

# GELORA

KEMANUSIAAN  
KESAMAAN  
KENETRALAN  
KEMANDIRIAN  
KESUKARELAAN  
KESATUAN  
KESEMESTAAN

ISSN : 2088 - 1010



9 772088 101009



## Pembangunan Fasilitas Toilet Komunal Diresmikan

**Penanggung Jawab/Pemimpin Umum:**

Ketua PMI Provinsi Jawa Timur  
H. Imam Utomo S.

**Pemimpin Redaksi:**

H. Soebagyo. SW

**Wakil Pemimpin Redaksi:**

Dr. H. Turmuzdi SH, MBA, MM

**Pengarah:**

Pengurus PMI Provinsi Jatim

**Redaktur Pelaksana:**

H. Amin Istighfarin,  
Jadda Sarifa Kirana

**Wakil Redaksi Pelaksana:**

Dijah Setyo Palupi, S.Pd

**Redaksi:**

Priska Wahyuningrum,  
Samuel Ruung,  
Sugeng Irianto

**Sekretaris Redaksi:**

Priska Wahyuningrum

**Tata Letak:**

Mahadewi Sephira

STT/SK/Menpen RI No. 748/SK.

Ditjen PPG/STT/1980 Tgl. 5 Juli 1980

**Alamat Redaksi**

Markas PMI Provinsi Jatim  
Jl. Karang Menjangan No. 22  
(031) 5055173 – 5055175,  
Fax: (031) 5055174 Surabaya

**E-mail:** gelora\_pmi@yahoo.com

Redaksi menerima sumbangan tulisan/naskah, karikatur, foto kegiatan, dan karya jurnalistik lainnya yang sesuai dengan visi dan misi Tabloid GELORA PMI. Sertakan identitas diri, redaksi berhak mengedit naskah sepanjang tidak merubah substansi tulisan.



Peresmian penggunaan MCK (Toilet Komunal) ditandai dengan pemotongan pita oleh Ketua Bidang Kesehatan PMI Pusat, Fachmi Idris, s (nomor tiga dari kiri), Sekretaris PMI Prov. Jatim DR. Edi Purwinarto, M.Si (nomor satu dari kanan), Wakil Ketua PMI Pamekasan Suharyono, S.Pd,M.Pd (nomor dua dari kiri), Lurah Barurambat Kota (nomor dua dari kanan), Perwakilan IFRC Indonesia, Singapura, dan Timor Leste Agung Lestiyawan (nomor satu dari kiri) bertempat di Kelurahan Barurambat Kota pada tanggal 25 Juni 2025. Pembangunan Toilet Komunal merupakan program Federasi IFRC bekerjasama PMI Pusat dalam memutus mata rantai meluasnya wabah Polio di Madura.

# Toilet Komunal dan Pelayanan Kesehatan

Berdasarkan prinsip-prinsip dasar Gerakan Palang Merah dan Bulan Sabit Merah Internasional, maka Palang Merah Indonesia (PMI) bekerja memperkuat gerakan kemanusiaan, kesamaan, kenetralan, kemandirian, kesukarelaan, kesatuan, dan kesemestaan.

Jumat (11 Juli 2025) Ketua Bidang Kesehatan PMI Pusat, Prof Dr Fachmi Idris, didampingi Perwakilan IFRC Indonesia, Singapura, dan Timor Leste, Agung Setiawan, menyaksikan perwujudan Toilet Komunal cukup mewah dengan ukuran 4x8 meter, di Sampang Madura.

Mengingat, PMI juga memberikan pelayanan kesehatan dan sosial kepada masyarakat, termasuk dukungan psikososial bagi korban bencana, layanan ambulans, pertolongan pertama, dan program kesehatan masyarakat.

Program kesehatan ini berhimpitan dengan problematik sosial dan penanganan pencegahan bencana penyakit, dengan gerakan mewujudkan Toilet Komunal, sebagai prinsip-prinsip dasar kinerja PMI.

Seperti diketahui Toilet Komunal adalah fasilitas sanitasi berupa toilet yang digunakan bersama oleh beberapa rumah tangga atau

individu dalam satu area atau lingkungan.

Sistem ini biasanya digunakan di pemukiman padat penduduk, kawasan kumuh, atau tempat umum, dimana pembangunan toilet individu sulit dilakukan atau tidak efisien.

Toilet komunal dirancang untuk menampung dan mengolah limbah dari beberapa pengguna secara bersamaan, sehingga membantu mengatasi masalah sanitasi di area dengan kepadatan penduduk tinggi.

Padahal, fungsi Toilet Komunal karena dirancang membuat sanitasi yang lebih baik, maka akan meningkatkan kondisi sanitasi lingkungan dan mengurangi risiko penyebaran penyakit yang disebabkan oleh sanitasi buruk. Ini adalah upaya pencegahan meluasnya penyakit Polio sebagaimana temuan Kemenkes RI di wilayah Madura.

Gerakan PMI sebagai perwujudan prinsip dasar dalam bekerja, juga dapat membantu mencegah pencemaran air tanah dan lingkungan akibat pembuangan limbah yang tidak terkontrol.

Toilet Komunal seperti pada umumnya, bisa berupa septic tank komunal, yaitu sistem

BERSAMBUNG KE HALAMAN 27

## DAFTAR ISI

<b>LAPORAN UTAMA.....</b>	<b>3-7</b>	<b>RUANG KELUARGA.....</b>	<b>11</b>
▶ Penerima Manfaat Program Polio di Madura Sambut Positif Toilet Komunal		▶ Menu Sarapan Sehat Anak Sekolah dari Ahli Gizi	
▶ "Toilet Komunal" Program Federasi-PMI Pusat Sangat Bermanfaat		<b>KESEHATAN.....</b>	<b>12</b>
▶ Hindari Penyakit Polio di Bangkalan, Sampang dan Pamekasan		▶ Cara Mengatasi Sembelit Parah pada Anak	
<b>PROFIL.....</b>	<b>8</b>	<b>WISATA.....</b>	<b>13</b>
▶ 59 Kali Donor Darah, Hendri Fina Rosa: Bantu Sesama dengan Setetes Darah Kita		▶ Kebun Teh Jamus Ngawi, Wisata Alam Menyegarkan di Lereng Gunung Lawu	
▶ Meski Phobia Jarum Suntik, ASN Bangkalan Ini Telah 58 Kali Donor Darah		<b>TOKOH KITA.....</b>	<b>14</b>
<b>DARI MARKAS.....</b>	<b>9</b>	▶ Yuki Yajima, Relawan Jepang yang Jatuh Cinta pada Singkong Jember	
▶ Martabat Kemanusiaan		<b>OPINI.....</b>	<b>15</b>
<b>WAWASAN.....</b>	<b>10</b>	▶ Pemberhentian Kepala UDD PMI dari Aspek Regulasi	
▶ Bahaya Minyak Goreng Bekas Jika Dipakai Ulang Terlalu Banyak		<b>PMI KABUPATEN/KOTA.....</b>	<b>16-27</b>



Redaksi Majalah Gelora dan media online PWIJawaTimur.co.id berkesempatan melihat pembangunan toilet komunal di Sampang. Fasilitas dengan biaya Federasi, IFRC, telah selesai dibangun dan dimanfaatkan oleh warga setempat.

# Penerima Manfaat Program Polio di Madura Sambut Positif Toilet Komunal

Penerima manfaat di Kabupaten Sampang menyambut positif keberadaan toilet komunal yang diinisiasi oleh Federasi dan PMI Pusat. Bagi mereka, keberadaan toilet komunal ini sangat bermanfaat, khususnya dalam menunjang kegiatan mandi, cuci, dan kakus (MCK) mereka.

Bukan hanya toilet, tapi juga septic tank komunal yang representatif dan sesuai dengan standar sanitasi. Program ini dilaksanakan secara partisipatif dan berbasis swakelola dengan melibatkan aktif masyarakat sejak tahap perencanaan pembangunan hingga pengawasan.

Seperti diketahui, program pembangunan toilet komunal di Sampang ini merupakan upaya untuk penanggulangan penyakit polio yang terjadi di sejumlah wilayah di kabupaten tersebut. Selain di Sampang, program ini juga dilaksanakan di dua kabupaten lain di Madura, yakni Bangkalan dan Pamekasan.

Khusus di Sampang, ada sejumlah titik yang mendapatkan fasilitas tersebut. Ini disesuaikan dengan hasil penelitian Kementerian Kesehatan, di mana ditemukan sejumlah kasus polio di wilayah tersebut.

Sebelumnya, masyarakat setempat



Salah satu toilet komunal di Kabupaten Sampang yang lebih bersih dan nyaman bagi masyarakat setempat.

mengandalkan air sungai di sekitar mereka yang kemungkinan sudah terkontaminasi akibat kegiatan MCK masyarakat. Kalau pun ada jamban komunal sederhana yang dibangun oleh mereka,

saluran sanitasinya tak sesuai standar. Sehingga berpotensi menyebarkan penyakit.

Karena itu, Kemenkes melalui Federasi dan PMI Pusat merasa perlu

dibuatkan fasilitas yang lebih layak untuk kegiatan tersebut, yang tentu lebih bersih dan nyaman bagi masyarakat setempat.

Penanggungjawab toilet komunal di Dusun Pajuh, Desa Kedungdung, Kecamatan Kedungdung, Kabupaten Sampang, Ahmad Yani, misalnya, mengakui fasilitas MCK yang dibangun di dusunnya ini sangat bermanfaat bagi masyarakat sekitar. Sebab, dengan toilet yang sangat representatif ini, mereka merasa sangat nyaman.

“Kami sangat berterima kasih kepada Federasi, PMI Pusat dan PMI Jawa Timur yang sudah membangunkan fasilitas ini. Karena toilet komunal ini sangat bermanfaat bagi warga sekitar,” ujar Yani, Kamis (10/7/2025).

Yani mengatakan, antusiasme warga sangat besar sejak mengetahui di dusunnya akan dibangun toilet komunal yang lebih representatif. Mereka bahkan bahu membahu selama pembangunan.

“Warga gotong-royong membangun ini. Ada yang aduk semen maupun angkat-angkat material,” ujarnya.

Bukan hanya itu, untuk memenuhi kebutuhan air bagi toilet tersebut, masyarakat setempat secara swadaya membangun bak penampungan air yang relatif besar, berukuran 2,5x4 meter persegi. Bak penampung air ini di-



Keberadaan MCK yang selama ini di gunakan warga sebelum program toilet komunal di bangun.

tempatkan di sisi kiri toilet.

“Air dari bak ini didapat dari embung yang terletak beberapa ratus meter dari toilet. Air dari bak kemudian disedot dengan menggunakan pompa air. Untuk mengisi penuh air, butuh waktu 24 jam,” terang Yani.

Meski hanya ada dua bilik, toilet komunal tersebut digunakan lebih dari 80 warga yang tinggal di dusun tersebut. Bahkan tak sedikit dari warga dari luar dusun itu yang menggunakan toilet ini lantaran lokasinya yang berdekatan dengan makam keramat.

“Setiap malam Jumat banyak pe-

ngunjung makam yang numpang di toilet ini untuk wudlu dan keperluan hajat lainnya,” ungkap Yani.

Karena itu, pengelola berencana akan memberlakukan tarif bagi pengunjung dari luar dusun tersebut. Sehingga dana yang terkumpul dari pembayaran ini bisa mereka gunakan untuk pembelian keperluan perawatan.

Hal senada disampaikan oleh Ketua PMI Kecamatan Omben, Kabupaten Sampang, Wifaqi. Menurutnya, pembangunan toilet komunal di Dusun Duwek Rajeh, Desa Sogian, Kecamatan Omben, ini sangat bermanfaat bagi warga seki-





tar. Peralannya, warga kini bisa melakukan kegiatan MCK di tempat yang layak dengan sanitasi yang baik.

