



## Pelajaran Besar yang Mengumpulkan Orang-orang dan Cinta Kasih

Saya sering mengatakan bahwa “ketidakekalan bisa hadir dalam sekejap.” Mungkin ini terdengar hanyalah sekedar kata-kata, namun inilah realita kehidupan. Gempa bumi yang terjadi pada tanggal 3 April di Hualien sangat besar. Dapat dikatakan bahwa kita telah “menerima akibat yang cukup ringan dari ganjaran karma berat”. Namun yang terpenting, hal ini membantu orang menyadari bahwa hidup ini tidak kekal. Ini adalah sebuah pelajaran yang besar.

Dalam ajaran Buddha, hal pertama yang Beliau harapkan agar kita pahami adalah konsep dari “ketidakekalan, penderitaan, dan kekosongan”. Ketidakekalan itu seperti apa? Sekarang kita sudah tahu. Gempa berkekuatan 7,2 SR ini terjadi tanpa adanya peringatan. Tiba-tiba, semuanya berguncang, jadi kita patut bersyukur sebagian besar Taiwan masih dalam kondisi aman.

Umat Buddha sering berkata, “Semoga Buddha dan Bodhisatwa melindungi kita.” Namun nyatanya, kita juga harus bersyukur atas karma baik kolektif semua makhluk hidup di sekitar kita. Kita harus memurnikan hati orang-orang agar mengedepankan hati

yang penuh kasih. Dengan demikian, lebih banyak orang melakukan perbuatan baik, yang kemudian akan berkontribusi terhadap karma kolektif kita. Ketika kekuatan kebaikan menciptakan energi yang kuat maka kita akan terlindung dari bencana.

Setelah kejadian gempa, saya naik mobil mengelilingi jalanan Hualien. Melihat ke luar jendela mobil di kedua sisi, saya terus-menerus merasa bersyukur. Sebagian besar yang saya lihat masih aman dan baik-baik saja. Baru setelah kami mencapai pusat kota, saya melihat seluruh bangunan menjadi miring. Malam itu juga saya melihat berita di televisi bahwa bangunannya semakin miring. Dengan kecepatan yang tidak terlihat oleh mata, perlahan-lahan semakin miring.

Kami dapat merasakan gempa dan melihat bangunan menjadi miring. Ini adalah penampakan yang jelas. Namun, kemiringan yang terus-menerus tidak kentara. Hal yang tidak kentara inilah yang menjelaskan adanya proses terbentuknya, keberadaan, pembusukan, dan lenyapnya segala sesuatu. Apa yang saya lihat adalah “kerusakan”, dan ketika bangunan-bangunan itu akhirnya dibongkar, mereka akan “menghilang”. Kita



Foto: Amir Tan (Tzu Chi Medan)

不簡單的事，仍堅持去做，才是真本領；困難的事，  
能夠去突破，才是真勇氣。

Kemampuan yang sebenarnya diuji ketika kita sanggup bertahan untuk melakukan hal yang sulit. Keberanian dan semangat sejati ditempa ketika kita mampu mengatasi suatu masalah yang berat.

~ Kata Perenungan Master Cheng Yen ~





harus sangatlah bersyukur karena masih diberi keselamatan! Untungnya, setiap orang masih selalu memiliki hati yang penuh syukur dan hati serta tindakan dari para Buddha dan Bodhisattva.

Gempa bumi ini adalah “pelajaran besar di zaman kita”. Sebuah peristiwa besar telah terjadi, sehingga ketidakkekalan yang terjadi menimbulkan keresahan dan kecemasan bagi semua orang dan juga menyebabkan banyak orang kehilangan tempat tinggal. Saya baru saja memberi tahu CEO kita, Yen Po-wen, bahwa Tzu Chi didirikan di sini di Hualien, jadi sekarang ketika ada terjadi bencana di Hualien, kita harus lebih proaktif mengajak kolaborasi bersama dengan pemerintah daerah dalam merencanakan upaya bantuan dan rekonstruksi.

Penggalangan dana bukanlah satu-satunya aspek. Lebih penting mengumpulkan orang-orang dengan cinta kasih. Cinta kasih yang ingin kita kumpulkan dan inspirasikan adalah “cinta yang terbangkitkan”. Dalam agama Buddha, Bodhisattwa disebut sebagai “makhluk dengan cinta kasih yang telah terbangkitkan”. Kita harus merekrut Bodhisattwa. Dengan lebih banyak orang maka kekuatan cinta akan menjadi lebih besar. Orang-orang datang berkumpul untuk bersedek, mengambil “pelajaran besar di zaman kita,” dan memulai lembaran hidup yang baru.

Sutra Teratai merinci perumpamaan tentang sekelompok orang yang mencari harta karun, dengan seorang guru yang membimbing mereka di sepanjang jalan. Ketika mereka mulai lelah berjalan, guru mencari tempat dan berkata, “Mari kita beristirahat

sejenak.” Namun tak lama kemudian, guru itu berkata, “Mari kita mulai bergerak lagi, karena tempat harta karun ini tidak jauh lagi.” Tidak peduli seberapa panjang jalan yang kita tempuh, kita tidak boleh membiarkan waktu berlalu dengan sia-sia, kita harus memanfaatkan waktu sebaik-baiknya.

Tempat harta karun dalam cerita ini dapat dianalogikan sebagai tujuan perjalanan spiritual kita, yang dicapai dengan sungguh-sungguh menapaki Jalan Bodhisattwa. Karena setiap orang pada dasarnya memiliki sifat Kebuddhaan maka kita terus berjalan di Jalan Bodhisattwa dan bersedek tanpa meminta imbalan apapun. Saya sering mendengar Anda berkata, “Saya bersyukur!” Inilah mempraktikkan Jalan Bodhisattwa dengan perasaan tenteram.

Kita telah bersedek untuk bersedek. Ketika seseorang menerima apa yang kita berikan, sudah selayaknya kita bersyukur. Jika tidak ada yang membutuhkan bantuan kita, kita tidak akan mempunyai kesempatan untuk memberi. Kita harus terus-menerus memikirkan rasa syukur, memanfaatkan sebab dan kondisi yang baik, dan segera mengajarkan kepada orang lain ketika ada kesempatan.

Kita tidak dapat mengetahui dan menghentikan ketidakkekalan. Satu-satunya hal yang harus kita pahami adalah bagaimana menjadi sosok yang memiliki “disiplin diri dan dihormati.” Apa yang dimaksud dengan “disiplin diri dan dihormati?” Kita harus menghargai kehidupan semua makhluk hidup. Semua sutra dan risalah menganjurkan untuk menghargai kehidupan dan membantu makhluk hidup. Makhluk biasa berbicara

tentang keinginan untuk “menyelamatkan makhluk hidup,” namun masih banyak yang memakan daging makhluk hidup setiap kali mereka makan. Oleh karena itu, manusia masih membohongi diri sendiri; mereka mungkin melantunkan sutra, namun tindakan mereka tidak mencerminkan ajaran sutra. Kita harus konsisten dalam perkataan dan tindakan kita agar benar-benar bisa memiliki “disiplin diri dan dihormati,” senantiasa menjaga pola pikir yang benar ketika menghadapi ketidakkekalan.

Gempa bumi telah memberi kita pelajaran yang luar biasa. Marilah kita menenangkan pikiran dan mengevaluasi diri kita sendiri. Apakah sebenarnya nilai hidup kita sendiri? Kemudian, kita harus mengingatkan diri kita sendiri untuk tekun berusaha menuju Jalan Bodhisattva yang agung. “Tempat harta karun ini sangatlah dekat.” Kita tidak boleh berhenti atau bermalas-malasan; kita harus terus maju.

Selama bertahun-tahun, Tzu Chi telah membantu pengungsi Suriah di Turki dalam bidang pendidikan. Relawan Tzu Chi mengajarkan kepada anak-anak pengungsi agar selalu berpikiran baik. Saat mengajarkan untuk berbagi dengan orang lain, beberapa dari anak-anak ini masih tidak memiliki uang, maka para relawan berkata, “Kamu bisa menuliskannya di kertas.” Jadi, mereka menulis “lima dolar” atau “sepuluh dolar” pada selembar kertas, melipatnya, dan dengan penuh hormat memasukkannya ke dalam celengan bambu. Demikian juga antara kebajikan dan pahala bukanlah hal yang dapat diukur.

Pahala dan kebajikan datang dengan adanya tindakan. Kita harus memanfaatkan kesempatan untuk bersedek dalam pendidikan. Kita bisa membangkitkan cinta kasih dari diri kita dengan bersedek semampu kita. Hal ini juga tentunya tidak akan mempengaruhi urusan sehari-hari seperti urusan keluarga. Selain membangkitkan cinta kasih dalam diri kita, kita juga dapat menyumbangkan Dharma baik kepada orang lain. Ketika kita melakukannya, maka kita sedang “menyebarkan Dharma demi manfaat bagi makhluk hidup.” ■

Dihimpun dari ajaran Master Cheng Yen dari perbincangan dengan relawan Tzu Chi dan pengurus kehormatan dari Yilan pada 12 April 2024  
Diterjemahkan oleh: Olivia Tan (He Qi PIK)



Dari Redaksi

## Inspirasi dari Kampung Halaman Batin

**D**i awal tahun 2025 ini, Redaksi Majalah Dunia Tzu Chi kembali mendapat kesempatan untuk mengunjungi rumah batin insan Tzu Chi: Griya Jing Si, Hualien, Taiwan. Namun, perjalanan kali ini terasa lebih istimewa. Tak hanya karena jumlah peserta yang lebih besar, tetapi juga karena yang berangkat adalah para pimpinan dan staf dari Yayasan Buddha Tzu Chi serta DAAI TV Indonesia.

Sepanjang perjalanan, kami mengunjungi berbagai tempat yang menjadi pilar utama Tzu Chi, seperti Rumah Sakit Tzu Chi di Xindian, Da Ai TV di Guandu, Universitas Tzu Chi, dan tentu saja, Griya Jing Si di Hualien. Dari serangkaian kunjungan ini, ada satu hal yang begitu terasa: semangat perubahan. Bukan sekadar perubahan biasa, melainkan perubahan positif yang menjadi bahan bakar bagi pertumbuhan Tzu Chi di masa depan.

Sejak didirikan oleh Master Cheng Yen saat masih muda, Tzu Chi berkembang dengan luar biasa. Berbekal visi dan misi yang jelas, organisasi ini dengan cepat mendapat tempat di hati masyarakat Taiwan. Jumlah relawan dan donatur pun meningkat pesat. Kini, setelah 59 tahun, Tzu Chi telah hadir di 68 negara dan telah memberikan bantuan kemanusiaan ke-136 negara. Tak hanya itu, Tzu Chi juga diakui sebagai salah satu NGO internasional di PBB.

Namun, apakah semua pencapaian ini cukup? Tentu saja tidak. Justru, tantangan baru selalu muncul seiring perkembangan zaman. Agar bisa terus bertahan dan berkembang, setiap individu dan organisasi harus siap beradaptasi. Sebagai organisasi besar, Tzu Chi juga menghadapi berbagai tantangan, seperti banyaknya NGO baru, stagnasi jumlah relawan dan donatur, serta terbatasnya pertumbuhan relawan muda. Dari perjalanan ini, kami mendapat banyak wawasan dan inspirasi untuk menghadapi kondisi yang kurang lebih sama di Indonesia.

Salah satu prinsip penting yang disampaikan oleh Yan Po Wen, CEO Tzu Chi Taiwan, adalah bahwa filosofi dan nilai-nilai Tzu Chi tidak berubah, tetapi cara dan pendekatannya harus terus beradaptasi. Sebagai contoh, jika dulu penggalangan dana dilakukan dengan celengan bambu, kini sudah diperluas melalui *E-Wallet*, QRIS, scan barcode, dan metode digital lainnya. Kolaborasi dengan pemerintah, lembaga, kampus, serta organisasi kemanusiaan lainnya juga semakin diperlukan.

Dari interaksi ini, kami semakin menyadari tantangan Tzu Chi hari ini dan di masa mendatang. Perjalanan ini bukan sekadar kunjungan biasa, namun sebuah refleksi sekaligus titik awal bagi langkah-langkah baru untuk menjaga agar Tzu Chi terus tumbuh dan kuat menghadapi tantangan masa depan. Dengan memahami pentingnya perubahan dan mengelolanya dengan baik maka Tzu Chi akan dapat terus tumbuh dan berkembang.

*Hadi Pranoto*

## Daftar Isi

- 01 MASTER'S TEACHING:**  
Pelajaran Besar yang Mengumpulkan Orang-orang dan Cinta Kasih

---

- 06 LIPUTAN UTAMA:**  
**Memberikan Hidup Kedua untuk Baju Bekas**

---

- 28 KISAH RELAWAN:**  
Mengabadikan Jejak Kebaikan

---

- 32 KISAH HUMANIS:**  
Rayakan Imlek dengan Sukacita dan Kepedulian Harmoni dengan Alam  
Rumah Sopan, Sebuah Oase di Tengah Kepadatan Kota

---

- 50 KISAH PENERIMA BANTUAN**  
"Hidup" Kembali dengan Kaki Palsu

---

- 56 LENSA:**  
Upaya Nyata Merawat Bumi

---

- 62 TZU CHI NUSANTARA**

---

- 68 MENU VEGETARIS NUSANTARA:**  
Terong Sambal Mantah

---

- 69 MASTER CHENG YEN MENJAWAB:**  
Menghargai Buddha di Rumah Sendiri

---

- 70 MASTER CHENG YEN BERCEKITA:**  
Kisah Gadis dan Selimut Putih



Foto: Metta Wulandari

**Pemimpin Umum**  
Agus Rijanto

**Pemimpin Redaksi**  
Hadi Pranoto

**Redaktur Pelaksana**  
Metta Wulandari

**Staf Redaksi**  
Arimami S.A., Bakron,  
Chandra Septiadi, Clarissa  
Ruth, Desvi Nataleni, Erli Tan,  
Khusnul Khotimah

**Redaktur Foto**  
Anand Yahya

**Desain Grafis**  
Erlin Septiana, Juliana Santy,  
Siladhamo Mulyono

**Kontributor**  
Relawan Dokumentasi Tzu Chi  
Indonesia

*Dunia Tzu Chi* diterbitkan dan berada di bawah naungan Yayasan Buddha Tzu Chi Indonesia, Tzu Chi Center, Tower 2, 6<sup>th</sup> Floor, Bukit Golf Mediterania Jl. Pantai Indah Kapuk Boulevard, Jakarta Utara 14470  
Tel. (021) 5055 9999  
Fax. (021) 5055 6699

[www.tzuchi.or.id](http://www.tzuchi.or.id)

**f** : [tzuchiindonesia](https://www.facebook.com/tzuchiindonesia)  
**ig** : [tzuchiindonesia](https://www.instagram.com/tzuchiindonesia)  
**jd** : [tzuchiindonesia](https://www.tzuchiindonesia.com)

Untuk mendapatkan majalah *Dunia Tzu Chi* silakan hubungi kami  
**e-mail: [redaksi@tzuchi.or.id](mailto:redaksi@tzuchi.or.id)**

Dicetak oleh: PT. GRAMEDIA  
(Isi di luar tanggung jawab percetakan)



# Memberi Hidup Kedua untuk Baju Bekas

Penulis: Metta Wulandari | Foto: Arimami Suryo A.

*Bayangkan sebuah lemari yang penuh sesak dengan pakaian yang hampir tidak pernah dipakai. Sementara itu, di belahan dunia lain, tumpukan limbah tekstil semakin menggunung, mencemari lingkungan dan mengancam kelestarian Bumi. Industri fashion yang kita cintai diam-diam menjadi salah satu penyumbang polusi terbesar di dunia. Namun, di balik semua itu, ada cara untuk memperbaiki keadaan—dari thrifting hingga upcycling, banyak orang mulai mengambil langkah kecil yang berdampak besar ini.*

Industri *fast fashion* telah menjadi bagian tak terpisahkan dari gaya hidup modern, menawarkan pakaian trendi dengan harga terjangkau dan produksi cepat. Namun, di balik kemudahan ini, terdapat dampak lingkungan yang signifikan. Setiap tahun, diperkirakan 92 juta ton limbah tekstil dihasilkan secara global, dengan sebagian besar berakhir di tempat pembuangan akhir (TPA).

Jika tren ini berlanjut, jumlah tersebut diproyeksikan meningkat menjadi 134 juta ton per tahun pada 2030. Selain itu, industri *fashion* bertanggung jawab atas sekitar

10% emisi gas rumah kaca global, melepaskan sekitar 1,2 miliar ton gas rumah kaca ke atmosfer setiap tahun.

Konsumsi air yang masif juga menjadi masalah, dengan industri ini menyumbang 20% dari total air limbah global. Di Indonesia, fenomena ini juga memprihatinkan; pada tahun 2021, negara ini menghasilkan sekitar 2,3 juta ton limbah pakaian, setara dengan 12% dari total limbah rumah tangga.

Di tengah permasalahan ini, muncul individu-individu yang mengambil langkah nyata untuk mengurangi dampak negatif industri *fashion*, salah satunya dengan *thrifting*.





### Berburu “Harta Karun”

Sebut saja Pasar Senen di Jakarta Pusat yang menjadi salah satu pusat *thrifting* terbesar dan tertua di Indonesia. Begitu melangkah ke dalam area pasar, suasana yang semarak langsung terasa. Deretan kios kecil dan lapak-lapak berjejer rapat, dipenuhi tumpukan pakaian bekas dalam berbagai gaya, warna, dan ukuran. Aroma kain yang bercampur dengan udara khas pasar tradisional menyambut para pengunjung yang datang berburu barang murah.

Suara pedagang yang menawarkan dagangan mereka berpadu dengan celoteh para pembeli yang sibuk menawar harga. Beberapa orang terlihat memilah-milah

tumpukan baju dengan teliti, meraba tekstur kain, dan memastikan kondisi pakaian masih layak pakai. Tidak jarang, mereka menemukan merek-merek ternama dengan harga yang jauh lebih murah dibandingkan di pusat perbelanjaan besar.

