Media Komunikasi PKP2AI LAN edisi keempat semester ke-II 2012

CakraWala

PKP2AI LAN

Hasta Brata

Kepala LAN RI

www.bandung.lan.go.id

REDAKSI

SALAM CakraWala

Salam hangat dan tetap semangat untuk semua pembaca setia

Dengan mengucapkan puji syukur kepada Allah SWT Cakrawala tetap eksis sampai saat ini terbit dengan edisi ke-4 Semester kedua Tahun 2012.

Dipertengahan Tahun 2012 ini LAN mengalami perubahan pimpinan puncak. Pimpinan kita yang sebelumnya yaitu Bapak DR. Asmawi Rewansyah, M.Sc. digantikan oleh Prof. Dr. Agus Dwiyanto, MPA. yang merupakan akademisi. Dengan "terjunnya" sosok yang berasal dari lingkungan akademik ke dalam lingkungan birokrat merupakan suatu perubahan besar di LAN kita tercinta ini. Perubahan itupun diharapkan menjadi pembaharu dan dapat mengimprovisasi untuk semua segi dari *core business* LAN menuju LAN yang lebih hebat ke depan, Amin.

Cakrawala edisi ke-4 hadir dengan semangat penuh harapan terhadap pimpinan yang baru. Cakrawala merupakan media silaturahmi bagi seluruh pegawai PKP2A I LAN. Apapun yang kami sajikan dalam edisi ini merupakan buah pikiran dan curahan hati dari kita, oleh kita dan untuk kita. Sehingga kami berharap keberadaan media internal ini sesuai dengan harapan pembaca.

Selamat membaca....
Semoga bermanfaat dan menambah wawasan bagi seluruh pembaca.

TIM REDAKSI

Pengarah :
Gering Supriyadi

Penanggung Jawab :
Ir. Hj. Euis Nurmalia, M.Si

Pemimpin Redaksi :
Budi Permana

Sekretaris Redaksi :
Indra Risni Utami, A.Md

Redaksi Pelaksana :
Sukarna, S.Sos
Erni Driyantini, S.Ab

CakraWala

Redaksi :
Jl. Kiara Payung km 4.7
Rumi Pirkemahan
Sumedang - Jawa Barat
Telp. (022) 7790048
Fax. (022) 7790055 , 7790044
E-mail : info@bandung.lan.go.id
renlap_lanbdg@yahoo.com
website : www.bandung.lan.go.id

edisi 4

indeks

SPIRIT sebuah kata..... Komitmen 2

RENUNGAN Telah Membuat Kami Kuat

AGUS DWIYANTO ...nahkoda

KORUPSI... SOROT 6

apa KABAR Purnabakti 8

komunikasi TIDAK efektif 10

ANDA PERLU TAHU Carpal Tunnel Syndrome 12

reformasi BIROKRASI Tata Kelola Aset 14

menyambut HARI SENIN 16

SOSOLONTODAN WARNAWARNI 21

cura HAN T U mata bola 22

PETAI Cakrawala Sehat 23

stopPRESS

!

Siap Meng-Up Grade Kinerja pada Rapat Kerja Pegawai PKP

5 - 7 Desember 2012 di Ciamis

Sebuah Kata "KOMITMEN"

Oleh : Jat Jat Wirijadinata

Hampir dalam setiap temuan peserta diklat PIM Tk II dilingkungan PKP2A1 LAN Bandung berakhir dalam kesimpulan bahwa permasalahan fundamental berbagai masalah publik terletak pada komitmen pimpinan.

Komitmen seperti dikemukakan oleh Gordon (Ruhara, 2004 :25):

"... comes from the latin word committeree, which means to connect, entrust. When we stand behind our words we demonstrate commitment. Commitment exists when our actions meet the expectation of our words - when there's a congruency between intent, words and action." Jadi dengan demikian komitmen seca-ra harfiah berarti menghubungkan, sikap mempercayai.

Apabila kita bersikap ajeg sesuai dengan kata yang kita ucapkan, maka berarti kita menunjukkan sikap komitmen. Komitmen ada apa-bila perbuatan kita sesuai dengan apa yang diharapkan oleh perka-taan kita, yaitu apabila ada kese-suaian antara isi, perkataan dan tindakan atau perbuatan.

Orang yang memiliki komitmen berbeda dari orang yang patuh, ka-rena orang yang memiliki komit-men memiliki ide sendiri, dan semangat yang tumbuh dari dalam dirinya sendiri.

Pada saat komitmen tumbuh maka perlu diimbangi dengan batasan kehidupan yang sehat, terutama bila orang berambisi tinggi dengan membiarkan mengikuti instingnya sendiri, lalu bekerja makin lama makin keras dengan mengorban-kan dirinya sendiri serta antar hubungan manusianya.
Hasil untuk diri sendiri sering sekali merupakan sesuatu yang tidak terbuka untuk dibicarakan, padahal sebuah organisasi, dimana ada kepentingan organisasi dan apabila hal ini terlupakan maka orang tersebut bisa melanggar batas dan kredi-bilitasnya.

Berorientasi terhadap hasil bagi dirinya/passion bukan berarti terobsesi oleh dirinya sendiri/narcissism melainkan sangat berkomitmen terhadap hasil pekerjaannya.

Menurut Senge, Keiner,Roberts Ross, Roth, dan Smith (1999: 33) , untuk meningkatkan komitmen dalam organisasi, demikian pula untuk meningkatkan diversitas, inovasi dan talenta, tidak dapat dilakukan dengan meningkatkan pelatihan, atau dengan pendekatan komando dan pengawasan manajemen.

Tidak seorangpun termasuk guru yang berkharisma tinggi atau kelompok pejabat eksekutif inti yang akan mampu melatih atau memerintahkan perubahan perilaku, kepercayaan, keterampilan, kemampuan, persepsi, dan komitmen para anggota organisasi, kecuali dengan melaksanakan organisasi pembelajar, termasuk pengembangan aktivitas tangible.

Aktivitas tangible ter-sebut misalnya ide baru kepemerintahan, inovasi dalam infrastruktur, metode manajemen dan alat baru dalam merubah cara kerja baru, dengan memberikan kesempatan bagi orang-orang dalam aktivitas baru ini maka mereka mau tidak mau dengan sabar akan mengembangkan kemampuan dirinya untuk perubahan tersebut.

Jadi dengan demikian untuk merubah organisasi demi kondisi yang lebih baik, termasuk untuk meningkatkan komitmen maka kita harus memberikan kesempatan kepada mereka untuk berubah dalam cara berfikir dan berinteraksi, ini didasarkan kepada kenyataan bahwa organisasi adalah hasil dari cara bahwa orang didalam organisasi terse-

Terima Kasih Telah Membuat Kami Kuat...

Oleh : Sukarna

Bagi pegawai PKP2A I LAN, mengisi tahun baru 1434 hijriyah dengan kegiatan yang lebih baik adalah suatu keharusan. Setiap pegawai harus senantiasa hijrah. Berubah dan bergerak terus, menjadi lebih maju dari sebelumnya.

Barangkali salah satu penyebab kita tidak maju adalah kita sering lupa untuk berterima kasih. Terima kasih kita kepada orang tua, kepada kakek dan nenek, kepada kakak dan adik, kepada istri, kepada suami, ke-pada anak, kepada saudara, kepada pimpinan, kepada bawahan, kepa-da sesama pegawai PKP2A I LAN, kepada teman-teman security, ke-pada teman-teman tim kebersihan, dan kepada semua pihak yang haki-katnya telah membuat kita menjadi kuat. Bahkan kita sering lupa ber-terima kasih kepada Tuhan.

Yang sering terjadi justru sebalik-nya. Kita saling mengabaikan, saling mencela, saling menjatuhkan, saling tidak percaya, saling rebut, saling mencari kesalahan dan saling-saling lainnya yang bernilai negatif dan menghancurkan.

Kita sering terkecoh. Ucapan terima kasih, kita umbar ketika kita men-dapatkan materi saja. Kita lalai ber-terima kasih atas dukungan, saran /masukan, ide-ide dari teman, kritik konstruktif dan do'a-do'a jauh lebih memperkaya kita. Kita sering ber-anggapan, materi yang kita dapat-kan adalah gambaran kesuksesan. Padahal materi seringkali menjerat kita kepada kelalaian dan kesom-bongan.

Mari kita bermuhasabah, sampai de-tik ini kantor kita masih selamat, sa-rana dan prasarana kantor kita ma-sih aman bahkan terus membaik.

Sampai detik ini kegiatan diklat, lit-bang, assessment dan ketatausaha-an masih selamat dan terus meng-alami kemajuan. Hingga saat ini kita masih bisa makan, minum, terse-nyum, tidur dan bekerja serta ber-prestasi. Hingga detik ini iman dan ketaqwaan kita masih terpelihara.

Apakah itu semua diperoleh sen-diri? Apakah itu semua hasil kerja keras sendiri? Pak Gering Supriyadi mengatakan, bahwa ada orang-orang di sekitar yang menjadikan ki-ta berhasil. Ya, ada orang-orang di-sekeliling kita yang membuat kita kuat. Tanpa mereka, belum tentu kita bisa seperti sekarang ini.

Dalam kesempatan ini kepada se-mua pihak, tim humas mengucap-kan terima kasih telah membuat kami kuat. Mari tingkatkan kinerja di tahun baru 1434 hijriyah. Mari menyongsong Tahun Baru 2013 de-ngan perbuatan-perbuatan mulia.

Komitmen... (sambungan hal 2)

Kesimpulannya ialah bahwa dalam memupuk komitmen diperlukan upaya untuk:

a. Memenuhi pelbagai kriteria ko-mitmen yang terdiri atas: konek-sitas, gairah/passion, presisi, kesa-daran diri, bertujuan, ekspresi diri, visi, inspirasi, komunikasi, penye-rahan diri.

b. Mengatasi faktor pengganggu komitmen yaitu: komitmen peru-bahan hanya atas hal yang tidak berkaitan dengan gangguan kepen-tingan yang bersangkutan.