“Toilet komunal ini sangat baik dan bersih, warga pun sangat nyaman. Warga setempat merasa sangat terbantu, terutama dalam menjaga kesehatan di lingkungannya. Karena itu, kami sangat berterima kasih pada semua pihak baik Federasi, PMI Pusat dan PMI provinsi yang sudah membangun fasilitas ini,” jelas pria yang juga menjabat sebagai Sekretaris Camat Omben ini.

Sebelum toilet komunal ini dibangun, masyarakat setempat sebetulnya sudah memiliki toilet umum. Namun kondisinya jauh dari kata layak, baik dari fisik bangunan maupun dari kebersihannya.

Untuk perawatannya, masyarakat setempat bersepakat melakukan pembersihan setiap seminggu sekali. Sedangkan untuk pembelian kebutuhan kebersihan toilet, mereka melakukannya secara swadaya.

### Toilet Komunal Megah di Pamekasan

Berbeda dengan Sampang yang dibangun di sejumlah titik, toilet komunal di Pamekasan dilakukan terpusat di Jl Jagalan RT/RW 01/01, Kelurahan Barurambat Kota (Barkot), Kecamatan Pamekasan.

Toilet komunal yang diresmikan langsung oleh Ketua Bidang Kesehatan PMI Pusat, Prof dr Fachmi Idris, didampingi Perwakilan IFRC Indonesia,



Toilet komunal di Pamekasan ini memiliki fasilitas kran untuk wudlu, karena lokasinya yang persis berada di depan masjid.

Singapura, dan Timor Leste, Agung Lestiyawan itu terbilang megah, dengan ukuran 4x8 meter persegi.

Selain bangunannya yang relatif besar dengan empat bilik, toilet komunal ini juga memiliki fasilitas kran untuk wudlu karena lokasinya yang persis berada di depan masjid. Selain itu, juga ada wastafel, hand rail untuk lansia, dan kaca cermin.

Fasilitas ini sengaja dibangun di satu tempat karena hanya di wilayah inilah terdapat Kasus Luar Biasa (KLB) Polio berada. “Ini sengaja dibangun seperti ini karena kontur tanahnya yang rawan ambrol lantaran lokasinya berada di tepi sungai. Fondasinya kita bikin lebih dari spek standar yang ditentukan karena disesuaikan dengan kondisi

tanah dan letaknya,” ujar Maulidi, PIC pembangunan toilet komunal di Pamekasan, Jumat (11/7/2025).

“Ada suka duka tersendiri selama pembangunan karena material sempat hanyut dan habis saat terjadi banjir,” imbuhnya.

Pria yang juga staf PMI Pamekasan ini mengungkapkan, bangunan ini berdiri di atas tanah hibah warga. Selama proses pembangunan, warga sekitar juga berpartisipasi aktif.

“Sekarang pemeliharannya diserahkan ke pengelola. Tapi kami terus melakukan pengawasan dengan datang ke lokasi seminggu sekali. Dari testimoni warga, mereka sangat senang dengan keberadaan toilet komunal tersebut,” jelasnya.

### Harapan PMI Jawa Timur

Sementara itu, Ketua Bidang Informasi dan Komunikasi PMI Jawa Timur, Turmuzi, berharap fasilitas ini bisa menjadi model praktik baik nasional dalam pencegahan penyakit berbasis lingkungan, serta mendorong peningkatan kesadaran dan tanggung jawab kolektif dalam menjaga kesehatan masyarakat.

“Fasilitas ini sudah terbangun dan kondisinya cukup baik. Ini kan sudah terbentuk pengelola sebagai penanggungjawabnya. Pelibatan masyarakat ini sangat penting, karena tanpa peran masyarakat dalam pemeliharaan saya rasa sulit. Kami berharap fasilitas ini dijaga dan dirawat dengan baik, terutama kebersihannya,” tutur pria yang juga berprofesi



Para pengurus PMI Jatim melihat fasilitas toilet komunal yang ada di Pamekasan.

sebagai advokat ini.

Ia juga berharap, dengan dibangunnya toilet komunal ini program penanggulangan dan pencegahan KLB polio

bisa berjalan dengan baik. Sehingga tidak ada lagi masyarakat di Madura, yakni Bangkalan, Sampang dan Pamekasan yang terjangkit penyakit ini. (\*)

## "Toilet Komunal" Program Federasi-PMI Pusat Sangat Bermanfaat

**KEPALA** Markas Palang Merah Indonesia (PMI) Kabupaten Sampang Moh. Ali, S.AP menyambut gembira kedatangan Redaksi Majalah “Gelora” dan media Online “PMI JawaTimur.co.id” untuk melihat secara langsung hasil nyata program penanganan polio dengan membangun Toilet Komunal atau MCK (Mandi, Cuci, Kakus) di beberapa titik di wilayahnya.

Toilet komunal ini banyak memberikan manfaat bagi masyarakat. Pertama meringankan beban masyarakat desa terutama yang kena sasar dimana yang biasanya BABnya ditempat seadanya, kini mereka bisa menggunakan toilet komunal dengan lebih baik, bersih dan nyaman.

Berikutnya yakni mencegah penyebaran penyakit polio. Harapannya dengan toilet komunal ini akan memutus mata rantai penyakit polio. Ini program Federasi IFRC (International Federation of Red Cross and Crescent Societies) dan Palang Merah Indonesia (PMI) Pusat dalam rangka penanganan polio terutama di Sampang.

“Inិតinya bahwa pembuatan toilet komunal ini agar masyarakat yang biasanya BABnya disebarkan



Kepala Markas PMI Kabupaten Sampang Moh. Ali, S.AP

tempat, sekarang dengan adanya toilet komunal mereka bisa hidup lebih sehat,” tegas Moh. Ali, S.AP.

Kedepan PMI Sampang bersama masyarakat dan komite desa akan merawat dengan baik. Bisa jadi akan dikembangkan ke titik titik yang lebih luas mengingat permintaan masyarakat cukup tinggi. Namun ini tergantung dari anggarannya.

“Kami menyampaikan terimakasih kepada Federasi IFRC, PMI Pusat dan PMI Provinsi Jawa Timur. Melalui program ini masyarakat bisa menikmati MCK yang layak. Menyangkut

sumber dana, semuanya berasal dari Federasi IFRC dan PMI. Program pembangunan toilet komunal tersebar di Kecamatan Camplong, Omben dan Kedundung.

Dalam pembangunan MCK ini tidak kalah pentingnya adalah partisipasi masyarakat yang luar biasa. Awalnya mereka agak ragu untuk menerima program PMI ini.

Kekawatiran masyarakat program akan berhenti ditengah jalan dan tidak dilannjutkan lagi.

Namun setelah berjalan dan secara fisik MCK selesai dibangun, masyarakat malah berbondong bondong minta dibangun MCK.

Selama proses pembangunan, masyarakat ikut membantu secara sukarela. Semuanya dilaksanakan dengan tepat waktu dan dalam pengawasan Federasi IFRC maupun PMI. Laporan pertanggungjawaban juga sudah kami laporkan pusat secara lengkap.

Program ini berlangsung pada September 2024 dan selesai Mei 2025. Diawali dengan survei lapangan, sosialisasi dan pembangunan. Tiap titik durasi waktu pembangunannya 15 hari selesai. (\*)

Disaster Risk Management Specialist Edwin Siahaan

# Hindari Penyakit Polio di Bangkalan, Sampang dan Pamekasan

**F**ederasi IFRC (Internasional Federation Red Cross and Crescent Societies) adalah organisasi kemanusiaan global yang mendukung aksi kemanusiaan yang dilakukan oleh Perhimpunan Palang Mwerah dan Bulan Sabit Merah di berbagai dunia. Dengan menggandeng Palang Merah Indonesia (PMI) Pusat melakukan aksi nyata dengan membangun toilet komunal di Bangkalan, Sampang dan Pamekasan. Lalu apa dan bagaimana tiga kabupaten tersebut menjadi obyek pencegahan penyakit Polio. Berikut wawancara tim redaksi majalah *Gelora/PMIJawaTimur.co.id* dengan **Edwin Siahaan** - Disaster Risk Management Specialist.

**Tanya : Apa yang melatar belakangi Jatim di tetapkan sebagai daerah program KLB Polio**

**Jawab :** Hal yang utama adalah karena adanya laporan kasus Polio dan diikuti dengan penetapan status KLB. Merespon kasus dan juga penetapan status tersebut, PMI dalam hal ini sebagai organisasi kemanusiaan yang support pemerintah juga ikut andil bagian dalam kegiatan response. Seiring berjalannya proses tersebut, melalui Contingency Funds (Dana Kontingensi) dukungan Australian Red Cross dan Departemen Urusan Luar Negeri dan Perdagangan Australia, PMI mendapatkan dana operasional untuk meningkatkan kegiatan response KLB Polio di wilayah Jawa Timur ini. Dana Contingency ini memang didesain khusus bagi PMI dalam merespon kedaruratan di seluruh wilayah Indonesia.

**Tanya : Apa yang dilakukan Federasi dengan 3 Kabupaten dalam program tersebut**

**Jawab :** Secara garis besar IFRC memberikan dana operasional bagi PMI untuk menjalankan serta meningkatkan Operasi Response KLB di Jawa Timur melalui Contingency Funds. Selain dana operasional, IFRC



juga memberikan dukungan teknis dalam hal Kesehatan, Air dan Sanitasi. Karena fungsi kami sebagai sekretariat, IFRC juga membantu PMI dalam berkoordinasi dengan partner-partner kemanusiaan global lainnya. Dalam hal implementasi di lapangan, seluruhnya dilaksanakan oleh teman-teman PMI Kabupaten dan Provinsi dengan koordinasi PMI Pusat.

**Tanya : Berapa Anggaran yang diberikan ke PMI dalam pelaksanaan tersebut khusus nya di Jawa Timur**

**Jawab :** Dana yang diberikan adalah CHF 76,410 atau sekitar IDR 1,2 milyar

**Tanya : Harapan setelah pro-**

**gram KLB Polio**

**Jawab :** Harapan kami dengan berakhirnya Operasi KLB Polio, berakhir juga penyebaran Polio di wilayah Jawa Timur. Lalu meningkatnya kesadaran masyarakat akan pentingnya kesehatan diri serta kebersihan lingkungan terutama dalam upaya pencegahan penyebaran Polio dikemudian hari. Yang terkahir, pengalaman-pengalaman selama masa response KLB kemarin semoga bisa menjadi pelajaran baik serta pengalaman lebih bagi rekan-rekan PMI di Jawa Timur secara khusus di wilayah Bangkalan, Pamekasan dan Sampang terutama dalam kesiapsiagaan meresponse kejadian luar biasa. (\*)

# 59 Kali Donor Darah, Hendri Fina Rosa: Bantu Sesama dengan Setetes Darah Kita

**H**endri Fina Rosa (39), seorang ibu rumah tangga asal Pamekasan, kembali melakukan donor darah ke-59 kalinya pada Rabu (28/5/2025). Kegiatan mulia ini sudah ia jalani sejak duduk di bangku SMA, terinspirasi dari kegiatan donor darah rutin yang diadakan setiap tiga bulan di sekolahnya.

“Saat itu saya tergabung dalam Palang Merah Remaja (PMR), dan dari sanalah saya mulai rutin mendonorkan darah,” ujar Fina. Ia mengaku alasan utamanya adalah keinginan untuk membantu dan berbagi kepada sesama.

Hingga kini, Fina tidak pernah mengalami penolakan saat hendak mendonor karena telah menjadi pendonor sukarela yang menjaga pola hidup sehat. Ia rutin memerhatikan kadar hemoglobin dan



tekanan darah sebelum mendonorkan darahnya.