Di salah satu sudut pasar, terlihat beberapa remaja antusias mencoba jaket denim *oversized*, sementara sekelompok lainnya berdiskusi tentang pakaian *vintage* yang sedang tren. Ada juga kolektor barang fashion yang berburu item langka, seperti kemeja oxford klasik atau kaos band edisi terbatas.

Jalanan antar-lorong cukup sempit, membuat para pengunjung harus



Di Pasar Senen Jakarta Pusat, pengunjung sibuk mencari pakaian yang sesuai dengan gaya mereka di antara tumpukan barang di lantai. Budaya *thrifting* yang semakin digemari ini tidak hanya memberi akses kepada barang terjangkau, tetapi juga mendukung pelestarian lingkungan dengan mengurangi limbah tekstil.



Pembeli dengan antusias memilih dan mencoba berbagai pakaian, mereka sangat teliti dalam mencari yang sesuai sebelum membeli. Harga yang terjangkau membuat masyarakat tertarik untuk membeli berbagai produk *thrifting* ini.

berdesakan, terutama di akhir pekan saat pasar mencapai puncak keramaiannya. Beberapa kios memiliki rak yang lebih tertata rapi, sementara lainnya hanya menumpuk baju dalam karung besar, mengundang pembeli untuk membongkar dan mencari harta karun mode mereka sendiri.

Selain pakaian, Pasar Senen juga menawarkan berbagai aksesoris, mulai dari topi, tas, hingga sepatu *sneakers* bekas yang masih dalam kondisi cukup bagus. Beberapa pedagang bahkan menyediakan jasa cuci dan reparasi pakaian di tempat, sehingga pembeli bisa langsung mendapatkan barang *thrift* dalam kondisi terbaiknya.

Meskipun ramai, suasana di Pasar Senen tetap terasa akrab dan penuh semangat. Bagi banyak orang, *thrifting* di

sini bukan sekadar aktivitas belanja, tetapi juga pengalaman berburu dan menemukan pakaian unik dengan harga yang terjangkau, sekaligus berkontribusi dalam gerakan *fashion* berkelanjutan.

### **Thrifting, Gaya Hidup Sederhana dan Ramah Lingkungan**

Salah satunya yang pernah berburu harta karun di sana adalah Marini, seorang ibu yang kini juga seorang guru di Tzu Chi School. Di masa mudanya, ia bercerita bahwa selalu memilih untuk mengurangi sampah pakaian melalui *thrifting*, membeli dan menggunakan pakaian bekas yang masih layak pakai, dan Pasar Senen selalu menjadi tujuan utamanya karena ada hal yang selalu bisa ditemukan.



Marini dengan bangga memamerkan seragam TK dari Tzu Chi School yang ia temukan di ruangan *Daai Mama*. Selain baju, ada juga tas, *watao* (kaos kaki pelapis), dan berbagai barang lainnya yang masih bisa dipakai untuk anak-anaknya. Bagi Marini, *thrift* bukan sekadar tren, tetapi juga cara untuk mengurangi sampah dan memberi manfaat bagi lingkungan.



Dengan cara ini, Marini tidak hanya mengurangi limbah tekstil, tetapi juga memperpanjang siklus hidup pakaian dan mendukung ekonomi sirkular. Kini ketika sudah jarang nge-*thrift*, ia masih selalu melakukan aksi cinta lingkungan itu dengan cara yang tidak jauh berbeda.

“Kalau sekarang biasanya di ruang DAAI Mama, ada banyak donasi dari anak-anak, ada baju yang sudah tidak muat lagi tapi masih bisa dipakai, ada juga mainan. Kemarin saya ambil beberapa seragam anak yang sudah lulus dan disumbangkan kembali. Seragam yang masih bagus dan layak pakai ini saya akan gunakan untuk anak saya,” ujar Marini dengan senyum ramah.

Bagi Marini, *thrift* bukan hanya sekadar tren, tetapi lebih kepada bagaimana ia bisa membantu mengurangi beban sampah yang ada di Bumi ini. Ia merasa bahwa lebih baik memanfaatkan barang yang sudah ada daripada membuangnya begitu saja. “Daripada dibuang, lebih baik dipakai lagi. Itu juga bagian dari prinsip Tzu Chi, menggunakan kembali, mengurangi sampah, dan memberikan manfaat bagi orang lain,” tambahnya.

Keputusan untuk ikut serta dalam pelestarian lingkungan melalui *thrift* ini datang dari pengalamannya sehari-hari sebagai ibu yang harus menghadapi masalah pakaian anak yang tumbuh cepat. “Anak saya

yang masih kecil sering sekali mengenakan seragam yang terkena noda. Jadi, daripada harus membeli seragam baru yang harganya cukup mahal, saya memutuskan untuk mengambil seragam bekas yang masih layak pakai dari program *Daai Mama*,” jelasnya.

Marini tak hanya memanfaatkan barang bekas untuk anak-anaknya, namun juga untuk dirinya sendiri dan keluarganya. Ia mengenang masa-masa ketika masih lajang, ia sering membeli barang *thrift* di Pasar Senen, seperti jaket *winter* dan celana jeans yang harganya jauh lebih murah daripada membeli barang baru.

“Waktu itu saya beli jaket tebal di Pasar Senen dengan harga hanya 50 ribu, jauh lebih murah dibandingkan di toko. Saya yakin barang *thrift* bisa bertahan lama asalkan dicuci dengan benar,” ungkapnya.

Tidak hanya itu, Marini juga mendorong suaminya untuk bergabung dengan gerakan *thrift*. “Suami saya dulu sempat suka beli produk merk tertentu, tapi setelah melihat saya, dia juga mulai sadar. Sekarang dia malah beli celana jeans dan barang lainnya di pasar *thrift*. Malah, dia merasa puas karena harganya jauh lebih terjangkau,” ceritanya dengan penuh tawa.

Kesadaran akan pentingnya mengurangi sampah *fashion* semakin menguat dalam diri Marini seiring berjalannya waktu. “*Fashion* itu tidak harus selalu baru dan *branded*. Trennya selalu berulang, jadi kenapa harus tergoda dengan barang mahal yang akhirnya hanya akan menjadi sampah? Dengan *thrift*, kita bisa mengurangi sampah pakaian yang berlebihan dan lebih bijak dalam berbelanja,” ujarnya tegas.

Dalam menjalani kehidupannya, Marini tidak hanya berfokus pada dirinya sendiri, tetapi juga berusaha menularkan nilai-nilai pelestarian lingkungan kepada anak-anaknya. “Saya ajarkan anak saya untuk tidak membuang mainan atau barang-barang yang masih bisa dipakai. Saya juga sering membawa pulang barang-barang bekas dari kelas, seperti pensil warna atau mainan, dan memberikannya kepada anak saya. Selama masih layak pakai, kenapa harus dibuang?” tuturnya.

Selain itu, Marini juga merasa bahwa Tzu Chi memberikan kontribusi besar dalam membentuk kesadarannya akan pentingnya menjaga Bumi. “Saya bekerja di Tzu Chi sudah hampir 11 tahun. Di sini saya semakin



menyadari bahwa setiap tindakan kecil yang kita lakukan, seperti memakai barang bekas atau mendonasikan barang yang masih bisa digunakan, dapat berdampak besar untuk Bumi kita,” katanya dengan penuh keyakinan.

Marini menyadari bahwa perubahan besar dimulai dari langkah kecil yang dilakukan oleh setiap individu. “*Mindset* kita yang harus diubah. Tidak harus memakai barang baru atau *branded* untuk merasa percaya diri. Justru dengan menggunakan barang yang sudah ada, kita turut berkontribusi menjaga Bumi ini agar tetap lestari,” tutupnya.

### Setali Indonesia: Menjahit Harapan dari Limbah Fashion

Sejalan dengan semangat Marini dalam mengurangi limbah *fashion*, di level yang lebih besar, Setali Indonesia hadir sebagai gerakan yang merespons permasalahan industri *fashion* yang kerap menghasilkan limbah berlimpah dari pakaian yang terbuang dengan kreativitas dan inovasi, namanya *upcycling*.

Bukan sekadar bisnis, Setali adalah sebuah gerakan yang berangkat dari kesadaran kolektif untuk memberi kehidupan kedua bagi kain dan pakaian bekas.



Setali Indonesia berkomitmen untuk memaksimalkan kain perca hasil produksi dengan mengolahnya menjadi sebuah karya seni yang bernilai. Setiap potongan kain yang awalnya terbuang, diubah menjadi produk kreatif yang tidak hanya memperpanjang umur kain, tetapi juga memberikan sentuhan artistik yang unik. Proses ini mencerminkan dedikasi Setali dalam menciptakan keberlanjutan dan memberikan nilai lebih pada material yang sering kali dianggap tidak berguna (kiri).

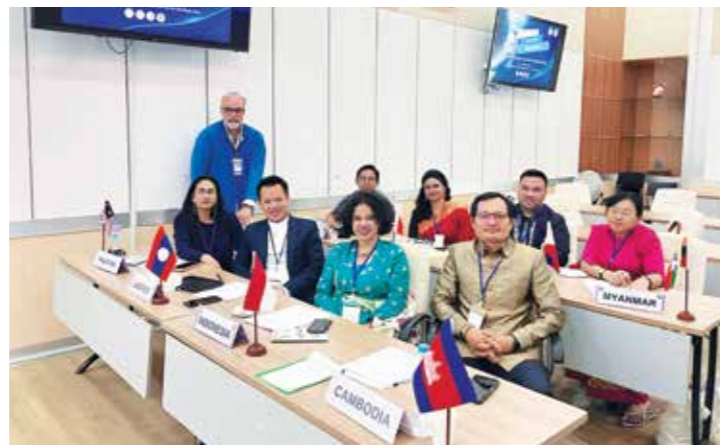
Intan bercerita tentang karyanya yang berjudul: *Gamam Lambung, Ganar Layung* menggambarkan momen matahari yang turun di waktu senja, disambut oleh ikan-ikan yang menari di permukaan laut (kanan).







Dok. Setali Indonesia



Setali berkolaborasi dengan salah satu *brand market* dalam proyek *Upcycling Project Exhibition*, yang fokus pada pembuatan pakaian daur ulang dari hasil donasi pakaian yang dikumpulkan melalui kotak *Recycle* di toko tersebut. Proses ini mendukung gerakan yang berfokus pada keberlanjutan dan pengurangan dampak negatif terhadap lingkungan (kiri). Babby Febrilia (tengah - berkebayu) bersama delegasi ASEAN di *Art for All 2023* di Bangkok ketika mewakili Setali dan Indonesia untuk ikut mengadakan *workshop* pembuatan tas dari limbah *fashion* untuk para penyandang disabilitas (kanan).

Ketika berbincang dengan Intan Anggita Pratiwie, pendiri Setali, ada hal yang langsung terasa, mereka tidak sekadar terinspirasi, tetapi merespons masalah yang ada.

“*Fashion waste* itu nyata, dan Setali adalah cara kami menghadapinya,” ujar Intan.

Babby Febrilia, seorang *recycling artist* di Setali, mengamini hal tersebut. Baginya, semua orang yang bergabung di Setali memang memiliki ketertarikan terhadap *upcycling* dan *thrifting*. Tidak ada sistem rekrutmen formal, semuanya berkembang secara organik, dari ketertarikan hingga akhirnya menjadi bagian dari tim.

“Kita awalnya dari hobi. Aku dulu jualan *thrifting*, ikut *talkshow* dan *workshop* tentang *sustainable fashion*, lalu ketemu Intan. Dari situ diajak bergabung. Sekarang kami punya 15 orang di tim, semua dengan kecintaan yang sama pada lingkungan,” cerita Babby.

Seiring waktu, Setali bukan hanya mengubah pakaian bekas menjadi karya baru, tetapi juga aktif dalam edukasi dan kampanye keberlanjutan. Mereka sering diundang menjadi pembicara di berbagai universitas, berkolaborasi dengan pemerintah, dan bahkan berpartisipasi dalam program-program tingkat ASEAN untuk membahas *sustainable fashion*.

“Kami ingin lebih dari sekadar daur ulang. *Sustainable fashion* itu bukan hanya tentang memperpanjang usia pakaian, tetapi juga memahami asal-usulnya, siapa yang membuatnya, dan bagaimana dampaknya di masa depan,” kata Intan.

Namun, menjalankan misi ini tidak selalu mudah. Salah satu tantangan terbesar adalah mengubah pola pikir masyarakat, terutama di daerah, yang masih memandang pakaian bekas sebagai sesuatu yang kurang berharga.



Dok. Setali Indonesia

Setali Indonesia aktif dalam edukasi dan *workshop* keberlanjutan, mengajak masyarakat untuk lebih peduli terhadap *fashion* yang ramah lingkungan. Selain menjadi pembicara di universitas, Setali juga sering mengadakan *workshop* dan kolaborasi dengan berbagai pihak untuk memperkenalkan konsep *sustainable fashion*.

Babby yang pernah mengisi *workshop* di salah satu daerah melihat tantangan ini secara langsung.

“Di kota-kota besar seperti Jakarta, Bandung, atau Jogja, *sustainable fashion* sudah mulai dianggap keren. Tapi di daerah, masih banyak stigma bahwa pakaian bekas itu ‘*nggak elite*’. Itu tantangan kita, bagaimana memberi nilai baru pada pakaian lama,” jelasnya.

Untuk menghadapi tantangan tersebut, Setali terus berevolusi. Mereka kini memiliki berbagai program, dari *workshop* kreatif, pameran seni, hingga riset dan pengembangan di bidang tekstil. Tidak hanya itu, mereka juga bekerja sama dengan

pemerintah dan berbagai *brand* untuk mencari solusi yang lebih luas dalam pengelolaan limbah fesyen.

Setali juga menyerap limbah tekstil dalam jumlah besar melalui berbagai instalasi dan pameran. Misalnya, dalam salah satu instalasi di salah satu pameran fesyen, mereka berhasil menggunakan kembali 30 kilogram limbah tekstil sepanjang 8 meter. Pada tahun lalu, proyek terbesar mereka adalah dengan satu *brand market*, di mana mereka berhasil menyerap hingga 4.000 kilogram limbah tekstil dari berbagai lokasi di seluruh Indonesia. Setiap instalasi dan pameran yang mereka lakukan selalu melibatkan kalkulasi jumlah limbah yang mereka daur



ulang, menjadikan proyek-proyek ini lebih dari sekadar seni, tetapi juga solusi nyata terhadap permasalahan *fashion waste*.

“Dulu kita sempat *nonprofit* dan itu berantakan. Sekarang kita harus *profitable* supaya bisa *sustain*. Kita ingin membuat *fabric lab*, manufaktur, dan banyak inovasi lainnya yang muaranya ya *waste management* yang jauh lebih baik. Kalau *nggak* ada roda

ekonomi, mimpi besar ini *nggak* akan jalan,” kata Intan.

Setali juga bukan hanya menjadi pelopor dalam gerakan *sustainable fashion*, tetapi juga menciptakan sebuah warisan yang terus berkembang. “Dulu, tujuh tahun lalu, *sustainable fashion* baru mulai naik, dan belum ada yang melakukan ini *se-intens* kami. Kebanyakan hanya sekadar *workshop* atau

pengumpulan limbah. Kami memilih untuk konsisten dan berkomitmen,” cerita Intan.

Bagi mereka, keberlanjutan bukan hanya soal kain bekas, tetapi juga bagaimana manusia memandang pakaian itu sendiri. Dari *apprentice* yang tertarik dengan desain hingga mereka yang fokus ke pengembangan *workshop*, Setali menjadi wadah bagi berbagai latar belakang untuk berkolaborasi.

“Dari tahun 2020, aku mulai melihat bagaimana ini bisa masuk ke *fine arts*, supaya lebih luas lagi. Aku ingin ada narasi yang lebih dalam, bukan sekadar ‘ini adalah limbah kain’, tapi juga ada cerita tentang tubuh manusia, identitas, dan bagaimana kita memandang pakaian,” lanjutnya.

Pengalaman residensinya di Jepang semakin membuka wawasan Intan.



Intan Anggita Pratiwie dan Babby Febrilia berbincang santai, berbagi cerita dan pengalaman tentang perjalanan Setali Indonesia dalam berinovasi di bidang pengelolaan *fashion waste* (atas). Intan memperlihatkan salah satu koleksi baju *upcycling*. Ia juga menceritakan dampak positif yang dihasilkan oleh Setali dalam mengurangi sampah tekstil dan menciptakan perubahan ramah lingkungan melalui *upcycling* (bawah).

Setali Indonesia dan Control New, yang didukung oleh Pijak Bumi Menampilkan koleksi JF3 “Reboot and Reuse”. Konsep “Reboot” adalah upaya mereka untuk menata ulang sistem produksi pakaian agar lebih berkelanjutan. Dalam koleksi ini mereka memanfaatkan 328 kg baju bekas hasil donasi, di mana pakaian yang masih layak di-*upcycle* menjadi karya baru, sementara yang tidak layak dihancurkan untuk dijadikan bahan baku lainnya.



“Di sana, ada tradisi mandi bersama. Semua orang jadi sama, tak ada baju, tak ada status sosial. Itu menginspirasi aku tentang bagaimana kita seharusnya tidak terlalu terikat dengan pakaian. *Sustainable fashion* harus lebih dari sekadar tren, tapi juga memahami esensinya—siapa yang membuat pakaian, bagaimana fungsinya dalam siklus hidup, dan apakah ia akan menjadi limbah yang mencemari lingkungan atau bisa terus digunakan,” tambahnya.

Meski begitu, Setali tetap menjalankan misinya dengan pendekatan yang ringan dan tidak menggurui. Mereka percaya bahwa perubahan gaya hidup harus datang secara alami, bukan dipaksakan.

