

DESEMBER 2024



# Buletin Budi Utama

*Lifelong Learner*



***UNLOCKING SUCCESS THROUGH  
THE POWER OF DIGITAL LEARNING***

# SEKAPUR SIRIH



**Christina H.S**

Sekretaris Umum Yayasan

Salam Literasi!

Seiring berjalannya waktu, kita semua menyaksikan bagaimana teknologi terus berkembang dengan sangat pesat. Pandemi lalu telah mengajarkan kita banyak hal, terutama mengenai pentingnya dunia pendidikan yang mampu beradaptasi dan berkembang seiring dengan kemajuan teknologi.

Pada kesempatan ini, dengan tema "*Unlocking Success Through The Power of Digital Learning*," Buletin Budi Utama hadir untuk menyambut Tahun Ajaran 2025/2026. Sekolah Budi Utama dengan bangga menyongsong era digitalisasi dalam pembelajaran, melalui pemanfaatan *tablet* dan *smartboard*. Inovasi ini dihadirkan untuk mendukung proses belajar yang lebih interaktif dan efektif, sekaligus membuka berbagai peluang baru bagi para murid untuk mengembangkan potensi mereka. Digitalisasi ini juga menjadi jembatan bagi siswa untuk menyesuaikan diri dengan tuntutan kompetisi global yang semakin ketat.

Buletin ini disusun dengan penuh semangat oleh banyak pihak, mulai dari guru, tenaga kependidikan, hingga peserta didik. Kami berkolaborasi untuk menyajikan informasi yang tidak hanya menggambarkan pandangan tentang digitalisasi di sekolah, tetapi juga memuat kreativitas dan pendapat inspiratif dari para siswa. Dalam edisi kali ini, pem akan menemukan berbagai wawasan mengenai bagaimana digitalisasi diintegrasikan dalam pembelajaran, serta bagaimana para peserta didik memanfaatkan teknologi untuk meningkatkan kualitas belajar mereka.

Mari kita bersama-sama menjelajahi dunia pembelajaran yang penuh dengan peluang baru, dan wujudkan masa depan gemilang melalui teknologi!

# SUSUNAN TIM REDAKSI

## Pelindung

Yayasan Pendidikan Budi Utama

## Dewan Penasehat

Christina H.S

## Pemimpin Umum

Frengky, M.A

## Pemimpin Redaksi

Elizabeth Sheila F.S.I.Kom

## Penulis/Kreator

Titiek Limarty, M.Ed

Frengky, S.Si., M.A.

Jessie Aurelia Lie

Rafaella Maheswari

Geraldo

Billie

Eleonora Bonfilia Gerardi

Scholastica Aldavina Maheswari

Elizabeth Sheila F.S.I.Kom

Gadya Maximilian Meliala

Kioko Nathaniel Hendrawan

Joseph Diamond M.

Michael Adriel Kopli

Eloine Gracia Lumina

Bumi

## Tim Dokumentasi Sekolah Budi Utama

OSIS SMP & SMA

Anggota Ekskul Fotografi

Divisi Seni

## Design Grafis

Elizabeth Sheila F.S.I.Kom

REDAKSI

# COVER ISSUE



## *"Unlocking Success Through The Power of Digital Learning,"*

Menyambut Tahun Ajaran 2025/2026 Sekolah Budi Utama menyongsong digitalisasi dalam pembelajaran dengan penggunaan *tablet* dan lainnya *interactive board*. Digitalisasi digunakan untuk mendukung pembelajaran dan membuka peluang baru untuk para murid mengembangkan dan menyesuaikan kemampuan mereka dengan persaingan global.

Sekolah Budi Utama percaya bahwa pendidikan yang didukung oleh teknologi yang terus berkembang akan memberikan dampak positif yang luar biasa—bukan hanya bagi individu, tetapi juga bagi masa depan bangsa serta membuka jalan menuju kesuksesan yang lebih luas dan berkelanjutan.

REDAKSI

# DAFTAR ISI

Sekapur Sirih 1

Susunan Redaksi 2

Cover Isu 2

Daftar Isi 3

Digitalisasi Sekolah, Pendidikan Masa Depan 4

Sehat Berdigital 9

Mengenal dan Belajar Tentang Hewan: Komitmen KB-TK Budi Utama dalam Membantu Perkembangan Anak Sejak Dini 13

Book Week Arabian Night Tales: Say The Chant, See The Magic! 16

Peringatan Hari Pahlawan di SMP Budi Utama 2024 18

Pameran Mata Pelajaran Informatika Budi Utama: Kreativitas Tanpa Batas, Inovasi Terus Menerus Menetas 19

Porseni II Prestibi 21

Rutinitas Sehat Saat Usia SMP 23

Platform Pembelajaran: Mitra Baru Guru dalam Menciptakan Pembelajaran Digital 25

Cultural Exchange Brings Budi Utama and St. Hilda's Secondary School Closer on Youth Pledge Day 29

