Gendro acungi jempol, sementara RW Salamun hanya tersenyum kecut. (*Gunarso TS*)

BERBISNIS MENU DIET KETO

> Memiliki tubuh sehat nan ideal merupakan dambaan setiap orang. Maka tak heran bila kini berbagai metode diet bermunculan.

Masing-masing metode menawarkan pola makan tersendiri, sehingga seseorang bisa memilih cara diet diinginkan sesuai kesanggupan. Salah satu metode yang tengah menjadi tren dan marak dilakukan yakni diet keto.

Diet keto dilakukan dengan mengonsumsi lemak dalam jumlah banyak, sedikit protein, dan sedikit karbohidrat. Dengan begitu, tak semua makanan bisa dikonsumsi para pelaku diet keto. Jumlah garam dan gula yang masuk ke dalam tubuh pun sangat dibatasi.

Mengetahui itu, Mumpuni Diyah Islamey menjadikannya peluang bisnis. Perempuan kelahiran Oktober 1990 tersebut membuka katering khusus makanan diet keto bernama Ayam Jutek Ketofy.

"Awalnya dua tahun lalu, aku juga ikut menjalani diet keto, saat itu belum banyak katering makanan keto. Lalu aku iseng posting hasil masakan keto di media sosial, beberapa teman bilang kenapa nggak dibisnisin saja. Dari situlah aku mulai serius mengolah makanan keto kemudian dipasarkan lewat Instagram," jelasnya.

Ia menambahkan, saat pertama kali menawarkan makanan keto, responnya cukup positif. Banyak yang langsung tertarik memesan.

Wanita yang akrab disapa Puni ini menuturkan, perbedaan makanan keto dengan lainnya terletak pada bahan. Pasalnya, tidak boleh menggunakan beras, tepung terigu, garam biasa, maupun minyak.

"Jadi aku mengganti penggunaan garam misalnya, dengan himalayan salt, lalu gulanya diganti Diabetasol. Untuk kecap diganti dengan kecap

Tropicana Slim itu pun harus sangat dibatasi. Ketika menggoreng dan menumis, aku menggunakan minyak kelapa atau butter" jelas dia.

Selanjutnya untuk pengganti nasi dan mie, Puni menggunakan bahan dasar Shirataki. Shirataki merupakan hasil olahan iles-iles yang tumbuh di hutan.

"Ada beberapa macam jenis shirataki di antaranya basah dan kering. Untuk katering ini aku pakai yang basah. Jadi semua menu nasi, mie, dan lainnya aku ganti dengan shirataki yang memiliki tekstur kenyal dan bisa dibentuk seperti nasi, mie, bahkan lontong ini," tuturnya.

Tak sekadar mengganti bahan masakan, Puni juga memastikan kandungan yang ada dalam satu porsi makanan memang ramah bagi mereka yang diet keto. Sebab, presentasi makanan keto harus mengandung 75 sampai 80 persen lemak, 15 sampai 20 persen protein, serta lima sampai 10 persen karbohidrat, tak boleh lebih dari itu.

"Berbeda dengan diet lainnya, diet keto sangat membatasi pula konsumsi buah dan sayur. Kalau buah, dianjurkan makan buah yang mengandung lemak tinggi seperti alpukat, sehingga aku juga harus betul-betul memilih bahan sayuran dan buah yang digunakan," ujar Puni.

Ke depannya, ibu dua anak ini berkomitmen tetap menjalankan bisnis makanan keto dengan beragam inovasi. Semua menu Ayam Jutek Ketofy bisa dilihat di akun Instagram @ayamjutek_ketofy . Konsumen bisa pula langsung memesan lewat Instagram. – *Iit Ozora*