“Kita *nggak* bisa nyuruh orang berhenti belanja. Kita sendiri suka belanja! Tapi kita belanja dengan sadar, tahu batasan, dan bertukar pakaian dengan sesama. *Sustainable fashion* bukan tentang melarang, tapi tentang pilihan yang lebih bijak,” kata Intan.

Dari hobi kecil hingga gerakan yang berdampak luas, perjalanan Setali adalah bukti bahwa perubahan bisa dimulai dari hal sederhana. Dengan kreativitas, edukasi, dan semangat kolaborasi, mereka menajhit harapan baru dari setiap potongan kain yang hampir terlupakan. Sebuah perjalanan yang belum selesai, tetapi terus berkembang dengan setiap benang yang mereka sulam.

“Kita tuh emang modal kita *rileks*, ya. Kita tuh memang mengandalkan segala keterbatasan yang ada sehingga kita lebih peka dan *evolving* dari itu. Bermula dari kas kosong, sekarang jadi bisa ngidupin beberapa orang untuk berkarya dan akhirnya bisa *sustain* dan lebih *solid*.”

Mereka tidak sekadar bicara soal *sustainable fashion*, tetapi juga membuktikan bahwa perubahan yang berarti bisa dimulai dari langkah kecil. Dari kain yang terbuang, mereka menciptakan karya. Dari kesadaran kecil, mereka membangun gerakan. Setali Indonesia adalah bukti bahwa masa depan *fashion* tidak harus berbasis konsumsi berlebihan, tetapi bisa menjadi lebih bijak, lebih berkelanjutan, dan lebih bermakna bagi banyak orang.

Setali bukan hanya menjadi pelopor dalam gerakan *sustainable fashion*, tetapi juga menciptakan sebuah warisan yang terus berkembang. Dari kain yang terbuang, mereka menciptakan karya. Dari kesadaran kecil, mereka membangun gerakan.

#### ***Nymphaea*: Kompetisi yang Menumbuhkan Gerakan Besar**

Semangat mengolah kembali limbah tekstil juga muncul di kalangan anak muda. Dari komunitas Anak Teratai *He Qi Barat 1*, Christian Ray Evan dan Aba Bu Bu Ong Gautama Sadikin mengembangkan produk *upcycling* bernama *Nymphaea*. Berawal dari sebuah kompetisi daur ulang, mereka berhasil membuktikan bahwa kreativitas bisa menjadi solusi bagi permasalahan *fashion waste*.

Dari bahan jeans bekas, mereka menciptakan *Nymphaea*—sebuah produk yang tak hanya bernilai fungsional, tetapi juga menyuarakan kepedulian terhadap lingkungan. Awalnya, *Nymphaea* hanyalah ide dalam sebuah kompetisi daur ulang. Christian dan Aba Bu, yang tergabung dalam komunitas Anak Teratai, mendapat tantangan untuk menciptakan sesuatu dari bahan



Metta Wulandari

Dari bahan jeans bekas, Anak Teratai *He Qi Barat 1* menciptakan *Nymphaea*, sebuah produk *upcycling* yang inovatif, terbuat dari bahan jeans bekas yang tidak hanya memiliki nilai fungsional, tetapi juga menyampaikan pesan penting tentang kepedulian terhadap lingkungan.



Metta Wulandari



bekas. Dengan dorongan dari mentor mereka, mereka memutuskan untuk membuat tas dari jeans bekas.

“Kami berpikir, apa bahan *fashion* yang paling sering digunakan di dunia? *Fast fashion* sangat kencang, dan salah satu yang banyak digunakan adalah jeans,” ujar Aba Bu. Dari sana, mereka mulai mengeksplorasi potensi jeans sebagai bahan utama produk mereka.

Menggunakan jeans bukan tanpa alasan. Selain dikenal awet dan *timeless*, jeans juga memiliki dampak lingkungan yang cukup besar. Christian menjelaskan bahwa produksi jeans memerlukan konsumsi air yang luar biasa banyak. “Satu potong jeans bisa membutuhkan 3.000 hingga 4.000 liter air untuk produksi,” katanya.

Tak hanya boros air, pewarnaan jeans juga kerap menggunakan bahan kimia yang mencemari lingkungan. “Dulu, pewarnaan jeans menggunakan tanaman *Indigofera tinctoria*. Sekarang, lebih banyak digunakan pewarna sintetis yang limbahnya langsung dibuang ke sungai,” lanjut Christian.

Fakta-fakta inilah yang semakin memperkuat tekad mereka untuk membuat produk yang lebih ramah lingkungan.

Dengan memanfaatkan jeans bekas yang mungkin terbuang sia-sia, *Nymphaea* mengubahnya menjadi tas dengan berbagai ukuran yang praktis dan *stylish*. Melalui karya ini, Anak Teratai *He Qi* Barat 1 menunjukkan bagaimana bahan bekas dapat diolah menjadi produk yang berguna, sekaligus mendukung gerakan keberlanjutan dan pengurangan limbah tekstil.



Ammami Suryo Asmoro



Metta Wulandari



Metta Wulandari





Dok. Nymphaea

Produk *Nymphaea* telah diproduksi dan dipasarkan baik secara *offline* maupun *online*. Berkat kreativitas dan inovasi yang dituangkan dalam desainnya, produk ini berhasil menarik perhatian dan banyak diminati oleh masyarakat.

Keputusan untuk menggunakan jeans bekas bukan hanya didasarkan pada keberlanjutan, tetapi juga aksesibilitas bahan. “Di Depo Cinta Kasih Tzu Chi Cengkareng, kami menemukan banyak stok jeans yang sudah tidak terpakai,” kata Aba Bu. Mereka pun melihat ini sebagai peluang untuk mengolah bahan yang berlimpah menjadi sesuatu yang bernilai.

Namun, *upcycling* jeans bukan perkara mudah. Tekstur yang tebal dan sulit dijahit

menjadi tantangan tersendiri. Meski begitu, bagi mereka, setiap jahitan adalah bentuk kepedulian terhadap bumi. “Kami ingin menunjukkan bahwa dari bahan yang dianggap limbah, bisa lahir sesuatu yang berharga,” tambah Christian. Itulah mengapa mereka juga bekerja sama dengan para orang tua anak asuh lainnya untuk menjahit berbagai produk tas mereka.

Kini, *Nymphaea* bukan hanya tentang tas berbahan jeans bekas. Ini adalah sebuah pergerakan untuk mengajak orang lebih peduli terhadap limbah tekstil. Melalui produk mereka, Christian dan Aba Bu ingin menginspirasi lebih banyak orang untuk berpikir dua kali sebelum membuang pakaian lama mereka.

“Jika kita bisa mengolah sesuatu yang sudah ada menjadi lebih bernilai, kenapa harus terus membeli yang baru?” kata Aba Bu. Bagi mereka, *Nymphaea* adalah simbol harapan—bahwa sesuatu yang tampak tak berguna pun masih bisa diberi kehidupan kedua.

Di tangan anak-anak muda seperti Christian dan Aba Bu, *upcycling* bukan sekadar tren, tetapi bentuk nyata dari kepedulian terhadap Bumi. *Nymphaea* menjadi bukti bahwa perubahan bisa dimulai dari hal kecil, dari satu potong jeans bekas yang kembali bermanfaat, dan dari niat tulus untuk menciptakan sesuatu yang lebih baik bagi dunia. ■



Dok. DAAI Technology

## Dari Botol Plastik ke Panggung Dunia

Tidak hanya *thrift* dan *upcycling*, beberapa inovasi bahkan sudah melangkah lebih jauh ke tahap *recycling*. Taiwan menjadi contoh negara yang telah mengolah sampah plastik menjadi produk fashion berkualitas tinggi.

Bayangkan sudah sejak saat Piala Dunia 2018 berlangsung, dunia menyaksikan tidak

hanya aksi para pemain di lapangan, tetapi juga terobosan luar biasa dalam industri tekstil. Dari 32 tim yang berpartisipasi, 16 tim mengenakan jersey yang terbuat dari benang daur ulang buatan Taiwan—benang yang berasal dari botol PET bekas. Beberapa tim bahkan berhasil melaju hingga babak empat besar, membuktikan bahwa





Foto-foto: Dok. DAAI Technology



DA.AI Tech mengembangkan tekstil dari bahan baku daur ulang, seperti chip poliester, serat poliester, dan kain bekas yang didaur ulang. Dengan menghadirkan produk ramah lingkungan, DA.AI Tech turut berperan dalam mengurangi potensi kerusakan lingkungan, serta mencegah pembakaran dan pembuangan produk PET yang tidak terdaur ulang. Selain itu, DA.AI Tech kini juga fokus untuk mengatasi masalah sampah pakaian dan limbah tekstil yang semakin menumpuk.

inovasi ramah lingkungan dari Taiwan dapat bersaing di tingkat dunia.

Benang ramah lingkungan ini dibuat melalui proses yang cermat. Botol PET bekas dikumpulkan, dipotong menjadi serpihan kecil, lalu dipanaskan hingga meleleh dan diubah menjadi butiran ester yang lebih kecil dari sebutir beras. Meski berasal dari limbah plastik, komposisi dan sifat fisiknya hampir sama dengan plastik murni yang dibuat dari minyak bumi. Dari sana, benang

ini diproses lebih lanjut hingga menghasilkan kain berkualitas tinggi yang mampu menyerap kelembapan, menghilangkan keringat, serta tetap elastis dan nyaman digunakan.

Keberhasilan jersey daur ulang ini membuka peluang lebih luas bagi bahan tekstil ramah lingkungan. Pada tahun 2022, DA.AI Technology menghadirkan inovasi terbaru dalam pameran Expo Aksi Berkelanjutan Asia Pasifik. Selain memamerkan selimut darurat, tas ransel, dan



Dok. DA.AI Tech

Bahan-bahan daur ulang yang telah diproses ini kemudian digunakan untuk memproduksi produk ramah lingkungan seperti pakaian, tempat tidur, selimut ramah lingkungan, dan produk tekstil sehari-hari lainnya.

kaos polo yang sering digunakan oleh relawan Tzu Chi, mereka memperkenalkan koleksi pakaian modern dengan sentuhan klasik bernama "Chuanxin" (mewariskan energi).

Para relawan Tzu Chi yang tampil di atas panggung mengenakan busana dengan desain minimalis dan warna-warna netral, mencerminkan kesan sederhana, nyaman, dan elegan. "Desain ini menampilkan harmoni yang sempurna—bahan kainnya bersih, potongannya rapi dan sopan, serta mencerminkan keindahan yang sederhana namun penuh makna," ujar pembawa acara pameran.

Menurut Direktur Desain DA.AI Technology, Hong Ruocen, pakaian dalam

koleksi "Chuanxin" dibuat dari botol PET yang dikumpulkan oleh pusat daur ulang Tzu Chi. Setiap pakaian mengandung beberapa botol PET yang telah didaur ulang. Bahkan, informasi tentang jumlah botol yang digunakan serta penghematan karbon, air, dan minyak dibandingkan dengan bahan konvensional, dicantumkan dengan jelas dalam katalog produk.

Untuk mengurangi dampak polusi dari pewarnaan kain, sebagian besar pakaian dalam koleksi ini hadir dalam warna hitam, putih, biru, abu-abu, dan hijau. Warna-warna ini diperoleh dengan cara alami—botol PET transparan menghasilkan kain putih, botol hijau apel menghasilkan kain hijau, sedangkan



warna hitam diperoleh dengan mencampurkan butiran plastik transparan dengan karbon hitam sebelum dilelehkan dan diolah menjadi benang. Teknik yang sama digunakan untuk menghasilkan kain biru.

Selimit ramah lingkungan yang diproduksi oleh DA.AI Technology juga menggunakan metode serupa. Warna abu-abu khas selimit ini tercipta dengan mencampurkan benang hitam dan putih. Sebagai contoh, satu selimit berukuran 2,3 meter x 1,8 meter dibuat dari 67 botol PET, mengurangi sekitar 4,2 kilogram emisi karbon, serta menghemat 180 liter air dan 1 liter minyak dibandingkan dengan metode produksi konvensional.

Tak berhenti di situ, pada tahun 2015, DA.AI Technology memperkenalkan

teknologi daur ulang generasi kedua yang disebut *Recycle to Recycle (R2R)*. Teknologi ini memungkinkan sisa kain dari proses pembuatan selimit untuk dihancurkan, dilelehkan, dan dibentuk kembali menjadi bahan baru. Hasilnya adalah kain dengan warna abu-abu gelap yang lebih merata dan lebih mendekati warna hitam, tanpa perlu pewarna tambahan.

Dengan inovasi yang terus berkembang, benang daur ulang Taiwan semakin membuktikan bahwa mode dan keberlanjutan dapat berjalan beriringan. Dari botol plastik yang tak lagi terpakai, tercipta produk berkualitas tinggi yang tidak hanya nyaman dipakai tetapi juga berkontribusi terhadap kelestarian lingkungan.



Dok. DA.AI Tech

Setelah sertifikasi Cradle to Cradle®, DA.AI Tech mengubah kain daur ulang menjadi chip PET, menghasilkan produk ramah lingkungan seperti selimit ramah lingkungan. Dari 2003 hingga 2020, Tzu Chi telah mendistribusikan 1.172.668 selimit ini ke penyintas bencana di 44 negara.



Dok. DA.AI Tech

Pada Pameran Aksi Keberlanjutan Asia-Pasifik, DA.AI Technology menampilkan berbagai produk *fashion* dan produk ramah lingkungan yang terbuat dari botol PET daur ulang.

### Bersama Menjaga Bumi dari Limbah Fashion

Dari kisah Marini yang memilih *thrifting*, Setali Indonesia yang merintis *upcycling*, hingga Nymphaea yang lahir dari kreativitas anak muda, satu hal menjadi jelas—industri *fashion* tidak harus selalu berkontribusi pada permasalahan lingkungan. Dengan kesadaran dan langkah konkret, setiap individu bisa menjadi bagian dari solusi.

*Fast fashion* telah menjadi salah satu penyumbang terbesar limbah tekstil di dunia. Namun, masyarakat masih memiliki kesempatan untuk mengubah kebiasaan konsumtif menjadi lebih bijak dan berkelanjutan. Dengan memilih membeli pakaian bekas, mendukung produk *upcycled*,

atau bahkan sekadar merawat pakaian agar lebih tahan lama, mereka sudah ikut berperan dalam mengurangi dampak negatifnya.

Mari bersama-sama lebih peduli terhadap apa yang kita kenakan. Sebelum membeli pakaian baru, tanyakan pada diri sendiri: apakah kita benar-benar membutuhkannya? Bisa jadi ada alternatif lain yang lebih ramah lingkungan dan tetap *stylish* karena setiap keputusan kecil yang kita ambil, jika dilakukan oleh banyak orang, bisa membawa perubahan besar.

Saatnya bergerak bersama untuk masa depan yang lebih hijau, lebih sadar, dan lebih berkelanjutan karena Bumi ini bukan hanya milik kita hari ini, tetapi juga untuk generasi yang akan datang. ■





Stephen Ang: Relawan Tzu Chi Jakarta

Arimami Suryo Asmoro

## Mengabadikan Jejak Kebaikan

Penulis: Hadi Pranoto

*“Muda, bersemangat, dan penuh komitmen. Tiga predikat ini rasanya tepat disematkan dalam diri Stephen Ang. Lebih dari 15 tahun panggilan hati menuntunnya menapaki jejak sejarah di Tzu Chi. Bukan hanya mencatat sejarah insan Tzu Chi Indonesia, tetapi ia juga salah satu pelaku sejarah di dalamnya.”*

**B**agi sebagian orang, menemukan panggilan hidup bukanlah sesuatu yang instan. Demikian pula dengan perjalanan Stephen Ang, relawan Komite Tzu Chi Indonesia yang konsisten mengabdikan diri dalam merekam, mencatat, dan mengabadikan jejak sejarah insan Tzu Chi di Indonesia.

Perjalanan Stephen menuju dunia kerelawanan berawal dari sebuah momen tak terduga di tahun 2007, ketika ia tanpa sengaja melihat Jing Si Books & Cafe di Mal Kelapa Gading, Jakarta Utara. Merasa adanya perbedaan dengan toko-toko buku pada umumnya, Stephen yang penasaran pun mencoba mencari tahu. “Sambil melihat



Dok. Pribadi

Menjadi relawan *Zhen Shan Mei* (Dokumentasi) menjadi panggilan hati Stephen Ang. Bersama relawan ZSM lainnya, selama 15 tahun lebih ia konsisten merekam, mencatat, dan mendokumentasikan jejak sejarah insan Tzu Chi Indonesia.

buku-buku, saya sempat tanya-tanya tentang tempat ini. Saat itu ada wanita berseragam biru-putih yang kasih saya *Buletin Tzu Chi*,” kenangnya. Sempat membaca sekilas, pria kelahiran tiga puluh sembilan tahun silam ini pun mendapatkan gambaran tentang kegiatan-kegiatan sosial di dalamnya. Namun, jalinan jodoh saat itu belum terajut.

Buletin itu tersimpan bertahun-tahun hingga akhirnya pada tahun 2010, ia kembali teringat pada seragam relawan yang ia lihat di toko buku tersebut ketika tengah menonton tayangan televisi. “Saat itu saya sedang bosan menonton acara TV yang isinya itu-itu aja, dan mulai mencari *channel* baru. Tanpa sengaja saya menemukan DAAI TV,” katanya.

Stephen menonton drama yang sedang diputar dan merasa terkesan dengan nilai-

nilai positif yang menginspirasi. Drama yang menceritakan kisah nyata itu juga berbahasa Hokkian. “Kebetulan saya dari Medan, dan merasa (bahasa) Hokkian mereka berbeda dengan yang biasa saya dengar, jadi saya penasaran dan terus nonton,” ungkapnya. Sejak saat itu, Stephen selalu setia menyaksikan drama-drama DAAI TV dan mengetahui bahwa DAAI TV juga menayangkan kegiatan relawan Tzu Chi.