Biasa berkomitmen terhadap penye-lesaian yang bersifat symptomic, ku-rang waspada terhadap gangguan proses terbentuknya sebuah komit-men, penggunaan kewenangan yang tidak bijaksana, mengabaikan kelompok kecil yang berkomitmen tinggi.

Membiarkan adanya iritasi sehingga kesenjangan komitmen makin mel-ebar; melupakan dinamika organi-sasi sehingga para pimpinan ekse-kutif melupakan fungsi perancangan kembali.

Pemikiran kembali, serta tidak me-lupakan pengembangan komitmen untuk seluruh komunitas leader yang ada didalam organisasinya.

Demikianlah sekelumit tentang ko-mitmen agar institusi kita menjadi rujukan sebagai *"the center of exce-llence"* selamat mencoba.

(jat jat_wirijadinata/2012)

Sumber bacaan:

Ruhana, Ara, 2004 , Pengaruh Komitmen Terhadap Kinerja Organisasi, Thesis pada STIA LAN RI, tidak diterbitkan

Senge , Peter : et .a1, 1999 The Dance of Change. The Challenges To Sustaining Momentum In Learning Organizations. New York , Random House

NAHKODA

Lembaga Aministrasi Negara

Oleh : Awan Hari Murtiadi

Dalam Hastabrata, kata sang Panembahan, pemimpin harus harus dapat meneladani watak dan tugas yang tercermin dalam ajaran Hasta Brata, yaitu bertindak seperti matahari, bulan, bintang, awan, bumi, samudera, api, dan angin.

Ke-delapan unsur alam semesta tersebut dapat menjadi teladan perilaku sehari-hari dalam pergaul-an masyarakat terlebih lagi dalam rangka memimpin negara dan bangsa dengan implementasi prin-sip-prinsip hukum alamiah.

Ajaran HASTABRATA berisi 8 ajaran perilaku yang harus dipunyai seorang pemimpin, yang terdiri dari sebagai berikut :

1. Pemimpin harus memiliki watak MATAHARI, pemimpin hendaknya mampu menumbuh kembangkan daya hidup yang dipimpinnya untuk membangun bangsa dan negara dengan bekal lahir dan batin untuk dapat tetap berkarya.

2. Pemimpin harus memiliki watak BULAN, pemimpin hendaknya mampu memberikan dorongan atau motivasi untuk membangkitkan semangat rakyatnya, dalam suasana suka dan duka.

3. Pemimpin harus memiliki watak BINTANG, pemimpin hendaknya menjadi teladan *(Ing Ngarso Sun Tulodo, Ing Madyo Mbangun Karso, Tutwuri Handayani)*. Tidak ragu lagi menjalankan keputusan yang disepakati, serta tidak mudah terpengaruh oleh pihak yang akan menyesatkan.

4. Pemimpin harus memiliki watak ANGKASA, pemimpin hendaknya mempunyai keluasan batin dan kemampuan mengendalikan diri yang kuat sehingga dengan sabar mampu menampung seluruh aspi-rasi yang dipimpinnya.

5. Pemimpin harus memiliki watak ANGIN, pemimpin hendaknya selalu dekat dengan rakyat, tanpa membedakan derajat dan martabatnya, mengetahui keadaan sekaligus memahami dan menyerap aspirasinya.

6. Pemimpin harus memiliki watak SAMUDERA, pemimpin hendaknya menempatkan semua orang pada derajat dan martabat yang sama, sehingga dapat berlaku adil, bijaksana, dan penuh kasih sayang terhadap semua yang dipimpinnya.

7. Pemimpin harus memiliki watak API, pemimpin hendaknya berwibawa dan harus bisa menegakkan kebenaran dan keadilan secara tegas dan tuntas tanpa pandang bulu.

8. Pemimpin harus memiliki watak BUMI, pemimpin hendaknya berwatak sentosa, teguh dan murah hati senantiasa berusaha untuk tidak mengecewakan semua yang dipimpinnya.

Kedelapan watak dan kecakapan tersebut amat penting bagi pemimpin yang berjiwa kesatria sebagai sarana untuk mendharmabaktikan dirinya kepada negara dan rakyat, karena dharma bakti pemimpin yang benar akan menjamin kesejahteraan dan keselamatan negara dan rakyat-nya.

Jika engkau menjadi pemimpin, laksanakan delapan ajaran Hastabrata kata Panembahan Kesawasidi kepada Arjuna..... (mahabrata)

LOKAKARYA ASSESSMENT CENTER

Urgensi Implementasi Assessment Center Dalam Manajemen Pengembangan Sumber Daya Aparatur

Pada Tanggal 16 Juli 2012

EPILOG

Tidak bisa disangkal lagi, berbagai penyakit birokrasi yang selama ini berkembang telah membuat birokrasi publik di Indonesia menjadi DISFUNGSIONAL dalam menjalankan misinya baik sebagai agen pelayanan maupun sebagai agen perubahan **(agus dwiyanto_2012)**

NAHKODA... (sambungan halaman 4)

Agus Dwiyanto, ditakdirkan hadir dan datang memimpin Lembaga Administrasi Negara sejak tahun 2012.

Segudang pengalaman yang beliau miliki membawanya untuk menahkodai lembaga pemerintahan non kementerian ini. Agus Dwiyanto adalah guru besar pada Jurusan Manajemen dan Kebijakan Publik, FISIPOL Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta sekaligus seorang pengajar, konsultan sekaligus peneliti ulung.

Kini beliau harus mendaratkan seluruh teorema, hipotesis, dan analisisnya dalam satu tatanan birokrasi menuju tercapainya birokrasi yang melayani dan mensejahterakan.

Sepak terjang beberapa tahun terakhir terekam dalam sebuah portofolio berikut ini. Memimpin berbagai proyek strategis, antara lain ;

- *Workshop on Social Policy and Programs, IDRC Canada*
- *Local Civil Service Reform, The Ford Foundation; 3rd Indonesia Family Life Survey, Rand Santa Monica*
- *Institutional-ization of Citizen Charter in Three District Governments, The For Foundation*
- *Governance and Decentralization Survey, 2000, Kemitraan, World Bank dan PEG USAID*
- *Policy Analysis and Capacity Building Using IFLS Data, PEG USAID*
- *Governance Assessment Survey, 2007, Kemitraan*
- *Pembangunan Birokrasi Indonesia 2010-2014, Bappenas dan Kemitraan.*

Ini tentu tidak semua terekam dalam epos ini.

Kami sambut PEMIMPIN BARU yang berjiwa HASTA BRATA AGUS DWIYANTO

KORUPSI
Dari Semantik Sampai Upaya Pemberantasan

Oleh : Enni Iriani

Korupsi.....
Bagi penulis, secara *letterlich* kata itu tidak memberikan makna yang dalam, mungkin karena penulis tidak memiliki latar belakang penga-laman pribadi yang berarti terkait dengan istilah tersebut.

Kata itu baru memiliki arti ketika penulis mengasosiasikannya dengan beribu-ribu trilyun uang negara, yang notabene adalah hak rakyat, masuk ke rekening pribadi orang-orang yang tak bermoral, dan asosiasi yang demikian membuat penulis geram dan marah terhadap pelaku korupsi. Apakah karena istilah korupsi diadopsi dari bahasa asing sehingga tidak langsung mengena di hati pendengarnya.

Selain melalui asosiasi, makna korupsi menjadi lebih jelas ketika kita mencari tahu arti kata dari bahasa asalnya, yaitu *corruptio* (Latin) yang memiliki arti kerusakan, kebusukan, atau kebobrokan. Perilaku korupsi memang perilaku yang merusak, busuk dan bobrok, yang dampaknya luar biasa, yaitu kerusakan pada banyak sendi kehidupan bangsa yang harus ditanggung oleh generasi sekarang, generasi berikutnya dan berikutnya dan berikutnya lagi.

Terfikirkan oleh penulis sebuah pertanyaan konyol, apakah mungkin karena istilah yang dipakai untuk menggambarkan perilaku-perilaku yang merusak, bobrok dan busuk itu tidak memberi kesan yang kuat bagi orang Indonesia sehingga banyak sekali bangsa Indonesia, yang tidak bermoral tentunya, tidak segan-segan, tidak malu-malu dan bahkan bangga melakukan per-buatan itu.

Sebagai contoh, seorang pejabat meminta rekanan memberikan sum-bangan berjuta-juta rupiah untuk memeriahkan kegiatan ulang tahun kantornya dan dengan bangga ber-foto bersama didepan hadiah yang diberikan rekanan tersebut.

Kalau kita katakan: "Wahai pejabat, anda sudah melakukan korupsi", dengan ringan dia akan berkelit dan mengatakan: "Korupsi bagaimana? Pemberian itu bukan untuk saya pribadi koq tapi untuk seluruh pegawai.

Tanpa hadiah itu acara HUT kita tidak akan meriah kan?," padahal, pastinya uang yang disumbangkan diambil dari anggaran biaya proyek yang dimenangkan rekanan tersebut sehingga kemungkinan besar akan mempengaruhi spek dari barang atau jasa yang dihasilkannya dan akibatnya, cepat atau lambat, barang/jasa tersebut akan mengecewakan.

Jadi, tampaknya supaya setiap bangsa Indonesia berusaha untuk selalu menghindari dan merasa jijik terhadap setiap perilaku korupsi maka perlu dicari suatu istilah yang asli "Indonesia" (tidak peduli asalnya dari bahasa suku apapun di Indonesia) yang dapat mewakili seluruh perilaku korupsi.

Kata atau frase tersebut harus memberi sugesti yang kuat bahwa perilaku korupsi sangat menjijikan dan karenanya harus dihindari.

Negara-negara di Asia menggunakan istilah yang berasal dari bahasa aslinya untuk menyatakan perilaku korupsi, sebagai contoh, di Thailand istilahnya adalah "Gin Moung" yang artinya Keserakahan Bernoda, di China "Tanwu" berarti Makan Bangsa, sedangkan di Jepang adalah "Oshuko" yang artinya adalah Kerja Kotor.