“Setelah donor, badan terasa ringan, enteng, dan bugar,” katanya. Selain itu, Fina juga menanamkan semangat donor darah dalam keluarganya. Suami, orang tua, bahkan anak-anaknya nanti diharapkan mengikuti jejaknya saat usia mereka mencukupi.

Ia menegaskan tidak pernah menghadapi pertentangan dalam aktivitas ini, baik dari lingkungan maupun keluarga. Sebaliknya, mereka justru mendukung sepenuhnya.

“Bantu sesama dengan setetes darah kita,” tutup Fina, menyampaikan harapannya agar semakin banyak masyarakat yang tergerak untuk berdonor darah secara rutin. (\*)

## Meski Phobia Jarum Suntik, ASN Bangkalan Ini Telah 58 Kali Donor Darah

**T**ak semua orang mampu menghadapi rasa takut terhadap jarum suntik, apalagi sampai rela menyumbangkan darah puluhan kali. Namun, hal itu tak berlaku bagi Herman Susilo (42), seorang Pegawai Negeri Sipil yang telah berdonor darah sebanyak 58 kali sejak tahun 2003.

Kisah Herman sebagai pendonor darah dimulai secara tidak biasa. Saat itu, ia masih mahasiswa dan mengikuti kegiatan Badan Eksekutif Mahasiswa (BEM) di kampus. “Pertama kali donor darah, saya langsung pingsan karena memang phobia dengan jarum suntik,” ujarnya sambil tersenyum mengenang pengalaman tersebut. Meski sempat tak sadarkan diri, ia mengaku tak kapok dan kembali berdonor lima tahun kemudian di PMI Kramat Jati, Jakarta.

Motivasi mendonornya saat itu berasal dari kondisi orang tua yang sedang menjalani operasi di RS Kanker Darmas. “Sejak itu saya sadar bahwa donor darah bukan hanya soal keberanian, tapi juga soal empati,” tuturnya.

Sejak 2011, Herman aktif menga-

jak rekan-rekannya berdonor, bahkan menginisiasi kerja sama rutin antara PMI Bangkalan dengan kantor tempatnya bekerja. Ia juga memanfaatkan media sosial untuk membagikan jadwal donor darah dan mengajak teman-temannya ikut serta. “Alhamdulillah, banyak teman kantor yang antusias. Bahkan, ada juga yang dari luar kantor ikut gabung,” katanya.

Dari pengalaman berdonor yang telah dilakukan puluhan kali, Herman mengaku tubuhnya justru terasa lebih bugar. “Saya merasa lebih sehat dan ringan setelah donor,” ucap pria kelahiran 15 Mei 1983 ini.

Dalam menjaga kesehatan agar tetap bisa berdonor, ia mengaku rajin berolahraga, terutama lari. “Saya memang hobi lari, apalagi karena jarak rumah ke kantor sekitar 80 km, fisik harus dijaga. Dan yang penting, saya tidak pernah begadang, kecuali kalau Inter Milan main,” ujar penggemar I Nerazzurri ini sambil tertawa.

Meski istri Herman pernah mencoba ikut donor, ia belum berhasil karena kadar hemoglobinnya belum memenuhi syarat. Sementara sang anak yang baru



berusia 10 tahun belum cukup umur untuk mengikuti jejak sang ayah.

Selama menjadi pendonor, Herman mengaku tak pernah mengalami penolakan dari pihak PMI karena kondisi darahnya. “Alhamdulillah, tidak pernah ditolak. Semoga terus sehat agar bisa terus berbagi.”

Menutup perbincangan, Herman menyampaikan pesan kepada masyarakat untuk tak ragu berdonor. “Darahmu bisa menyelamatkan nyawa orang lain. Mungkin suatu saat kita atau keluarga kita yang membutuhkan. Semoga Allah SWT selalu memberikan kesehatan dan kemudahan bagi siapa pun yang ikhlas berdonor,” pesannya. (\*)

# Martabat Kemanusiaan

Sila kedua Pancasila menyebutkan, "kemanusiaan yang adil dan beradab", yang menegaskan betapa pentingnya menghormati hak-hak dasar manusia dan memperlakukan semua orang dengan adil dan beradab.

Seperti diketahui secara seksama bahwa tugas utama Palang Merah Indonesia (PMI) adalah memberikan bantuan kemanusiaan kepada masyarakat yang membutuhkan, terutama korban bencana alam dan konflik, serta menyelenggarakan pelayanan transfusi darah yang aman dan berkualitas. PMI juga berperan dalam penanggulangan bencana, pelayanan kesehatan dan sosial, serta pendidikan dan pelatihan terkait kepalangmerahan.

## Tugas utama PMI itu antara lain:

1. Memberikan bantuan tanggap darurat, termasuk evakuasi, penampungan, pertolongan pertama, medis, dapur umum, distribusi bantuan, air dan sanitasi. Selain itu, PMI juga melakukan upaya pencegahan, mitigasi, kesiapsiagaan, dan pemulihan pasca bencana.
2. Menyelenggarakan pelayanan transfusi darah yang aman dan berkualitas, termasuk pengadaan, pengolahan, dan pendistribusian darah.
3. Memberikan pelayanan kesehatan dan sosial kepada masyarakat, termasuk dukungan psikososial bagi korban bencana, layanan ambulan, pertolongan pertama, dan program kesehatan lainnya.
4. Menyelenggarakan pendidikan dan pelatihan terkait kepalangmerahan, termasuk pembinaan relawan Palang Merah Remaja (PMR), Korps Sukarela (KSR), dan Tenaga Sukarela (TSR).
5. Menyebarkan informasi mengenai kegiatan kepalangmerahan, prinsip-prinsip dasar Gerakan Palang Merah, dan Hukum Perikemanusiaan Internasional.



Oleh: H. Imam Utomo S

Selain itu, tidak kalah penting "Tugas Kemanusiaan PMI" dalam berbagai kebutuhan kesehatan masyarakat, seperti pembangunan Toilet Komunal di Madura.

Mengapa? Karena manusia mempunyai marwah atau martabat.

Martabat adalah hak setiap individu untuk dihormati dan dihargai sebagai manusia, terlepas dari apapun kondisinya. Martabat juga berarti

seseorang memiliki nilai intrinsik yang melekat pada dirinya, yang tidak dapat diambil atau dikurangi oleh siapapun. Konsep ini penting dalam moralitas, etika, hukum, dan politik, dan sering dikaitkan dengan hak asasi manusia.

Martabat juga dapat diartikan bahwa setiap manusia memiliki nilai yang melekat pada dirinya hanya karena ia adalah manusia, tanpa memandang ras, agama, jenis kelamin, status sosial, atau kemampuan.

Martabat juga menuntut agar setiap individu diperlakukan dengan hormat dan dihargai sebagai individu yang unik dan berharga.

Martabat juga berarti bahwa hak-hak dasar setiap manusia, seperti hak untuk hidup, kebebasan, dan keamanan, harus dihormati dan dilindungi.

Martabat juga berarti bahwa setiap individu memiliki hak untuk berpartisipasi dalam masyarakat dan berkontribusi pada lingkungannya.

Martabat juga memberikan arti, agar setiap orang diperlakukan dengan adil dan setara, tanpa diskriminasi atau prasangka.

Dalam konteks yang lebih luas, martabat juga mencakup martabat bangsa, yang mengacu pada nilai dan harga diri suatu bangsa secara keseluruhan.

Martabat bangsa tercermin dalam bagaimana bangsa tersebut diperlakukan oleh bangsa lain, serta bagaimana bangsa tersebut memperlakukan warganya sendiri.

Oleh karena itu, dalam pandangan program dan gerakan PMI sebagai bagian dari amal ibadah dan selalu mengedepankan bekerja

secara suka rela, dalam memberikan pelayanan kemanusiaan dan kesehatan. Maka, menjunjung tinggi Martabat Kemanusiaan adalah segala galanya, terutama menjadi penguatan dalam membangun kesehatan masyarakat. (\*)



# Bahaya Minyak Goreng Bekas Jika Dipakai Ulang Terlalu Banyak

**M**inyak goreng merupakan bahan dapur yang hampir selalu digunakan dalam memasak. Namun, sebagian orang memilih untuk menggunakan kembali minyak goreng bekas beberapa kali.

Seringkali, penggunaan minyak berulang juga ditemukan di makanan yang dibeli di luar rumah. Padahal, kebiasaan ini bisa berdampak buruk pada kesehatan. Penting untuk mengetahui batas aman penggunaan minyak goreng bekas.

## Berapa Kali Minyak Bekas Boleh Digunakan Lagi?

Pemanasan minyak biasanya akan mencapai suhu 100 derajat, bahkan lebih. Ketika melakukan deep frying, suhunya bisa mencapai 200-an.

"Itu banyak perubahan terjadi pada minyaknya, jadi ya asam-asam lemaknya jadi berubah, trans fat namanya, lemak minyak trans itu bahaya buat kesehatan," kata Ketua Umum PERGIZI Pangan Prof Dr Ir Har-dinsyah, MS.

Sehingga, disarankan untuk menggunakan 1-2 kali minyak jelantah. Jangan sampai minyak jelantah dipanaskan lebih dari dua kali.

"Jadi kalau orang mampu sih, saya sarankan sekali aja jelantahnya digunakan untuk yang lain kalau kurang mampu ya maksimum sampai 2 kali lah jangan sampai lebih dari 2 kali dipakai lagi," imbuhnya.

## Bahaya Minyak Goreng Bekas Jika Dipakai Ulang Terlalu Banyak

Minyak yang dipanaskan berulang kali bisa memicu kanker, menyebabkan peradangan, hingga meningkatkan asam lambung.

### 1. Membuat Minyak Bersifat Karsinogenik

Segala sesuatu yang bersifat karsinogenik berpotensi menyebabkan kanker. Dikutip dari laman Times of India, banyak penelitian yang menunjukkan bagaimana aldehida (unsur beracun) terbentuk saat minyak kembali dipanaskan.

Salah satunya adalah penelitian di tahun 2020 yang bahwa penggunaan minyak goreng secara berulang dikaitkan dengan dengan munculnya senyawa karsinogenik, seperti pol-



ycyclic aromatic hydrocarbons (PAH).

Dikatakan bahwa konsumsi minyak yang digunakan secara berulang menyebabkan tingginya insiden gentokoksik (kerusakan materi genetik), mutagenik (mutasi DNA), tumorigenik (memicu tumor), dan berbagai jenis kanker. Adapun beberapa jenis kanker dikaitkan dengan penggunaan minyak berulang meliputi kanker paru, payudara, kolorektal, dan prostat.

### 2. Menyebabkan Peradangan

Memasak makanan dengan minyak goreng bekas juga bisa meningkatkan radikal bebas dalam tubuh yang dapat menyebabkan peradangan. Sebagai informasi, peradangan merupakan akar penyebab dari sebagian besar penyakit, seperti obesitas, penyakit jantung, dan diabetes. Peradangan yang tinggi juga bisa menurunkan ketebalan tubuh sehingga membuat tubuh rentan terkena infeksi.

### 3. Meningkatkan Kolesterol LDL

Makanan yang dimasak dengan minyak yang sudah menghitam dan dipanaskan kembali sepanjang hari bisa meningkatkan kadar LDL atau kolesterol jahat. Kadar kolesterol jahat tinggi bisa meningkatkan risiko penyakit jantung, stroke, dan nyeri dada.

### 4. Meningkatkan Asam Lambung

Jika rasa terbakar di perut dan teng-

gorokan semakin sering terjadi, bisa jadi minyak goreng yang dipanaskan ulang menjadi penyebabnya. Jadi, hindari makan makanan cepat saji dan gorengan jika memiliki asam lambung.

## Cara Mencegah Minyak Dipanaskan Ulang

Untuk mencegah penggunaan minyak goreng yang dipanaskan ulang, ikuti sejumlah cara berikut:

### 1. Masak Makanan dalam Jumlah Kecil

Cara ini efektif untuk mengurangi penggunaan minyak goreng berlebih. Selain itu, memasak makanan dalam jumlah yang kecil juga bisa membantu dalam mengendalikan porsi makan.