Budi Utama Elementary School - BRIDGE School Partnership Program 31

“年”的由来 - Asal Usul "Nian" 34

Kabar Baik atau Kabar Buruk? 35

Bebas Berekspressi dengan Pendekatan Ramah Lingkungan 37

Pendidikan Indonesia: Tantangan Kualitas dan Akses di Era Digital 41

Kenaikan Harga BBM: Tantangan Ekonomi dan Sosial yang Mengguncang Kehidupan Masyarakat 46

The Great Wall of China 50

Religious Diversity 51

Jalan-jalan ke Kota Ende 52



# DIGITALISASI SEKOLAH, PENDIDIKAN MASA DEPAN

Oleh: Titiek Limarty, M.Ed



Ilustrasi pembelajaran digital di Sekolah Budi Utama. Sumber: Dokumentasi Sekolah Budi Utama

*"Teknologi tidak akan pernah bisa menggantikan guru-guru hebat, tetapi teknologi di tangan guru-guru hebat akan membawa perubahan" George Couros*

Pendidikan merupakan pilar utama untuk mempersiapkan generasi masa depan yang berdaya saing tinggi. Oleh karena itu, penting bagi sekolah untuk terus mengembangkan kualitas pendidikan mengikuti perkembangan zaman dan teknologi. Sejalan dengan itu, salah satu komponen mendasar dari agenda pembangunan berkelanjutan Perserikatan Bangsa-Bangsa 2030 adalah pendidikan berkualitas. Agenda ini bertujuan untuk memastikan pendidikan berkualitas yang inklusif dan merata bagi semua orang.

Dunia kita saat ini menjadi semakin digital, teknologi telah merambah setiap aspek kehidupan kita.

Forum Ekonomi Dunia memperkirakan bahwa 65% peserta didik yang sedang duduk di sekolah dasar akan menemukan bahwa di masa depan mereka akan berhadapan dengan jenis pekerjaan baru yang belum ada saat ini. Oleh karena itu, sektor pendidikan harus mempersiapkan keterampilan yang dibutuhkan untuk ekonomi digital, dengan beradaptasi sesuai dengan meningkatnya permintaan akan keterampilan Teknologi Informasi dan Komunikasi (TIK).

Konsep digitalisasi sekolah adalah proses penggunaan teknologi digital untuk meningkatkan kualitas pendidikan secara menyeluruh. Digitalisasi sekolah sebaiknya mencakup semua proses yang terjadi di -

dalam sekolah, mulai dari proses pembelajaran, administrasi sekolah, interaksi antara siswa, guru, orang tua, dan staf sekolah, hingga manajemen sekolah. Konsep ini melibatkan transformasi yang menyeluruh dari metode pengajaran yang semula konvensional menjadi model yang lebih interaktif, responsif, dan berorientasi pada teknologi.

Digitalisasi sekolah merujuk pada proses transformasi sistem pendidikan dengan memanfaatkan teknologi digital untuk meningkatkan efektivitas pembelajaran, administrasi, serta interaksi antara guru, siswa, dan orang tua. Ini mencakup penggunaan perangkat keras seperti komputer, *tablet*, atau *interactive board*, serta perangkat lunak seperti platform pembelajaran *online*, sistem manajemen sekolah, dan aplikasi edukasi. Tujuannya adalah menciptakan lingkungan pendidikan yang lebih modern, efisien, dan inklusif.

Penggunaan teknologi digital di sekolah dapat menjadi jawaban untuk mempersiapkan generasi muda saat ini agar terampil di masa depan. Namun, apakah sekolah, siswa, dan yang terpenting masyarakat menganggap digitalisasi sebagai sebuah ancaman bagi generasi muda atau justru melihatnya sebagai sarana untuk pengembangan para siswa untuk masa depan yang lebih baik? Hal ini selalu menjadi perdebatan.

Di satu sisi, para pendukung digitalisasi sekolah percaya bahwa dengan memanfaatkan TIK, peserta didik akan memiliki akses yang luas terhadap sumber informasi. Selain itu para peserta didik mungkin akan lebih terlibat dalam pembelajaran jika teknologi digunakan di kelas. Karena anak-anak muda saat ini cukup terbiasa dengan penggunaan gawai elektro-

-nik, memasukkannya ke dalam sekolah pasti akan membantu membangkitkan minat mereka dan meningkatkan tingkat keterlibatan mereka. Sebagai tambahan, penggunaan komputer dan perangkat lain bersama dengan perangkat digital memungkinkan siswa untuk memainkan peran yang lebih proaktif dan menjadi pusat proses pembelajaran. Guru berperan sebagai fasilitator yang mengatur efisiensi pembelajaran. Dengan menggunakan berbagai sumber daya digital, peserta didik dapat mengunduh informasi yang diperlukan atau mengunggah konten mereka. Teknologi memfasilitasi peserta didik untuk membuat konten, berkolaborasi dengan orang lain, menilai pekerjaan satu sama lain, dan pada akhirnya menuju pembelajaran yang proaktif.