Istilah-istilah yang mereka pakai secara langsung membuat harga diri dan prinsip hidup mereka terluka.

Soo, menurut

Tampaknya perlu segera diadakan kongres Bahasa Indonesia untuk mencari istilah yang tepat bagi perilaku korupsi.

Perilaku korupsi memang memberikan dampak yang luar biasa, baik dalam jangka pendek, menengah, maupun jangka panjang. Kedahsyatan dampak tersebut sudah mulai dirasakan saat ini, yang berarti perilaku korupsi memang sudah tumbuh subur sejak berpuluh-puluh tahun yang lalu.

Fenomena-fenomena yang menunjukkan dampak tersebut misalnya adalah:

1. Kerusakan hutan dan lingkungan hidup dimana-mana;
2. Kerusakan dan robohnya bangu-nanbangunan sekolah di banyak tempat yang terjadi diluar waktu yang seharusnya;
3. Banyaknya kasus-kasus hukum yang tidak terselesaikan padahal ditengarai sudah banyaknya bukti-bukti yang diperoleh;
4. Banyaknya pelayanan sederhana yang prosesnya menjadi lama, sulit, berbelit-belit dan mahal;
5. Merajalelanya para pengedar dan pemakai narkoba;
6. Melimpahnya barang-barang gelap (tanpa ijin masuk bea cukai);
7. Melimpahnya sumber daya alam di suatu daerah akan tetapi ma-syarakat didaerah tersebut ku-rang sejahtera dan bahkan mis-kin;

Ada sebagian orang mengatakan bahwa korupsi di Indonesia sudah menjadi kebiasaan yang mendarah daging, sudah menjadi fosil dalam benak para koruptor, sudah meng-akar dalam diri aparatur negara se-hingga sampai kapanpun upaya pemberantasan tidak akan pernah berhasil.

Menurut penulis, pernyataan terse-but merupakan pesimisme yang ti-dak beralasan, pernyataan orang-orang yang secara tidak sadar merasa enggan meninggalkan kon-disi saat ini yang sedikit banyak memberikan keuntungan bagi diri-nya, pernyataan orang-orang yang pada dasarnya takut dan khawatir "*comfort zo-ne*"nya terusik.

Pernyataan orang yang menganggap bahwa hanya dirinya yang benar dan mampu bertindak tetapi tidak diberi kesempatan, dan pernya-taan orang-orang yang tidak percaya kepada orang lain yang diberi keku-asaan untuk melakukan tindakan-tindakan.

Penulis tidak mengatakan bahwa pemberantasan korupsi di Indonesia akan mudah, tidak sama sekali. Pemberantasan korupsi di Indonesia merupakan tantangan yang luar bia-sa besarnya yang gerakannya harus didesain sedemikian rupa dan dipim-pin oleh orang-orang yang berani, orang-orang yang "sudah selesai de-ngan dirinya sendiri". Pemberantas-an korupsi di Indonesia memang membutuhkan kerja yang ekstra keras dan semangat yang ekstra kuat dari seluruh pihak.

Singkatnya, pemberantasan korupsi di Indonesia membutuhkan "keringat darah" dari kita semua, sekali lagi.... dari kita semua, bukan hanya dari para pimpinan dan anggota Komisi Pemberantasan Korupsi (KPK), yang diberi amanah langsung untuk memimpin gerakan pemberantasan korupsi.

Pemberantasan korupsi di Indonesia secara tuntas sampai pada akarnya merupakan keinginan dan mimpi yang ideal, karena itu dibutuhkan orang-orang yang idealis untuk me-mimpin gerakan.

Idealisme kuat mewarnai nilai sese-orang yang memiliki integritas tinggi, dan demikian pula sebaliknya bahwa untuk memiliki integritas tinggi sese-orang harus mampu mempertahan-kan idealismenya dengan kuat.

Integritas dan idealisme adalah dua faktor yang terbentuk atas dasar nilai dan moral yang dimiliki, dan satu sama lain tidak bisa dipisahkan. Kekuatan keduanya dalam diri seseorang akan mampu menghindarkannya dari perilaku korupsi, sebesar apapun kesempatan yang dimilikinya.

Kita paham bahwa korupsi terjadi karena ada niat dan kesempatan; niat baik atau buruk seseorang tergantung pada nilai-nilai dan moral orang tersebut, sedangkan kesempatan muncul dikarenakan adanya kelemahan dalam sistem yang berlaku.

Tampaknya, karena melihat betapa besarnya peran integritas seseorang dalam pengendalian diri terhadap perilaku korupsi, maka dalam upaya pemberantasan korupsi di Indonesia, KPK sudah menyusun sebuah *roadmap* yang berisi program-program revitalisasi integritas yang dilakukan dari level terbawah (*grass root*–masyarakat umum) dan sekolah-sekolah sampai teratas (pejabat negara), termasuk level aparatur negara.

Program untuk aparatur negara disebut sebagai Program Revitalisasi Integritas dan Moral Aparatur (PRIMA). Setiap program akan menghasilkan suatu zona integritas, dimana didalamnya berisi orang-orang yang mempunyai komitmen untuk meningkatkan, mempertahankan, dan menularkan integritasnya kepada orang lain.

Selanjutnya zona tersebut diharap-

Gambar : DI PERAGAKAN OLEH MODEL

Apa Kabar **PURNA BAKTI**

Prof. Dr. Hj Sedarmayanti, M. Pd mengikuti berbagai kegiatan di sela-sela waktunya mengisi masa purna bhakti. Beberapa kegiatan yang beliau ikuti diantaranya menjadi anggota tim Pokja Dewan Pengembangan Ekonomi (DPE) Kota Bandung. DPE Kota Bandung telah berkontribusi bagi KEBERLANGSUNGAN PEMBANGUNAN EKONOMI KOTA BANDUNG melalui berbagai kajian dalam rentang waktu tahun 2005 - 2011

Presentasi hasil kajian dihadapan Walikota Bandung Bandung, 21 Juni 2012

Kegiatan Kunjungan

BADAN DIKLAT PROPINSI KEPULAUAN BANGKA BELITUNG

PKP2A I LAN acap kali mendapat kunjungan dari berbagai instansi pemerintah di Indonesia. Hal ini menandakan PKP2A I LAN sering menjadi rujukan bagi instansi lain sehubungan kinerja organisasi yang mumpuni. Kali ini rombongan Diklat ToC yang berjumlah 30 orang dari Badan Diklat Propinsi Kepulauan Bangka Belitung mendapat kesempatan untuk berkunjung dan diterima langsung oleh Kepala PKP2A I LAN beserta jajarannya.

Tanggal 29 Oktober 2012

Bidang PKKA PKP2A I LAN bekerjasama dengan Pemerintah Kota Bandung melaksanakan kegiatan Assessment Potensi dan Kompetensi Sekretaris Kecamatan di Lingkungan Pemerintah Kota Bandung, Hari Selasa 23 Oktober 2012 bertempat di Hotel Mitra Bandung

KOMUNIKASI TIDAK EFEKTIF

Oleh : Sulistianingsih

Mengembangkan komunikasi yang efektif dalam organisasi adalah mengidentifikasi berbagai hambatan dalam melakukan komunikasi. Berbagai hambatan ini bila tidak dipahami dan ditangani akan mengganggu dan menghalangi tercapainya tujuan komunikasi. Komunikasi yang efektif tidak akan terjadi bila dalam prosesnya banyak mengalami berbagai gangguan.

Gangguan dalam peristiwa komunikasi akan menimbulkan berbagai hambatan yang pada akhirnya menimbulkan masalah. Masalah komunikasi dalam organisasi muncul apabila bawahan memberikan respon yang tidak sejalan dengan pesan yang disampaikan pimpinan.

Keadaan itu disebut distorsi dalam proses komunikasi. Dalam saluran komunikasi hambatan berupa penyaring (filters), gangguan (nois), dan kemungkinan penghalang (blocks).

Dalam komunikasi, terdapat masalah pemberian perintah yang terlalu cepat, kurang jelas, diberikan secara serampangan, menganggap adalah wajar bagi pekerja untuk memahami tiap perintah, pemberian perintah pada saat yang tidak tepat, ingin nampak berkuasa, memberikan terlalu banyak perintah sekaligus, memberikan perintah yang saling bertentangan, mengambil keuntungan dari para pekerja yang patuh, menyatakan perintah secara negatif, dll.

Beberapa di antara faktor-faktor penghambat komunikasi menurut Kalllaus dan Keeling dijelaskan secara singkat berikut ini :

1. Orang selalu berkeinginan untuk mendapatkan sesuatu sesuai dengan harapannya. Termasuk dalam hal berkomunikasi, orang menginginkan pesan atau informasi yang sampai kepadanya sesuai dengan apa yang diharapkannya. Keinginan itu menyebabkan orang mudah salah tangkap/salah tafsir terhadap informasi yang diterimanya.

2. Perbedaan persepsi antara pengirim dan penerima kadang-kadang juga menyebabkan komunikasi yang berlangsung tidak mencapai sasaran yang diharapkan. Persepsi seseorang dibentuk oleh latar belakang (pendidikan, keluarga, dsb), pengalaman, kebiasaan, dan nilai-nilai yang dianut. Perbedaan faktor-faktor itu menyebabkan orang memiliki persepsi yang berbeda dalam memandang hal yang sama. Dalam hal berkomunikasi, perbedaan persepsi akan menyebabkan perbedaan tafsiran terhadap isi pesan yang disampaikan.

3. Proses komunikasi juga dapat terhambat karena perbedaan arti bahasa yang digunakan. Problem semacam itu disebut problem semantik. Hampir dalam setiap bahasa dijumpai kata-kata yang dapat berarti ganda.
Di samping itu perbedaan penekanan (intonasi), aksen (didalam bahasa lisan), dan pemberian tanda baca, juga akan dapat menimbulkan perbedaan makna/arti.