“Lalu saya ingat kalau beberapa tahun lalu saya juga pernah baca buletinnya,” kenangnya. Tanpa ragu, Stephen segera mencari informasi lebih lanjut tentang Tzu Chi. Dari website Tzu Chi ([www.tzuchi.or.id](http://www.tzuchi.or.id)) ia mendapatkan info sosialisasi calon relawan di Jing Si Books & Cafe Pluit. Karena penasaran, sehari sebelumnya ia berkunjung untuk



mencari tahu dan bertemu dengan Livia Lie, manajer toko Buku Jing Si yang juga relawan Komite Tzu Chi. “Karena tahu saya seorang fotografer, Livia *Shijie* kemudian mengajak saya untuk bergabung menjadi relawan dokumentasi (3 in 1),” kata Stephen.

### Mengatasi Tantangan dengan Hati Terbuka

Sejak awal bergabung, Stephen sudah berfokus di 3 in 1 (Artikel, Foto, dan Video). Dengan latar belakang sebagai fotografer dan editor video, Stephen merasa cocok dengan misi ini. “Awalnya tidak menyangka kalau dokumentasi ini ternyata juga termasuk bentuk kontribusi. Saya pikir relawan hanya membantu orang-orang yang membutuhkan, tetapi ternyata mendokumentasikan kegiatan juga bagian dari menyebarkan kebaikan,” ungkapnya.

Menjadi relawan dokumentasi Tzu Chi bukanlah tanpa tantangan. Awalnya Stephen yang bisa dibilang seseorang yang cukup perfeksionis merasa bahwa semua kegiatan harus terdokumentasikan secara sempurna. Namun di Tzu Chi, bungsu dari empat bersaudara ini juga belajar untuk menerima kelebihan dan kekurangan orang lain. “Saya belajar memahami bahwa setiap orang memiliki kemampuan yang berbeda-beda. Yang terpenting bukan hanya hasil akhirnya, tetapi niat kita untuk berbuat baik,” tegasnya.

Selain menemukan panggilan hidupnya, Stephen juga menemukan pasangan hidupnya di Tzu Chi. Ia menikah dengan Melliza Suhartono pada 28 September 2019. “Kami berdua sama-sama aktif sebagai relawan. Itu membuat kami saling mendukung dalam menjalankan tugas,” ujarnya. Bersama-sama

menjadi relawan juga membuat langkah keduanya menjadi lebih mantap dan lapang. Bahkan hampir di dalam kegiatan keduanya bisa hadir bersama. Ibarat sendok dan garpu, keduanya saling melengkapi dengan fungsi dan tanggung jawabnya masing-masing. Kalimat dari Master Cheng Yen yang selalu Stephen pegang adalah, “Katakan yang kamu lakukan, lakukan yang kamu katakan.” Sebuah prinsip sederhana yang mencerminkan integritas, ketulusan, dan komitmen dalam mengabdikan bagi kemanusiaan.

Sebagai relawan *Zhen Shan Mei* (Dokumentasi) tentu Stephen banyak bersentuhan dengan berbagai kegiatan di semua misi, seperti kunjungan kasih, survei calon pasien, pembagian paket sembako, baksos kesehatan, hingga bantuan bencana.

Bencana banjir Jakarta tahun 2013 menjadi salah satu pengalaman yang paling berkesan baginya. “Saat itu bertepatan dengan ulang tahun saya. Saya tidak merayakan seperti biasanya, tetapi turun langsung ke lapangan untuk membantu korban banjir di Muara Baru. Kami membagikan sembako dan bantuan lainnya, bahkan harus naik perahu untuk sampai ke rumah-rumah warga,” katanya mengenang.

Hal ini membawa kesan tersendiri baginya. Terlebih ini adalah pengalaman pertamanya ikut langsung memberikan bantuan kepada korban banjir. “Sebelumnya saya paling hanya bisa melihat bencana dari berita atau membantu dengan berdonasi, tetapi kali ini saya bisa terjun langsung ke lapangan untuk memberikan bantuan. Saya bisa ikut merasakan bagaimana kondisi warga yang terkena banjir,” ungkap Stephen haru.



Dok. Pribadi

Bersama-sama menjadi relawan Tzu Chi, Stephen dan Melliza saling mendukung dan melengkapi. Integritas, ketulusan, dan cinta berpadu dalam langkah bersama dalam kemanusiaan.

### Mengemban Tanggung Jawab yang Lebih Besar

Pada tahun 2020, Stephen yang dilantik sebagai Komite Tzu Chi pada tahun 2015 ini diberi kepercayaan sebagai Ketua *He Xin Zhen Shan Mei*, koordinator relawan dokumentasi Tzu Chi di Indonesia. Sebagai *He Xin Zhen Shan Mei*, tanggung jawabnya bukan hanya fokus pada kegiatan dokumentasi saja, tetapi juga memastikan bahwa setiap relawan memahami filosofi di balik setiap rekaman yang mereka buat. “Master Cheng Yen selalu menekankan bahwa relawan 3 in 1 atau *Zhen Shan Mei* bukan hanya sekadar mencatat, tetapi juga harus bisa menginspirasi orang lain untuk turut berbuat baik,” ungkapnya.

Menurut Stephen, menjadi relawan *Zhen Shan Mei* berarti juga mewakili Master Cheng Yen, menjadi mata dan telinga beliau. “Master tidak pernah keluar dari Taiwan. Semua kisah yang disampaikan dalam *Lentera Kehidupan* merupakan rekaman yang berasal dari para

relawan Tzu Chi di seluruh dunia. Oleh karena itu kita harus lebih giat membantu Master dalam menyebarkan kisah-kisah humanis,” katanya, “setiap orang di Tzu Chi adalah mata dan telinga Master. Semakin banyak yang mendokumentasikan, semakin banyak pula kisah inspiratif yang bisa kita bagikan kepada dunia.”

Bagi Stephen, bisa memiliki jodoh bertemu dengan Master Cheng Yen, seorang guru yang bijak adalah sebuah berkah, dan sudah seharusnya kita terus menggenggam kesempatan yang ada. Kalau sudah yakin dan bertekad untuk mengikuti langkah Master Cheng Yen, maka jalankan saja, “*just do it*” dengan sepenuh hati. “Semoga kita semua bisa terus mengikuti jejak Master Cheng Yen, mendalami Dharma, dan mengabadikan setiap jejak cinta kasih Tzu Chi dengan penuh dedikasi,” ajak Stephen bersemangat. ▣



## KISAH HUMANIS

# Rayakan Imlek dengan Sukacita dan Kepedulian

Teks: Anand Yahya

*Perayaan Imlek, yang dikenal sebagai sambutan tahun baru bagi masyarakat keturunan Tionghoa, adalah momen yang sangat penting. Lebih dari sekadar pergantian tahun, Imlek memiliki sejarah yang panjang dan sarat makna. Ini adalah waktu untuk bersyukur atas pencapaian di tahun sebelumnya sekaligus memohon keberuntungan untuk tahun yang akan datang.*

Di Indonesia, perayaan Imlek selalu disambut dengan sukacita dan kemeriahan, meskipun hujan kadang turun sepanjang hari. Berbagai tradisi seperti menghias rumah dengan warna merah, mengenakan pakaian merah, dan menyajikan hidangan khas Imlek menjadi bagian penting dari perayaan ini. Kaya akan tradisi dan penuh makna, Imlek 2025 pun menjadi momen yang dinanti oleh masyarakat Tionghoa di seluruh dunia, termasuk Indonesia. Lebih dari sekadar perayaan, Imlek juga menjadi waktu untuk refleksi dan mengukir harapan akan tahun yang lebih baik.

Dalam semangat ini, Yayasan Buddha Tzu Chi Indonesia turut berpartisipasi dengan menunjukkan kepedulian sosialnya. Secara rutin, mereka memberikan paket sembako kepada masyarakat prasejahtera dalam setiap perayaan keagamaan. Tindakan ini menjadi wujud nyata dari cinta kasih universal yang ingin mereka sebarkan, memberikan harapan dan kebahagiaan di tengah masyarakat.

Pembagian paket Imlek 2025 pun dilaksanakan dengan penuh antusiasme. Kegiatan ini berlangsung dari 11 hingga 25 Januari 2025 oleh relawan komunitas Tzu Chi di berbagai lokasi.

Di komunitas *He Qi* Utara 1, Muara Karang, dan PIK: 220 paket dibagikan, sementara di *He Qi* Pusat: 2.020 paket. Di *He Qi* Utara 1 dan Pluit: 650 paket dibagikan, dan di *He Qi* Utara 2 dan Angke: 650 paket. Tak ketinggalan, *He Qi* Barat 2: 130 paket, *He Qi* Barat 1: 680 paket, *He Qi* Timur: 200 paket, *He Qi* Tangerang: 800 paket, dan *He Qi* Cikarang: 1.300 paket.

Secara keseluruhan, sebanyak 6.650 paket telah dibagikan kepada masyarakat Tionghoa yang tersebar di wilayah Jabodetabek dan Cikarang. Yayasan Buddha Tzu Chi berharap bantuan ini dapat meringankan beban ekonomi warga yang merayakan Imlek 2576 Kayu Ular (2025) dengan penuh kebahagiaan bersama keluarga.

Agus Minan, Koordinator Pembagian Paket Imlek di Wihara Hemadhiro Mettavati dan Wihara Dirghayuka Prabha di wilayah Kapuk, menyampaikan bahwa bantuan sembako ini diperuntukkan bagi keluarga Tionghoa yang kurang mampu, agar mereka dapat merayakan Imlek dengan sukacita. "Kami berharap, dengan adanya pembagian sembako ini, beban ekonomi mereka dapat sedikit berkurang, sehingga mereka bisa merayakan Imlek bersama keluarga dengan penuh kebahagiaan," ujar Agus di sela-sela acara.

## Hidup dalam Kepedulian

Di Wihara Punna Karya, relawan komunitas *He Qi* Tangerang menyiapkan 230 paket sembako untuk umat dan warga sekitar yang membutuhkan. Salah satu penerima paket Imlek di Tangerang, Rusmiati, warga Ciakar, Kelurahan Panongan, mengungkapkan rasa terima kasihnya atas bantuan tersebut. "Kegiatan sosial seperti ini sangat bermanfaat, terutama bagi mereka yang benar-benar membutuhkan. Semoga kegiatan ini terus berlanjut," ujarnya.



Arimami Suryo A.

Relawan Tzu Chi komunitas *He Qi* Tangerang membagikan 230 paket sembako berupa beras dan Mi DAAI kepada umat Wihara Punna Karya di Curug Kulon, Kabupaten Tangerang. Kegiatan ini dilakukan sebagai bentuk kepedulian dan berbagi berkah menjelang perayaan Imlek 2025.





Anand Yahya



Anand Yahya

Relawan Tzu Chi dari komunitas *He Qi* PIK dan *He Qi* Muara Karang bersama-sama menyusun paket sembako di Vihara Hemadhiro Mettavati, Kapuk, Cengkareng, Jakarta Barat. Paket-paket ini akan dibagikan kepada umat dan warga setempat sebagai persiapan menyambut Imlek 2025 (kiri). Bikkhu Pharakhru Baidika Bodhi Thera ikut terlibat dalam kegiatan menyiapkan paket sembako bersama relawan Tzu Chi. Beliau juga turut memberikan paket sembako secara simbolis kepada lima orang Lansia yang membutuhkan (kanan).

Rusmiati merasa sangat terbantu dengan adanya paket sembako tersebut. “Beras dan mi ini sangat bermanfaat untuk kebutuhan sehari-hari, terutama bagi saya sebagai ibu rumah tangga. Bantuan ini bisa menghemat

pengeluaran keluarga selama beberapa hari ke depan,” tambahnya penuh syukur.

Di lokasi lain namun dengan perasaan serupa, dirasakan oleh Taeng (76), warga Kapuk, Jakarta Barat. Meskipun usianya

sudah lanjut, ia dengan tertatih membawa paket sembako yang berisi 10 kg beras, 10 bungkus mi DAAI, dan kue keranjang menuju rumahnya. Senyum tak pernah lepas dari wajahnya meskipun harus melewati jalan sempit dan berlumpur untuk sampai ke rumah panggung sederhana di atas rawa, tempat tinggalnya bersama anak perempuan, menantu, dan tiga cucu, salah satunya penyandang disabilitas.

Setelah mengalami kecelakaan beberapa tahun lalu, Taeng tidak lagi bisa bekerja dan sangat bergantung pada bantuan anaknya. Bantuan sembako ini sangat berarti bagi keluarganya. “Saya sangat berterima kasih. Semoga Tuhan memberkati semua yang telah memberi bantuan ini,” ucapnya penuh haru.





Arimami Suryo A.

Relawan Tzu Chi, Vivi Angel, terlihat membantu merapikan bantuan sembako yang disiapkan oleh Sayem dan anaknya di dapur rumah, di daerah Curug Kulon, Kab. Tangerang (atas). Taeng (76) bersama cucu dan anaknya, warga RT 010/01, Kelurahan Kapuk, Cengkareng, Jakarta Barat, menerima dengan penuh rasa syukur dan kebahagiaan paket sembako yang terdiri dari 10 kg beras, 10 bungkus Mi DAAI, dan 2 pcs kue keranjang dari Tzu Chi. Bantuan ini sangat membantu mereka dalam merayakan Imlek (bawah).



Arimami Suryo A.

### Harapan untuk Masa Depan

Rifal Tanu Wijaya (33), warga Cikarang, juga merasakan manfaat dari pembagian paket Imlek ini. Ia kini belum bisa bekerja karena masih merasakan nyeri di kakinya. Sejak 2019, Rifal menderita *Ankylosing Spondylitis (autoimun)*, sebuah kondisi yang menyebabkan seluruh tubuhnya kaku dan

mengalami nyeri sendi. Pada awal 2024, ia terdaftar sebagai penerima bantuan khusus Tzu Chi (*Gan En Hu*) untuk biaya pengobatan rutin. Rifal adalah salah satu penerima paket Imlek di wilayah Cikarang.

“Bos di bengkel tempat saya kerja dulu yang memberi tahu tentang Yayasan Buddha Tzu Chi setelah melihat saya sering mengeluh



Arimami Suryo A.

Rifal Tanu Wijaya (Baju putih, celana putih) dengan sukacita mendapatkan paket Imlek dari Yayasan Tzu Chi. Rifal adalah salah satu penerima bantuan khusus Tzu Chi berupa bantuan biaya pengobatan *Ankylosing Spondylitis* yang dideritanya.

sakit sendi. Berkat bantuan Tzu Chi, saya bisa mendapatkan suntikan yang biayanya enam juta rupiah sekali suntik. Tanpa bantuan ini, saya tidak tahu bagaimana nasib saya,” ungkapnya penuh rasa syukur.

Rifal pun bertekad untuk bergabung menjadi relawan Tzu Chi jika kondisinya membaik. “Jika nanti saya sehat, saya ingin bergabung di Tzu Chi untuk membantu orang lain seperti yang dilakukan para relawan Tzu Chi,” tekad Rifal dengan semangat.

Yeniwati (68), salah satu penerima bantuan lainnya, juga sangat bersyukur atas paket Imlek yang diterimanya. Tinggal seorang diri di kios kecil berukuran 4x4 meter, ia harus dibantu tetangganya untuk membawa paket sembako yang diberikan oleh Tzu Chi.

“Saya sangat bersyukur. Dengan bantuan ini, saya bisa memasak untuk makan sehari-hari. Dulu saya berdagang, tapi usaha saya habis karena utang bank,” kata Yeni dengan mata berkaca-kaca. “Ini pertama kalinya saya mendapat bantuan seperti ini. Saya sangat berterima kasih kepada para relawan Tzu Chi,” tambahnya penuh rasa terima kasih.

Veriyanto, Ketua *He Qi* Cikarang, berharap bingkisan kecil ini dapat menjadi simbol persaudaraan, persatuan, dan cinta kasih sesama. “Melalui paket perayaan Imlek, Waisak, Natal, dan Idul Fitri yang kami berikan setiap tahun, kami berharap dapat menumbuhkan rasa kemanusiaan dalam diri pemberi dan penerima. Dengan begitu, kita bisa membangun masyarakat yang lebih harmonis,” pungkasnya. ▣



# Harmoni dengan Alam

Teks: Erli Tan

Sejak tahun 1990, Master Cheng Yen, pendiri Yayasan Buddha Tzu Chi, menyerukan pentingnya pelestarian lingkungan. Imbauan ini hingga kini terus diterapkan oleh insan Tzu Chi di berbagai belahan dunia. Di Indonesia, prinsip keberlanjutan ini juga diwujudkan dalam pembangunan gedung Tzu Chi Center di Pantai Indah Kapuk, Jakarta Utara, dan berlanjut pada penggunaannya yang sudah berjalan 13 tahun.

Di era modern ini, konsep ramah lingkungan bukan lagi sekadar tren, namun sudah menjadi kebutuhan untuk keberlanjutan hidup. Konsep yang sering disebut sebagai *Green Office* ini menjadi solusi bagi perusahaan atau organisasi dalam mengurangi dampak negatif terhadap lingkungan dari aktivitas yang dilakukan. Penerapan pelestarian lingkungan di gedung yang diresmikan pada tahun 2012 ini, terlihat nyata mulai dari pembangunannya hingga pengelolaannya.

## Arsitektur Ramah Lingkungan

Sejak awal, bangunan Tzu Chi Center telah dirancang dengan mengedepankan prinsip ramah lingkungan. Herman, Project Manager Tzu Chi Indonesia, menjelaskan



Tzu Chi Center, yang diresmikan tahun 2012, berdiri megah di tengah rindangnya pepohonan, cerminan harmoni antara manusia dan alam.

Anand Yahya

bahwa pemilihan material sangat diperhatikan. "Material-material yang dipakai itu semua ramah lingkungan, khususnya di bagian fasad gedung (bagian luar gedung) ini kita semuanya memakai batu sikat, dan material batu sikat ini diimpor seratus persen dari Taiwan," ungkapnya.