### **Kelemahan Pemanfaatan Teknologi**

Sementara itu, di sisi yang lain, para pendidik mengingatkan kelemahan pemanfaatan teknologi dalam dunia pendidikan. Interaksi antara guru dan siswa akan jauh berkurang karena pembelajaran tidak lagi berjalan secara tatap muka langsung, padahal dalam filosofi pendidikan hubungan guru-siswa dianggap sebagai bentuk pendidikan yang paling menginspirasi. Interaksi guru-siswa, interaksi dengan teman sebaya, dan pengalaman informal di ruang kelas adalah sesuatu yang tidak dimiliki ruang kelas digital. Teknologi digital berpotensi menghilangkan keterampilan interpersonal dan berkomunikasi dan kemampuan orang untuk berinteraksi satu sama lain. Selain itu, teknologi dapat mengganggu rentang konsentrasi dan kesehatan siswa terutama dengan penggunaan perangkat digital secara intens, beberapa jam dalam sehari.

## Digitalisasi Sekolah Budi Utama

Sekolah Budi Utama akan menerapkan digitalisasi sekolah, khususnya di unit SMP dan SMA. Siswa dan guru akan belajar menggunakan perangkat digital yang akan dimanfaatkan bukan hanya dalam proses belajar mengajar namun juga keseluruhan proses dalam sekolah termasuk evaluasi dan pelaporan hasil belajar siswa. Proses digitalisasi sekolah di Budi Utama akan dilakukan bertahap, dimulai dari jenjang yang paling bawah di tahun ajaran 2025/2026 dan diharapkan akan terus berkembang ke depan.

Penggunaan teknologi digital di Sekolah Budi Utama diharapkan dapat menjadi jawaban atas perkembangan dunia saat ini. Penting untuk dicermati bersama agar saat penerapan konsep digitalisasi sekolah, Budi Utama berhasil meminimalkan kekurangan dan memaksimalkan manfaat dari program ini untuk kepentingan siswa. Oleh karena itu, berikut ini merupakan beberapa hal yang perlu dipersiapkan dan diterapkan agar pelaksanaan proses digitalisasi sekolah berjalan dengan efektif dan memberikan hasil yang terbaik.

### Evaluasi Kebutuhan Sekolah

Langkah pertama adalah mengevaluasi kebutuhan sekolah. Pahami bagaimana teknologi bisa membantu meningkatkan pembelajaran dan efisiensi. Tinjau kondisi infrastruktur teknologi yang sudah ada, mulai dari koneksi internet, perangkat keras (seperti komputer atau tablet), hingga perangkat lunak yang dapat mendukung kegiatan belajar mengajar. Berdiskusilah dengan guru, staf, siswa, dan orang tua untuk memahami tantangan dan potensi yang bisa diatasi dengan digitalisasi.



Ilustrasi pembelajaran digital di Sekolah Budi Utama. Sumber: Dokumentasi Sekolah Budi Utama

### Infrastruktur yang Memadai

Setelah evaluasi, siapkan infrastruktur yang dibutuhkan. Pastikan sekolah memiliki akses internet yang stabil dan cepat untuk mendukung penggunaan teknologi secara efektif. Selain itu, ruang kelas yang mendukung teknologi dan pengadaan perangkat seperti komputer, laptop, tablet, dan proyektor perlu untuk dipersiapkan. Jika dana terbatas, prioritas bisa diberikan kepada kebutuhan dasar terlebih dahulu, seperti menyediakan komputer di lab atau menggunakan perangkat bersama di kelas.

### Pelatihan untuk Guru dan Staf

Keberhasilan digitalisasi sangat bergantung pada kemampuan guru dan staf untuk menggunakan teknologi dalam kegiatan sehari-hari. Oleh karena itu, -

- penting untuk menyelenggarakan pelatihan intensif bagi guru dan staf agar mereka mampu mengintegrasikan teknologi dalam proses pembelajaran. Guru perlu dibekali dengan pengetahuan tentang berbagai aplikasi pembelajaran, platform manajemen kelas, strategi pembelajaran digital dan cara menggunakan perangkat keras. Pelatihan juga sebaiknya mencakup keamanan digital dan pengelolaan data siswa untuk menghindari risiko penyalahgunaan data.

### **Pilih Platform dan Alat Digital yang Sesuai**

Setelah itu, pilih platform dan alat digital yang menyediakan konten pembelajaran berkualitas yang sesuai dengan kebutuhan sekolah dan kurikulum. Platform *e-learning* seperti Sokrates, *Google Classroom*, *Microsoft Teams*, atau *Moodle* dapat membantu mengorganisir pembelajaran secara digital. Pastikan alat yang dipilih mudah digunakan oleh guru, siswa, dan orang tua. Selain itu, pilih aplikasi pembelajaran yang interaktif dan mendukung pembelajaran berbasis proyek atau evaluasi yang dapat membantu siswa memahami materi lebih baik. Pastikan materi yang digunakan dapat diakses oleh siswa dengan berbagai kebutuhan dan gaya belajar.