4 Perbedaan status atau kedudukan juga dapat merupakan hambatan dalam proses komunikasi. Atasan terkadang menyampaikan pesan-pesan kepada bawahan secara garis besar saja dengan asumsi bahwa bawahan dapat menangkap dengan baik isi pesan yang disampaikannya itu. Akan tetapi bawahan umumnya menghendaki informasi yang terinci.

5. Penilaian penerima terhadap sumber informasi (pengirim) dapat mempengaruhi juga efektivitas proses komunikasi.

6 Perbedaan kecenderungan pribadi/ pembawaan juga kadang merupakan hambatan dalam proses komunikasi. Orang yang pembawaannya meyakinkan, memberikan kesan intelek, ramah, dll, lebih mudah menyampaikan isi pesan dibandingkan dengan orang yang tampaknya meragukan, kasar, kaku, tidak sopan.

7. Ketiadaan konsistensi informasi merupakan hambatan. Hal itu tampak jika terhadap hal yang sama diberikan informasi yang berbeda-beda atau saling bertentangan satu sama lain.

Proses komunikasi gagal juga disebabkan oleh istilah-istilah yang digunakan, merupakan istilah khusus yang hanya dikenal dan diketahui oleh orang-orang yang menangani jenis pekerjaan tertentu/ profesi tertentu. Istilah tersebut biasa dikenal dengan sebutan jargon.

Faktor emosi yang menghambat komunikasi karena dibawah kondisi emosi tertentu (misalnya marah) komunikator kadang-kadang menyampaikan pesan dalam bahasa yang sukar dimengerti.

Dalam komunikasi lisan, baik secara langsung maupun menggunakan media misalnya telepon, faktor suara kadang-kadang merupakan hambatan apabila volumenya tidak cukup kuat, atau terganggu oleh suara-suara lain yang menyebabkan isi pesan tidak dapat ditangkap dengan sempurna.

Contoh-Contoh Masalah Yang Melekat Pada Pesan Sehingga Menyebabkan Komunikasi Tidak Efektif

Persepsi yang berbeda
Contoh : Seorang ibu mempunyai dua orang anak laki-laki, masing-masing berumur 16 tahun (Adi) dan 6 tahun (Imam). Ketika anak berbuat kesalahan, ibu tersebut menyikapi kedua anaknya dengan cara yang berbeda.

Jika anak yang bernama Adi berbuat salah, ibu tersebut memarahinya dengan kasar, bahkan sampai melibatkan kekerasan fisik. Namun jika Imam yang berbuat suatu kesalahan, ibu tersebut menasehatinya secara lembut dan sambil tersenyum. Melihat kejadian tersebut, tentu saja Adi mempunyai persepsi bahwa ibunya lebih sayang kepada Imam daripada kepadanya.

Sedangkan maksud ibu tersebut yaitu ingin mendidik anaknya yang bersalah dengan cara yang berbeda sesuai dengan umurnya. Disini terjadi perbedaan persepsi antara ibu dan Adi, sehingga pesan yang ingin disampaikan ibu kepada kedua anaknya tidak tercapai secara efektif.

Perbedaan bahasa
Contoh : Ketika ada dua orang yang lebih tua sedang bercakap-cakap, ada anak yang masih kecil mendengarkan dan ikut mengomentari percakapan itu. Tentu saja orang yang lebih tua itu marah dan berkata, "kamu masih seumur jagung untuk ikut berbicara dengan kami". Mendengar perkataan itu, tentu saja anak itu tidak mengerti maksud ucapan yang dikatakan oleh dua orang yang lebih tua itu. Sehingga pesan yang ingin disampaikan orang yang lebih tua itu tidak dapat sampai kepada anak tersebut.

Status yang berbeda
Contoh : Seorang guru menyampaikan tugas-tugas kepada muridnya secara garis besarnya saja, misalnya, "anak-anak, tugas yang harus dikerjakan minggu depan adalah membuat gambar kubus". Guru tersebut berasumsi bahwa murid dapat menangkap dengan baik isi pesan yang disampaikannya itu. Padahal sebagai seorang murid, umumnya menghendaki informasi yang terperinci, mengenai berapa jumlah kubus yang harus dibuat, di kertas apa kubus tersebut dibuat, berapa ukuran kubus tersebut mesti dibuat, dll. Sehingga penafsiran dari murid tidak keliru mengenai isi pesan yang disampaikan guru.

Perbedaan kecenderungan
Contoh : Pemberian pesan yang disampaikan oleh guru dan seorang preman akan menimbulkan perbedaan respon. Apabila guru yang memberikan perintah kepada muridnya, maka cenderung akan mematuhi perintah guru dan sesegera mungkin melaksanakan perintah dari gurunya tersebut. Berbeda jika murid tersebut diperintah oleh seorang preman, walaupun perintah yang diberikan sama misalnya, tapi jika yang memerintahnya seorang preman maka murid tersebut akan malas untuk mengerjakan perintah tersebut. Bahkan mungkin saja, murid tersebut cenderung takut dan akan melaksanakan perintah tersebut atas dasar rasa takut, bukan atas dasar rasa taat atau patuh.

Penggunaan bahasa yang bersifat khusus (Jargon)
Contoh : Seorang guru Matematika yang hendak memeriksakan penyakitnya pada seorang Dokter. Guru tersebut mengeluhkan beberapa gejala rasa sakitnya secara rinci, seperti muntah-muntah, pusing, dll.

Guru tersebut meminta penjelasan kepada Dokter mengenai apa penyakit yang dideritanya, bagaimana cara menyembuhkannya,dll. Maka secara otomatis, Dokter itu menjelaskan secara panjang lebar dan terperinci mengenai hal-hal yang perlu diketahui oleh Guru tersebut tentang penyakitnya.

Informasi yang diberikan oleh Dokter itu berupa istilah-istilah kedokteran, dan tentu saja Guru tersebut tidak mengerti apa yang disampaikan oleh Dokter itu. Sehingga, meskipun Dokter tersebut sudah menjelaskan dengan panjang lebar, namun pesan yang disampaikan kepada Guru tidak dapat diterima dengan baik karena ketidakmengertian Guru terhadap istilah kedokteran.

Faktor suara
Contoh : Seorang guru ingin memberikan pekerjaan rumah kepada muridnya. Ia berbicara di depan kelas dengan suara yang lemah, sehingga pesan yang diterima oleh murid tidak terlalu jelas. Akibatnya, murid menjadi keliru dalam mengerjakan tugas karena kesalahan pesan yang diterima oleh murid tersebut.

Begitulah pesan-pesan yang sekiranya dapat menghambat komunikasi. Mudah-mudahan sebagai pribadi dan sebagai makhluk sosial, kita bisa menyampaikan pesan dengan arif, sehingga tidak menyebabkan *miscommunication*.
(sulistianingsih//2012)

TANGAN NYERI DAN KAKU

Selepas Aktivitas Mengetik

Beberapa waktu lalu teman sekantor saya pernah mengeluhkan sakit di tangannya, katanya sih jari-jari rasanya tebal. Eh, gak lama kemudian gantian kakak saya yang merasa kaku di pergelangan tangan. Sempat saya tanyai, apakah sebelumnya pernah melakukan gerakan ekstrim atau mendadak? keduanya menjawab tidak.

Jadi kemungkinan kejang otot karena olah raga, saya coret dari daftar sangkaan saya. Tiba-tiba saya teringat bahwa beberapa bulan yang lalu, saya sempat browsing tentang penyakit umum yang diderita orang di jaman modern ini.

Maka, jatuhlah dugaan saya kepada gangguan yang namanya carpal tunnel syndrome atau dalam Bahasa Indonesia disebut sindrom terowongan karpal. Nah, meski dugaan sudah dijatuhkan, saya tidak mau gegabah, saya telpon seorang teman yang berprofesi sebagai dokter dan tinggal di bilangan Ciumbuleuit. Dari teman saya itu, sebut saja dokter Doyok, saya mendapat informasi yang lebih lengkap dan terjamin kebenarannya.

Berikut ini ceritanya.

- "Yok, apa kabar? Ada waktu gak nih? Aku mau nanya," sapaku.
- "Wow, hello Sob. Kabar baik nih. Tumben telepon, mau kasih proyek ya?" jawabnya dengan suara khas bariton.
- "Ha..ha..ha..Bisa aja kamu, Yok. Kamu kan dah tajir, gak perlu proyek lagi lah. Lagian ngarepin apa dari PNS macam aku," kataku sambil ngeles.
- "Gini, Yok. Aku mau tanya-tanya tentang gangguan sakit nih, ada yang bilang namanya carpal tunnel syndrome. Lu tau gak yang kaya gituan?" kataku sebelum dia menyela.
- "Wah, serius bener kamu. Emangnya kamu yang kena ya? Hati-hati Sob, bisa sampai dibedah lho," nada si dokter berubah serius.
- "Jangan nakut-nakuti gitu dong. Tahu sendiri kan, aku paling parno sama pisau bedah. Kecuali kalo perawatnya cantik, mungkin bisa kupertimbangkan," jawabku mencoba bergurau untuk mengurangi kegelisahanku. Sial! keringat dingin mulai mengalir nih" batinku.
- "Kebetulan nih, Kemarin stase spesialis bedahku baru di bagian syaraf. Jadi gini lho. Yang namanya Carpal Tunnel Syndrome atau CTS itu adalah gangguan tekanan pada jaringan syaraf di tangan.

Penyebabnya adalah gerakan yang berulang pada daerah telapak sampai pergelangan tangan sehingga menyebabkan radang pada jaringan di sekitar syaraf medianus (syaraf di bagian tengah telapak tangan sebagai penghantar fungsi motoris dan sensoris di seluruh area tangan).

Karena terjadi radang, maka syaraf ini jadi tertekan sehingga transmisi listrik syaraf terganggu. Makanya pergelangan tangan bisa terasa nyeri, jari tangan jadi terasa kebas, kemudian timbul rasa lemah, kesemutan, dan panas di sekitar itu," jelasnya.