Bangunan Tzu Chi di Indonesia memang mengikuti standar desain dari bangunan Tzu Chi di kantor pusatnya di Taiwan. Herman menyebutkan bahwa penggunaan batu sikat ini tidak hanya memberikan estetika seragam berwarna abu-abu, tetapi juga mengurangi biaya perawatan jangka panjang

karena tidak memerlukan pengecatan ulang. "Bentuk bangunan itu bukan hanya di Tzu Chi Indonesia, tapi bangunan Tzu Chi di Taiwan dan Tzu Chi di tempat lain semua warnanya sama, abu-abu," lanjutnya.

Lebih lanjut, Herman juga memaparkan bahwa desain bangunan juga mem-





Arimami Suryo A.

Winarso (kiri), Kepala Building Management Tzu Chi Center, dan Herman, Project Manager Tzu Chi Indonesia saat meninjau STP (Sewage Treatment Plant) yaitu treatment yang dilakukan untuk mendaur ulang air di Tzu Chi Center, PIK, Jakarta Utara.

pertimbangan efisiensi energi. Dengan adanya balkon di sekeliling bangunan yang terdapat di hampir setiap lantai, panas dari sinar matahari akan terpantul dahulu di balkon. Kondisi ini bisa menekan panas yang masuk ke dalam ruangan, dengan demikian diharapkan penggunaan pendingin udara di dalam ruangan dapat berkurang. Selain itu, jendela-jendela besar di seluruh bangunan memungkinkan pencahayaan alami yang optimal sekaligus meningkatkan sirkulasi udara. “Jadi kalau kita *perhatiin* di zona Tzu Chi Center ini tidak ada satu ruangan pun yang tidak ada cahaya (dari luar), yang benar-benar tertutup total, kecuali studio ya itu kan *requirement* khusus,” tambah Herman.

Selain itu, atap bangunan di Tzu Chi Center juga sudah didesain agar bisa dimanfaatkan untuk memasang solar panel. Langkah ini merupakan upaya nyata dalam mengurangi ketergantungan pada listrik konvensional. “Secara desain kita arahnya simpel tapi ramah lingkungan. Tzu Chi Center juga banyak ruang hijau seperti taman di lantai empat, jembatan (antar gedung) itu. Zaman 10 tahun lalu itu jarang ada diadopsi taman seperti itu, tapi sebenarnya konstruksinya tidak susah, meskipun ada pohon-pohon besar, itu hanya perlu dipilih pohon yang akarnya tidak merusak bangunan.” Herman menjelaskan bahwa dari sisi desain memang menyiapkan



Arimami Suryo A.

Pemanfaatan air daur ulang (kiri). Di atap gedung Tzu Chi Center, terpasang solar panel yang digunakan sebagai salah satu upaya pelestarian lingkungan dengan memanfaatkan tenaga surya (kanan).

banyak ruang terbuka hijau yang bukan hanya terdapat di lantai dasar.

#### Pemanfaatan Air Daur Ulang

Pengelolaan air juga menjadi fokus utama dalam operasional gedung ini. Sejak awal, bangunan dirancang untuk memanfaatkan sumber daya air secara efisien. Di bawah gedung utama Tzu Chi Center ini terdapat penampungan air hujan berkapasitas besar. “Di gedung ini kita ada namanya *Rain Water Tank* (RWT), tapi itu sebenarnya standar di seluruh gedung-gedung di Indonesia ya. Jadi dari awal desain kita udah *terapin* konsep itu, konsep ramah lingkungan lah, jadi airnya itu bisa dipakai kembali,” jelas Herman.



Arimami Suryo A.

Senada dengan Herman, Winarso, Kepala *Building Management* Tzu Chi Center, menambahkan bahwa air hujan yang tertampung di RWT digunakan secara optimal untuk operasional gedung. “Kita memiliki penampungan air hujan yang kapasitasnya 1.300 meter kubik. Untuk penggunaan AC kan kita ada *chiller* (pendingin) yang membutuhkan banyak air. Nah kalau musim hujan ini irit sekali, karena air hujan itu kita pakai untuk air *chiller*, itu penggunaannya bisa memenuhi 50-60 persen dari kebutuhan air *chiller*,” papar Winarso.

Selain air hujan, air toilet di Tzu Chi Center juga didaur ulang. Sebanyak 70% dari air yang digunakan untuk menyiram taman-



taman di area Tzu Chi Center ini berasal dari air daur ulang. "Air untuk *flushing* toilet itu semuanya kan jadi air kotor yang semestinya sudah dibuang, nah air ini kita tampung dan diproses melalui suatu *treatmentnya*, namanya STP (*Sewage Treatment Plant*). Kita olah di situ semuanya," jelasnya. Winarso meyakinkan bahwa air hasil daur ulang tersebut adalah aman dan tidak berbahaya, karena setiap hasil olahan itu sudah melalui pemeriksaan laboratorium.

### **Budaya Ramah Lingkungan dalam Keseharian**

Konsep *green office* di Tzu Chi Center tidak hanya diterapkan pada desain dan teknologi, tetapi juga dalam budaya kerja

dan gaya hidup para penghuni gedung. Karyawan dan relawan di area Tzu Chi Center juga diimbau menerapkan langkah-langkah maupun upaya melestarikan lingkungan, seperti mengurangi penggunaan barang sekali pakai, menghemat penggunaan air dan listrik, memilah sampah, hingga mengolah sampah organik menjadi cairan pembersih serba guna seperti *eco enzyme*.

"Jadi kami di sini semua berlatih untuk tidak menggunakan barang sekali pakai, berlatih untuk lebih bersih, berlatih untuk berbudaya sesuai budaya Tzu Chi, yaitu budaya humanis Tzu Chi, itu yang kita tekankan," sebut Winarso yang sudah mengenal Tzu Chi sejak 28 tahun yang lalu.

Dalam hal penanganan sampah yang juga berada di bawah lingkup kerjanya, Winarso dan timnya juga mengolah sendiri sampah-sampah organik terutama yang bisa digunakan untuk membuat *eco enzyme*. "Sehari-harinya untuk *maintenance* gedung ini kita juga menggunakan *eco enzyme*, kita sendiri ada produksi, timnya Bu Apit (bagian dapur) juga ada produksi. Nah ini sangat bagus sekali untuk mengatasi misalnya bau tidak enak, atau sesuatu yang kotor atau

Di dalam area Tzu Chi Center, taman atau ruang terbuka hijau dibuat seoptimal mungkin, sehingga bukan hanya terdapat di lantai dasar, namun juga di ruang terbuka di lantai 4.

tempat yang susah dibersihkan, *eco enzyme* ini sangat manjur dan banyak manfaatnya," tukasnya.

Tzu Chi Center juga memberikan perhatian khusus pada penghijauan. Di setiap sudut kompleks, taman-taman hijau terlihat cukup mendominasi. Tidak heran kalau pengunjung yang pertama kali masuk ke Tzu Chi Center ini kebanyakan berkomentar bahwa lingkungannya asri, adem, tenang, dan sangat nyaman. Dengan komitmen kuat dari para penghuninya, Tzu Chi Center tidak hanya menjadi tempat bekerja, tetapi juga menjadi inspirasi bagi banyak pihak untuk turut menjaga kelestarian Bumi. 🌱



Arimami Suryo A.

Salah satu optimalisasi cahaya dalam pembangunan Tzu Chi Center yaitu dari desain ruangan yang memungkinkan setiap ruangan mendapat cahaya dari luar sebagai upaya efisiensi energi.



Arimami Suryo A.



## Rumah Sopan, Sebuah Oase di Tengah Kepadatan Kota

Teks dan Foto: Khusul Khotimah

*Di tengah hiruk pikuk Kota Bekasi, keberadaan Rumah Sopan bagai oase yang menawarkan ketenangan, keasrian, dan udara yang segar. Rumah sopan adalah harmoni antara manusia dan lingkungan.*

Perintah untuk merawat bumi ada dalam setiap agama dan keyakinan. Dalam ajaran Buddha, Buddha mengajarkan penghormatan terhadap semua bentuk kehidupan dan menghindari tindakan yang menyebabkan kerusakan pada alam. Karma juga berperan di mana tindakan merusak alam membawa konsekuensi buruk bagi individu dan masyarakat.

Dalam Islam, menjaga bumi dan alam adalah tanggung jawab umat manusia sebagai khalifah atau pemimpin di bumi. Banyak ayat dalam Al-Qur'an dan hadis mengajarkan pentingnya menjaga keseimbangan alam, melestarikan lingkungan, dan tidak merusak bumi.

Di Kristen, menjaga bumi dianggap sebagai tanggung jawab yang diberikan Tuhan pada umat manusia. Dalam Kitab Kejadian (1:28), Tuhan memberi mandat pada manusia untuk memelihara bumi. Ini dilihat sebagai panggilan untuk merawat ciptaan Tuhan dengan penuh tanggung jawab dan kasih.

Dalam Hindu, bumi sering dianggap sebagai Dewi (Bhu Devi) yang harus dihormati

dan dilindungi. Banyak ajaran Hindu yang mengajarkan pentingnya keselarasan dengan alam dan keberlanjutan lingkungan. Konsep



Setiap inci lahan di Rumah Sopan dipenuhi dengan tanaman yang tidak hanya mempercantik, tapi juga berfungsi sebagai penyaring polusi udara.





Mengunjungi Rumah Sopan, kesan pertama yang muncul adalah suasana rindang yang begitu menenangkan.

Ahimsa atau tidak menyakiti juga diterapkan dalam menjaga alam agar tidak rusak.

Secara umum meski setiap agama pendekatan dan penekanannya sedikit berbeda, namun prinsip dasar untuk menjaga dan merawat bumi sebagai amanah dari Tuhan adalah hal yang universal. Sayangnya masih banyak orang mengabaikan hal ini, bahkan melakukan hal-hal yang justru merusak bumi.

#### **Keberadaan Rumah Sopan**

Di bilangan Jatimakmur, Pondok Gede, Bekasi terdapat sebuah rumah tinggal yang diberi nama Rumah Sopan. Pemiliknya bernama Sony Teguh Trilaksono, seorang dosen dan penggiat lingkungan.

Sopan adalah akronim dari Seni, Olahraga, Pendidikan, Akhlak, dan Niaga. Tidak hanya

sekadar menjadi tempat percontohan, Rumah Sopan juga menjadi wadah bagi orang-orang yang ingin belajar dan berpartisipasi dalam gerakan pelestarian lingkungan. Setiap orang yang datang untuk mengikuti pelatihan atau konsultasi akan menjadi bagian dari komunitas yang didorong untuk mengimplementasikan solusi lingkungan di rumah mereka masing-masing.

Berbeda dengan kebanyakan rumah di perkotaan yang cenderung minim ruang terbuka hijau, Rumah Sopan dikelilingi berbagai pohon besar dan tanaman subur. Tanah seluas 1.500 meter persegi, Sony manfaatkan secara maksimal, dengan hanya 500 meter persegi untuk bangunan rumah. Sisanya untuk penghijauan.



Dengan memanfaatkan biopori, rumah ini tidak hanya ramah lingkungan, tetapi juga menjadi tempat yang mendukung keberagaman mikroorganisme tanah yang sehat, seperti cacing dan rayap, yang berperan dalam menjaga keseimbangan ekosistem tanah.

Pohon-pohon besar seperti durian dan rambutan tumbuh subur, menciptakan naungan alami yang membuat suasana di sekitar rumah terasa sejuk dan nyaman meski di tengah cuaca panas. Ini juga membuktikan bahwa tanaman yang biasanya hanya bisa tumbuh di hutan pun bisa berkembang dengan baik di lingkungan perkotaan jika diperlakukan dengan benar.

“Jadi tanah penyuburannya saya pakai biopori dan sumur resapan, jadi semua air yang ada di rumah saya itu saya masukkan ke bawah pakai sumur resapan,” jelasnya.



Biopori adalah pengolahan tanah dengan cara melubangi tanah dan memasukkan sampah organik ke dalamnya. Proses ini membantu mendukung kehidupan mikroorganisme dalam tanah yang sangat penting untuk menjaga kesuburan tanah.

#### **Mengedukasi Masyarakat**

Bermula dari aktif di organisasi Mahasiswa Pecinta Alam (Mapala), Sony muda menyaksikan kerusakan alam yang semakin parah. Ia pun terdorong untuk mengabdikan diri dalam upaya pelestarian lingkungan.





Rumah Sopan menjadi tempat lahirnya berbagai solusi untuk masalah sampah, terutama sampah organik, salah satunya pengomposan (atas). Rumah Sopan seolah tak pernah berhenti berdenyut dengan aktivitas yang memadukan semangat pelestarian lingkungan dengan edukasi bagi masyarakat luas (bawah).

**“Di tengah tantangan perkotaan yang semakin besar, Rumah Sopan mengajarkan bahwa setiap orang, meskipun dengan lahan terbatas, bisa memberikan dampak positif bagi lingkungan. Sebuah rumah idaman, bukan hanya untuk penghuni, tetapi juga untuk bumi.”**

“Lingkungan itu ada tiga masalah; pertama udara, yaitu pencemaran udara. Lalu masalah tanah berupa kerusakan tanah, kesuburan tanah hilang. Yang ketiga masalah air, seperti pencemaran kali, laut. Di kota-kota terjadi tiga unsur itu yaitu udara, tanah, dan air. Tiga unsur inilah yang di Indonesia sekarang ini rusak dan makin rusak,” ujarnya.

Meskipun latar belakangnya bukan ilmu lingkungan, karena ia mendalami berbagai macam hal, ia pun mengajar di IPB, Sekolah Ilmu Lingkungan UI, dan Universitas Brawijaya, berkat pengalamannya.

“Pengalaman saya itu konservasi, pelestarian lingkungan perkotaan. Jadi bukan pelestarian lingkungan di hutan, enggak. Tapi bagaimana melestarikan lingkungan di kota, namanya konservasi lingkungan perkotaan,” terang Sony.

Bagi Sony, konservasi lingkungan perkotaan bukan sekadar teori, melainkan sesuatu yang harus dipraktikkan langsung. Seperti yang sudah ia praktikkan di Rumah Sopan.

Di banyak rumah tangga, sampah organik sering kali dianggap masalah besar, namun melalui pengelolaan yang tepat, sampah organik bisa diubah menjadi kompos yang berguna. Dengan biopori, sampah organik dimasukkan dalam tanah dan diolah oleh mikroorganisme. Bahkan, sejak 2005, Sony tidak pernah membuang sampah keluar rumah karena semua sampahnya sudah terkelola dengan baik.

“Sampah di dapur itu kan paling *banter* sehari itu 0,6 kilo rata-rata di Jakarta. Sedangkan biopori kita itu isinya 10 kilo, jadi kapan penuhnya? Saya mulai ide masukin sampah-sampah daun-daun, dari 2005 sampai sekarang itu berapa tahun? Sudah 20 tahun kan? Saya tidak pernah buang sampah keluar,” jelasnya.

Sony juga mengembangkan konsep bank sampah, tempat bagi masyarakat untuk mengelola sampah plastik dan organik secara terpisah. Sampah plastik yang terkumpul kemudian dijual ke pihak ketiga, sementara sampah organik diproses menjadi kompos.

“Jadi masalah tanah itu sumur resapan dan biopori, polusi saya kurangi dengan tanaman. Paling tidak rumah saya itu polusinya tertahan, debu-debu tertahan oleh pohon-pohon. Lalu air saya masukkan ke tanah. Kalau lagi panas banyak penduduk atau teman, atau warga minta air ke sini. Di sini kan penuh air, dan saya bangun rumah ini, ini kontur asli, saya tidak rusak apa-apa. Saya ikuti saja konturnya. Naik turun, jadi tidak merusak alam dan lingkungan, karena kerusakan kontur menyebabkan bencana-bencana,” pungkasnya.■



Dok. Rumah Sopan



## KISAH HUMANIS

# “Hidup” Kembali dengan Kaki Palsu

Teks dan Foto: Arimami Suryo Asmoro

*Tahun 2023 menjadi tahun yang mengubah jalah hidup Nurtiah. Akibat penyakit Diabetes, mau tak mau ia harus merelakan kaki kanannya diamputasi. Kondisi kehidupannya juga semakin pelik dengan masalah keluarga, namun di tengah bergulirnya cobaan hidup, perlahan Nurtiah bangkit dari keterpurukan setelah berjodoh dengan Tzu Chi.*

Nurtiah (44) tak pernah menyangka bahwa di usianya saat ini ia harus kembali belajar berjalan. Kehidupannya pun berubah drastis semenjak menderita diabetes yang berawal dari pola makan yang buruk. Dan akhirnya, ibu rumah tangga yang tinggal di Kelurahan Cipare, Kota Serang, Banten ini harus kehilangan kaki kanannya akibat penanganan yang kurang tepat untuk penyakit gulanya itu.

Pada awal tahun 2023, Nurtiah mulai memeriksakan kondisi tubuhnya karena kaki kanannya kebas. Ia juga mengalami rasa sakit yang menjalar di seluruh bagian betis saat berjalan, bahkan merasa nyeri ketika kaki tersebut disentuh. Setelah pemeriksaan, dokter terkejut karena kadar gula darah Nurtiah sangat tinggi. Namun, Nurtiah memutuskan untuk menghentikan pengobatan setelah mendengar informasi dari mulut ke mulut mengenai pengobatan alternatif untuk penyakit gula. Ia pun akhirnya memilih untuk mencoba terapi pengambilan darah dengan cara ditusuk jarum.

Beberapa kali Nurtiah mengikuti pengobatan alternatif tersebut. Namun, kondisi kaki kanannya tak kunjung membaik, justru semakin menjadi-jadi. “Lama-lama kok kaki saya menghitam yang bekas luka tusukan jarumnya. Akhirnya saya *nggak* terapi lagi karena dari situ tambah parah, *nggak* karuan,” kenang Nurtiah.

Di tengah kondisi kaki kanannya yang semakin memburuk, ada kader RW di wilayah tempat tinggalnya yang mendengar kondisi Nurtiah. Ia lalu menyarankan Nurtiah segera ke rumah sakit untuk mendapatkan perawatan. “Ada kader RW bilang, ‘udah dirawat aja pakai SKTM (Surat Keterangan Tidak Mampu),’” cerita Nurtiah.