### **Mulai Secara Bertahap**

Digitalisasi sekolah tidak harus dilakukan secara penuh sekaligus. Sebaiknya, mulailah dari proyek kecil yang mudah dikelola, seperti digitalisasi mata pelajaran tertentu, penggunaan perangkat teknologi di kelas tertentu, atau penerapan *platform e-learning* secara terbatas. Dengan memulai secara bertahap, sekolah dapat menilai apa yang berhasil dan menyesuaikan pendekatan sesuai dengan umpan balik dari guru, siswa, dan orang tua.

### **Libatkan Orang Tua dan Komunitas**

Komunikasi dengan orang tua sangat penting dalam digitalisasi sekolah. Buatlah saluran komunikasi yang jelas agar orang tua dapat mendukung proses pembelajaran di rumah dan memantau kemajuan anak mereka. Dengan komunikasi yang baik, orang tua dapat memantau perkembangan anak mereka melalui aplikasi atau platform khusus. Jelaskan manfaat dan tujuan digitalisasi sekolah kepada mereka agar mereka lebih memahami peran teknologi dalam pendidikan. Dengan dukungan orang tua, proses digitalisasi akan lebih mudah diterima oleh siswa dan keluarga.

### **Uji Coba dan Evaluasi**

Setelah memulai implementasi, lakukan uji coba di beberapa kelas atau mata pelajaran terlebih dahulu. Perhatikan umpan balik dari guru dan siswa, serta kesulitan apa saja yang muncul selama proses tersebut. Evaluasi hasilnya dan buat penyesuaian yang diperlukan. Uji coba ini juga akan membantu mengidentifikasi tantangan yang mungkin dihadapi sebelum mengimplementasikan digitalisasi secara menyeluruh di seluruh sekolah.

### **Keamanan dan Perlindungan Data**

Pastikan setiap alat dan platform digital yang digunakan sekolah memiliki perlindungan keamanan yang memadai, baik untuk data siswa maupun guru. Buat kebijakan yang jelas tentang bagaimana data dikumpulkan, digunakan, dan dilindungi. Edukasi guru dan siswa mengenai keamanan internet, privasi, serta cara melindungi diri dari risiko *online* seperti *cyberbullying* dan peretasan.

Dalam menghadapi era digital yang terus berkembang, Sekolah Budi Utama mengambil langkah strategis dengan mengimplementasikan digitalisasi sekolah sebagai upaya meningkatkan kualitas pendidikan. Penggunaan teknologi dalam dunia pendidikan dapat memberikan dampak signifikan terhadap cara siswa belajar dan guru mengajar. Dengan mempersiapkan infrastruktur yang memadai, memberikan pelatihan yang tepat bagi para guru, serta memilih *platform* yang sesuai dengan kebutuhan pendidikan, Sekolah Budi Utama dapat menciptakan lingkungan pembelajaran yang modern dan efektif. Proses digitalisasi ini tidak hanya bertujuan untuk meningkatkan kualitas pendidikan, tetapi juga untuk mempersiapkan generasi muda menghadapi tantangan dunia kerja masa depan yang semakin terhubung dengan teknologi.

Namun, implementasi digitalisasi di Sekolah Budi Utama harus disertai dengan evaluasi yang berkala dan perhatian khusus terhadap keamanan data serta dampak psikologis siswa. Penting bagi pihak sekolah untuk selalu melibatkan semua pihak, mulai dari siswa, guru, hingga orang tua, agar proses ini berjalan dengan baik dan mencapai tujuannya. Dengan pendekatan yang tepat dan bertahap, digitalisasi sekolah di Budi Utama diharapkan menjadi kunci sukses dalam meningkatkan kualitas pendidikan serta membuka peluang bagi setiap siswa untuk berkembang sesuai potensi mereka di era digital ini.

# SEHAT BERDIGITAL

Oleh: Frengky, S.Si., M.A. (Kepala Non Akademik Sekolah Budi Utama)



Ilustrasi penggunaan teknologi digital dalam kehidupan. Sumber: Sumber: Dokumentasi Sekolah Budi Utama

## Pengantar

Ada satu kutipan yang menarik untuk menjadi pendahulu tulisan ini. Kutipan ini penulis peroleh dari artikel yang berjudul *Orangtua Diajak Peduli Soal Kekerasan Hingga Pemakaian Internet Kepada Anak* dari *kompas.id* yang diorbitkan pada tanggal 18 Maret 2024. Eka Nurviana Fatmawati, seorang Duta Teknologi Kemendikbudristek dan Kreator Konten Pendidikan yang juga seorang guru mengatakan bahwa teknologi digital, salah satunya internet, layaknya sebuah lautan atau samudra luas. Hal ini memiliki potensi untuk membahayakan, tetapi juga dapat memberikan manfaat yang besar apabila pengguna laut dan samudra memahami bagaimana cara berenang, menyelam, atau berlayar dengan aman dan efektif.

Memanfaatkan lautan informasi dalam sebuah kecanggihan teknologi informasi di era digitalisasi merupakan tantangan yang sangat patut menjadi perhatian dari berbagai pihak khususnya para orangtua/wali murid serta para guru atau pendidik di sekolah formal maupun non-formal. Ombak informasi ini tidak dapat dibendung dan telah terus berdinamika dengan kehidupan anak-anak kita mulai dari usia balita hingga remaja.