### 2. Tidak Mencampurkan Minyak Goreng Bekas dan Baru

Minyak goreng bekas akan mengalami polimerisasi dari pemanasan berulang. Dikutip dari laman Scienific India, proses tersebut menghasilkan senyawa aldehida, peroksida, dan radikal bebas yang berbahaya.

### 3. Cukup Pakai Minyak Bekas Dua Kali

Seperti yang sudah dijelaskan, pemakaian minyak bekas boleh digunakan maksimal dua kali. Sehingga hal ini dapat dilakukan demi mencegah mendapatkan bahaya dari penggunaan minyak berulang. (\*)

# Menu Sarapan Sehat Anak Sekolah dari Ahli Gizi

Sarapan adalah waktu makan yang seringkali dianggap sepele. Padahal, peran sarapan untuk menunjang aktivitas anak sangatlah besar.

Pada usia sekolah, sarapan tidak hanya memberi energi, tapi juga membantu konsentrasi belajar dan meningkatkan daya tahan tubuh. Menu sarapan seperti apa sih yang cocok untuk anak?

## Menu Sarapan Sehat untuk Anak Sekolah

Agar menu sarapan anak benar-benar bernutrisi dan seimbang, penting bagi orang tua untuk mengombinasikan berbagai jenis makanan dalam satu piring. Langkah ini bisa mengikuti pedoman 'Isi Piringku' yang telah ditetapkan oleh Kementerian Kesehatan (Kemenkes) RI.

Berdasarkan pedoman tersebut, 1/2 piring terisi dengan sayur dan buah dan 1/2 berisi makanan pokok dan lauk. Pembagiannya seperti ini:

- Sisi piring pertama: 2/3 untuk makanan pokok dan 1/3 untuk lauk pauk.
- Sisi piring kedua: 2/3 untuk sayuran dan 1/3 untuk buah-buahan.

## Makanan Pokok

Makanan pokok merupakan sumber karbohidrat yang penting untuk memberikan energi untuk beraktivitas. Dikutip dari laman Kemenkes, beberapa sumber makanan pokok bisa disesuaikan dengan wilayah masing-masing.

Beberapa makanan pokok yang dimaksud seperti beras, jagung, umbi-umbian, kentang, roti, mi, dan pasta. Beras misalnya bisa diolah menjadi nasi putih atau diolah menjadi produk lain seperti nasi kuning, nasi uduk, atau bubur.

Mi juga bisa diolah menjadi olahan yang enak dan sehat seperti mi goreng, tapi harus dikombinasikan dengan sayur sawi dan irisan wortel, serta tambahan telur sebagai protein.

## Lauk Pauk

Lauk pauk merupakan sumber protein yang penting untuk tubuh. Protein saat sarapan membangun dan memperbaiki jaringan tubuh dan membuat kenyang lebih lama. Protein juga berperan mendukung pertumbuhan otot dan metabolisme yang optimal.

Ada dua jenis protein yang tersedia, yaitu hewani dan nabati. Protein hewani bisa didapatkan dari daging merah, unggas, ikan, dan telur. Sedangkan, protein nabati bisa didapatkan dalam bentuk tahu, tempe, dan kacang-kacangan.

Telur bisa diolah menjadi telur dadar, telur orak-arik, telur ceplok, hingga roti sandwich isi telur dan sayur. Olahan telur juga bisa dikombinasikan dengan saus seperti asam manis agar lebih disukai anak-anak.

Untuk daging ayam bisa diolah menjadi ayam panggang, ayam suwir kecap, hingga ayam teriyaki. Sedangkan, daging sapi bisa diolah menjadi tumis sapi sayur, hingga semur daging cincang.

## Sayuran

Sayur-sayuran menyimpan berbagai kandungan penting seperti asam folat, vitamin, potasium, dan karoten yang dibutuhkan oleh tubuh. Konsumsi sayur memiliki banyak manfaat seperti memperlancar buang air besar, mencegah berbagai penyakit kronis, dan menjaga berat badan seimbang.

Beberapa contoh sayuran yang populer digunakan seperti bayam, kangkung, buncis, brokoli, wortel, dan masih banyak lainnya. Sayuran seperti bayam bisa diolah menjadi sayur bening. Wortel, kol, brokoli, dan buncis bisa dikombinasikan dengan kentang untuk sayur sop.

Lalu, kangkung juga bisa dibuat menjadi tumis kangkung saus tiram.

## Buah-buahan

Tambahkan juga buah sebagai menu sarapan untuk anak-anak. Buah-buahan mengandung air, antioksidan, serta vitamin-vitamin yang dibutuhkan oleh tubuh.

Beberapa jenis buah yang direkomendasikan seperti pisang, melon, semangka, pepaya, apel, dan masih banyak lagi.

## Kenapa Sarapan Penting untuk Anak?

Ketua Umum Pergizi Pangan Prof Dr Hardinsyah, MS menuturkan sarapan sangat penting untuk anak. Setelah tidur selama delapan jam, tubuh membutuhkan asupan nutrisi ketika bangun di pagi hari. Nutrisi tersebut bisa dipenuhi dengan sarapan bernutrisi.

"Saat tidur, organ-organ di dalam tubuh kita bekerja, seperti jantung, paru-paru, lambung, itu membutuhkan zat gizi, tidak hanya energi. Dan ketika kita bangun di pagi hari, hampir sepertiga kebutuhan harian kita sudah digunakan ketika tidur jadi itu perlu diganti atau di-replace," kata Prof Hardinsyah dalam sebuah wawancara.

Sarapan juga berpengaruh positif terhadap proses pembelajaran, kinerja kognitif, dan prestasi anak di sekolah. Menurut Prof Hardinsyah, ini bisa membuat anak lebih fokus saat menerima pelajaran. (\*)



# Cara Mengatasi Sembelit Parah pada Anak



**S**embelit atau konstipasi merupakan salah satu masalah pencernaan yang kerap ditemukan pada anak-anak. Sembelit ditandai dengan frekuensi buang air besar (BAB) yang jarang. Lalu, feses anak keras sampai-sampai bisa membuat anak kesakitan bahkan menangis saat BAB.

Banyak orangtua yang kemudian memberikan pepaya untuk membantu agar BAB anak lebih lancar. Nyatanya, pada kasus sembelit sudah berat, pemberian pepaya saja tidak cukup membantu.

"Modifikasi diet saja biasanya tidak banyak membantu jika keluhan sudah berat," kata dokter spesialis anak konsultan gastrohepatologi Himawan Aulia Rahman dalam temu media bersama RS Pondok Indah di Jakarta beberapa waktu lalu.

Jika anak kerap sembelit dan kesakitan saat buang air besar, maka Himawan menyarankan untuk memba-

wa anak ke dokter.

"Harus dikeluarkan dulu poop yang keras tersebut, caranya dengan medis, (kalau kasus sembelit berat) enggak bisa dengan pemberian pepaya saja," kata Himawan.

Himawan mengungkapkan ada beberapa usia yang rentan anak mengalami sembelit. Pertama, pada saat usia perkenalan MPASI yakni sekitar usia 6 bulan.

"Di usia perkenalan dengan MPASI, adanya perubahan tekstur makanan itu membuat poop lebih keras, itu bisa memicu sembelit," katanya.

Lalu, saat anak berusia 1-2 tahun ketika orangtua mulai mengenalkan toilet traing tanpa persiapan. Ketika anak belum siap untuk menjalani toilet training tapi orangtua terus meminta anak buang air besar di toilet itu bisa membuat anak jadi takut untuk buang air besar.

Alhasil ketika ada ingin buang air besar anak menahannya. Padahal kondisi itu membuat feses jadi makin keras,

yang bila dikeluarkan akan sakit.

Faktor sembelit lainnya adalah stresor dengan penyebab bermacam-macam. Himawan mengatakan faktor sekolah bisa jadi penyebab. Misalnya anak masuk sekolah atau pindah sekolah.

"Ada faktor psikis di situ yang bikin sembelit," kata Himawan.

Lalu, stresor lain misalnya saat diajak ke luar kota anak merasa tidak nyaman dengan tempat baru atau toilet selain di rumah. Kondisi itu bisa membuat anak menahan untuk BAB yang membuat feses jadi keras.

Stresor lain adalah kehilangan keluarga. Aspek ini bisa menyebabkan pada beberapa anak alami sembelit.

"Dia jadi menahan poop, jadi poop keras dan banyak. Ketika dikeluarkan kesakitan, begitu kesakitan dia akan trauma karena sakit itu sehingga pada poop selanjutnya dia akan menahan, ketika BAB sakit akhirnya jadi sembelit," tutur Himawan. (\*)



# Kebun Teh Jamus Ngawi, Wisata Alam Menyegarkan di Lereng Gunung Lawu

**K**ebun Teh Jamus, yang terletak di lereng Gunung Lawu, Ngawi, Jawa Timur, merupakan salah satu destinasi wisata yang menyuguhkan pemandangan alam yang menenangkan dan udara sejuk yang jarang ditemukan di kota besar.

Dengan ketinggian 800-1.200 mdpl, kebun teh ini menawarkan pemandangan hijau yang membentang luas, menciptakan suasana asri yang ideal untuk melarikan diri dari kesibukan kota.

Kebun ini pertama kali didirikan pada tahun 1886 oleh pengusaha asal Belanda, Van Rappard.

Pada tahun 1910, Van Rappard meninggal dunia dan berkebunan teh tersebut dikelola anaknya yaitu H.M. Ridder Van Rappard yang kemudian mendirikan sebuah pabrik teh.

Hingga kemudian mengalami pergantian pengelola sampai beberapa kali, hingga akhirnya mulai tahun 1973 sampai sekarang dikelola oleh PT Candi Loka.

Saat ini, Kebun Teh Jamus dikelola oleh PT Candi Loka, yang memberikan dampak positif terhadap perekonomian lokal dengan menyerap tenaga kerja dari masyarakat sekitar.

Produk teh yang dihasilkan sangat beragam, mulai dari teh hijau hingga teh hitam, yang bisa dicicipi langsung oleh pengunjung dan dibeli sebagai oleh-oleh khas dari kebun teh ini.

Kebun Teh Jamus sering dijuluki "Borobudur Hills" karena bentuknya yang terlihat mirip dengan Candi Borobudur saat dilihat dari kejauhan.

Dikenal dengan suasana yang tenang, kebun ini menjadi tempat yang sangat populer bagi para pecinta alam dan pengunjung yang mencari ketenangan. Banyak pengunjung yang datang untuk menikmati pemandangan hijau, bersantai, atau bahkan melakukan aktivitas outdoor.

Kebun Teh Jamus terletak di Desa Giri-kerto, Kecamatan Sine, Kabupaten Ngawi, sekitar 45 km dari pusat Kota Ngawi. Kebun ini buka setiap hari dari pukul 07.00 pagi hingga 05.00 sore.

Dengan tiket masuk yang sangat terjangkau, yaitu Rp15.000,- per orang, pengunjung dapat menikmati pemandangan alam yang menyejukkan dan berbagai aktivitas menarik yang ditawarkan oleh kebun teh ini.

Selain menikmati pemandangan teh hijau, ada banyak aktivitas seru yang bisa dilakukan di Kebun Teh Jamus.

Para pengunjung dapat berjalan-jalan di jembatan kayu yang membelah kebun teh, berfoto dengan latar belakang hijaunya kebun, atau bahkan menikmati kolam renang yang tersedia di sekitar area kebun.

Ada juga cafe yang menawarkan berbagai makanan dan minuman hangat, cocok untuk menikmati teh lokal yang segar.

Bagi mereka yang tertarik lebih dalam, Kebun Teh Jamus menawarkan tur edukatif tentang proses pembuatan teh, dari pemetaan hingga pengolahan menjadi teh siap konsumsi.