①②③ Menu makanan diet Keto Ayam Jutek

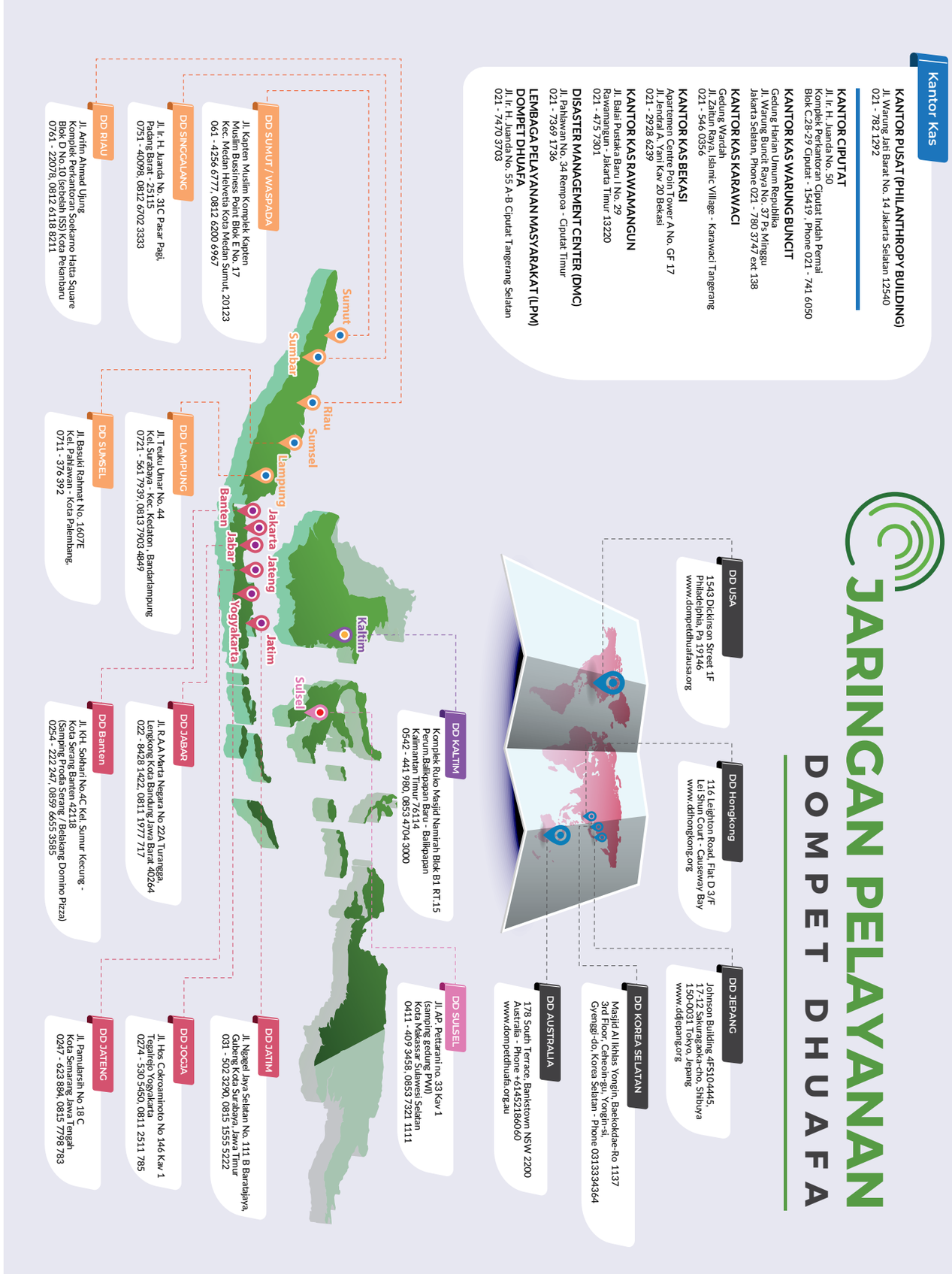
Ayam Jutek

Yayasan Dompet Dhuafa Republika Laporan Arus Kas
Periode 01 - 30 Juni 2019

Arus Kas Diperoleh dari (Digunakan untuk)	
Aktivitas Operasi	
Penerimaan Dana Masyarakat:	
Zakat	25.106.813.690
Infak/Sedekah	1.881.393.014
Kurban	641.500.000
Wakaf	1.646.708.968
Solidaritas Kemanusiaan	325.343.098
Penerimaan Bagi Hasil	1.854.864
Pelunasan (Pemberian) Piutang	15.870.261
Penggunaan :	
Program Pendidikan	(2.252.642.180)
Program Kesehatan	(1.284.513.637)
Program Sosial Masyarakat	(1.657.138.766)
Program Ekonomi	(2.578.289.956)
Program Advokasi	(21.548.000)
Program Kemanusiaan	(1.786.580.569)
Program Pengembangan Jaringan	(304.180.646)
Sosialisasi ZISWAF	(1.285.591.704)
Operasional Rutin	(2.117.624.648)
Piutang Penyaluran	(766.343.235)
Uang Muka Kegiatan	(63.304.154)
Arus kas Bersih dari Aktivitas Operasi	**15.501.726.399**