Sudah banyak kasus kejahatan yang ditemukan lantaran terpaparnya anak-anak kepada ombak informasi yang kurang tepat, 'liar'-nya informasi dan kemudahan akses yang tidak diimbangi dengan kedisiplinan dan ketrampilan dalam memahami informasi.

Suatu ketika penulis dalam mendampingi anak penulis di saat ia sedang bermain *game online* dimana dalam permainan itu hadir banyak pemain, baik yang dikenal maupun tidak. Waktu itu, penulis melihat anak penulis bermain dan mengetikkan kalimat jawaban atas dialog yang terjadi di saat permainan berlangsung.

Penulis bertanya kepada anak penulis, “Ini ada namanya Agus, siapa dia?”

“Agus ini saya dak kenal Pi, ini hanya ketemu di saat main game online aja,” jawab lugas anak penulis.

“Kok kalian ngobrol padahal belum pernah ketemu, tidak tahu siapa orangnya. Lalu si Agus kok ajak login-login, itu kenapa?” tanya penulis penasaran.

“Ya Pi, dia minta saya untuk masuk ke agama tertentu. Lalu saya abaikan saja karena ajakan ini tidak tepat.”

“Bagus nak, jika tidak perlu jangan di jawab, ya. Jika ada yang tidak pantas, cerita ya ke Papi. Hati-hati ya dengan ajakan dan omongan yang berbahaya.”

Ini adalah bagian kecil dari kasus-kasus yang mungkin terjadi di saat anak dan remaja kita sedang aktif berkegiatan menggunakan teknologi digital khususnya terhubung internet. Walau demikian, era digital bukanlah era fatal jika kita dapat memanfaatkannya untuk penguatan akal dan juga seni berdigital, asal pengguna digital mau dan mampu terampil menyikapi diri dan memahami seni mengoptimalkan teknologi untuk kepentingan pengembangan diri. Untuk itu, penulis, dalam tulisan ini, hendak membagikan beberapa hal yang perlu diperhatikan bagi para orangtua yang hendak atau telah memberikan akses teknologi digital kepada anak dan remaja.

## Pemahaman Dasar

Sebelum memberikan pendampingan kepada anak dan remaja terkait penggunaan teknologi digital ini, ada baiknya orangtua memahami dahulu hal-hal yang ada di lautan informasi di dalam kecanggihan teknologi digital. Layaknya memahami sebuah lautan, kita perlu tahu kedalamannya, arusnya, kekayaan di dalamnya, dan juga bahaya di dalamnya

Selanjutnya hal penting berikutnya yang patut diperhatikan adalah fungsi utama penggunaan teknologi digital. Tanyakan kepada diri sendiri: untuk apa gawai diberikan kepada sang anak dan remaja? Jika hanya untuk mengisi waktu kosong, atau mengisi waktu dimana kita tidak dapat menemani atau mendampingi mereka secara optimal, maka motivasi ini perlu direvisi. Ada baiknya motivasi untuk mengenalkan teknologi digital kepada anak dan remaja adalah sebagai bagian pembelajaran sehingga anak dan remaja memahami teknologi ini dan tahu cara menggunakannya, khususnya seperti membuat akun email, melakukan operasi sederhana: mengunduh, menduplikasi, menghapus, menempelkan, menghidupkan dan mematikan alat, mengoneksikan ke internet, mencari informasi dan kegiatan positif lainnya.

## Harapan dan Kenyataan Berdigital

Hal yang juga penting untuk orangtua lakukan sebelum anak dan remaja menghabiskan waktu bersama gawai mereka adalah memberikan informasi terkait manfaat dan bahaya dari sebuah gawai yang cerdas dan memiliki akses internet. Sebelum anak penulis memulai membuat konten-konten kreatif di sebuah kanal media sosial, penulis sampaikan beberapa pertanyaan:



Ilustrasi bermain game. Sumber: Dokumentasi Sekolah Budi Utama

“Anakku, apa yang kamu harapkan dengan membuat konten ini? Jenis konten apa yang ingin kamu buat? Siap tidak jika konten mu ini tidak disukai orang sehingga tidak sesuai harapanmu? Siap tidak jika suatu ketika ada yang menghina kamu lewat komen di konten yang kamu buat, seperti ‘kamu bodoh, bego, memalukan’ dan lain-lain? Bagaimana kamu mengatur waktu kamu saat membuat konten dan saat kamu perlu belajar menyelesaikan tugas sekolah?”

Pertanyaan-pertanyaan ini menjadi awal mindset yang penting untuk anak agar mereka mendapat sebuah pengantar cara berpikir dalam menghadapi banjir informasi saat bergawai, apalagi dengan teknologi digital berupa internet. Jika anak dan remaja belum dapat menjawab pertanyaan-pertanyaan ini, mereka patut kita berikan bimbingan bertahap dengan memberi contoh kejadian yang berdampak dari penggunaan gawai yang cerdas. Baik itu kejadian yang membuat pengguna menjadi lebih baik atau yang membuat pengguna menjadi buruk dalam tutur kata, sikap dan pemikiran serta kesehatan fisik.