Bahkan, pengunjung bisa langsung merasakan pengalaman menyeduh teh segar dari kebun ini.

Kebun Teh Jamus dilengkapi dengan berbagai fasilitas yang membuat pengalaman berwisata semakin menyenangkan, di antaranya:

- Spot foto alam yang menakjubkan
- Arena off-road bagi penggemar petualangan
- Flying fox untuk menambah keseruan
- Area camping yang cocok untuk menikmati suasana alam
- Kolam renang dan cafe
- Musala dan toilet umum
- Area parkir yang luas

Untuk mencapai Kebun Teh Jamus, pengunjung dapat menggunakan kendaraan pribadi. Dari arah Solo, perjalanan bisa ditempuh melalui jalur Jalan Solo - Surabaya, menuju Tunjungan - Winong - Plosokerep - Sine, lalu melanjutkan perjalanan menuju Ngrambe.

Setelah melewati Tanjakan Baon, pengunjung dapat belok kiri untuk menuju Kebun Teh Jamus.

Setelah menikmati keindahan Kebun Teh Jamus, pengunjung dapat melanjutkan petualangan kuliner dengan mencoba berbagai hidangan lokal di warung-warung sekitar kebun.

Berbagai pilihan makanan tradisional siap memanjakan selera, memberikan pengalaman kuliner yang menyatu dengan alam sekitar.

Kebun Teh Jamus merupakan destinasi wisata yang sangat lengkap, tidak hanya menawarkan pemandangan alam yang luar biasa, tetapi juga beragam aktivitas dan fasilitas yang menyenangkan. (\*)

# Yuki Yajima, Relawan Jepang yang Jatuh Cinta pada Singkong Jember

Yuki Yajima, relawan Palang Merah Jepang (JRCS), menjalani pengalaman berkesan selama sepekan mendampingi proyek School and Community Resilience (SCR) di Kabupaten Jember, Jawa Timur. Proyek ini merupakan kerja sama JRCS dan PMI dalam upaya pengurangan risiko bencana di tiga desa pesisir Selatan, yakni meliputi Desa Paseban, Puger Wetan, dan Kepanjen.

Selama berada di Jember, Yuki terpesona oleh alam pedesaan, kehangatan masyarakat, serta kekayaan pangan lokal. Momen paling mengesankan terjadi saat ia diajak warga Desa Paseban mengolah singkong menjadi kudapan tradisional seperti lemet, ketela goreng, dan rebus.

“Saya jatuh cinta pada singkong,” ujar Yuki, yang baru pertama kali mengenal umbi ini. Yuki pun mengaku bahagia dengan semua yang ia jalani di wilayah berjulukan Kota Seribu Gumuk ini.

Ia juga mencicipi kelapa muda, naik motor keliling desa, hingga menikmati matahari terbenam di Pantai Nyamplong Kobong. Yuki yang berasal dari Tokyo (Jepang) mengaku kagum pada kesuburan tanah, aneka tanaman, dan budaya lokal seperti hajatan warga yang meriah.

Bagi Yuki, khazanah baru yang ia temukan kali ini membuatnya takjub dan



terperangah. Ia pun merasakan ada kesan tersendiri di setiap hal baru yang ia temukan selama menjalani proyek ini. Baginya, semua itu tak ternilai harganya.

Dalam kegiatan pemetaan risiko bencana, Yuki terlibat langsung dalam pelatihan Transect Walk dan Spotmap. Ia tak segan menyusuri pematang sawah di bawah terik matahari bersama relawan SIBAT PMI, menunjukkan kepedulian dan semangat belajar yang tinggi.

Sikap sederhana Yuki juga meninggalkan kesan mendalam. Di salah satu rumah warga, ia dengan sigap merapikan sepatu dan sandal di depan pintu agar memudahkan tamu keluar masuk. Ia juga rajin membantu menyiapkan teh dan kopi saat diskusi berlangsung, bahkan sempat menawarkan sayur dari penjual keliling untuk dimasak sendiri.

Yuki adalah seorang perawat berusia 42 tahun, ibu dua anak, dan telah mengabdikan lebih dari 15 tahun di rumah sakit Palang Merah Jepang. Pengalamannya tinggal di Malaysia dan Singapura sejak kecil menumbuhkan empati dan impian menjadi perawat kemanusiaan internasional. Cita-cita mulia menjadi kenyataan dan mewarnai kehidupannya.

Sebelum kembali ke Jakarta pada 22 Juni 2025, Yuki menulis pesan penuh haru kepada relawan PMI Jember. Ia mengungkapkan kekagumannya atas kerja keras dan ketulusan mereka selama bekerjasama dengannya di proyek tersebut. “Saya hampir menangis berkali-kali melihat dedikasi kalian,” tulisnya.

Bagi Yuki, pengalaman di Jember ini bukan hanya tentang pekerjaan, tapi pertemuan yang mengubah cara pandangya terhadap dunia, khususnya Indonesia dan mengenalkannya pada cinta baru, yakni singkong dengan segala olahannya. **(Mang Pratidina-Jember)**



# Pemberhentian Kepala UDD PMI dari Aspek Regulasi

Tidak terdapat ‘alas hak’ serta ruang hukum bagi Pengurus Pusat untuk berwenang “memberhentikan” Kepala UDD Provinsi/ Kabupaten/ Kota. Meminjam kalimat pada pengantar AD-ART Hasil Munas Tahun 2024 yaitu “Segepang Pengurus Pusat Palang Merah Indonesia (PMI) Se-Indonesia telah menetapkan Anggaran Dasar dan Anggaran Rumah Tangga melalui Musyawarah Nasional (Munas) PMI XXI yang berlangsung pada tanggal 16-18 Desember 2019 di Jakarta, Tim Perumus yang ditetapkan oleh Pimpinan Munas PMI XXII Tahun 2024 dengan persetujuan Pengurus Pusat PMI dan Pengurus PMI Provinsi Se-Indonesia telah mengamanatkan untuk tetap menggunakan Anggaran Dasar dan Anggaran Rumah Tangga hasil Munas XXI tersebut. Maknanya adalah secara substantif “Tidak Terdapat Perubahan Fundamental” dalam “Konstitusi PMI”.

*Rule of the game* sebuah organisasi adalah AD/ART. Bagi PMI, AD-ART PMI adalah konstitusi. AD/ART adalah kompas organisasi dimana semua pihak wajib menundukkan diri. Artinya semua unsur dalam organisasi tanpa terkecuali wajib mentaatinya, *equality before the law*. Pengurus Pusat PMI sebagai institusi tertinggi dalam organisasi PMI memiliki fungsi pengawal dan pengaman konstitusi organisasi. Karen itulah AD/ART dalam sebuah organisasi selalu ditinjau melalui mekanisme Musyawarah Nasional ((Munas) sebagai mekanisme tertinggi.

Salah satu isu panas yang berkembang sebelum Munas 2024 adalah rencana Pengurus Pusat menarik



Oleh Dr. Muchamad Taufiq, S.H., M.H.\*)

kewenangan keorganisasi Kabupaten/ Kota atas pengangkatan Kepala/ Wakil Kepala UDD PMI setempat. Saat itu, isu panas ini diredam dan tidak digaungkan guna menjaga kondusivitas selama Munas. Namun, sudah selesaikah urusan setelah penetapan AD-ART? atau akan dipaksakan kembali oleh Pengurus Pusat, ketika sekarang kondisi sudah stabil?

Marilah kita cermati, bagaimana sebenarnya konstitusi PMI sudah mengatur dengan jelas. Pasal 32 ayat (3) AD menyatakan “Pengurus berwenang untuk mengangkat dan memberhentikan Kepala Markas/ Kepala Unit Donor Darah/ Direktur Rumah Sakit/ Unit Pelaksana Teknis lainnya dan/ atau unit lainnya, serta Pegawai”. Pasal ini memberikan mandat kepada organisasi disetiap tingkatan,

memberikan otoritas kepada setiap tingkatan pengurus. Hal ini telah dibuktikan pula bahwa penganggaran melekat pada penerbit legalitas yaitu PMI Prov/Kab/Kota. Selama ini Kepala UDD PMI digaji melalui anggaran PMI setempat. Hal mana dikuatkan pada Pasal 94 ART menyatakan bahwa “UDD dipimpin oleh Kepala dan dapat dibantu oleh Wakil Kepala dan bertanggung jawab kepada Pengurus”.

AD-ART PMI disahkan untuk menciptakan tertib penyelenggaraan administrasi keorganisasian PMI, sehingga terhindar dari perbuatan melawan hukum (*onrechtmatige overheidsdaad*), sewenang-wenang (*willekeur/abus de droit*), dan penyalahgunaan kewenangan (*detournement de pouvoir*). Mendasarkan pada *Asas contrarius actus* yaitu asas yang menyatakan bahwa pejabat yang menerbitkan Keputusan dapat membatalkannya. Artinya ‘Pemberhentian’ Kepala UDD PMI hanya dapat dilakukan oleh Pejabat ‘Penerbit SK’ yang juga memiliki beban penganggarnya secara otomatis. Sementara Upaya memasukkan pasal baru (melalui peraturan organisasi) yang isinya bertentangan dengan maksud AD-ART PMI justru bertentangan dengan azas perundang-undangan *lex superiory derogate legi inferiory*. Bahwa peraturan yang lebih rendah (PO) tidak boleh bertentangan dengan AD/ART.

\*) *Penulis adalah Ketua Bidang Organisasi PMI Jawa Timur, Akademisi ITB Widya Gama Lumajang, Pemilik Sertifikat Sistem Penjaminan Mutu Internal-2018 dan Leaderships Management-2020.*



# SIKOM PMR 2025 Kabupaten Nganjuk Resmi Ditutup, Ajang Silaturahmi dan Kompetisi Berbalut Semangat Kemanusiaan

Rangkaian kegiatan Silaturahmi dan Kompetisi (SIKOM) Palang Merah Remaja (PMR) PMI Kabupaten Nganjuk resmi ditutup pada (26/6/2025), setelah berlangsung meriah selama tiga hari penuh 24-26 Juni 2025. Acara tahunan ini diselenggarakan di SMP Negeri 1 Tanjunganom, dengan melibatkan 1.500 peserta dari seluruh jenjang PMR, yakni Mula, Madya, hingga Wira.

Kegiatan SIKOM tahun ini dibuka langsung oleh Wakil Bupati Nganjuk, Trihandy Cahyo Saputro, S.T., pada Selasa, 24 Juni 2025. Dalam sambutannya, Trihandy menyampaikan apresiasi mendalam kepada PMI Nganjuk yang telah memfasilitasi ajang bergengsi ini, sekaligus memberi ruang silaturahmi dan pengembangan diri bagi generasi muda PMR.

"Kalian adalah anak-anak terpilih yang mewakili sekolah masing-masing. Selain belajar ilmu pengetahuan, kalian juga sedang belajar berorganisasi, menjunjung sportivitas, dan semangat kemanusiaan. Ini bekal penting untuk menjadi generasi penerus bangsa yang tangguh dan peduli," ujar Wakil Bupati.

Acara pembukaan turut dihadiri berbagai unsur penting, seperti Dewan

Kehormatan dan Pengurus PMI Nganjuk, Dinas Pendidikan, Cabang Dinas Pendidikan Jatim Wilayah Nganjuk, Kemenag Nganjuk, serta para kepala sekolah dan pembina peserta PMR dari berbagai jenjang.

Ketua pelaksana kegiatan, Drs. Toto Nuswantoro, M.M., menyebut bahwa SIKOM merupakan program tahunan PMI yang konsisten digelar sebagai ajang pembinaan dan pembentukan karakter bagi anggota PMR. Tahun ini, kompetisi diikuti oleh: 16 regu tingkat Mula (SD/MI), 39 regu tingkat Madya (SMP/MTs), dan 38 regu tingkat Wira (SMA/SMK/MA).