- "Oh itu tanda-tandanya. Terus gerakan berulang seperti apa yang jadi penyebabnya?" tukasku.
- "Macem-macem, mulai dari gerakan menjahit, mengetik, sampai memotong-motong.

Pokoknya di mana ada gerakan berulang pada tangan dan pergelangannya, maka di situ ada potensi timbulnya CTS!" tegasnya.

Anatomi Syaraf pada kasus ***Carpal Tunnel Syndrome.***

Mendengar itu pikiranku langsung melayang ke teman-teman sekantorku. Bayangkan, ada 82 orang di sana dan semua kerjaannya gak jauh dari laptop atau komputer. Ngeri juga kalau tiba-tiba semuanya mengeluh sakit tangan sampai tidak bisa digerakkan lagi. Tingkat kejadiannya cukup tinggi , bos AC Milan yang juga mantan Perdana Menteri Italia saja, pernah dibedah karena menderita CTS. Sementara di Amerika, jumlah pen-deritanya mencapai 8 juta orang.

Pada tahun 2000 saja, kerugiannya sampai 20 Milyar Dollar Amerika dalam bentuk kompensasi kesehatan pegawai.
Bisa segitu besar, karena untuk perawatannya bisa cuti sampai 1 bulan penuh. Bahkan oleh Department of Labor, Occupational Safety and Health Administration (OSHA) di Amerika, gangguan ini menjadi masalah kesehatan paling sering terjadi dan menghabiskan biaya paling banyak.

Imajinasiku tambah liar. Terbayang Suripin, teman seruangan dibebat tangannya dan dapat santunan 600 juta Rupiah. Wow, langsung jadi jutawan deh. Lumayan kali ya, buat modal nikah lagi???. He...he...he...

- "Sob! Kok diem. Tidur ya?" bentak Doyok.
- "Sorry, Dok. Baru menganalisa ekuivalensi jumlah yang kau sebutkan tadi dengan kondisi di Indonesia," jawabku asal ngeles.
- "Dasar Peneliti! Bisa aja kalo njawab," rutuknya.
- "Trus gimana cara ngobatinya pak dokter?" tanyaku lagi tanpa mempedulikan gerutuannya.
- "Mmmm... Ada setidaknya tiga bentuk terapi.

Yang *pertama* hidroterapi atau terapi air, yakni dengan mencelupkan tangan bergantian ke air panas dan dingin. Celup air panas 3 menit, lalu diganti air dingin 30 detik, dan itu diulang 3-5 kali. Dengan cara ini pasokan oksigen menjadi lancar, peradangan reda, sehingga nyerinya bisa dihilangkan," terangnya.

- "Cara kedua adalah dengan memasang splint," tegasnya.
- "Apa itu, Dok?" potongku.
- "Itu lho dekker atau wrist-band untuk olah raga. Nah, dekkernya dipasang di pergelangan tangan untuk membatasi gerakkannya sehingga mengurangi kemungkinan terjadi radang. Harus dipake terus sepanjang hari, selama beberapa minggu atau bulan sampai sakitnya sembuh," jelasnya.
- "Terus cara terakhir apa?" tanyaku.
- "**.....DIBEDAH!**"

Ada dua model pembedahan, *pertama* dengan menyayat bagian bawah telapak tangan, kemudian dokter akan memotong sebagian kecil otot yang menyebabkan CTS itu, dan menutupnya kembali, kemudian menjahitnya. Pembedahan dengan cara konvensional ini membutuhkan waktu sekitar 3 bulan untuk proses penyembuhan.

Cara *kedua* dikenal dengan bedah endoskopi, prinsipnya pembedahan dengan luka sayatan yang lebih minimalis. Melalui tabung kecil berkamera dan dilengkapi dengan pisau bedah, sayatan menjadi lebih kecil (hanya sebesar tabung berkamera itu). Melalui kamera kecil itu juga dokter dapat melihat posisi otot yang menyebabkan CTS, kemudian memprogram alat tersebut untuk memotongnya (sama seperti pada pembedahan konvensional).

Bedah endoskopi ini membutuhkan waktu pemulihan lebih cepat dibanding bedah konvensional tadi. Meski tingkat kesembuhannya tinggi, tapi di Amerika pun hanya 23% yang bisa kembali ke pekerjaan semula. "Hiii, serem ah! Amit-amit jabang bayi!" seruku.

Setelah agak tenang, aku bertanya lagi, "Emangnya ada gak sih cara supaya pekerja kantoran macem aku ini bisa terhindar dari CTS yang menyeramkan itu?" tanyaku penasaran. "Ada sih. Tips *pertama* adalah ubah perilaku kerja yang tidak ergonomis, sehingga memaksa tangan dan jari bergerak tidak sewajarnya.

Kedua variasikan gerakan sehingga tangan dan jari tidak bekerja terus menerus dan beban tangan berkurang. Saat bekerja biasakan tangan untuk istirahat sejenak. Yang ketiga, konsumsi sayuran hijau yang segar, biji-bijian, kecambah, dan gandum. Karena sayuran tersebut mengandung vitamin B kompleks dengan kadar tinggi.

Bila mulai terasa nyeri, minumlah obat anti radang, seperti aspirin, ibuprofen, dan prednison. Bisa juga ditambahkan vitamin B6 dan B2," jelasnya.

"Lainnya?" tanyaku. Ada gerakan senam ringan untuk penderita CTS, yakni dengan merentangkan ta-ngan ke samping, lalu tangan dike-palkan. Tekuk pergelangan tangan ke bawah, tahan 30 detik, ulangi dengan menekuk pergelangan ke atas. Lalu istirahatkan lengan dan pergelangan selama setengah sampai 1 menit. Latihan ini dilakukan selama 5 menit. Bertahap saja. Jangan dipaksakan," tukasnya.

"Lha, kalau tidak sembuh juga?" cecarku. "Terpaksa ganti jenis pekerjaan, Sob. Daripada kerja dapat duit tapi sakit, kan mending kesehatan tetap terjaga. Betul, gak?" jawabnya dengan tangkas. "Ngomong-omong, ceramah gini dapat honor, gak? Setidaknya 2 JP, dong. He... he... he...." Dia tertawa terkekeh-kekeh.

Setelah direnungkan memang tidak ada yang lebih nikmat daripada kesehatan. Bolehlah kita bekerja mati-matian, tapi jangan sampai kita lupa pada kesehatan. Jikalau nanti sampai sakit, siapa sih yang rugi? Anda dan keluarga yang merawat kan? Waspadalah... waspadalah...

RALAT

Beberapa kata yang terputus (tidak tercetak) pada beberapa halaman berikut :

Halaman 2
bufikir dan berinteraksi.

Halaman 6
pembaca, Isilah apa yang asli Indonesia untuk mewakili perilaku korupsi ya ?

Halaman 7
kan akan terus berkembang semakin luas, mari kita dukung program prima.

Halaman 23
http://www.rmexpose.com/detail.php?id=3

TATA KELOLA ASET

Oleh : Awan Hari Murtiadi

PROLOG

RECOVERY dan *REDEVELOPMENT* yang diusung pemerintah diasakan belum membawa bangsa Indonesia keluar dari krisis berkepanjangan. Hal tersebut membuat rakyat Indonesia masih bertanya bagaimanakah efektivitas tata kelola sistem penyelenggaraan pemerintahan yang sebenarnya. Konsep *good governance* terus dikembangkan yang merupakan prasyarat utama guna mencapai cita-cita bangsa dalam Pembukaan Undang-Undang Dasar 1945 yaitu **Indonesia yang merdekat, bersatu, berdaulat, adil dan makmur.**

Seluruh pijakan legalitas perundang-undangan yang telah ada atau disusun kemudian disinkronisasi kembali, diharmonisasikan termasuk diuji materi dengan harapan dapat mengatur seluruh aspek yang dapat mening-katkan kesejahteraan dan kualitas pelayanan masyarakat termasuk aspek kekayaan negara/daerah yang harus dikelola dan digunakan untuk sebesar-besarnya bagi kemakmuran rakyat.

Peningkatan kesejahteraaan dan perbaikan pelayanan sangat diperlukan untuk mendukung pembangunan ekonomi dan kesejahteraan sosial di seluruh wilayah Indonesia yang adil, merata dan mampu memperkuat persatuan serta ketahanan nasional dalam menghadapi daya saing global. Oleh karena itulah, telah dilakukan reformasi di segala bidang diantaranya adalah reformasi bidang keuangan negara dengan dikeluarkannya Undang-Undang Nomor 1 Tahun 2004 tentang Perbendaharaan Negara yang antara lain mengatur penataan dan pengelolaan aset negara agar lebih tertib, akuntabel, dan transparan.

Sinkronisasi Pasal 5 ayat (2) UUD 1945 dan ketentuan Pasal 48 ayat (2) dan pasal 49 ayat (6) Undang-Undang Nomor 1 Tahun 2004 tentang Perbendaharaan Negara melahirkan **Tata Aturan Mengenal Pengelolaan Barang Milik Negara /Daerah**.

Tentunya arsitektur perundangan ini terkait erat dengan Peraturan Presiden No. 54 Tahun 2010 yang merupakan penyempurnaan dari Keputusan Presiden No. 80 Tahun 2003 tentang Pedoman Pelaksanaan Pengadaan Barang/Jasa Pemerintah. Setelah barang/jasa pemerintah direncanakan, langkah selanjutnya adalah dikelola sebagai bentuk akuntabilitas kepada publik.

Ketersediaan infrastruktur yang memadai, merupakan kebutuhan yang mendesak untuk mendukung pelaksanaan-pembangunan nasional dalam rangka meningkatkan perekonomian dan kesejahteraan masyarakat serta untuk meningkatkan daya saing Indonesia dalam percaturan global.