### Durasi Screen Time

Selanjutnya, setelah motivasi penggunaan teknologi digital ini sebagai pembelajaran, kita perlu untuk memberikan batasan waktu penggunaannya atau dalam istilah dikenal -

dengan *screen time*. Waktu layar gawai yang digunakan anak dan remaja dibatasi agar tidak berjam-jam menggunakan gawainya secara terus menerus. Negara Indonesia tercatat sebagai negara nomer satu dalam durasi terlama menggunakan gawai yaitu sekitar 6 jam lebih dalam satu hari. Data ini dihimpun oleh *State of Mobile 2024* dan dipublikasikan melalui *data.ai* pada Januari 2024.

Semakin lama anak dan remaja menggunakan gawai, semakin berbahaya bagi anak dan remaja dalam mendukung kesehatan jiwa mereka. Hal yang umumnya terjadi adalah kecenderungan untuk kecanduan, gelisah, khawatir, cemas, serta emosi negatif yang cenderung meledak-ledak. Untuk itu batasi, atur dengan baik missal anak harus berhenti setelah 1 atau 2 jam dan tidak boleh menggunakan gawai setiap hari. Beri waktu khusus dan atur dengan tegas melalui jadwal yang tepat. Hindari menggunakan gawai di waktu menuju jam tidur karena di jam-jam ini kondisi gelombang otak sangat rentan. Apabila anak menyerap informasi yang menyesatkan dan kurang tepat, ini dapat berpengaruh terhadap tumbuh kembang anak dan remaja.

### Pengawasan Orangtua

Hal berikutnya yang menurut penulis penting untuk diperhatikan orangtua dan pendidik adalah di mana anak menggunakan gawainya. Pastikan anak menggunakan gawai

Pastikan anak menggunakan gawai di dalam pengawasan orang dewasa; tidak di dalam ruangan tersendiri, dikunci dan sangat terpisah. Anak dan remaja belum memiliki kekuatan pikiran kritis, maka mereka masih perlu didampingi dalam banyak hal khususnya terkait lautan informasi teknologi digital ini. Untuk itu, persilakan anak menggunakan gawainya di tempat-tempat yang dapat dimonitor oleh orangtua. Hal ini memungkinkan orangtua untuk tahu hal apa saja yang dilakukan anak dan remaja dengan gawainya.

Selanjutnya, alokasikan waktu untuk terlibat di dalam kegiatan mereka; menggunakan gawai bersama-sama dengan anak untuk sekedar bermain maupun belajar. Melihat langsung hal yang dilakukan anak dan remaja saat mereka bersama gawai mereka adalah sebuah pembiasaan keterbukaan yang patut dibangun agar anak dan remaja memahami bahwa tidak ada yang perlu dirahasiakan. Turut menyaksikan informasi yang terus mengalir bersama orang dewasa yang mereka percaya, membuat anak menjadi pribadi yang terbuka dan dapat menginformasikan kepada orangtua apabila ada informasi tidak pantas yang mungkin muncul di halaman yang mereka akses.

### **Mengurangi Dampak Fisik**

Di saat anak dan remaja sedang menggunakan gawai dalam waktu lebih dari 30 menit, pastikan mereka diingatkan untuk minum air yang cukup dan memperhatikan posisi duduk mereka. Baik duduk di atas kursi atau duduk di lantai, mereka harus duduk dengan posisi punggung dan leher tegak atau jika terpaksa menunduk, sudut yang terbentuk dengan garis horizontal adalah sebesar 20-30 derajat. Hal ini dilakukan untuk membantu pembiasaan sikap duduk yang sehat guna mengurangi cedera pada tulang punggung dan tulang leher yang sangat vital dalam perkembangan fisik anak dan remaja kita.

Kasus cedera tulang punggung dari leher hingga pinggang banyak terjadi kepada anak dan remaja yang tidak diingatkan untuk duduk dalam posisi yang tepat. Orangtua perlu menyediakan meja, kursi, juga dudukan gawai agar mereka dapat berdigital dengan sehat. Salah satu cedera tulang punggung dapat berdampak fatal di kemudian hari adalah adanya penyempitan syarat tertentu dan beresiko kelumpuhan.

### **Tumbuhkan *Balanced Life***

*Balanced life* atau gaya hidup yang seimbang pun menjadi penting untuk ditawarkan ke anak dan remaja kita. Ajaklah mereka bermain di alam terbuka tanpa gawai dan latih fisik mereka untuk sekedar berjalan menghirup udara segar. Sesekali, anak diajak keluar dari kegiatan di dalam ruangan dan terlepas dari gawai, yang saat ini telah menjadi kebutuhan primer dikarenakan proses digitalisasi yang makin marak dilakukan di sekolah. Kegiatan luar ruangan dan menikmati alam terbuka dapat dijadikan mata acara kehidupan mingguan atau jika sulit mengatur waktu, lakukanlah dalam satu kali selama 1 bulan dalam durasi waktu cukup seperti 1-2 jam.