Setelah dirawat dan diobservasi, dokter menyarankan untuk tidak amputasi karena kondisi kaki kanan Nurtiah sudah mulai menghitam. “Harus segera dioperasi (amputasi). Kalau tidak, infeksinya bisa menyebar dan menyebabkan komplikasi,” jelas dokter kepada Nurtiah. Mendengar saran tersebut, Nurtiah merasa sangat terbebani.



Perjuangan Nurtiah untuk bisa bangkit dari keterpurukan akibat penyakit diabetes yang membuatnya harus merelakan kaki kanannya untuk diamputasi. Ia merasa hidup kembali karena bisa berdiri berkat bantuan kaki palsu yang diberikan oleh Yayasan Buddha Tzu Chi Indonesia.

Amputasi di atas lutut bukanlah keputusan yang mudah baginya, dan ia pun berpikir panjang sebelum akhirnya memutuskan apakah ia akan menyetujuinya.

“Ya sudah saya pasrah karena pikir punya anak. Kalau saya *nggak* ada bagaimana anak saya ke depannya. Akhirnya keluarga saya

juga setuju dengan tindakan amputasi. Yang penting saya sehat dan bisa hidup,” ungkap ibu dua anak tersebut.

### **Cobaan Datang Silih Berganti**

Ujian yang dihadapi Nurtiah ternyata tidak berhenti karena harus kehilangan kaki



kanannya saja. Ibarat jatuh tertimpa tangga, setelah operasi suami yang menjadi orang terdekatnya pun menceraikannya karena masalah keluarga. Kehidupan Nurtiah benar-benar terpuruk kala itu. Setiap hari ia hanya bisa menangis meratapi nasibnya dan tidak mau bertemu orang lain. Hingga suatu ketika ia teringat dengan pesan dari ustadzah di tempat Nurtiah mengaji. “Saya ingat dikasih pesan. ‘Bu, Allah *nggak* mungkin ngasih cobaan di luar kemampuan kita’. Dari situ saya mikir mungkin Allah kasih cobaan buat saya sekaligus kasih kekuatan buat saya,” ungkapnya.

Setelah kehilangan kaki kanan, Nurtiah juga mulai menyesuaikan dengan kondisinya yang sekarang. Awalnya ia sering terjatuh karena tidak seimbang, tetapi seiring berjalannya waktu Nurtiah mulai bisa menggunakan tongkat untuk beraktivitas sehari-hari. “Saya juga ada warung kecil di rumah, jadi pikiran-pikiran negatif itu hilang. Ada yang lebih sakit dan terpuruk dari saya. Lalu saya mikirnya masih bisa hidup, beribadah, dan mengurus anak-anak,” ucapnya. Perlahan-lahan Nurtiah pun mulai memikirkan kembali kehidupannya bersama kedua anaknya, Ivana (20) dan Bayu (12).

Bahkan Bayu, anak bungsu Nurtiah pernah berkata dan menyemangati ibunya tersebut. “Iya anak saya yang kecil pernah ngomong begini. ‘Yang penting mama hidup, bisa mengurus Bayu. Kalau nanti bagi rapot, mama bisa pakai kaki palsu terus nanti bisa antar Bayu. Udah mama jangan sedih’. Dari situ hati saya mulai tergerak lagi,” cerita Nurtiah.

Begitu pula dengan anak sulungnya, Ivana yang saat ini bekerja menjadi kasir di minimarket. Untuk menyemangati ibunya, Ivana pun kerap kali berkata kepada Nurtiah bahwa ia akan selalu ada dan menjaga. “Udah sih Mah, sabar aja. Yang penting Mama kan ada *Mpa* (panggilan kecil Ivana). *Mpa* juga *ngurusin* dan jagain mama,” cerita Ivana. Dari Ivana inilah, Nurtiah kemudian bisa berjodoh dengan Tzu Chi serta mendapatkan bantuan kaki palsu untuk menggantikan kaki kanannya yang diamputasi.

Viona, relawan Tzu Chi komunitas *He Qi* Tangerang yang menjadi pendamping Nurtiah juga menceritakan jalinan jodoh awal dengan Nurtiah. “Anaknya almarhum Ibu Siti (penerima bantuan kaki palsu dari Tzu Chi) dan Nurtiah berteman. Mereka saling bercerita kondisi ibunya yang sama-sama di amputasi,” cerita Viona.

Setelah berdiskusi, lalu Ivana pun bertanya kepada anaknya Ibu Siti harus kemana untuk mengajukan bantuan pampers dan kaki palsu. Lalu Ivana diarahkan untuk mengajukan permohonan bantuan ke Kantor Tzu Chi yang ada di daerah Karawaci, Tangerang.

#### **Kebersamaan Lewat Kaki Palsu**

Sebelum bekerja di minimarket, Ivana satu pekerjaan dengan Rani, (putri almarhum Ibu Siti). Ibu Siti awalnya dibantu kaki palsu oleh Tzu Chi karena diamputasi akibat penyumbatan pembuluh darah di kaki kanan. Ivana pun bercerita tentang kondisi ibunya setelah kakinya diamputasi kepada Rani.

Rani yang awalnya sudah punya pengalaman lalu mengajak ibunya mengunjungi Nurtiah di rumah. Akhirnya Ibu



Kaki prostetik milik Nurtiah yang beberapa bagiannya juga menggunakan kaki prostetik milik almarhum ibu Siti. Kehadiran ibu Siti menjadi penyemangat bagi Nurtiah, namun sayang kebersamaan itu hanya sebentar karena ibu Siti meninggal dunia akibat penyakit jantung.

Siti dan Nurtiah berbincang-bincang serta saling mengungkapkan kondisi masing-masing.

“Pas ketemu ya *ngobrol*. ‘Yang ikhlas ya, *Teteh* (kakak) juga sama diamputasi’. Bu Siti ngomong gitu ke saya, semacam kasih *support*,” cerita Nurtiah.

Kehadiran Ibu Siti menemui Nurtiah menjadi angin segar baginya karena berbagi energi positif dan pengalaman. Dari yang awalnya dirundung kesedihan, pikiran Nurtiah pun perlahan jadi terbuka untuk menerima kenyataan. “Membantu membangkitkan mental saya, jadi paham bukan saya aja yang diamputasi,” kenang Nurtiah. Namun kebersamaan Ibu Siti dan Nurtiah tidak berlangsung lama. Ibu Siti mendadak

meninggal dunia dikarenakan ada riwayat penyakit jantung. Dan saat itu kebetulan kaki palsu milik Ibu Siti sedang *disetting* ulang di Orthocare Indonesia di PIK, Jakarta Utara oleh Tzu Chi.

Sebelum pengajuan bantuan disetujui, relawan kemudian melakukan survei ke rumah Nurtiah. “Kita dapat laporan ada pengajuan bantuan yang kondisinya sama dengan almarhum Ibu Siti. Lalu kita pergi survei pascaoperasi 1 bulan, waktu itu kondisi luka bekas amputasi juga masih basah. Keputusan pertama itu kita bantu Nurtiah *underpant* dan popok,” cerita Viona.

Saat pertama dikunjungi relawan Tzu Chi, kondisi Nurtiah masih *drop*, kurus, dan sering menangis. “Mental dan lukanya masih





Viona, relawan Tzu Chi yang menjadi pendamping memberikan semangat kepada Nurtiah saat menjalani terapi berjalan dengan kaki palsu. Sebelumnya, Viona juga menjadi pendamping almarhum Ibu Siti saat menjalani terapi berjalan.

sakit saat itu,” ujar Viona. “Waktu itu Bu Nurtiah bilang, ‘Bisa *nggak* saya minta kaki palsu seperti Bu Siti’. Karena kondisi dan penyembuhannya berbeda dengan bu Siti, saya bilang harus bersabar sampai kondisi kakinya cukup matang nanti akan saya ajukan bantuan kaki palsu,” lanjutnya.

Setelah sembuh, Viona kemudian mengkroscek kembali dan ternyata antara Ibu Siti dan Nurtiah sama-sama kaki kanan yang diamputasi. “Ya itu pas kita kroscek, ternyata kaki palsu yang dipakai Bu Siti sama-sama kaki kanan dan ukuran sepatunya juga sama. Akhirnya diwariskanlah ke bu Nurtiah,” jelas Viona. Setelah itu diadakan pengukuran ulang kaki palsu pada bagian *socket* (bagian yang bersentuhan langsung dengan kaki) dan bagian lainnya untuk menyesuaikan

tinggi rendahnya sesuai dengan anatomi kaki Nurtiah.

Tidak berhenti sampai disitu, Nurtiah juga dibawa untuk terapi berjalan menggunakan kaki palsu di Orthocare Indonesia. Selama di Jakarta, Nurtiah tinggal di Rusun Cinta Kasih Tzu Chi Cengkareng serta dibantu biaya hidup dan akomodasi (biaya kendaraan) untuk terapi. Dalam beberapa kesempatan, Viona juga menyempatkan melihat Nurtiah sedang belajar berjalan. “Saya ikut senang, sekarang badannya lebih gemuk, wajahnya *happy* dan mau bercanda. Harapan saya ia bisa menjalankan aktivitas seperti ibu rumah tangga yang lainnya. Bisa berdiri, berjalan, dan bangkit lagi dari keterpurukan,” ungkap Viona.

### Merasa Hidup Kembali

Saat pertama kali terapi dan menggunakan kaki palsu, ada rasa yang begitu luar biasa di hati Nurtiah. Ia yang awalnya berdiri menggunakan tongkat, kini bisa berdiri tegak dengan dibantu kaki palsu. “Jujur, saya merasa hidup lagi. Tadinya saya merasa begini aja kali selamanya. Tapi ya akhirnya punya kaki lagi, senang seperti orang biasa lagi,” ungkap Nurtiah bersukacita.

Tak semudah yang dibayangkan bisa berdiri dan berjalan kembali, Nurtiah harus berjuang keras untuk bisa menyesuaikan dengan kaki barunya agar dapat melangkah dan belajar berjalan dengan perlahan-lahan. “Sulit belajarnya, kalau kaki asli kan mengayun natural. Kalau kaki palsu kan harus *ngayun*, *ngunci*, dan lainnya,” kata Nurtiah. “Pas awal-awal pernah jatuh, badan saya kaya oleng. Tapi ya ini sudah jalan saya, ya saya harus bisa,” tambahnya.

Selain tekad yang kuat, Nurtiah juga merasakan dukungan yang besar dari para relawan Tzu Chi. Setiap bertemu relawan, selalu diberikan suntikan semangat agar bisa berjalan kembali. “Luar biasa, relawan *ngasih support* semangat. ‘Ibu jangan sampai dikasih bantuan *nggak* dipakai ya.’ kata saya *insyallah nggak* Bu, saya kan butuh jalan,” ungkap Nurtiah.

Saat ini Nurtiah masih belum bisa berjalan seperti orang biasa, ia masih memakai tongkat

untuk keseimbangan dan menopang kaki palsunya. Tetapi sudah sampai di titik ini, Nurtiah begitu bersukacita. “Bahagia, saya impiannya bisa jalan, bisa pergi ke pasar lagi kaya orang biasa. Bersyukur *Alhamdulillah* bisa kenal Yayasan Buddha Tzu Chi. Jarang-jarang ada yayasan sebaik ini, semengerti ini. Orang yang *nggak* mampu dibantu sampai sehat. Saya dibantu kaki palsu diukur sesuai dengan kebutuhan kita. Saya bisa berdiri, bisa klop di kaki, saya bisa melangkah,” kata Nurtiah berbahagia. ■



Saat berada di rumahnya, Nurtiah sudah dapat menggunakan kaki palsunya berjalan tanpa tongkat penyangga. Rina, staf Bakti Amal Tzu Chi Indonesia bersyukur ada beberapa kemajuan yang dicapai oleh Nurtiah.



Depo Pendidikan dan Pelestarian Lingkungan Tzu Chi:

## Upaya Nyata Merawat Bumi

Teks : Anand Yahya

*“Semua orang tahu penyebab utamanya: manusia yang terus mengejar keuntungan dan kepuasan pribadi, tanpa peduli dampaknya terhadap Bumi. Hal ini menyebabkan suhu atmosfer meningkat, yang berujung pada cuaca ekstrem. Namun, dunia usaha sulit untuk mengorbankan keuntungan demi mengurangi emisi karbon. Ketidakseimbangan di Bumi—pada tanah, air, api, dan angin—berasal dari ketidakseimbangan dalam pikiran manusia. Fokus hanya pada keuntungan jangka pendek membahayakan kelangsungan hidup jangka panjang kita. Jika manusia tidak menyadari bahaya ini, bisa jadi sudah terlambat untuk menyelamatkan Bumi.”* **Master Cheng Yen**

Di tengah meningkatnya kesadaran akan pentingnya menjaga lingkungan, Depo Pendidikan dan Pelestarian Lingkungan Tzu Chi hadir sebagai pusat edukasi dan aksi nyata untuk pelestarian alam. Di Indonesia terdapat 26 Depo Pelestarian Lingkungan serta sejumlah titik pemilahan (*green point*) yang tersebar di berbagai wilayah di Indonesia. Di Jabotabek sendiri, ada tujuh Depo Pelestarian Lingkungan, yakni: Pantai Indah Kapuk, Cengkareng, Muara Karang, Kelapa Gading, Duri Kosambi, Gading Serpong, dan Pangeran Jayakarta. Tzu Chi memberikan kontribusi nyata dalam pengelolaan sampah daur ulang dan pemanfaatan barang-barang yang masih memiliki nilai ekonomi.

Secara rutin, relawan Tzu Chi melakukan kegiatan pemilahan barang daur ulang di Depo Pelestarian Lingkungan. Melalui berbagai program, mereka mengajak masyarakat sekitar untuk lebih peduli terhadap lingkungan dengan langkah-langkah sederhana, seperti mengurangi sampah yang tidak dapat didaur ulang, menjaga kebersihan, menghemat penggunaan kertas, serta mendaur ulang barang-barang yang masih bisa dimanfaatkan. Semua ini bertujuan untuk membuat Bumi kembali “tersenyum”.

Master Cheng Yen terus mengingatkan bahwa saat ini, Bumi kita tengah menghadapi krisis, dengan perubahan cuaca yang tak menentu dan suhu yang semakin tinggi sebagai tanda bahwa alam sedang mengalami tekanan. Oleh karena itu, setiap individu memiliki peran penting dalam menjaga keseimbangan lingkungan. ■



Anand Yahya





Anand Yahya



Anand Yahya



Dok. Tzu Chi Surabaya

Relawan Tzu Chi sedang melaksanakan kegiatan pelestarian lingkungan di salah satu titik pemilahan di Citra Garden, Jakarta Barat. Kegiatan ini mencerminkan komitmen relawan dalam menjaga kebersihan dan keberlanjutan alam, dengan memilah sampah dan mengedukasi masyarakat tentang pentingnya daur ulang. Aksi ini juga menunjukkan semangat kebersamaan dan gotong royong dalam menjaga bumi yang lebih bersih dan hijau (atas). Relawan Tzu Chi tengah mempersiapkan botol plastik untuk proses daur ulang dengan hati-hati. Tindakan ini mencerminkan komitmen terhadap upaya pelestarian lingkungan yang lebih besar, di mana setiap elemen sampah, seperti botol plastik, diproses dengan teliti agar dapat didaur ulang secara efektif (bawah).



Anand Yahya



Anand Yahya



Dok. Tzu Chi Indonesia

1. Relawan bersama-sama memisahkan sampah plastik dan kaleng, sebagai bagian dari komitmen untuk mendukung gerakan pelestarian lingkungan yang berkelanjutan. Setiap langkah kecil ini berperan dalam menjaga kebersihan bumi dan menciptakan dampak positif bagi masa depan.
2. Seorang relawan Tzu Chi tengah memilah sampah plastik dengan hati-hati. Dalam kegiatan pelestarian lingkungan ini, setiap detail sangat penting, termasuk memisahkan material seperti plastik dan kertas untuk proses daur ulang.
3. Suasana di Depo Pendidikan Pelestarian Lingkungan Tzu Chi di Pantai Indah Kapuk, tempat relawan dan masyarakat berkumpul untuk bersama melakukan pemilahan sampah. Dalam kegiatan ini, mereka bekerja dengan semangat untuk memisahkan berbagai jenis sampah demi mendukung program pelestarian lingkungan.





Dok. Tzu Chi Medan



Anand Yaliya



Dok. Tzu Chi Medan



Dok. Tzu Chi Indonesia

Titik pemilahan sampah yang telah tersebar di berbagai lokasi komunitas relawan memberikan kemudahan bagi para relawan untuk melakukan aksi pemilahan sampah secara lebih efektif. Hal ini menjadi bagian dari upaya bersama dalam mencintai Bumi, dengan cara mengelola sampah dengan bijak dan menjaga kebersihan lingkungan sekitar (atas). Aksi pelestarian lingkungan ini menjadi warisan yang diturunkan dari generasi ke generasi. Melalui kesadaran dan partisipasi aktif dalam menjaga kelestarian alam, kita tidak hanya berusaha untuk menjaga kualitas hidup saat ini, tetapi juga untuk memastikan bahwa Bumi yang kita tinggali dapat terus dihuni dengan baik oleh generasi yang akan datang (bawah).

Sejumlah siswa sedang mengikuti kegiatan pelatihan dan edukasi di Depo Pelestarian Lingkungan Tzu Chi Cengkareng. Mereka dengan teliti memisahkan dan memilah sampah kertas untuk proses daur ulang. Kegiatan ini merupakan bagian dari upaya mengajarkan generasi muda tentang pentingnya peduli lingkungan dan praktik memilah sampah yang benar. Melalui kegiatan seperti ini, diharapkan kesadaran untuk menjaga Bumi sejak dini dapat tumbuh.