Arus Kas Diperoleh dari (Digunakan untuk)	
Aktivitas Investasi	
Penarikan (Penyaluran) Dana Bergulir	
Penarikan (Penyaluran) Investasi	(100.000.000)
Penarikan (Penyaluran) Investasi Wakaf Produktif	(40.000.000)
Penjualan (Pembelian) Aktiva Tetap	(19.726.000)
Penjualan (Pembelian) Aktiva Tetap Kelolaan	(278.456.709)
	-
Arus kas Bersih dari Aktivitas Investasi	**(438.182.709)**

Arus Kas Diperoleh dari (Digunakan untuk)	
Aktivitas Pendanaan	
Penerimaan (Pelunasan) Hutang Pihak ketiga	(449.880.110)
Penerimaan (Pelunasan) Hutang kepada Jejaring	4.000.000
Penerimaan (Pelunasan) hutang jasa giro	11.356.373
Penerimaan (Pelunasan) Hutang Defisit UM	(5.364.936)
Arus kas Bersih dari Aktivitas Pendanaan	(439.888.673)
Kenaikan (Penurunan) Bersih Kas dan Setara kas	**14.623.655.017**
Kas dan setara 01 Juni 2019	**31.278.077.651**
Kas dan setara kas 30 Juni 2019	**45.901.732.668**



REKENING ATAS NAMA YAYASAN DOMPET DHUAFA REPUBLIKA

REKENING **ZAKAT**

Bank Muamalat **301.001.5515**
BNI Syariah **444.444.555.0**
BNI **000.530.2291**
BCA Syariah **008.000.800.1**
Maybank Syariah **2700.000.003**

Permata Syariah **097.100.1992**
BRI Syariah **1000.782.919**
Syariah Mandiri **7.000.489.535**
BCA **237.301.8881**
Mandiri **101.00.98300.997**

Bank Mega **01.001.00.11.55555.0**
CIMB NIAGA Syariah **860.0000.349.00**
BRI **0382.010000.12300**
Syariah Bukopin **888.8888.102**

REKENING **WAKAF**

Bank Muamalat **303.003.3619**
BNI Syariah **009.153.8995**

CIMB NIAGA Syariah **86.000.4734.900**
Maybank Syariah **2.700.001.382**

Syariah Mandiri **7.000.493.133**
BCA **237.304.8887**

REKENING **PESANTREN HAFIDZ VILLAGE**

Bank BCA **237.227.2270**
Bank Mandiri **101.000.755.6010**
Bank Muamalat **314.000.7801**

REKENING **RS HASYIM ASYARI**

Bank Muamalat **301.007.0543**
BNI **016.453.2461**

REKENING **WAKAF MASJID AL MADINAH**

Bank Muamalat **044.273.8909**

REKENING **RS AKA SRIBHAWONO**

BNI **044.273.8909**

REKENING **KHADIJAH LEARNING CENTER**

Mandiri **127.00.700.7000.6**
BNI Syariah **700.7000.117**

REKENING **WAKAF RONTING**

Mandiri **101.00.984.0098.7**

REKENING **INFAK**

Bank Muamalat **304.007.1777**
BNI Syariah **340.350.777.2**
BNI **000.529.9527**
Danamon Syariah **005.8333.295**

Permata Syariah **097.100.5505**
BRI Syariah **1000.782.927**
Syariah Mandiri **7.000.488.768**
BCA **237.301.9992**

Mandiri **101.00.81050.633**
CIMB NIAGA Syariah **860.0000.36.700**
BRI **0382.01.0000.13306**
Maybank Syariah **2.700.006.333**

REKENING **MOBIL JENAZAH**

BNI Syariah **0253.709.289**

REKENING **CAHAYA UNTUK INDONESIA**

BCA **2.373.006.343**

REKENING **MULIAKAN YATIM**

BCA **237.311.1180**

REKENING **INFAK BUDAYA**

BCA **237.334.5555**
Bank Muamalat **3.040.071.544**

REKENING **MILLENIAL BANGUN MASJID**

BCA **2.373.045.454**

REKENING **TAMAN BACAAN**

Bank Muamalat **340.0000.483**
BNI Syariah **239.623.117**

REKENING **RONTING**

Bank Mandiri **103.00.5577.5577**

REKENING **INDONESIA SIAP SIAGA**

BNI Syariah **340.350.666.5**
BCA **2.373.047.171**
Bank Mandiri **1.010.006.475.733**