Selama kegiatan, para peserta mengikuti berbagai lomba dan simulasi seperti Youth Station, Simulasi Pertolongan Pertama, dan Got Talent. Para juara diberi penghargaan dari peringkat 1 hingga 6 di tiap kategori, serta penghargaan akumulatif dengan predikat Pratama, Madya, dan Utama.

Sementara itu, Ketua PMI Kabupaten Nganjuk Drs. Lishandoyo, M.Si. menyampaikan apresiasi kepada seluruh peserta yang menunjukkan semangat kompetisi dan persahabatan. Ia juga menyampaikan bahwa hasil SIKOM ini menjadi bagian dari proses seleksi me-

nuju ajang Jumba, Bakti dan Gembira (JUMBARA) PMI Provinsi Jawa Timur yang akan digelar September mendatang.

"Jangan cepat puas, tetaplah belajar dan mengasah diri. Hasil ini adalah tahap awal seleksi menuju JUMBARA. Masih akan ada proses lanjutan untuk menentukan siapa yang benar-benar siap mewakili PMI Nganjuk," tegasnya.

Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada SMP Negeri 1 Tanjunganom yang telah menjadi tuan rumah kegiatan. Kepala sekolah, Drs. Ponco Yuliono, menyatakan kesiapan dan komitmen penuh dalam mendukung kesuksesan acara ini.

Seluruh kegiatan dinilai secara profesional oleh fasilitator PMI Kabupaten Nganjuk yang telah bersertifikasi, dengan tujuan menghasilkan kualitas terbaik untuk perwakilan Nganjuk di tingkat provinsi.

Dengan ditutupnya kegiatan SIKOM 2025, semangat kemanusiaan, solidaritas, dan kreativitas para generasi muda PMR kembali ditegaskan. Diharapkan, melalui kegiatan ini, PMR Nganjuk semakin siap mencetak kader-kader melawan masa depan yang tangguh dan berintegritas. (\*)



Pelatihan dasar KSR tahap 3 yang di selenggarakan di Aula PMI Kabupaten Banyuwangi pada tanggal 4 Juli 2025.

# Membentuk Relawan Tangguh, CERDAS, dan Siap Terjun di Medan Kemanusiaan

**D**alam semangat kemanusiaan dan semangat muda yang menyala, 25 calon relawan dari Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) Korps Sukarela Palang Merah Indonesia (KSR PMI) Unit Politeknik Negeri Banyuwangi (POLIWANGI) menjalani proses pendidikan dan pelatihan dasar (Diklatsar) demi menjadi relawan yang siap siaga di garis depan aksi kemanusiaan.

Dibimbing langsung oleh PMI Kabupaten Banyuwangi dan didukung penuh oleh Politeknik Negeri Banyuwangi, Diklatsar ini menjadi titik awal penting dalam membentuk karakter relawan yang tak hanya cekatan, tapi juga beretika, rasional, disiplin, andal, dan solid — atau yang disebut dalam tema kegiatan tahun ini sebagai ‘Relawan CERDAS’.

Pelatihan dilaksanakan dalam tiga tahap: Tahap I pada 21–22 Juni, Tahap II pada 28–29 Juni di lingkungan kampus POLIWANGI, dan puncaknya Tahap III pada 4–6 Juli 2025 di Aula PMI Kabupaten Banyuwangi. Tahap akhir ini berlangsung dengan nuansa lebih intens, termasuk kegiatan bermalam serta praktik langsung di lapangan.

Wakil Ketua PMI Kabupaten Banyuwangi, Dr. H. Nurhadi, MM., dalam sambutannya menyampaikan bahwa pelatihan ini bukan hanya tentang teori, karakter, dan jiwa kepedulian sosial. “Kami ingin mereka tidak hanya memahami prinsip dasar Gerakan Palang Merah dan Bulan Sabit Merah Internasional, tapi juga hidup di dalamnya,

menjadi pribadi yang tangguh dan siap mengabdikan kapan pun dan di mana pun dibutuhkan,” ujarnya.

Yang istimewa, pelatihan tahap akhir menghadirkan fasilitator langsung dari PMI Provinsi Jawa Timur. Para peserta mendapat kesempatan untuk menerapkan seluruh ilmu dan keterampilan yang telah dipelajari dalam simulasi penanganan bencana yang menantang dan penuh makna.

Dengan total 67 jam pelatihan yang padat, para peserta tidak hanya belajar menjadi relawan, tapi juga menjadi relawan dengan semangat solidaritas, kesiapsiagaan, dan ketulusan terpancar di wajah-wajah muda ini. Mereka pun siap meneruskan estafet kemanusiaan di bumi Blambangan dan lebih luas lagi. (\*)



# PMI Kabupaten Jombang Dampingi MPLS dan Perkemahan SMK PGRI 2 Jombang

Palang Merah Indonesia (PMI) Kabupaten Jombang kembali menunjukkan dedikasi dalam mendampingi kegiatan pendidikan dan pembinaan karakter peserta didik baru melalui kehadirannya dalam kegiatan MPLS (Masa Pengenalan Lingkungan Sekolah) dan Perkemahan Kamis Jumat (PERKAJU) yang diselenggarakan oleh SMK PGRI 2 Jombang.

Selama tiga hari berturut-turut, mulai tanggal 14 hingga 16 Juli 2025, tim PMI Kabupaten Jombang memberikan dukungan layanan kesehatan berupa siaga pertolongan pertama serta pemantauan kondisi peserta. Para petugas secara bergantian hadir setiap harinya, memastikan bahwa seluruh rangkaian kegiatan berjalan dengan aman dan lancar.

Pada hari pertama, tim yang bertugas adalah M Slamet Hidayatullah dan Nur Chasanah Febby Ani, dengan menggunakan 1 unit kendaraan pribadi. Kegiatan hari itu diikuti oleh 442 peserta laki-laki dan 5 perempuan.

Hari kedua dilanjutkan oleh Fahad Hilal Hamzah dan Tiara Nuril Syahrani, sementara hari ketiga ditangani oleh Miftahul Jannah dan Firdausi Nuzula.



Seluruh rangkaian kegiatan dimulai sejak pagi hari pukul 06.00 WIB hingga siang.

Selama kegiatan berlangsung, suasana terpantau kondusif dan antusiasme peserta sangat tinggi. Petugas PMI tidak hanya bersiaga, tetapi juga aktif memberikan edukasi dasar mengenai kesehatan dan keselamatan kepada para peser-

ta perkemahan.

Kehadiran PMI Kabupaten Jombang dalam kegiatan ini merupakan bentuk komitmen nyata dalam mendukung dunia pendidikan, khususnya dalam menciptakan kegiatan yang aman, sehat, dan mendidik. PMI terus berupaya menjadi mitra strategis dalam setiap momentum pembinaan generasi muda. (\*)

# Ini Susunan Pengurus PMI Kabupaten Probolinggo Periode 2025-2030

**K**etua Palang Merah Indonesia (PMI) Jawa Timur H. Imam Utomo S mengatakan jika tahun tahun sebelumnya darah pendonor yang tidak terpakai harus di musnahkan, saat ini tidak lagi di musnahkan melainkan diolah lagi menjadi plasma.

PMI Pusat sudah memiliki pabrik sendiri yang menampung darah hasil produksi Unit Donor Darah (UDD) PMI yang tidak terpakai. Tahun ini PMI Jawa Timur juga sudah mengirimkan 3000 liter ke Pabrik Plasma di Jakarta.

Hal tersebut diungkap Imam Utomo ditengah acara pelantikan dewan Kehormatan dan Pengurus PMI Kab. Probolinggo di Aula Kantor Bupati Probolinggo, Senin (14/7/2025).

Pihaknya mengharapkan bahwa meski darah lebih itu sudah bisa dimanfaatkan, namun UDD hendaknya mempertimbangkan dalam memproduksi darah tetap disesuaikan dengan kebutuhan atau tidak berlebihan. Terpenting kebutuhan rumah sakit terpenuhi.

Gubernur Jawa Timur dua periode mulai tahun 1998 sampai 2008 H. Imam Utomo memuji bahwa pelantikan Pengurus PMI Kab. Probolinggo yang dinilai sangat bagus terutama pengucapan 7 prinsip dasar. Ini hendaknya di pedomani semua pengurus yang baru dilantik.

“Kami ucapkan selamat kepada pengurus yang baru dilantik dan terimakasih kepada pengurus lama yang tidak masuk dalam jajaran kepengurusan dan telah mengabdikan di PMI sangat luar biasa,”.

Kedepan tugas PMI tidak berubah dan melekat pada kita. Pertama penyiapan da-



Ketua PMI Jawa Timur H. Imam Utomo S melantik Dewan Kehormatan dan Pengurus PMI Kab. Probolinggo, pada Senin (14/7/2025).

rah untuk rumah sakit harus terpenuhi. Sertifikat CPOB (Cara Pembuatan Obat dengan Baik) harus di kejar dengan melakukan persiapan persiapan sejak dini.

Selain soal penyiapan darah, hal kedua yang diperhatikan penyiapan relawan untuk menghadapi bencana baik pada saat musim hujan, musim kering maupun bencana alam lainnya. Dan ketiga, pelatihan PMR di sekolah sekolah dimana satu gugus cukup 30 orang.

PMR di sekolah ini sesuai harapan Gubernur Jawa Timur Ibu Khofifah Indar Parawansa. Probolinggo memang sudah ada, namun perlu terus di galakkan agar terjadi regenerasi. Sebentar lagi Jumbara tingkat provinsi akan digelar, PMI Kab. Probolinggo jangan sampai tidak ikut.

Ketua PMI Probolinggo dr. Adi Nugroho

mengatakan jabatan ini adalah amanah besar yang memerlukan peran aktif memberikan pertolongan kepada masyarakat.

Pada awal Agustus nanti, PMI Kab. Probolinggo akan melakukan bhakti sosial berupa operasi katarak dan pembagian kacamata dengan gratis. Tentu masih ada beberapa kegiatan lainnya. Ini menjadi program pertama PMI Kab. Probolinggo.

Turut hadir dalam pelantikan Wakil Bupati Probolinggo H. Fahmi Abdul Haq Zaini, S.Ag, S.Kom, Direktur RS, Dinas Pendidikan, BI Cabang Malang, Pembina PMR, Forkopimda Probolinggo. Ikut menyertai Ketua PMI Jawa Timur diantaranya para Ketua Bidang masing masing Edy Indrayana, Dwi Suyanto, Sudjarno, Supriyanto, Budi S, Muchamat Taufiq, Baidowi, Yamin Ahmad dan beberapa pengurus lainnya. (\*)

## SUSUNAN DEWAN KEHORMATAN DAN PENGURUS PMI KABUPATEN PROBOLINGGI PERIODE 2025-2030

**Pelindung :** Bupati Probolinggo  
**DEWAN KEHORMATAN**  
**Ketua :** Fahmi AHZ  
**Anggota :** Heri Sulistyanto, S.Sos, MSi

**PENGURUS**  
**Ketua:** dr. Adi Nugroho W.D, M.MKes  
**Ketua Bidang Organisasi, Bidang Informasi dan Komunikasi, Bidang Pendidikan dan**

**Pelatihan:** Drs. H. Soejono, M.Si  
**Ketua Bidang Penanggulangan Bencana, Bidang Kerjasama dan Kemitraan:** Slamet Riyadi, SH, M.Si  
**Ketua Bidang Pelayanan Kesehatan, Sosial, Bidang Pelayanan Darah/UDD:** Drs. Ismail Pandji, M.Si  
**Ketua Bidang Anggota dan Relawan, Bidang Pengembangan dan Sumber Daya:**

Drs. Rusdjianto, M.Si  
**Sekretaris:** Ir. Dewi Korina  
**Wakil Sekretaris:** Juwono P Utomo, STp, MT  
**Bendahara:** Drs. Tanto Walono, M.Si  
**Anggota:**  
 Sri Rusminah, SKM, M.Kes  
 Winda Permata Erianti, S.STP, M.S  
 Wahid Hasim, S.Sos, MM  
 Yulianto Siswiyonadi, S.Pd



## PMR Wira Distrik 7 Jember Gelar Latihan Gabungan, Penguatan Kesiapsiagaan Bencana

Suasana SMA Negeri Balung pada 28 Juni 2025 lalu terasa berbeda dari biasanya. Puluhan remaja ber-seragam Palang Merah Indonesia (PMI) tampak sibuk berdiskusi, menyusun peta risiko, hingga melakukan simulasi evakuasi. Mereka adalah bagian dari 47 peserta Latihan Gabungan Palang Merah Remaja (PMR) Wira se-Distrik 7, Kabupaten Jember.