Percepatan pembangunan infrastruktur, perlu mengambil langkah-langkah yang komprehensif guna menciptakan iklim investasi dalam bidang infrastruktur. Salah satu bagian penting dalam tata kelola barang milik negara/daerah adalah menyusun ***Strategic Mapping*** tata kelola barang milik negara /daerah untuk mendapatkan nilai yang wajar dalam rangka penyusunan laporan keuangan dengan memperhatikan seluruh tahapan yang dimulai dari tahap perencanaan kebutuhan dan penganggaran, pengadaan, penggunaan, pemanfaatan, pengamanan dan pemeliharaan, penilaian, penghapusan, pemindahtanganan, penatausahaan, pembinaan, sampai dengan pengawasan, dan pengendaliannya.

Tentunya ini hanya satu bagian kecil dari sistemiknya penataan keuangan negara yang sedang dijalankan.

TATA KELOLA ASET

Dari sisi reformasi sistem manajemen pemerintah, telah terlihat upaya keras penyelenggara negara untuk melakukan perubahan dan menata sistem birokrasi walaupun masih ada kekurangan di sana-sini.

Implikasi paket Undang-Undang Keuangan Negara yaitu UU. No. 17 Tahun 2003 Tentang Keuangan Negara, UU No.1 Tahun 2004 tentang Perbendaharaan Negara dan UU No.15 Tahun 2004 tentang Pemeriksaan, Pengelolaan, dan Tangung Jawab Keuangan Negara telah membawa perubahan dalam manajemen keuangan negara.

Begitu pula dalam hal tata kelola barang milik negara/daerah. Seluruh tahapan pengelolaan barang milik negara/daerah harus terus-menerus dilakukan secara berkesinambungan agara semua aset negara dapat diselamatkan dan dijaga serta dikelola sedemikian rupa menuju tertib penyelenggaraan administrasi pemerintahan yang baik.

Penataan sistem manajemen keuangan secara keseluruhan masih menemui jalan berliku dan mendaki. Akan tetapi cahaya terang penataan manajemen keuangan khususnya manajemen pengelolaan barang milik negara/daerah sudah terlihat jelas.

Ini dapat dibuktikan dengan adanya instansi pusat maupun pemerintah daerah yang sudah mampu melakukan pelaporan keuangan sesuai dengan peraturan yang ada. Secara kuantitas, hal ini tercermin melalui jumlah instansi pemerintah pusat maupun daerah yang men-dapatkan opini atau pendapat terbaik yaitu **Wajar Tanpa Pengecualian (WTP)** dari BPK mengenai laporan pelaksanaan keuangan.

Laporan keuangan ini adalah suatu bentuk pertanggungjawaban instansi pemerintah pusat maupun daerah kepada *stakeholder* yang didalamnya mencakup berbagai macam pekerjaan yang terkait keuangan, termasuk di dalamnya komponen **Aset.**

Aset menjadi salah satu komponen dalam neraca sebagai satu kesatuan laporan pelaksanaan anggaran. Laporan tersebut meliputi laporan arus kas, laporan realisasi anggaran, catatan atas laporan keuangan, dan neraca.

Perencanaan kebutuhan barang milik negara/daerah harus mampu menghubungkan antara ketersediaan barang sebagai hasil dari pengadaan yang telah lalu dengan ke-adaan yang sedang berjalan seba-gai dasar tindakan yang akan da-tang dalam rangka pencapaian efisiensi dan efektivitas pengelolaan barang milik negara/daerah.

Hasil perencanaan kebutuhan tersebut merupakan salah satu dasar dalam penyusunan perencanaan anggaran pada kementerian/lembaga/satuan kerja perangkat daerah. Perencanaan anggaran yang mencerminkan kebutuhan riil barang milik Negara/daerah pada kementerian/lembaga/satuan kerja perangkat daerah selanjutnya menentukan pencapaian tujuan pengadaan barang yang diperlukan dalam rangka penyelenggaraan tugas pokok dan fungsi pemerintah.

Perencanaan, pengelolaan, penilaian barang milik negara/daerah diperlukan dalam rangka mendapatkan nilai yang wajar dalam penyusunan neraca pemerintah, pemanfaatan, dan pemindahtanganan barang milik negara/daerah.

Latar belakang inilah yang kemudian menjadi alasan perlunya diatur secara tersendiri mengenai pengelolaan barang milik negara/daerah dalam bentuk Peraturan Pemerintah No.38 Tahun 2008 tentang Perubahan atas Peraturan Pemerintah No.6 Tahun 2006 tentang Pengelolaan Barang Milik Negara/Daerah.

Peraturan Pemerintah tersebut mengatur tentang Pengelolaan Barang Milik Negara/Daerah yang meliputi tahapan dimulai dari perencanaan kebutuhan dan penganggaran, pengadaan, penggunaan, pemanfaatan, pengamanan dan pemeliharaan, penilaian, penghapusan, pemindahtanganan, penatausahaan, pembinaan, sampai dengan pengawasan, dan pengendaliannya.

Dalam rangka menjamin terlaksananya tertib administrasi dan tertib pengelolaan barang milik negara/daerah diperlukan adanya kesamaan persepsi dan langkah secara integral menyeluruh dari unsur-unsur yang terkait dalam pengelolaan barang milik Negara/daerah.
Pengelolaan barang milik negara /daerah sebagaimana diatur dalam Peraturan Pemerintah ini dilaksanakan dengan memperhatikan dan memahami asas-asas sebagai berikut :

1. **Asas fungsional**, yaitu pengambilan keputusan dan pemecahan masalah-masalah dibidang pengelolaan barang milik Negara /daerah yang dilaksanakan oleh kuasa pengguna barang, pengguna barang, pengelola barang dan gubernur/bupati/walikota sesuai fungsi, wewenang, dan tanggung jawab masing-masing.
2. **Asas kepastian hukum**, yaitu pengelolaan barang milik Negara/daerah harus dilaksanakan berdasarkan hukum dan peraturan perundang-undangan.
3. **Asas transparansi**, yaitu penyelenggaraan pengelolaan barang milik negara/daerah harus transparan terhadap hak dari masyarakat dalam memperoleh informasi yang benar.
4. **Asas efisiensi**, yaitu pengelolaan barang milik negara/daerah diarahkan agar barang milik negara/daerah digunakan sesuai batasan-batasan standar kebutuhan yang diperlukan dalam menunjang penyelenggaraan tugas pokok dan fungsi pemerintahan secara optimal.
5. **Asas akuntabilitas**, yaitu setiap kegiatan pengelolaan barang milik negara/daerah harus dapat dipertanggungjawabkan kepada rakyat.
6. **Asas kepastian nilai**, yaitu pengelolaan barang milik negara /daerah harus didukung oleh adanya ketepatan jumlah dan nilai barang dalam rangka optimalisasi pemanfaatan dan pemindahtanganan barang milik negara /daerah serta penyusunan Neraca Pemerintah.

Dengan memperhatikan asas-asas dalam pengelolaan barang milik negara/daerah sebagaimana yang telah disebutkan diatas diharapkan para pimpinan atau staf yang ditugasi untuk mengelola barang miliki negara/daerah dapat melaksanakan dengan lebih profesional setiap tahapan dalam siklus pengelolaan barang milik negara/daerah sehingga dapat mendukung kelancaran penyelenggaraan tugas pokok dan fungsi pemerintah dalam melayani masyarakat. (awie_hari_murtiadi/2012)

Kepala Lembaga Administrasi Negara Republik Indonesia, Prof. Dr. Agus Dwiyanto, MPA diwawancarai oleh reporter dari TVRI Stasiun Bandung, sesaat setelah keynot speech dan membuka secara resmi seminar kelitbangan dengan tema "Prospek Penerapan Desentralisasi Asimetris pada Pemerintahan Daerah di Indonesia", Senin 26 November 2012

Sejumlah pegawai PKP2A I dan STIA LAN Bandung yang belum melaksanakan Sumpah PNS, pada Hari Senin, Tanggal 26 November 2012 melaksanakan Sumpah PNS di Gedung Serba Guna PKP2A I LAN

Kunjungan TIMOR LESTE

13 Nopember 2012

Hari Selasa, Tanggal 13 November 2012 PKP2A I LAN menerima kunjungan Observasi Lapangan Para peserta Diklat MoT dari Republik DemokratikTimor Leste. Kepala PKP2A I LAN H. Gering Supriyadi didampingi Kepala Bidang PKKA, Dr. H. Joni Dawud, DEA berkesempatan menerima rombongan yang berjumlah 13 orang.

PERSIAPAN menyambut hari senin

Oleh : Anita Ilyas

Kita pernah mendengar ungkapan yang yang sering kita dengar dalam sebuah lagu berbahasa inggris yang berjudul *"I don't like Monday" (by: Bob Geldof)* ... Suatu hal yang bisa difahami.

Bagi sebagian orang Pekerja/Pelajar/Mahasiswa. Memulai aktivitas rutin dihari senin setelah 2 hari (ba-gi yang hari liburnya sabtu dan minggu) atau libur 1 hari (minggu) libur dan bersantai-santai baik di rumah maupun sambil jalan-jalan /rekreasi, tiba-tiba harus kembali memulai pekerjaan rutin di hari Senin.

Kondisi ini pasti tidak menyenangkan bagi semua sebagian besar orang. Tak bisa kita pungkiri bahwa Hari libur adalah hari yang dinantikan oleh setiap orang dewasa mau-pun anak-anak, karena hari libur tersebut (sabtu dan minggu) dijadi-kan sebagai hari kebebasan, ke-bebasan dari beban fikiran, kebebasan dari beban perekerjaan, kebebasan dari kewajiban-kewajiban, Kebebasan dari rutinitas kerja yang menjemukan.

Namun sungguhpun kondisinya de-mikian, sebagai Pegawai Negeri Si-pil yang telah berkomitmen untuk mengabdikan dirinya pada bangsa dan negara wajib hukumnya mau tidak mau, suka tidak suka untuk memberikan pelayanan yang sebaik-baiknya kepada masyarakat, yaitu dengan bekerja sebaik-baiknya dan menanamkan budaya kerja yang disiplin tentunya.