Gaya hidup seimbang ini mampu mengurangi kepenatan kerja otak anak dan remaja sehingga diharapkan mereka dapat kembali berinteraksi dengan orang lain secara langsung tanpa media. Selain itu anak juga dapat menikmati keindahan alam dan merasakan ada sisi lain dari kehidupan yang ada di sekitar mereka.

Semoga sharing tips untuk sehat berdigital yang penulis tuliskan ini memberikan manfaat untuk kita semua dan pada akhirnya dapat membantu banyak keluarga Indonesia mengkader generasi yang melek digital yang terampil, sehat, bahagia dan produktif.

# MENGENAL DAN BELAJAR TENTANG HEWAN: KOMITMEN KB-TK BUDI UTAMA DALAM MEMBANTU PERKEMBANGAN ANAK SEJAK DINI

Oleh: Tim Redaksi Buletin Budi Utama



Pameran hewan di Hall KB-TK Budi Utama (20/11). Sumber: Dokumentasi Sekolah Budi Utama

Pada usia 2 hingga 6 tahun, setiap anak sedang berada pada masa yang penuh dengan rasa ingin tahu. Setiap hari, mereka selalu bertanya dan bersemangat untuk mengeksplorasi dunia di sekitar mereka. Oleh karena itu, momen inilah yang sangat penting untuk memberikan pengenalan tentang alam dan makhluk hidup di sekitar, yang dapat mendukung tumbuh kembang mereka.

KB-TK Budi Utama, Rabu (20/11) ini dengan penuh semangat menyelenggarakan *Open House & Pets Day* untuk memberikan pengalaman belajar yang menyenangkan -

sekaligus mendalam tentang dunia hewan pada anak. Terbuka untuk umum, kegiatan ini tidak hanya bertujuan untuk mengenalkan hewan kepada peserta didik Sekolah Budi Utama, tetapi juga untuk menumbuhkan rasa empati dan kasih sayang terhadap makhluk hidup anak-anak yang datang mengikuti *Open House*.

Melalui kegiatan *Open House* dan *Pets Day* ini, KB-TK Budi Utama dengan bangga melibatkan berbagai pihak luar yang luar biasa, antara lain Polda DIY, Gembiraloka Zoo, Jogja Free Flight, Nyawiji Edukasi, Jogja ParrotDiningrat RRDC, Arisna Pet, Center (APC) -

Corgi and Poodle Lovers Community, JSF Farm Jogja, Safari Kura, dan Kedai Satwa. Kerja sama ini tidak hanya berhasil membangkitkan semangat peserta didik, orangtua, dan tamu undangan, tetapi juga memberikan pengetahuan baru pada setiap orang yang datang.



Semangat peserta didik KB-TK Budi Utama mengikuti Pets Day (20/11). Sumber: Dokumentasi Sekolah Budi Utama



Pemberian donasi dari Sekolah Budi Utama untuk RRDC (20/11). Sumber: Dokumentasi Sekolah Budi Utama



Polda DIY yang menunjukkan anjing K-9 bertugas (20/11). Sumber: Dokumentasi Sekolah Budi Utama

Selama acara, anak-anak diberikan kesempatan untuk mengikuti berbagai kegiatan edukatif yang menarik. Mereka belajar tentang berbagai jenis hewan melalui pameran interaktif, di mana mereka dapat melihat dan berinteraksi langsung dengan hewan-hewan yang hadir. Salah satu acara yang tak kalah menarik adalah demonstrasi dari Polda DIY yang menunjukkan bagaimana anjing peliharaan mereka dilatih untuk bertugas. Selain itu, Polda DIY juga memamerkan kuda yang mereka miliki, memberikan anak-anak kesempatan untuk lebih mengenal berbagai jenis hewan.

Tak hanya itu, acara juga melibatkan pemeriksaan hewan gratis oleh klinik hewan yang hadir, serta bazar yang meramaikan suasana. Sebagai bentuk kepedulian sosial, terdapat juga kegiatan donasi untuk anjing-anjing yang ditampung di Ron Ron Dog Care.

Calon orangtua yang tertarik menyekolahkan anak mereka di KB-TK Budi Utama pun diberikan kesempatan untuk mengenal lebih dalam sekolah dan program-program yang -



Pameran kuda dari Polda DIY (20/11). Sumber: Dokumentasi Sekolah Budi Utama

-ada. Tidak ketinggalan untuk mendapatkan *voucher* potongan harga. Anak-anak pun diberi kesempatan melakukan *art and fun activities* di kelas bersama guru-guru yang mendampingi.

Dengan berbagai kegiatan menarik ini, diharapkan anak-anak dapat memperoleh pengetahuan baru tentang hewan dan sekaligus merasakan manfaatnya dalam mengembangkan rasa tanggung jawab dan empati terhadap makhluk hidup. KB-TK Budi Utama pun akan selalu berkomitmen untuk memberikan yang terbaik dalam mendukung perkembangan setiap peserta didik, dengan menyediakan lingkungan yang mendukung serta pengalaman belajar langsung yang menyenangkan.