Latgab yang digagas oleh Forum Remaja Palang Merah Indonesia (FORPIS) Distrik 7 ini mengambil tema besar: Kesiapsiagaan Bencana. Tujuannya jelas, menyiapkan para pelajar untuk lebih tanggap dan terlatih menghadapi ancaman bencana yang bisa datang kapan saja.

Maka itu, peserta tak hanya duduk mendengarkan materi, tetapi juga diajak untuk membedah istilah-istilah penting seputar kebencanaan, seperti risiko, bahaya, kerentanan, dan kapasitas. Tak berhenti di situ, mereka juga belajar menghitung risiko dan mengidentifikasi potensi ancaman di lingkungan sekolah masing-masing. Dengan ini, peserta diharapkan tidak hanya tahu, tapi juga paham dan siap.

Dalam sesi kelompok, peserta dibagi menjadi lima tim untuk mengkaji lima jenis bencana besar: banjir, tsunami, gempa, longsor, dan topan. Masing-masing tim menganalisis tingkat kerentanan dan kapasitas sekolah mereka, mulai dari SMAN Balung, SMKN 5 Jember, SMK 4 Pancasila, SMK Medika, hingga SMAN



Rambipuji.

Hasil diskusi itu dituangkan dalam peta risiko sekolah yang nantinya bisa digunakan untuk edukasi kebencanaan, penentuan titik kumpul darurat, serta pemasangan rambu evakuasi.

Sesi paling menegangkan datang saat simulasi gempa bumi. Sirine dibunyikan, peserta langsung bergerak, namun ternyata, percobaan pertama belum sesuai prosedur. Simulasi pun diulang, dievaluasi, dan disempurnakan. Penanganan korban oleh tim pertolongan pertama menjadi sorotan penting dalam latihan ini.

Menariknya, penilaian akhir dilakukan melalui tes tulis berbasis aplikasi Quizizz. Teknologi ini memudahkan re-

kap nilai, dan hasilnya menunjukkan peningkatan signifikan dalam pemahaman peserta terhadap konsep kesiapsiagaan dan pertolongan pertama.

Ketua Panitia, Ade Aghil A. dari PMR SMAN Balung, menyampaikan rasa bangga terhadap semangat peserta. "Antusiasme mereka luar biasa. Kegiatan ini bukan hanya soal teori dan praktik, tapi soal menumbuhkan tanggung jawab dan kesadaran bahwa kesiapsiagaan adalah kebutuhan. Terima kasih juga untuk PMI Jember atas dukungannya."

Dengan berakhirnya kegiatan ini, harapan besar pun tumbuh: semoga para anggota PMR ini tak hanya siap dalam latihan, tapi juga sigap di lapangan, kapan pun bencana datang. (\*)



Jumbara III Kota Madiun resmi ditutup dengan menempatkan SMAN 3 juara umum....

# Jumbara 3 PMI Kota Madiun Resmi Ditutup, SMA Negeri 5 Raih Juara Umum Golongan Wira

Gelaran Jumpa Bakti Gembira (Jumbara) ke-3 yang diselenggarakan oleh Palang Merah Indonesia (PMI) Kota Madiun resmi berakhir pada Selasa (24/6/2025). Acara penutupan berlangsung di kawasan wisata edukatif Ngrowo Bening dan dihadiri langsung oleh Wali Kota Madiun, Dr. Maldi, bersama Wakil Wali Kota F. Bagus Panuntun, kepala OPD terkait, serta para kepala sekolah dari jenjang SD hingga SMA.

Jumbara kali ini melibatkan sebanyak 672 pelajar dari 56 sekolah, terdiri dari 26 SD, 16 SMP, dan 14 SMA. Kegiatan ini dirancang sebagai wahana edukatif sekaligus evaluatif bagi anggota Palang Merah Remaja (PMR), dalam rangka mengukur sejauh mana pemahaman dan implementasi nilai-nilai kemanusiaan, kesehatan, serta kepemimpinan di kalangan remaja.

Penutupan ditandai dengan penampilan seni budaya lokal Tari Solah Medionan oleh perwakilan Duta Remaja, yakni Rafi Adi Pradana (SMA Negeri 5 Madiun) dan Syalsabila Rizki T (SMA Negeri 1 Madiun). Aksi mereka menjadi penegas semangat pelestarian budaya sekaligus simbol kolaborasi antar pemuda Madiun.

Dalam sambutannya, Wali Kota Madiun, Dr. Maldi, menyampaikan rasa bangga dan apresiasi atas terselenggaranya kegiatan yang dinilai sangat bermanfaat dalam membangun karakter generasi muda.

"Pengalaman itu mahal, tidak bisa dibeli. Kegiatan ini memberikan pengalaman luar biasa yang akan menjadi bekal penting bagi para pelajar ke depan. Pemerintah akan terus mendampingi dan mendukung generasi ini agar mampu berprestasi hingga tingkat nasional,"

ujarnya.

Sementara itu, Heri Suwartono, Pengurus PMI Kota Madiun bidang Relawan dan Pembinaan PMR, berharap momentum ini bisa dimanfaatkan untuk memperkuat kualitas PMR di sekolah serta mendorong regenerasi relawan di semua tingkatan.

Sebagai penutup rangkaian acara, diumumkan para peraih juara umum Jumbara 3:

- Golongan Wira: SMA Negeri 5 Madiun
- Golongan Madya: MTsN Kota Madiun
- Golongan Mula: SDN 03 Klegen

Dengan berakhirnya kegiatan ini, PMI Kota Madiun menegaskan komitmennya untuk terus membina generasi muda yang peduli, tangguh, dan siap menghadapi tantangan kemanusiaan di masa depan. (\*)



## PMI Ponorogo Lakukan Audit Eksternal, Tegaskan Komitmen Transparansi dan Profesionalisme

**D**emi memastikan setiap rupiah dikelola secara akuntabel, Palang Merah Indonesia (PMI) Kabupaten Ponorogo melangkah maju dengan melaksanakan audit eksternal selama tiga hari penuh, mulai Rabu hingga Jumat, 9–11 Juli 2025.

Audit ini tak main-main. PMI menggandeng Kantor Akuntan Publik (KAP) Dian Utami dari Yogyakarta, yang dikenal memiliki reputasi terpercaya dalam bidang audit keuangan organisasi. Proses audit ini mencakup pemeriksaan menyeluruh di Markas PMI serta Unit Donor Darah (UDD).

Dipimpin langsung oleh auditor senior Dian Utami, S.E., M.Ak, CLI., CPA, AseanCPA, kegiatan ini menjadi bukti nyata bahwa PMI Ponorogo berkomitmen terhadap standar tata kelola organisasi yang profesional, transparan, dan bertanggung jawab.

Dalam pembukaan audit, Ketua PMI Ponorogo, Drs. H. Luhur Karsanto, M.Si., menyampaikan bahwa audit ini merupakan bagian dari upaya memperkuat struktur dan sistem organisasi. “PMI hadir mulai dari tingkat kecamatan hingga internasional. Maka dari itu, tata kelola keuangan dan aset juga harus mencerminkan nilai-nilai profesionalisme dan akuntabilitas,” tegasnya.



Ia menambahkan, kegiatan audit bukan sekadar formalitas. “Ini adalah wujud tanggung jawab kami kepada masyarakat dan donatur. Kami ingin memastikan bahwa kepercayaan yang diberikan benar-benar dimanfaatkan secara optimal dan bertanggung jawab,” imbuhnya.

Tak hanya itu, Kepala Markas PMI Ponorogo Dr. H. Sumani, S.Pd., M.Pd., serta Kepala UDD dr. Barunanto Ashadi, M.Si., turut mendampingi dan mendukung penuh jalannya audit tersebut.

Langkah ini juga menjadi pionir di tingkat provinsi. “Audit ini adalah yang pertama dilakukan di lingkungan PMI se-

Jawa Timur. Hasilnya akan kami bawa ke Musyawarah Nasional PMI sebagai contoh praktik terbaik,” ungkap Luhur.

Sebagai penutup acara pembukaan, dilakukan penyerahan dokumen laporan keuangan dari PMI Ponorogo kepada tim auditor dari KAP Dian Utami, menandai dimulainya proses audit secara resmi.

PMI Ponorogo berkomitmen untuk melanjutkan audit eksternal secara rutin setiap tahun. Sebab bagi PMI, kepercayaan publik adalah fondasi utama dalam menjalankan misi kemanusiaan yang profesional, mandiri, dan dicintai masyarakat. (\*)

# Kampanye Aksi Hijau dan Donor Darah Warnai Jumbara PMR XVII di Kabupaten Pasuruan

Ratusan remaja berseragam Palang Merah Remaja (PMR) tampak antusias menenteng poster, mengenakan kostum bertema lingkungan, dan menyapa warga dengan senyum semangat. Inilah wajah baru dari Jumbara PMR XVII PMI Kabupaten Pasuruan, yang tahun ini tak sekadar jadi ajang silaturahmi dan lomba, tapi juga panggung nyata untuk aksi peduli.

Dalam kegiatan tahunan yang digelar pada 29 Juni - 2 Juli 2025 ini memperkenalkan anggota PMR Mula, Madya, dan Wira. Mereka menjalankan dua agenda sosial dengan dua sorotan utama, yakni Kampanye Aksi Hijau dan Donor Darah.

Yang pertama, Aksi Hijau, benar-benar menyedot perhatian. Sebanyak 1.101 peserta, mulai dari anak SD hingga SMA, turun ke jalan melakukan kampanye lingkungan. Mereka membawa pesan-pesan peduli bumi melalui poster dan kostum kreatif, sebelum kemudian menanam pohon bersama di berbagai titik desa.

“Kampanye Aksi Hijau benar-benar seru! Rasanya menyenangkan ketika kami bisa menyuarakan kepedulian terhadap lingkungan, apalagi banyak warga ikut menyaksikan dan mendukung,” cerita Aulia Rohima, PMR Wira dari MA NU Sunan Giri, penuh semangat.

Tak hanya menyuarakan perubahan, mereka benar-benar menanamnya secara harfiah di tanah Desa Duren Sewu, sebagai simbol harapan untuk masa depan yang lebih hijau.

Sementara itu, kegiatan donor darah juga menjadi tonggak penting. Untuk pertama kalinya, PMI menyelenggarakan kegiatan tersebut di desa ini. Warga pun menyambutnya dengan antusias.

“Biasanya kegiatan seperti ini cuma di kota. Tapi kali ini, anak-anak PMR bisa membawa kebaikan ke desa kami. Ini luar biasa,” ujar Sunadi, Sekretaris Desa Duren Sewu.

Tak sedikit warga yang datang untuk



ikut mendonor, membuktikan bahwa semangat gotong royong dan kemanusiaan tak pernah padam, apalagi saat digerakkan oleh energi positif anak muda.