Ira Nova (Tzu Chi Aceh)

## ACEH Meluasnya Cinta Kasih Tzu Chi di Serambi Mekkah

Pada 19 Januari 2025, relawan Tzu Chi Aceh mengadakan Pemberkahan Awal Tahun 2025 di *Xie Li* Banda Aceh sebagai ungkapan terima kasih kepada relawan dan donatur yang telah mendukung kegiatan mereka sepanjang 2024.

Acara dimulai dengan penuangan celengan bambu oleh para donatur, dilanjutkan dengan makan malam dan kilas balik kegiatan Tzu Chi Indonesia selama setahun. Pemberkahan ini juga menampilkan *sharing* relawan dan donatur yang berbagi pengalaman mengenai kontribusi mereka dalam berbagai program Tzu Chi.

Ketua *Xie Li* Banda Aceh, Supandi, menyampaikan apresiasi atas dedikasi relawan dan donatur, seraya mengajak untuk terus bersama membangun barisan Tzu Chi. Susanna, yang baru dilantik sebagai relawan komite, juga berbagi kesan mendalam setelah melihat kecintaan banyak orang terhadap Master Cheng Yen. "Semua orang sangat mencintai Master Cheng Yen baik dari suku, agama, maupun RAS apapun. Saya berharap semoga di Banda Aceh lebih banyak muncul relawan komite," ujarnya penuh rasa takjub.

■ Ronaldo (Tzu Chi Aceh)

## MEDAN Dukungan untuk Korban Kebakaran

Kebakaran melanda empat rumah di Jl. Brigjen Zein Hamid, Medan Johor, 10 Januari 2025. Api diduga berasal dari lilin yang dinyalakan di salah satu rumah, menyebar cepat membakar rumah-rumah lainnya.

Ketua Tim Tanggap Darurat Tzu Chi Medan, Hariatno Widjaja, bersama relawan, melakukan survei untuk memastikan korban mendapat bantuan. Meskipun tidak ada korban jiwa, para korban menderita trauma dan kehilangan harta benda. Pada 13 Januari, Tzu Chi memberikan bantuan berupa dana, perlengkapan rumah tangga, dan barang-barang kebutuhan lainnya.

Asiong, salah satu warga yang kehilangan rumahnya mengungkapkan rasa syukur atas bantuan yang diterima. Relawan Tzu Chi tidak hanya memberikan bantuan materi, tetapi juga dukungan moral untuk membantu korban bangkit dari musibah ini. "Hari ini kami mendapat bantuan dari Tzu Chi, baik dalam bentuk materi maupun pendampingan. Saya merasa sangat bersyukur dan terbantu," tutur Asiong.

■ Liani (Tzu Chi Medan)



Liani (Tzu Chi Medan)



Dok. Tzu Chi Pekanbaru

## PEKANBARU Tzu Ching Ajarkan Cara Asyik Cinta Lingkungan

Dalam rangka perayaan Tahun Baru Imlek, Muda-Mudi Tzu Chi Pekanbaru mengadakan kegiatan bersama Panti Asuhan Insan Permata dan Panti Asuhan Dharma Kita di Labersa Water Park, Pekanbaru, pada 9 Februari 2025.

Acara dimulai dengan perayaan ulang tahun 6 anak, di mana Muda-Mudi Tzu Chi memberikan doa dan harapan untuk mereka. Kegiatan kemudian dilanjutkan dengan sosialisasi pelestarian lingkungan yang mengenalkan prinsip 5R (*Rethink, Reduce, Reuse, Repair, Recycle*). Dea menjelaskan pentingnya mengurangi sampah dan mendaur ulang barang yang dapat diproses kembali.

"Semua penjelasannya seru, saya jadi lebih paham tentang prinsip 5R dan akan berusaha melestarikan lingkungan," kata Maria, salah satu peserta.

Fineke, pengurus Panti Asuhan Insan Permata, mengungkapkan rasa terima dan berharap kegiatan ini bisa mempererat kebersamaan dan mengajarkan pentingnya menjaga bumi untuk generasi masa depan.

■ Dea Paramita (Tzu Chi Pekanbaru)

## TEBING TINGGI Merayakan Imlek dan Menumbuhkan Semangat Bersyukur

Relawan Tzu Chi Pematang Siantar menggelar Acara "Kepulangan *Gan En Hu* ke Rumah Batin" di Depo Pelestarian Lingkungan untuk mempererat hubungan kekeluargaan antara penerima bantuan dan relawan, sekaligus merayakan Tahun Baru Imlek.

Acara ini melibatkan 23 relawan dan 35 tamu undangan yang bergotong royong menyukseskan acara. Erlina, koordinator kegiatan, mengungkapkan rasa syukur dan kebahagiaan, "Senang dan bahagia, apalagi di suasana Tahun Baru Imlek. Rasanya seperti keluarga sendiri." Sesi penuangan celengan bambu menjadi momen istimewa, simbol cinta kasih yang mengalir. Wira, anak almarhum Ponidi, berbagi cerita tentang pelayanan relawan yang menyentuh hati, "Bapak sangat bahagia setiap kali relawan berkunjung, dan selalu menangis terharu saat mereka berpamitan."

Pada kesempatan ini, ada 15 paket Imlek yang dibagikan kepada keluarga *Gan En Hu*, dan acara ditutup dengan jamuan makan malam vegetarian.

■ Iwan (Tzu Chi Tebing Tinggi)



Al Lylydia (Tzu Chi Tebing Tinggi)





Dok. Tzu Chi Tanjung Balai Karimun

## TANJUNG BALAI KARIMUN Rumah Baru, Ladang Berkah Baru

Pada Minggu, 12 Januari 2025, relawan Tzu Chi Tanjung Balai Karimun mengadakan acara Pemberkahan Akhir Tahun 2024 yang penuh haru dan syukur. Acara ini dihadiri oleh masyarakat, penerima bantuan, dan donatur Tzu Chi sebagai bentuk apresiasi atas kontribusi mereka. Tahun ini menjadi istimewa karena acara pertama kalinya diadakan di rumah baru Tzu Chi, berbeda dari tahun-tahun sebelumnya yang diadakan di hotel.

Dalam suasana penuh kebahagiaan, para relawan dan donatur saling berbagi rasa syukur dan doa. Acara ini juga mencakup penampilan drama yang mengharukan serta gerakan tangan dari Tzu Ching dan Tzu Shao, yang menggambarkan kasih sayang tanpa batas.

Ketua Harian Tzu Chi Tanjung Balai Karimun, Sukmawati, menyampaikan, "Gedung ini adalah rumah kita. Mari bersama-sama menggalang berkah agar bisa membantu lebih banyak masyarakat membutuhkan lainnya."

■ Sunaryo (Tzu Chi Tanjung Balai Karimun)



Dok. (Tzu Chi Selatpanjang)

## SELATPANJANG

### Menginspirasi Siswa Sekolah Patria Dharma untuk Berbuat Kebajikan Setiap

Tzu Chi Selatpanjang kembali menggelar penuangan celengan di Sekolah Patria Dharma pada Jumat, 24 Januari 2025. Acara ini melibatkan 362 siswa dan guru dari tingkat SD, SMP, dan SMK. Penuangan celengan kali ini merupakan yang ketiga, setelah sebelumnya dilakukan pada Mei 2024.

Antusiasme siswa sangat terasa, di mana mereka memahami tujuan dari kegiatan ini, yakni menyisihkan uang koin untuk membantu sesama. Fira, siswi SMK, mengungkapkan, "Saya senang sekali dengan sosialisasi ini, yang membuat kami terdorong untuk berbuat baik."

Ngasirkan, seorang guru, menyatakan bahwa penuangan celengan ini memberi kesempatan bagi siswa untuk melatih berdana, sesuai ajaran Buddha mengenai perbuatan baik. "Semoga perbuatan baik ini bermanfaat bagi yang membutuhkan," katanya.

■ Candra (Tzu Chi Selatpanjang)



Dok. Tzu Chi Lampung

## LAMPUNG

### Relawan Bantu Korban Banjir di Awal Tahun 2025

Pada Jumat, 17 Januari 2025, curah hujan tinggi mengakibatkan banjir di sebagian besar wilayah Provinsi Lampung, termasuk di daerah Way Lunik, Bandar Lampung. Banjir ini merendam rumah warga dan menyebabkan kerusakan parah dan menimbulkan korban jiwa. Sebanyak 18 daerah terdampak, dan banyak warga terpaksa mengungsi.

Relawan Tzu Chi Lampung segera merespons dengan memberikan bantuan. sebanyak 165 bungkus makanan dan 2 dus pakaian layak pakai kepada warga terdampak.

Iwan, salah satu korban dari Way Lunik, mengungkapkan betapa terkejutnya ia dengan datangnya banjir yang menggenangi rumahnya, merusak barang-barang berharga. Ia mengungkapkan rasa terima kasih kepada Tzu Chi atas bantuan yang diterima, terutama makanan dan pakaian yang sangat dibutuhkan setelah semuanya terendam air.

"Semoga kedatangan kami dapat meringankan sedikit beban warga yang terdampak banjir," ujar Djoni, relawan Tzu Chi Lampung.

■ Hilda Rafika (Tzu Chi Lampung)



Dok. Tzu Chi Bandung

## BANDUNG

### Daur Ulang untuk Kebajikan Sosial dan Lingkungan

Selama tiga hari berturut-turut (14 hingga 16 Februari 2025), relawan Tzu Chi Bandung mengadakan aksi pelestarian lingkungan yang mengajak berbagai lini masyarakat, mulai dari para siswa sekolah Pelita Fajar yang diajak membuat kertas daur ulang, hingga bekerja sama dengan Summarecon Peduli, juga aksi pelestarian lingkungan di lingkungan Aula Jing Si Bandung sendiri.

Kegiatan ini menarik perhatian banyak pengunjung, salah satunya Hartono, yang baru pertama kali ikut serta dalam pemilahan sampah di acara Summarecon Peduli.

"Ternyata seru ya bisa bertemu kawan baru sambil memilah sampah seperti ini, juga bisa menjaga lingkungan. Saya jadi ingin lebih tahu tentang Tzu Chi," Cerita Hartono.

Selain memperkenalkan misi pelestarian lingkungan, kegiatan ini juga mengajak masyarakat untuk berperan aktif dalam menjaga Bumi agar tetap lestari, memberikan warisan kebaikan bagi generasi mendatang.

■ Rizki Hermadinata (Tzu Chi Bandung)





Dok. Tzu Chi Surabaya

## SURABAYA

### Mengawali Tahun 2025 dengan Kebaikan

Pada Minggu, 5 Januari 2025, Tzu Chi Surabaya mengawali tahun dengan mengadakan *Gathering Gan En Hu* (penerima bantuan Tzu Chi) dan bakti sosial yang meliputi kegiatan kesehatan dan pembagian paket sembako di Depo Pendidikan Pelestarian Lingkungan Tzu Chi, Surabaya.

Kegiatan bakti sosial ini melibatkan TIMA (Tzu Chi International Medical Association) dan Stikes Adi Husada, yang memberikan layanan pemeriksaan kesehatan, termasuk pengecekan tekanan darah, gula darah, serta konsultasi medis. Sebanyak 44 pasien, sebagian besar *Gan En Hu*, mendapat layanan medis di acara ini. "Senang sekali bisa ikut serta dalam kegiatan ini. Sebagian besar yang hadir adalah pasien lama, dan hal ini sangat baik karena memungkinkan kami untuk terus memantau kondisi kesehatan mereka," kata dr. Linda.

Selain itu, 180 paket sembako dan bantuan biaya hidup, relawan juga menyediakan layanan potong rambut gratis bagi para peserta sebagai wujud kasih sayang yang tulus antar anggota keluarga.

■ Imelda Kristiani (Tzu Chi Surabaya)

## SINGKAWANG

### Memilah Sampah Daur Ulang untuk Lingkungan

Relawan Tzu Chi Singkawang kembali menunjukkan komitmennya terhadap pelestarian lingkungan dengan mengadakan kegiatan pemilahan sampah daur ulang di kompleks perumahan Bhayangkara Ria Sungai Garam pada 16 Februari 2025. Kegiatan ini melibatkan ibu-ibu dari Komunitas Bank Sampah dan warga setempat yang aktif memilah barang-barang yang bernilai ekonomi dan bisa didaur ulang.

Wiwin, Ketua Komunitas Bank Sampah, mengungkapkan rasa terima kasih atas kolaborasi yang terjalin dengan Tzu Chi dalam program pemilahan sampah. Sementara itu, Uray, anggota komunitas Bank Sampah, berharap kegiatan ini menjadi kebiasaan positif di masyarakat, terutama dalam memulai penerapan program 5R (*Reduce, Reuse, Recycle, Re-Think, dan Repair*).

Melalui kegiatan ini, relawan berharap masyarakat semakin sadar akan pentingnya mengelola sampah dalam upaya pelestarian lingkungan demi masa depan yang lebih baik.

■ Jak Po (Tzu Chi Singkawang)



Jak Po (Tzu Chi Singkawang)



Dok. Tzu Chi Makassar

## MAKASSAR

### Bingkisan Imlek 2025 untuk Keluarga Prasejahtera

Dalam menyambut perayaan Tahun Baru Imlek 2576, Tzu Chi Makassar mengadakan acara pembagian bingkisan Imlek pada Sabtu, 11 Januari 2025. Acara yang diadakan di kantor Tzu Chi Makassar ini bertujuan untuk berbagi kebahagiaan dengan keluarga etnis Tionghoa prasejahtera di Kota Makassar.

Sebanyak 550 paket bingkisan dibagikan kepada warga, yang berisi bahan pokok seperti beras, krim kental manis, mi telur, dan manisan. Relawan Tzu Chi juga melakukan survei *door-to-door* selama tiga hari sebelumnya untuk memastikan bantuan tepat sasaran.

Aming, salah satu penerima, mengungkapkan rasa syukurnya atas bantuan ini. "Terima kasih Yayasan Buddha Tzu Chi (Makassar) atas bantuannya. Bingkisan ini sangat membantu, terutama untuk kebutuhan bahan pokok seperti beras," ucapnya haru.

■ Surya Metal (Tzu Chi Makassar)

## BIAK

### Refleksi, Syukur, dan Sumbangsih di Tzu Chi Biak

Pada akhir tahun 2024, insan Tzu Chi Biak mengadakan acara Pemberkahan Akhir Tahun di Hotel Swiss-Bel Biak. Acara ini dihadiri oleh 250 relawan, donatur, dan tamu undangan. Ketua Tzu Chi *Hu Ai* Papua dan Papua Barat, Susanto Pirono, dalam sambutannya menyampaikan bahwa bersumbangsih bukanlah semata-mata untuk memohon berkah, melainkan untuk menciptakan berkah.

Pada tahun 2024, Tzu Chi Biak berhasil membantu 15 pasien dengan masalah kesehatan serius, yang dirujuk ke Jakarta, Makassar, dan Jayapura. Salah satu contoh kesuksesan adalah keluarga Yusuf Msiren, yang anaknya, Abraham Yustus Msiren, sembuh dari penyakit *Hirschsprung* (kelainan usus besar) setelah mendapatkan bantuan dari Tzu Chi. Yusuf menyampaikan rasa terima kasih yang mendalam dan bahkan berharap bisa menjadi relawan Tzu Chi untuk membantu sesama.

"Dan kalau boleh kami juga mau untuk menjadi relawan Tzu Chi," tutur Yusuf Msiren tulus yang disambut kebahagiaan pula oleh relawan.

■ Marcopolo AT (Tzu Chi Biak)



Jonathan Mauri (Tzu Chi Biak)



# Terong Sambal Matah



## Bahan Bahan:

- 3 buah terong ungu
- 2 batang serai
- 10 lembar daun jeruk
- 10 buah cabai rawit merah, iris halus
- 6 sdm minyak sayur
- ½ sdt garam
- 1 sdt kaldu jamur
- 10 gr terasi vegan

## Persiapan Bahan:

1. Terong dibelah 2, potong jadi 3 bagian.
2. Batang serai diambil bagian putihnya saja, iris.
3. Buang batang daun jeruk, lalu iris halus.
4. Terasi vegan dipanggang sampai agak kering, lalu dihaluskan.

## Cara Membuat Sambal Matah:

1. Campur bahan serai, daun jeruk, cabai rawit, garam, kaldu jamur, dan terasi vegan dalam mangkuk tahan panas.
2. Panaskan minyak sayur sampai sangat panas, lalu tuang minyak secara bertahap (2-3 kali) ke dalam mangkuk sambal. Diamkan sebentar baru aduk rata.

## Cara Memasak

1. Terong bisa digoreng atau dibakar.
2. Tata terong di atas piring, lalu siram sambal matah di atas terong.

## Berbagai Manfaat Terong Ungu yang Menyehatkan

Terong ungu adalah sayuran yang memiliki rasa yang khas. Teksturnya sangat cocok untuk diolah menjadi sup, semur, dan berbagai masakan olahan khas Indonesia lainnya. Selain itu, makanan ini mengandung berbagai macam nutrisi yang menyehatkan dan bahkan melindungi tubuh dari berbagai penyakit. Berikut adalah beberapa manfaat terong ungu untuk kesehatan yang bisa didapatkan dari mengonsumsi sayuran ini, antara lain: melancarkan pencernaan, kaya antioksidan, meningkatkan kesehatan tulang, menurunkan kolesterol, dan menurunkan berat badan. ■

Sumber: Buku 62 Resep Vegan Favorit Nusantara | Fotografer: Arimami Suryo A.

# Menghargai Buddha di Rumah Sendiri

## Ada orang yang bertanya kepada Master Cheng Yen:

**Pertanyaan:** Ibu saya sudah berusia 90 tahun. Sejak usia 30 tahun sudah hidup menjanda dan sendirian membesarkan kami sebanyak tujuh orang anak. Dia selalu mengeluh kalau hidupnya bernasib jelek dan membuat seluruh keluarga menjadi sangat tersiksa, tiada seorang pun mampu menenangkan dirinya, itu sebabnya kami beberapa orang bersaudara terpaksa bergiliran untuk merawatnya.