Apabila komitmen tersebut telah kita pegang teguh, maka ada bebe-rapa tips yang mungkin

dapat men-jadikan kita lebih iklas, ceria dan bersemangat dalam menyongsong hari senin. Tips tersebut adalah se-bagai berikut,

PERSIAPAN

Hindari terburu-buru dan kurang per-siapan pada hari Senin. Segala se-suatu yang dilakukan dengan ter-gesa-gesa karena khawatir terlam-bat bisa membuat *mood* hari Senin Anda semakin kelabu. Oleh karena itu minggu malam sebelum tidur se-baiknya anda:

Mempersiapkan pakaian yang akan anda kenakan pada hari Senin untuk menghindari terburu-buru memilih pakaian di hari Senin. Tidak sedikit wanita yang berganti baju lebih dari satu kali sebelum akhirnya memutuskan mana yang akan dipakai. Hal itu tentunya me-makan waktu.

Mempersiapkan perlengkapan dan peralatan kerja yang akan di-bawa pada hari senin, seperti: Laptop, Charger Laptop, Flash Disk, Alat Tulis, buku agenda dan lain-lain

Cek telepon genggam anda jika dalam kondisi low bat, sebaiknya di *charger* dulu agar esok hari dapat digunakan

Membereskan pekerjaan rumah untuk mengurangi beban di hari Senin. Usahakan selesaikan sebanyak mungkin pekerjaan rumah di hari minggu. Jangan menyisakan pekerjaan berat untuk hari senin yang membuat anda malas untuk bergerak ke kantor.

Sebaiknya pada minggu malam hindari tidur terlalu malam (paling tidak dibawah jam 22.00), khawatir terlambat bangun pada esok harinya.

Merapikan meja Anda sebelum pulang di hari Jumat untuk memberi suasana yang menyenangkan.

Barang bawaan seperti berkas, presentasi, atau apa pun yang harus dibawa hari Senin jangan lupa dipersiapkan sebelumnya.

Usahakan semuanya sudah tertata rapi dan siap dibawa. Jika hampir semua persiapan sudah be-res sebelum tidur, Anda tentunya bisa memiliki ekstra beberapa menit untuk bangun lebih siang di hari Senin.

HARI "H"

1. Mengawali hari senin dengan menambah beberapa menit ekstra untuk tidur memang sangat menye-nangkan, tetapi bangun lebih pagi ternyata juga memberi manfaat ter-sendiri. Dengan bangun lebih pagi, Anda menjadi tidak tergesa-gesa dan tertekan pada Senin pagi. Belum lagi perjalanan ke kantor ten-tu penuh kemacetan dan berpotensi terlambat

2. Usahakan untuk dapat Tampil dengan busana terbaik dan ternyaman di hari Senin, karena bisa membantu menambah semangat. Kenakan pakaian favorit, sepatu atau tas andalan yang bisa menam-bah rasa percaya diri. Ketika Anda merasa senang, percaya diri, dan nyaman dengan penampilan, oto-matis *mood* anda semakin baik.

3. Mandi dengan sabun aromaterapi atau memanjakan diri dengan perawatan tubuh di senin pagi juga bisa menjadi pendorong *mood* yang baik.

4. Jangan lupakan sarapan seperlunya untuk menambah semangat. Makan enak akan membuat hati semakin senang. Namun seandainya tidak sempat sarapan, dengan memakan 3 butir korma pun dapat meningkatkan stamina kita. Konon katanya Nabi Muhammad Saw senantiasa sarapan pagi atau sahur dengan hanya memakan buah kurma dengan bilangan ganjil.

5. Buat diri Anda ceria sebelum berangkat menuju sekolah atau tempat kerja. Usahakan untuk tidak meninggalkan rumah dengan muka tertekuk. Jangan memulai hari dengan mengeluh sehingga membuat *mood* semakin keruh. Tak ada yang senang mendengar orang mengeluh.

6. Hindari memasang status *BBM*, *Facebook* atau meng-update *Twitter* dengan kalimat-kalimat yang suram. Sebaliknya, semangati diri anda atau teman-teman lain dengan kalimat-kalimat yang membangkitkan sema-ngat. Mengeluh hanya akan mem-buat anda merasa hidup anda susah dan menjadi sulit untuk menghargai hal baik yang sudah terjadi dalam hidup selama ini.

PEMBANGKIT SEMANGAT

Untuk dapat membangkitkan *mood* secara efektif, salah satu nya adalah dengan mendengarkan musik. Putarlah lagu-lagu yang bisa membangkitkan semangat. Lagu yang tepat bisa membangkitkan semangat anda sampai seharian.

Jika perlu, sesekali traktir diri Anda sendiri untuk hari senin yang lebih semangat. Beli barang baru yang tidak terlalu menguras anggaran. Misalnya pulpen lucu yang baru, stoking baru, atau gelas baru untuk meja kerja.

Memilih melakukan suatu hal baru pada hari Senin juga bisa menambah semangat. Antara lain, mencoba rute baru ke kantor, gaya rambut baru, atau mencoba olahraga pagi yang berbeda di hari Senin.

Jika memungkinkan, coba ajak kekasih atau teman dekat untuk berangkat bersama. Keberadaan orang terdekat bisa membuat hari lebih semangat dan menyenang-kan. Jika hal tersebut tidak memungkinkan, isi perjalanan anda untuk berbincang dengan sahabat atau kekasih lewat pesan singkat atau telepon. Perbincangan ringan yang menyenangkan seputar kabar orang terdekat anda juga bisa meningkatkan mood yang baik.

(anita_ilyas//2012)

Untuk pertamakalinya PKP2A I LAN yang dimotori oleh Bagian Tata Usaha menyelenggarakan acara Family Gathering di Hotel Sariater Resort, Subang Jawa Barat pada Tanggal 15 Juli 2012. Family Gathering yang mengusung tema "Satu Hati Indahnya Silaturrahmi" tersebut diikuti oleh seluruh pegawai beserta anggota keluarganya.

Kegiatan menjadi semakin berkesan seiring ikut sertanya Keluarga Bapak. H. Gering Supriyadi.

Tim Humas menjadi event organizer dengan mengemas acara dalam beberapa games interaktif yang mengikutsertakan seluruh anggota keluarga, sehingga menambah semarak acara tersebut.

Family GATHERING

15 Juli 2012

www.bandung.lan.go.id

Sosolontodan

(SEMPOYONGAN)

Oleh : Budi Permana

Ada-ada saja istilah unik dan lucu yang muncul di kantor kita. Istilah-istilah tersebut bisa berasal dari Bahasa Indo-nesia atau Bahasa Sunda, sebagai-mana PKP2A I LAN berada di tatar sunda. Istilah atau kata yang sering di-gunakan teman-teman di PKP2A I LAN menggambarkan suatu fakta, ke-adaan atau sekedar ungkapan.

Barangkali sering kita dengar istilah atau kata "aman". Penggunaannya bisa dalam kalimat seperti ini, "Kumaha, kantor aman?" (Bagaimana, kantor aman-red). Pertanyaan terebut disam-paikan oleh pegawai yang dinas luar atau tidak mengantor kepada pegawai yang berada di kantor. Atau seba-liknya, pegawai yang berada di kantor bertanya kepada pegawai yang baru saja melaksanakan tugas seperti meng-ikuti rapat, pelatihan, advokasi, survey kajian, suatu acara dan sebagainya.

Pegawai yang berada di kantor akan bertanya kepada pegawai yang meng-ikuti tugas-tugas tersebut dengan pertanyaan, "kumaha aman?" (bagaimana aman-red). Tentu maksudnya adalah bertanya apakah kegiatan tersebut di-laksanakan dengan lancar, sehat, di-pahami dan mudah. Singkat kata, kata "aman" menggantikan kata "baik".

Namun suatu ketika, kata "aman" yang beredar di kantor, pernah menuai kritik dari salah seorang peneliti di kantor kami. Peneliti tersebut berkomentar "kenapa sih di kantor ini, sebentar-se-bentar bilang aman, sebentar-sebentar bilang aman. Seolah-olah ada yang sedang diamankan." *nah lho....*

Bahkan untuk sebagian orang, meng-gunakan kata "aman" belum tentu aman. Apabila kita menggunakan istilah aman, kepada orang yang belum ***familiar***, maka orang tersebut akan balik bertanya, "apanya yang aman?".

Jika kondisinya sudah begitu, pem-bicaraan akan menjadi panjang dan lebar, hehe...

Its ok, setiap orang bebas saja ber-pendapat. Namun yang pasti, istilah "aman" beredar terus di Jatinangor, dan asyik untuk diungkapkan.

Eitt tunggu dulu...! ternyata masih ada istilah-istilah lain yang lucu dan unik. Yaitu ***poek*** (gelap-red), tingkat tinggi, mainkan, ***gual-geol*** (goyang kiri goyang kanan-red) dan ***sosolontodan*** (sempo-yongan-red).

Kata "***Poek***" dalam bahasa sunda yang berarti gelap. Di PKP2A I LAN khususnya di Subag Keuangan, kata ini biasa digunakan untuk menjawab kondisi keuangan yang belum menentu, belum jelas, atau belum ada.

Budi : *"Kang, uang makan sudah cair?"*
Mujiono : *"minggu ini mah **Poek** Bud..."*

Kata "mainkan", asal kata main, merupakan istilah untuk suatu instruksi atau pernyataan setuju. Berikut suatu contoh percakapan untuk memperjelas kata "mainkan" sebagai sebuah instruksi atau pernyataan setuju.

Budi : *Kang, minta rokoknya sebatang, boleh?"*
Mujiono: *"Mainkan Bud"*

Adapun istilah "tingkat tinggi" yang bermakna suatu pujian atau menggam-barkan suatu hal yang hanya bisa dilaku-kan oleh level tertentu. Di bawah ini su-atu percakapan yang menggambarkan tingkat tinggi adalah sebuah pujian.

Haris : *Mau kemana Dep?*
Depdi : *Saya mau ke Katingan dengan teman-teman kajian, untuk kegiatan advokasi"*
Haris : *Wooowww, tingkat tinggi!*

Sedangkan istilah tingkat tinggi untuk menggambarkan suatu hal yang hanya bisa dilakukan oleh level tertentu dapat kita lihat pada contoh percakapan berikut.