REKENING **DOMPET DUNIA ISLAM**

BCA **2.377878.783**
Bank Muamalat **3.400.000.482**

REKENING **DOMPET BENCANA DUNIA**

Bank Syariah Mandiri **7.030.579.946**

REKENING CABANG-CABANG DOMPET DHUAFA DI SELURUH INDONESIA

CABANG **DD JOGJA**

REKENING **ZAKAT**

137.001.008.3190
802.00.999.42
1.5555.6666.8
56.10000.900
801.111.0000.82

REKENING **INFAK**

137.000.789.0078
802.015.8787
1.8888.9999.5

a.n Yayasan Dompet Dhuafa Republika

CABANG **DD SINGGALANG**

REKENING **ZAKAT**

111.000.500.4888
234.222.224
773.332.2211
2.1000.10500296.8

REKENING **INFAK**

111.000.500.5000
234.666.666
2.1000.10500297.1
421.001.7712
543.01.000.64.007

a.n Yayasan Dompet Dhuafa

CABANG **DD RIAU**

REKENING **ZAKAT**

444.667.888.7
108.001.2604.113
0696.01.000564.300

REKENING **INFAK**

444.667.7792
108.001.2604.139
820.11.000.11

a.n Yayasan Dompet Dhuafa Riau

CABANG **DD SUMATERA UTARA**

REKENING **ZAKAT**

300.300.3144
106.001.094.9793
349.129.6681

REKENING **INFAK**

300.300.3155
106.001.094.9819
349.129.6672

a.n Yayasan Dompet Dhuafa

CABANG **DD JAWA TENGAH**

REKENING **ZAKAT**

33.11.55.77.41
009.535.948.1
135.000.999.6909

REKENING **INFAK**

33.11.55.77.29
009.535.947.2
135.000.999.6875

a.n Yayasan Dompet Dhuafa Republika

CABANG **DD BANTEN**

REKENING **ZAKAT**

245.4000.331
9999.2525.8
155.000.2200.221

REKENING **INFAK**

245.4000.551
146.006.4444
308.001.3157

a.n Yayasan Dompet Dhuafa

CABANG **DD SULAWESI SELATAN**

REKENING **ZAKAT**

801.004.8527
152.0011.7600.51
7.890.387.777

REKENING **INFAK**

801.004.8528
152.0022.9992.92
015.938.7145

a.n Yayasan Dompet Dhuafa Republika

CABANG **DD SUMATERA SELATAN**

REKENING **ZAKAT**

113.000.765.3482
96.96.933.78

REKENING **INFAK**

113.000.765.3474
96.96.933.56

a.n Yayasan Dompet Dhuafa

CABANG **DD LAMPUNG**

REKENING **ZAKAT**

777.2727.005

REKENING **INFAK**

777.1717.009

a.n Yayasan Dompet Dhuafa Republika

CABANG **DD JAWA BARAT**

REKENING **ZAKAT**

6.3333.4444.1

REKENING **INFAK**

7.3333.4444.4
156.9.444.444

a.n Yayasan Dompet Dhuafa Republika

CABANG **DD JAWA TIMUR**

REKENING **ZAKAT**

6666.555.442
142.000.766.666.1
064.047.2111

REKENING **INFAK**

142.000.733.3445
064.070.2222
7777.444.556

a.n Yayasan Dompet Dhuafa

CABANG **DD KALIMANTAN TIMUR**

REKENING **ZAKAT**

149.000.431.108.2
700.389.423.6
191.136.88.33
007.639.6049
009.508.0269
601.001.5717

REKENING **INFAK**

149.000.426.3895
700.389.3938
601.001.571.8

REKENING **WAKAF**

149.000.627.579.8
009.508.174.0

a.n Yayasan Dompet Dhuafa Republika

MONOLOGUE
(Sebuah Pengantar Bedah Diri)

PARNI HADI
@ParniHadi01

> Saya ambil bentuk monolog atau percakapan dengan diri sendiri. Bisa juga disebut dialog antara "aku" yang sadar dengan "aku" yang tidak sabar.