Diani Mufida, pembina PMR dari SMKN 1 Grati, melihat kegiatan ini sebagai pembelajaran hidup bagi para peserta. “Ini bukan sekadar kegiatan. Ini adalah bagaimana mereka menerapkan Tri Bakti PMR, berbakti kepada masyarakat, meningkatkan keterampilan hidup sehat, dan mempererat persahabatan.”

Dalam sambutannya, H. Agus Sutidjadj, SH. M.Si menegaskan bahwa JUM-

BARA adalah ruang aktualisasi nilai kemanusiaan. “Bukan hanya soal keterampilan, tapi soal kepedulian. Mereka berkarya untuk masyarakat, dan itu harus terus kita dukung.”

Kegiatan Jumbara PMR XVII ini menunjukkan bahwa perubahan tak selalu harus dimulai dari hal besar. Terkadang, perubahan itu bermula dari sebatang pohon yang ditanam bersama, dari satu kantong darah yang diberikan dengan ikhlas, dan dari langkah kecil anak-anak muda yang percaya bahwa dunia bisa menjadi tempat yang lebih baik, asal mereka berani memulai. (\*)



# PMI Banyuwangi Terus Salurkan Air Bersih untuk Warga Songgon yang Terdampak Banjir

**M**eski bencana banjir bandang di Kecamatan Songgon telah berlalu lebih dari dua pekan, dampaknya masih sangat terasa bagi warga. Menjawab kebutuhan mendesak akan air bersih, Palang Merah Indonesia (PMI) Banyuwangi terus hadir di tengah masyarakat.

Sebanyak dua relawan PMI, Andri dan Hanan, sibuk mengatur distribusi air bersih di Desa Sumberarum pada Rabu, 16 Juli 2025, sejak pagi hari pukul 07.00 hingga sore pukul 14.30 WIB. Dengan semangat kemanusiaan, mereka memastikan air yang dibawa dengan truk tangki tiba tepat di titik-titik kebutuhan warga.

Tak kurang dari 393 kepala keluarga menerima manfaat dari kegiatan ini. Total air bersih yang disalurkan hari itu mencapai 15.000 liter, menjadi harapan segar bagi ratusan warga yang selama ini kesulitan mendapatkan akses air bersih.



Operasi kemanusiaan ini tak berjalan sendiri. PMI menggandeng berbagai pihak dan sarana pendukung: satu unit tangki air milik PMI, dua tangki air dari Pudam, serta tandon-tandon air yang disediakan oleh PMI, Pudam, dan BPBD.

PMI menegaskan, pendistribusian air bersih akan terus dilakukan selama

kebutuhan warga belum sepenuhnya terpenuhi. Di tengah keterbatasan, mereka tetap mengedepankan prinsip kemanusiaan dan solidaritas.

"Kami akan terus hadir, membantu masyarakat bangkit dari dampak bencana ini," ujar salah satu petugas di lapangan. (\*)



# Tingkatkan Kemampuan Relawan, PMI Bojonegoro Gelar Latihan MTDB

**D**alam upaya memperkuat kapasitas dan kesiapsiagaan relawan Palang Merah Indonesia (PMI) tingkat kecamatan, terutama di wilayah yang rawan terhadap banjir luapan Sungai Bengawan Solo dan banjir bandang, PMI Kabupaten Bojonegoro menyelenggarakan Pelatihan Manajemen Tanggap Darurat Bencana (MTDB).

Pelatihan ini ditujukan bagi relawan PMI Kecamatan se-Kabupaten Bojonegoro sebagai bekal dalam membentuk Tim Satuan Penanggulangan Bencana (SATGANA) yang siap siaga.

Kegiatan ini dimulai dengan tujuan utama mempererat koordinasi dan komunikasi antar relawan di tingkat kecamatan, sehingga respon terhadap bencana, baik alam maupun non-alam, dapat dilakukan dengan lebih cepat dan efektif.

"Melalui pelatihan ini, relawan PMI di setiap kecamatan diharapkan mampu menjadi penggerak utama di wilayahnya masing-masing. Komunikasi yang terstruktur dari bawah ke atas akan mempercepat penanganan saat terjadi bencana," ujar Dr. Hj. Nova Nevila Rodhi, ST, M.T, selaku Bendahara PMI Kabupaten Bojonegoro.

Ia juga menambahkan bahwa pelatihan ini menjadi langkah strategis untuk menjadikan SATGANA PMI sebagai garda terdepan dalam penanggulangan bencana di tingkat lokal, dengan tindak-



an yang cepat, tepat, dan terorganisir.

Pelatihan berlangsung selama enam hari, mulai 16 hingga 21 Juli 2025, dan bertempat di Markas PMI Kabupaten Bojonegoro, Jl. Trunojoyo No. 05. Sebanyak 30 relawan dari berbagai kecamatan ambil bagian dalam kegiatan ini.

Para peserta akan mendapatkan berbagai materi dari narasumber berpengalaman yang berasal dari PMI Provinsi Jawa Timur, PMI Bojonegoro, serta BPBD Bojonegoro. Materi yang disampaikan mencakup beragam topik penting seperti: Sejarah dan Prinsip Dasar Kepalangmerahan, Kode Etik dan Panduan Keselamatan, Kesiapsiagaan Bencana, Struktur dan Prosedur Tetap (Protap) Tanggap Da-

rurat, hingga Manajemen Bencana secara menyeluruh.

Selain teori, pelatihan ini juga mencakup pengenalan terhadap Standar Sphere, perencanaan operasional (Renops), logistik, pengelolaan stres, evakuasi massal, pengelolaan posko darurat, sanitasi, dapur umum, hingga pendekatan inklusif yang memperhatikan aspek gender dan kelompok rentan.

Sebagai puncak kegiatan, peserta akan mengikuti simulasi lapangan yang dijadwalkan pada 21 Juli 2025 di Desa Tulungrejo, yang merupakan desa binaan PMI Bojonegoro, guna menguji langsung keterampilan dan koordinasi yang telah mereka pelajari selama pelatihan. (\*)

# Ketua PMI Pacitan: Pelatihan KSR untuk Jawab Tantangan Kebencanaan dan Misi Kemanusiaan

Palang Merah Indonesia (PMI) Kabupaten Pacitan menyelenggarakan Pelatihan Dasar Korps Sukarela (KSR) sebagai upaya mencetak relawan yang terampil, sigap, dan berjiwa kemanusiaan. Kegiatan ini berlangsung selama sepekan, mulai tanggal 11 hingga 17 Juli 2025, bertempat di Gedung Pertemuan Vila Kartika Sedeng, Pacitan.

Kegiatan dibuka secara resmi oleh Penyelenggara Zakat dan wakaf Luluk Usman, ST, M.Kom mewakili Kepala Kantor Kementerian Agama Pacitan pada Sabtu (12/7/2025)

Hadir dalam kegiatan ini sejumlah tokoh dan perwakilan lembaga, diantaranya Ketua Dewan Penasehat PMI Kabupaten Pacitan, Ketua PMI Kecamatan se-Kabupaten Pacitan, Perwakilan dari Kecamatan, Pengurus dan pelatih PMI Kabupaten Pacitan, Peserta pelatihan dari unsur relawan muda calon anggota KSR

Dalam sambutannya, Ketua PMI Kabupaten Pacitan, Dr. Ir. Heru Wiwoho, SP, M.Si menyampaikan pentingnya pembekalan bagi relawan, khususnya generasi muda, untuk menjawab tantangan penanganan kebencanaan dan misi kemanusiaan.

"Relawan adalah jantung dari PMI. Dengan pelatihan dasar ini, kita ingin memastikan bahwa relawan yang tergabung dalam KSR tidak hanya semangat, tetapi juga memiliki kompetensi dan integritas dalam menjalankan tugas kemanusiaan," ujarnya.

Salah satu momen penting dalam pembukaan adalah penyematan tanda peserta sebagai simbol dimulainya pelatihan secara resmi. Kegiatan ini mencakup berbagai materi seperti pengenalan prinsip-prinsip dasar PMI, pertolongan pertama, manajemen bencana, dan kesiapsiagaan menghadapi situasi darurat.

Selama tujuh hari ke depan, para peserta akan dibekali pengetahuan dan keterampilan oleh tim instruktur yang berpengalaman, baik dari internal PMI maupun mitra instansi lainnya. Diha-



Ketua PMI Kabupaten Pacitan Dr. Ir. Heru Wiwoho, SP, M.Si ketika memberika arahan pada pembukaan Pelatihan KSR di Gedung Pertemuan Vila Kartika Sedeng, Pacitan.



rapkan para peserta mampu menjadi relawan yang siap turun ke lapangan dengan semangat kemanusiaan dan profesionalisme yang tinggi.

Pelatihan ini menjadi wujud nyata

komitmen PMI Kabupaten Pacitan dalam mencetak generasi relawan yang tangguh dan berdaya guna, serta memperkuat jaringan kemanusiaan di wilayah Pacitan dan sekitarnya. (\*)



# Pradipa Wiraseno Gelar Simulasi Pertolongan Pertama saat MPLS Sekolah

**P**alang Merah Remaja (PMR) Wira SMK 01 Diponegoro (Pradipa Wiraseno) menggelar kegiatan demo ekstrakurikuler berupa simulasi pertolongan pertama kebakaran di sekolah, Selasa (15/7/2025).

Mereka memberikan informasi betapa pentingnya kesiapan diri untuk tidak panik dan cara penanganan saat terjadi kebakaran.

Simulasi digelar bertepatan dengan kegiatan MPLS (Masa Pengenalan Lingkungan Sekolah) sekaligus mengenalkan kepada siswa baru betapa pentingnya

pertolongan pertama, terlebih untuk diri sendiri dan orang lain.

"Kegiatan ini sangat dinanti setiap tahunnya karena untuk mengedukasi siswa baru agar berhati-hati dalam melakukan apapun karena pasti ada konsekuensinya," ucap Mardha selaku Pembina PMR WIRA SMK 01 Diponegoro.

Jumlah anggota PMR yang terlibat sebanyak 15 orang. Simulasi ini juga bertujuan untuk mengenalkan Ekstralirikuler PMR kepada siswa baru agar memiliki minat untuk bergabung di ekstrakurikuler ini.

"Selain kita menampilkan simulasi pertolongan pertama ini, sekaligus kita membuka pendaftaran anggota baru PMR, karena ini momen yang pas untuk perekrutan," ucap Imam salah satu anggota PMR Wira SMK 01 Diponegoro.

Dari kegiatan ini diharapkan seluruh siswa mampu melindungi diri sendiri terhadap hal-hal yang akan ditemui di lingkungan sekolah, terutama mengenai pertolongan pertama pada diri sendiri terlebih dahulu sebelum membantu orang lain. (\*)

## Toilet Komunal dan Pelayanan Kesehatan

pengolahan limbah yang digunakan bersama, atau IPAL (Instalasi Pengolahan Air Limbah) komunal, yang mengolah limbah cair dari beberapa sumber sebelum dibuang ke lingkungan.

Tiga kabupaten di Madura, Bangkalan, Pamekasan dan Sampang sudah menerima manfaat Pembangunan Toilet Komunal. Gerakan PMI ini sebuah sentuhan pencegahan dan penanggulangan penyakit polio

Sambungan dari halaman 2

di wilayah Madura. Semoga gerakan berbasis manfaat untuk kesehatan masyarakat, menjadi ladang amal ibadah semua yang berpartisipasi dari pelosok desa hingga seluruh penjuru dunia. (\*)



Tim IFRC (International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies) dan Tim Palang Merah Indonesia (PMI) Pusat bersama PMI Jawa Timur sekuat rapat koordinasi tentang program pencegahan penyakit Polio, di Markas PMI Jawa Timur Jalan Karangmenjangan No 22 Surabaya. Selasa (24/6/2025). Wujud dari program tersebut adalah pembangunan Toilet Komunal atau MCK dan saat ini sudah mulai digunakan oleh masyarakat.