**Master Cheng Yen menjawab:** Dia telah menjalani begitu banyak kesusahan, sehingga dalam lubuk hati dan pikirannya penuh dengan kejengkelan dan keluh-kesah. Selama kesehatan ibu Anda masih baik, itu adalah berkah terbesar bagi anak dan cucu, jadi kalian bersaudara hendaknya menganggap omelannya sebagai semacam ungkapan perhatian pada kalian.

**Pertanyaan:** Tidak tahu bagaimana caranya untuk dapat mengubahnya agar seluruh keluarga merasa lebih nyaman bersamanya?

**Master Cheng Yen menjawab:** Tidak mudah bagi orang tua berusia 90 tahun untuk berubah, kenapa bukan anak-anaknya yang berusia 60-an yang mengubah pola pikir dan menerimanya dengan penuh pengertian, toleransi dan sukacita? Seharusnya Anda menjemput ibu Anda untuk tinggal serumah dan mengurusnya dengan setulus hati. Ibunda Anda sudah berusia 90 tahun, tinggal berapa lama lagi Anda dapat merawatnya? Anda harus menghargainya sebaik mungkin. ■

(Dikutip dari buku: Master Cheng Yen menjawab pertanyaan dari para tamu\_Bagian II. Hubungan dalam keluarga dan antar sesama)



## Kisah Gadis dan Selimut Putih

Kita hendaknya sungguh-sungguh menjaga pikiran kita hingga sangat tenang dan hening, senantiasa berada dalam samadhi. Yang dimaksud dengan samadhi bukan hanya melakukan meditasi duduk. Saat kita minum, makan, berjalan, berdiri, duduk, atau berbaring, semuanya merupakan bagian dari samadhi. Bahkan, dengan mengangkat tangan saja, kita bisa merasa sukacita.

Noda batin kita berasal dari pikiran keliru. Saat mendengar Dharma, kita merasa sukacita. Namun, saat menghadapi hal yang tidak kita sukai atau mendengar rumor dari orang yang memiliki jalinan jodoh buruk dengan kita, pikiran kita kembali bergejolak. Saat kita bersentuhan dengan kondisi luar, semua warna, aroma, cita rasa, dan sentuhan juga dapat membuat kita membangkitkan pikiran buruk. Jika pikiran kita bisa senantiasa berada dalam samadhi, secara alami kita akan tetap tenang, hening, dan damai saat menghadapi kondisi luar.

Menghadapi kondisi seperti apa pun, pikiran kita tidak akan bergejolak, bagai air yang tenang tanpa riak sedikit pun. Namun, jika konsentrasi kita kurang dan tidak bisa mempertahankan pikiran dalam samadhi, sebutir pasir yang jatuh ke dalam air saja bisa membuat pikiran kita bergejolak. Karena itu, kita harus tenang.

Kita hendaknya menjalani hari demi hari dan menghadapi semua orang, hal, dan materi di dunia dengan hati yang jernih bagaikan cermin dan tenang bagaikan air. Inilah pelatihan diri. Hidup di dunia ini, adakah orang di sekeliling kita yang tidak memiliki noda batin? Tidak ada. Saat mendengar sesuatu

yang tidak menyenangkan, apakah kita merasa risau? Ya. Apakah kita merasa marah? Ya.

Sebagai makhluk awam yang mempelajari ajaran Buddha, saat mendengar sesuatu yang tidak benar, kita heran mengapa ada orang yang berbuat demikian dan berkata bahwa itu tidak benar. Apakah kita merasa marah karenanya? Kita menyebutnya tidak benar karena merasa marah. Bagaimana kita melatih ketenangan?

Apa pun yang terjadi, kita hendaknya bersikap pengertian dan membiarkannya berlalu. Dengan demikian, kita tidak akan membangkitkan ketamakan, kebencian, dan kebodohan. Setidaknya, kita harus berusaha untuk meredam api kemarahan dan menenangkan pikiran. Segala sesuatu yang telah berlalu biarkanlah berlalu. Untuk apa bersikap perhitungan? Dengan tidak bersikap perhitungan, secara alami kita dapat tetap tenang dan damai.

Ada sepasang suami istri yang hanya memiliki seorang putri tunggal. Saat putri mereka lahir, tiba-tiba bertiup angin yang mendatangkan sehelai selimut yang putih, lembut, dan indah. Karena itu, dia diberi nama yang berarti putih bersih. Yang menakjubkan ialah seiring pertumbuhannya, selimut ini turut membesar.

Sejak kecil hingga dewasa, pikirannya selalu sangat tenang dan damai. Dia sangat polos, patuh, pintar, dan bijaksana. Dia tidak tertarik pada materi apa pun. Saat dia memasuki usia nikah, ada banyak kerabat raja ataupun kerabat tetua yang datang untuk melamarnya. Namun, dia sama sekali tidak tertarik.

Suatu hari, dia berkata kepada orang tuanya, "Tidak perlu mengkhawatirkanku. Harapanku ialah meninggalkan keduniawian." Berhubung merupakan umat Buddha yang taat, orang tuanya merasa bahwa itu merupakan hal baik. Jadi, mereka dengan sukacita menyetujuinya.

Mereka lalu mengantar putri mereka ke hadapan Buddha dan berkata, "Putri kami ingin meninggalkan keduniawian." Dengan sukacita, Buddha berkata, "Aku menyambut kedatanganmu. Cukurlah rambutmu." Setelah itu, Buddha berkata, "Bergabunglah dengan komunitas bhiksuni Mahaprajapati dan berlatihlah dengan sungguh-sungguh." Dalam waktu singkat, dia langsung mencapai tingkat Arahata.

Suatu hari, Ananda bertanya kepada Buddha, "Mengapa bisa demikian? Apakah jalinan jodoh di kehidupan lampau yang membuatnya bisa meninggalkan keduniawian dan mencapai tingkat Arahata dengan lancar di kehidupan ini?"

Buddha lalu menceritakan bahwa dahulu, ada sepasang suami istri yang sangat miskin dan tidak memiliki apa-apa, bahkan pakaian pun tidak punya. Mereka hanya memiliki sehelai selimut compang-camping. Mereka keluar untuk mengemis dengan melilitkan selimut tersebut pada tubuh mereka. Saat satu orang keluar, yang lainnya akan menutupi tubuh mereka dengan jerami.

Suatu hari, sang istri melilitkan selimut di tubuhnya dan pergi untuk mengemis. Kebetulan, dia bertemu dengan seorang bhiksu. Dia berkata, "Bagaimana aku bisa berdana jika aku tidak memiliki apa-apa?" Bhiksu itu lalu menjelaskan sebab kemiskinan padanya dan berkata, "Engkau hendaknya segera mendengar ajaran Buddha."

Setelah pulang ke rumah, dia berkata pada suaminya, "Bolehkah aku mempersembahkan

selimut ini kepada Buddha?" Suaminya berkata, "Kita mengandalkan selimut ini untuk pergi mengemis secara bergantian. Kita tidak memiliki apa-apa. Bagaimana kita bisa berdana?"

Sang istri berkata, "Kita bertahan hidup dengan mengemis. Suatu hari nanti, kita tetap akan mati. Lebih baik kita menggenggam jalinan jodoh untuk berdana." Suaminya akhirnya menyetujuinya.

Setelah menerima selimut tersebut, bhiksu itu membawanya ke hadapan Buddha. Buddha menerimanya sambil tersenyum. Buddha sangat sukacita. Raja dan para menteri heran mengapa Buddha terlihat begitu sukacita, bagai menerima persembahan yang sangat berharga. Buddha lalu berkata, "Selimut ini merupakan seluruh kekayaan mereka. Mereka mempersembahkannya dengan ketulusan penuh, inilah yang paling membuat-Ku merasa sukacita."

Bercerita sampai di sini, Buddha berkata, "Sang istri yang mempersembahkan selimut itu adalah kehidupan lampau bhiksuni ini. Dengan pikiran yang murni, dia bertekad untuk melatih diri. Di kehidupan sekarang, dia bertemu dengan-Ku serta dapat mendengar dan menerima ajaran-Ku. Karena itulah, dia bisa dengan cepat mencapai tingkat Arahata."

Lihat, inilah salah satu contoh. Kita semua mempelajari Dharma. Setelah mendengar Dharma, kita harus membina keseimbangan batin dan keikhlasan. Kita harus bisa melepas nafsu keinginan terhadap materi. Sejak masa tanpa awal, kita terlahir dengan membawa kegelapan batin dan terus menciptakan noda batin.

Sesungguhnya, pada dasarnya, hakikat kita sama dengan Buddha. Hakikat sejati kita tidak jauh dari kita dan tidaklah sulit untuk memasuki pintu kebijaksanaan. Asalkan kita mengubah pola pikir, Buddha akan ada dalam hati kita dan Dharma akan ada dalam tindakan kita. ■

Sumber: Program Master Cheng Yen Bercerita (DAAI TV), Penerjemah: Hendry, Marlina, Shinta, Janet, Heryanto (DAAI TV) Penyelaras: Hadi Pranoto





## ALAMAT KANTOR DAN BADAN MISI TZU CHI INDONESIA

### YAYASAN BUDDHA TZU CHI INDONESIA

Tzu Chi Center Tower 2, 6th Floor, BGM  
Jl. Pantai Indah Kapuk Boulevard, Jakarta Utara 14470  
Tel. (021) 5055 9999, Fax. (021) 5055 6699 / 89

### Kantor ITC Mangga Dua

Gedung ITC Lt.6  
Jl. Mangga Dua Raya, Jakarta 14430 Tel. (021) 6016 332

### Kantor Kelapa Gading

Ruko Graha, Jl. Boulevard Timur Blok ND1 No.50, RW.12,  
Kelapa Gading, Jakarta 14240 Tel. (021) 4585 2757

### Kantor Sinar Mas

Sinarmas Land Plaza, Menara 2 Lt. 32  
Jl. M.H. Thamrin No. 51, Jakarta 10350 - Indonesia  
Tel. (021) 50338899

### Kantor Tangerang

Karawaci Office Park, Komplek Ruko Pinangsia Blok L No. 22  
Lippo Karawaci - Tangerang  
Tel. (021) 5577 8361 / 5577 8371, Fax. (021) 5577 8413

### Kantor Cabang Medan

Jl. Cemara Boulevard Blok G1 No. 1-3  
Cemara Asri, Medan 20371 Tel./Fax. (061) 6638986

### Kantor Perwakilan Makassar

Jl. Achmad Yani Blok A/19-20, Makassar  
Tel. (0411) 3655072 / 73, Fax. (0411) 3655074

### Kantor Perwakilan Surabaya

Komplek Ruko Mangga Dua Center Blok B-10 No. 1-2  
Jl. Jagir Wonokromo No. 100, Surabaya  
Tel. (031) 847 5434, Fax. (031) 847 5432

### Kantor Perwakilan Bandung

Jl. Jendral Sudirman No. 628, Bandung  
Tel. (022) 20565200, Fax. (022) 20561141

### Kantor Perwakilan Batam

Komplek Tzu Chi  
Jl. Taman Indah Blok III, Batam Tel. (0778) 450335

### Kantor Perwakilan Pekanbaru

Jl. Rajawali No. 45 A  
(Depan Polsek Sukajadi) Pekanbaru Tel. (0761) 8578 55

### Kantor Perwakilan Padang

Jl. HOS Cokroaminoto No. 98, Padang  
Tel./Fax. (0751) 892659

### Kantor Penghubung Lampung

Jl. Kh. Ahmad Dahlan No. 123, Kupang Raya  
Teluk Betung Utara, Bandar Lampung 35224 Tel. (0721) 472 103

### Kantor Penghubung Singkawang

Jl. Yos Sudarso No. 7B-7C, Singkawang  
Tel. 0813 4737 4877

### Kantor Penghubung Tanjung Balai Karimun

Jl. Telaga Mas, Kel. Sungai Lakam Barat, Kec. Karimun  
Telp. 0811-7766-599

### Kantor Penghubung Biak

Jl. Sedap Malam, Biak, Papua  
Tel. (0981) 23737

### Kantor Penghubung Palembang

Jl. Radial Komplek Ilir Barat No. D1 / 19-20, Palembang  
Tel. (0711) 375 812 Fax. (0711) 375 813

### Kantor Penghubung Tebing Tinggi

Jl. Sisingamangaraja, Kompleks Citra Harapan  
Blok E No. 53, Bandarsono - Padang Hulu  
Tel. (0621) 395 0031 / 395 0032

### Kantor Penghubung Tanjung Pinang

Jl. Ir. Sutami Delina 3, Kompleks Pinang Mas  
No. E7, Kampung Baru - 29113 Tel. (0771) 313319

### Kantor Penghubung Palu

Ruko No.23, Jl. Rajamuli  
Kel. Besusu Barat Kec. Palu Timur, Kota Palu Tel. (0822) 5916 2804

### Kantor Penghubung Selat Panjang

Jl. Banglas No. 28 Kelurahan Selatpanjang Timur  
RT/RW 001/003 Kec. Tebing Tinggi, Selatpanjang  
Telp: 0821 7011 1010

### Kantor Penghubung Pontianak

Jl. Ahmad Yani, Ruko Komplek Ayani Megamall  
Blok B31-B32

### Kantor Penghubung Jambi

Jl. Sersan Zuraida No. 54, RT 14, Kelurahan Sungai Asam,  
Kecamatan Pasar Jambi, Jambi  
Telp: 0741-33063

### RS CINTA KASIH TZU CHI

Perumahan Cinta Kasih Tzu Chi  
Jl. Lingkar Luar Kamal Raya (Outer Ring Road)  
Cengkareng Timur, Jakarta 11730 - Indonesia  
Telp. (021) 5596 3680 Fax. (021) 5596 3681  
www.rsctzuchi.co.id

### TZU CHI HOSPITAL

Jl. Pantai Indah Kapuk Boulevard, Jakarta Utara 14470  
Tel. (021) 5095 0888, (WA Only) (0811) 160 195  
www.tzuchihospital.co.id

### SEKOLAH CINTA KASIH TZU CHI

Perumahan Cinta Kasih Tzu Chi  
Jl. Lingkar Luar Kamal Raya Cengkareng Timur, Jakarta Barat 11730  
Tel. (021) 5439 7565 / 7060 8949, Fax. (021) 5439 7573  
www.cintakasihtzuchi.sch.id

### SEKOLAH TZU CHI INDONESIA

Kompleks Tzu Chi Center,  
Jl. Pantai Indah Kapuk Boulevard, Jakarta Utara 14470  
Tel. (021) 5055 6668, Fax. (021) 5055 6669  
www.tzuchi.sch.id

### SEKOLAH CINTA KASIH TZU CHI SINGKAWANG

Jl. Alianyang RT 039 RW 015, Kel. Pasiran Kec. Singkawang Barat  
Kota Singkawang, Kalimantan Barat 79123  
Tel. 0812 9210 2021 (WA Admission)

### DAAI TV INDONESIA

Gedung ITC Mangga Dua Lt. 6  
Jl. Mangga Dua Raya, Jakarta 14430  
Telp. (021) 612 3733 Fax. (021) 612 3734 | www.daaity.co.id

### Studio:

Tzu Chi Center Tower 2, BGM  
Jl. Pantai Indah Kapuk (PIK) Boulevard, Jakarta Utara 14470  
Telp. 021-5055 8889 | Fax. 021-5055 8890

### DAAI TV MEDAN

Jl. Perintis Kemerdekaan, Kompleks Jati Junction  
Blok P 1, Medan  
Tel. (061) 8050 1846, Fax. (061) 8050 1847

### JING SI BOOKS AND CAFE

- Tzu Chi Center 1st Floor,  
Jl. Pantai Indah Kapuk Boulevard,  
Jakarta Utara 14470 Tel. (021) 5055 6336
- Tzu Chi Hospital  
Jl. Pantai Indah Kapuk Boulevard,  
Jakarta Utara 14470 (WA Only) 0852 8080 9869
- Komplek Jati Junction No. P1  
Jl. Perintis Kemerdekaan Medan 201218  
Tel. (061) 4200 1013



Bergerak Bersama untuk Dunia

# Penuh Cinta

Mari bersumbangsih bersama Tzu Chi dalam memberikan bantuan kepada masyarakat melalui 4 misi: misi amal, misi kesehatan, misi pendidikan, juga misi budaya humanis. Sumbangsih Anda akan membantu mereka yang terdampak bencana, memberikan bantuan pengobatan, beasiswa pendidikan, juga beragam bantuan lainnya.

Mampu membantu orang lain adalah sebuah berkah yang membawa kebahagiaan. Untuk itu, mari bersama merasakan bahagianya berbagi hingga terwujudnya masyarakat yang harmonis, aman, damai, dan sejahtera.

### Donasi Langsung



Yayasan Buddha Tzu Chi  
Indonesia

Mari salurkan cinta kasih Anda bagi mereka yang membutuhkan melalui:

- BCA Cabang Mangga Dua Raya  
No. Rek. 335 302 7979 a/n Yayasan Budha Tzu Chi Indonesia
- Website Tzu Chi: [www.tzuchi.or.id/donasi](http://www.tzuchi.or.id/donasi)
- WhatsApp: +62 852 8009 5599





Foto: Khusnul Khotimah

## Mengasah Kepercayaan Diri Siswa Lewat *Public Speaking*

Tzu Chi Indonesia bekerja sama dengan Universitas Bakrie menyelenggarakan pelatihan *public speaking* untuk siswa kelas 4-6 Madrasah Ibtidaiyah Nurul Islam Kamal Muara pada Sabtu, 18 Januari 2025. Program ini bertujuan untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa dalam berbicara di depan umum. Para siswa juga diberi tantangan untuk menggambar dan menceritakan hasil karya mereka pada pertemuan selanjutnya. Program ini diharapkan dapat membantu siswa mengembangkan keterampilan komunikasi yang berguna untuk masa depan mereka.

ISSN 1907-6940