Haris : *Jon, ari pejabat kamarana? (Jon, para pejabat pada kemana-red)*
Sujono : *para pejabat sedang RAPIM di Jakarta*
Haris : *"Tingkat tinggi"*

Istilah ***gual-geol*** dalam bahasa sunda berarti bergoyang, goyang-goyang tidak tetap atau tidak konsisten. Berikut suatu contoh percakapan yang mempertegas bahwa ***gual-geol*** berarti tidak konsisten.

Haris : *Budi kemana ya, harusnya sekarang dia bertugas baca do'a.*
Sukarna : *Budi mah berangkat ke PU, ngajar Rts.*
Haris : ***addduuuhhh, mun geus urusan nawis, si Budi mah sok gual-geol.*** *(aduh, kalau sudah urusan honor Budi suka goyah-red)*

Sedangkan istilah ***sosolontodan*** dalam bahasa sunda berarti sempoyongan. Biasa digunakan untuk menggambarkan kondisi seseorang yang berjalan tidak menentu seperti sedang mabuk, pikiran-nya sedang kosong atau sebaliknya se-dang menghadapi beban / banyak yang dipikirkan.

Untuk memperjelas makna tersebut, berikut beberapa contoh percakapan menggunakan istilah ***sosolontodan***.

Haris : *Kenapa Pak Andi jalannya **sosolontodan** begitu?*
Sukarna : *maklum tanggal tua, Rts.*

Percakapan lain,

Mama : *Mantap uyy, Pak Haris dinas ke Aceh*
Jujun : *Mantap apanya? Kata Haris, kalau dinas ke Aceh hanya mengikuti pelatihan dapatnya **full board**. Makanya Haris di Aceh **sosolontodan***

Mengingat PKP2A I LAN berada di Jawa Barat, pegawai asli sunda tentunya harus turut melestarikan dan mengembangkan bahasa sunda sebagai sebuah budaya. Siapa lagi yang akan membanggakan kebudayaan jika bukan pemiliknya. Ironisnya, pemilik kebudayaan sering melupakan dan mengabaikan apa yang menjadi kekayaannya.

Sepasang MATA BOLA

Oleh : Esty Widyaningsih

Woowww!!!!
Sungguh menakjubkan. Bahwa satu sel telur yang dibuahi bisa menghasilkan mahluk sekompleks dan seriweuh manusia.

Pembuahan yang merupakan fusi dua sel kelamin--sperma dan sel telur memulai perkembangan telur. Mengutip dari buku *The Miracle of Cells* yang ditulis oleh Lewis Wol-pert, saat manusia berhubungan seksual, sekitar tiga ratus juta sperma disuntikkan ke dalam vagi-na, tetapi tidak sampai seribu yang berhasil bermigrasi ke telur.

Namun mereka dapat bertahan hidup selama tiga hari. sperma bere-nang ke telur dengan melambai- lambaikan ekornya, tetapi hanya satu yang berhasil berfusi dengan telur dengan menggali menembus lapisan pelindung telur. Setelah satu sperma berfusi terbentuk penghalang untuk mencegah masuknya sperma lain.

Seperti iklan susu formula anak yang gencar diklankan di media massa, media cetak maupun media elektronik. Sekalipun anak dikekang tidak boleh menangis, tidak boleh belajar jalan, belajar membaca, belajar menyanyi, belajar bersosialisasi, namun *by nature* ... anak akan tetap berproses.

Bermain dengan gembira, belajar berjalan, berekspresi dengan tangis, tawa dan celotehan, belajar memakan makanan sesuai usia dan pertumbuhan giginya, belajar mengenal lingkungannya, bersosiallsasi, dan menjadi bagian dari satu komunitas yang utuh. Tentu dengan berbagai dinamikanya. Untuk mendukung proses tumbuh kembangnya.. anak perlu asupan gizi yang cukup dan seimbang, mengandung DHA, Omega-3, Omega-6, Kolin, Folat, Vitamin dan sebagainya. Sampai pada masanya anak akan menjadi dewasa, berpikir dan mulai menentukan warna pilihannya sen-diri.

Lain halnya dengan robot yang telah di*setting* di pabrik untuk dapat mela-kukan pekerjaan tertentu. Dari pe-kerjaan sederhana hingga peker-jaan dengan tingkat kesulitan yang tinggi. Dari pabrik manapun ia dipro-duksi, ia pasti mempunyai durasi, bila habis dayanya harus di *charge*, perlu *service* berkala. Dan setelah beberapa lama masa pemakaian ia akan menjadi tidak bisa digunakan lagi. *Unuseful*, bagai zombie hehe...

Begitupun dengan organisasi. Suatu organisasi sejatinya terus tumbuh dan berkembang, mengikuti dina-mika yang mengalir. Tidak kaku dan suram. Karena walaupun bukan mahluk hidup, namun organisasi memiliki nyawa atau ruh yang di-gerakkan oleh manusia – manusia yang ada didalamnya. Manusia yang bernafas, melihat, membaca, mendengar, merasakan, berekspre-si dan berpikir pastinya.

Sebuah fenomena yang memprihatinkan ketika pengaruh puritanisme tertanam begitu kuat seakan tawa dan kegembiraan adalah barang langka yang diberi label "sekedar".

Seperti sebuah lirik lagu lama yang di *repackage* oleh Mbak Yunni Shara dan menjadi favorit banyak orang... "... Senyum dan tawa hanya sekedar saja.. Sebagai pelengkap sempurnanya sandiwara..." atau lagu Bang Ahmad Albar yang gagah.." Dunia ini panggung sandiwara..."

Okelah... Bang Ahmad memang menganggap dunia ini sebagai panggung sandiwara. Tapi sebagai aktor maupun aktris yang profesional seyogyanya kitapun memberikan penampilan yang terbaik pula demi senyuman, tawa, kegembiraan serta applaus dari pemirsa.

Bukanlah kegembiraan itu hura – hura liar atau dangkal , namun rasa damai dan tenang, saling menghargai, saling terkait sebagai sebuah entitas yang utuh, saling terlibat dan memiliki dalam putaran roda dinamikanya. Dan roda hanya akan berputar jika mobil dijalankan... Semoga! (esty_widyaningsih//2012)

Manfaat PETAI

Oleh : Hari Nugraha

Kita tentu mengenal petai, bahan makanan yang memiliki aroma khusus, karena baunya kurang sedap. Namun dibalik itu, petai punya manfaat yang sangat besar bagi kesehatan.

Didalam kandungan petai, ada tiga macam gula alami, yaitu glukosa, fruktosa, dan sukrosa yang dikombinasikan dengan serat.

Kombinasi kandungan ini mampu memberikan dorongan tenaga (sumber energi) yang alami, namun cukup lama dan cukup besar pengaruhnya.

Berdasarkan hasil penelitian, dua porsi petai mampumem berikan sum-ber tenaga yang cukup melakukan aktivitas yang tergolong berat selama 90 menit.

Jangan heran jika petai buah yang disukai para atlet top. Riset membuktikan, petai tidak sekadar memberi energi, juga mampu mencegah, bahkan mengatasi berbagai macam penyakit dan kondisi buruk.

Petai menjadi salah satu bahan cukup penting dalam makanan kita sehari-hari. Berikut, beberapa manfaat petai dalam mengobati berbagai penyakit.

Sebuah penelitian yang dilakukan Institute of Psychology, Austria, menemukan bahwa tekanan pada saat kerja akan menyebabkan orang sering meraih makanan yang menenangkan, seperti cokelat dan keripik.

Mencermati 5.000 pasien di rumah sakit, peneliti menemukan, pada umumnya orang menjadi gemuk karena tekanan kerja yang tinggi.

Laporan juga menyimpulkan, untuk menghindari nafsu mengkonsumsi makanan karena panik, kita membutuhkan pengendalian kadar gula dalam darah dengan ngemil makanan tinggi karbohidrat setiap dua jam un-tuk mempertahankan agar kadarnya tetap.

Berdasarkan penelitian di Austria, petai bisa mengendalikan kadar gula dalam darah.

Sebuah penelitian yang ditulis dalam jurnal berjudul The New England Journal of Medicine, menyebutkan bahwa mengkonsumsi petai sebagai bagian dari makanan sehari-hari akan menurunkan risiko kematian yang disebabkan penyakit stroke sampai 40 persen.

Dengan kandungan zat besi yang tinggi, petai dapat menstimulasi produksisel darah merahdan membantu apabila terjadi anemia.

Selain manfaat yang telah di sebutkan diatas, ternyata petai dapat mengatasi rasa kekenyangan, mual di pagi hari, penyakit emosional yang kacau, untuk penyakit saraf, gigitan nyamuk.

Jika dibandingkan dengan buah apel, ternyata petai memiliki kan-dungan karbohidrat dua kali lebih banyak, tiga kali lipat fosfor, protein empat kali lebih banyak, lima kali lipat vitamin A dan zat besi, serta dua kali lipat jumlah vitamin dan mineral lainnya.

sumber:

INVESTASI AKHIRAT

SALDO INFAQ

PEMBANGUNAN MESJID
DANA SWADAYA
PKP2A I LAN

per tanggal 22 Nopember 2012

Sebesar

Rp. 125.061.575,40

LOKAKARYA KEWIDYAISWARAAN

Tema :

Widyaiswara Sebagai Agen Perubahan Dalam Peningkatan Kapasitas Penyelenggaraan Diklat

Pada Tanggal 7 Nopember 2012

PENILAIAN KOMPETENSI

Pada Tanggal 5-7 Nopember 2012

Pejabat Struktural Eselon IV Lembaga Admnistrasi Negara

Penutupan
DIKLAT KEPEMIMPINAN Tingkat II
Angkatan XXXIV Kelas E

Tanggal 22 Nopember 2012

MEMBANGUN KOMUNIKASI YANG HARMONIS MERUPAKAN BAGIAN DARI KEHIDUPAN KAMI