Alhamdulillah, tanggal 13 Agustus 2019 ini, menurut yang tertulis di KTP (Kartu Tanda Penduduk)), saya genap berusia 71 tahun. Sebuah perjalanan hidup yang cukup panjang. Saya, hari ini adalah sosok yang merupakan kumpulan atau akumulasi dari serentetan keberhasilan dan kegagalan, kebahagiaan dan kekecewaan, kalah dan menang, suka dan duka, sehat dan sakit, benci dan rindu, serta pujian dan cemoohan.

Saya bersyukur kepada Allah, pemilik seluruh alam semesta, yang telah mengaruniai saya kesempatan mengalami serangkaian peristiwa manis dan pahit getir dalam kurun waktu yang relative cukup lama, tujuh dasawarsa. Jati diri setiap orang, saya pikir, dibentuk atau terbentuk oleh sederetan pengalaman terus menerus berkat interaksi dengan orang lain dan lingkungannya, termasuk keluarga inti, saudara, kerabat dan teman-teman, serta masyarakat luas terkait dengan tempat menuntut ilmu, bekerja dan mengaktualisasikan potensi dirinya.

Waktu, tempat dan budaya yang dianut keluarga dan lingkungan masyarakat, terutama masa kecil sampai usia dewasa berperan penting dalam proses pembentukan jati diri seseorang. Saya dlahirkan di Desa Rejosari, Kecamatan Sawahan (sebelumnya masuk Kecamatan Jiwan), Kabupaten Madiun, Jawa Timur. Ayah saya bernama Kasanpuro bin Onggo Leksono. Ibu saya Kasiyem binti Jayanadi. Kedua orang tua saya bersuku Jawa dan hidup sebagai petani.

Nama kecil ayah adalah Kasbi, kakak kandungnya bernama Kasim (mungkin alih bunyi dari Hasbi dan Hasyim dalam nama Arab).

Tulisan ini sengaja saya buat untuk membedah diri saya sendiri setelah melakukan perenungan, instropeksi dan refleksi, yang kemudian saya sebut olah rasa atau muhasabah sejak beberapa tahun terakhir. Persisnya, setelah saya masuk rumah sakit dengan diagnosis stroke tahun 2015, menjelang usia saya 67 tahun.

Dokter ahli hipertensi menyarankan saya harus mengubah gaya hidup (life style) saya. Pada bab akhir dari tulisan saya yaitu "Laku", saya sajikan tulisan tentang kiat menyabarkan diri saya sendiri. Semacam self motivation atau self suggestion. Suatu motivasi diri atau sugesti diri sendiri. Karena untuk diri sendiri, saya ambil bentuk "monolog atau percakapan dengan diri sendiri. Bisa juga disebut dialog antara "aku" yang sadar dengan "aku yang tidak sabar." Perhatikan kata sadar dan sabar!

Sebuah monologue biasanya menggunakan bahasa paling intim. Bagi saya bahasa yang paling intim adalah bahasa Ibu saya, yakni bahasa Jawa. Bahasa Ibu adalah bahasa pertama yang saya (kita) kenal, dalam pengertian dengar, mengerti dan pergunakan untuk berkomunikasi dengan lingkungan.

Perjalanan hidup saya menjadikan bahasa Indonesia sebagai bahasa intim kedua, di samping bahasa profesi saya. Profesi dan perjalanan karir saya sebagai wartawan menjadikan bahasa Inggris sebagai bahasa intim ketiga. Masih ada bahasa asing lain yang kadang saya kutip secara acak, termasuk bahasa Arab, Jerman, dan Belanda dalam komunikasi baik secara lisan maupun tulisan.

**) Disarikan dari Buku "Bedah Diri", Parni Hadi, 2018.*

Gerakan Sejuta Wakif

DOMPET DHUAFA

WAKAF ALAT KESEHATAN
RS GRIYA MEDIKA

- RS Berbasis Wakaf Ke 7 Dompet Dhuafa -

Salurkan Wakaf Terbaik Anda, melalui :
Bank Mandiri 101.001.022.6072
a.n Yayasan Dompet Dhuafa Republika

Informasi & Konfrmasi:
08111 544 488
(021) 741 6050

donasi.tabungwakaf.com

Ingin Luas Manfaat?

ZAKAT DI KITA AJA

BNI Syariah **444.444.555.0**

BCA **237.301.8881**

an. Yayasan Dompet Dhuafa Republika

Informasi & Konfirmasi

08111 544 488

(021) **741 6050**