Interaksi anak-anak dan hewan di *Pets Day* KB-TK Budi Utama (20/11). Sumber: Dokumentasi Sekolah Budi Utama



Interaksi anak-anak dan hewan di *Pets Day* KB-TK Budi Utama (20/11). Sumber: Dokumentasi Sekolah Budi Utama

# BOOK WEEK ARABIAN NIGHT TALES: SAY THE CHANT, SEE THE MAGIC!

Oleh: Tim Redaksi Buletin Budi Utama



*Fashion show di Book Week SD Budi Utama (25/10). Sumber: Dokumentasi Sekolah Budi Utama*

SD Budi Utama kembali sukses menyelenggarakan acara tahunan *Book Week* pada Jumat, 25 Oktober 2024, yang kali ini mengusung tema yang penuh misteri dan keajaiban, yaitu "*Arabian Night Tales*". Acara yang diadakan dengan penuh semangat ini tidak hanya bertujuan untuk meningkatkan minat baca peserta didik, tetapi juga untuk menanamkan budaya literasi sejak dini di kalangan anak-anak. Kegiatan ini menjadi momen spesial yang melibatkan seluruh civitas sekolah, mulai dari siswa, guru, hingga orang tua, yang semuanya berpartisipasi dengan antusias dan penuh keceriaan.

Salah satu acara paling dinanti dalam *Book Week* kali ini adalah *fashion show* kostum bertema *Arabian Night*. Para siswa tampil dengan penuh percaya diri mengenakan kostum-kostum yang memukau, menghidupkan kembali tokoh-tokoh legendaris dari kisah 1001 Malam. Dari tokoh Aladdin dengan lampu ajaibnya, hingga *the magic carpet* yang memberi kesan humor dalam kegiatan *fashion show* kali ini, setiap kostum yang dipersembahkan menjadi bagian dari dongeng yang tak terlupakan. Keindahan kostum dan kreativitas anak-anak membuat suasana semakin hidup dan meriah.

## KEGIATAN SD BUDI UTAMA



Orangtua sebagai *buddy reader* di kelas 1 (25/10). Sumber: Dokumentasi Sekolah Budi Utama

Namun, *Book Week* kali ini bukan hanya soal kostum yang luar biasa, tetapi juga tentang kebersamaan dan semangat literasi. Orang tua siswa turut berperan aktif dalam kegiatan ini sebagai *buddy reader*, dengan penuh kasih sayang mereka membacakan berbagai cerita menarik kepada para peserta didik. Momen ini tidak hanya mempererat hubungan antara orang tua dan anak, tetapi juga menumbuhkan kecintaan pada dunia buku sejak usia dini. Cerita-cerita yang dibacakan membawa peserta didik ke dunia fantasi yang penuh dengan keajaiban dan nilai-nilai moral yang mendalam.

Selain itu, peserta didik juga menampilkan bakat-bakat terpendam mereka dalam lomba baca puisi. Lantunan puisi yang penuh makna menghidupkan suasana dengan kata-kata yang indah dan penuh inspirasi. Setiap peserta didik menunjukkan keberanian dan kemampuan berbicara di depan umum, sebuah langkah positif dalam membangun kepercayaan diri mereka.

Tak kalah seru, acara ini juga dilengkapi dengan *potluck* atau acara berbagi makanan. Peserta didik dengan senang hati membawa berbagai hidangan dari rumah, yang kemudian dinikmati bersama. Keceriaan semakin terasa dengan adanya kebersamaan yang tercipta saat menikmati hidangan lezat dalam suasana penuh tawa dan kehangatan.

Acara puncak *Book Week* diakhiri dengan pengumuman para pemenang berbagai lomba, yang disambut dengan sorak-sorai dan tepuk tangan riuh dari para peserta didik. Kegembiraan dan kebanggaan terpancar dari wajah-wajah mereka yang merayakan prestasi mereka bersama teman-teman. Penghargaan diberikan kepada peserta didik yang berhasil menunjukkan kreativitas, bakat, dan semangat dalam setiap kegiatan yang dilaksanakan.

SD Budi Utama berharap, antusiasme yang terlihat selama *Book Week* ini dapat menjadi bekal berharga untuk menumbuhkan kebiasaan membaca yang positif dalam keseharian para peserta didik. Dengan adanya acara seperti ini, diharapkan semangat literasi yang terpupuk sejak dini dapat terus berkembang, memberikan dampak positif bagi generasi mendatang, serta menjadikan buku sebagai teman setia dalam perjalanan belajar mereka. Semoga acara ini menjadi inspirasi bagi setiap peserta didik untuk terus menumbuhkan rasa cinta terhadap dunia literasi dan menorehkan jejak-jejak indah dalam perjalanan hidup mereka!

# PERINGATAN HARI PAHLAWAN DI SMP BUDI UTAMA 2024

Oleh: Tim Redaksi Buletin Budi Utama



Ajang *fashion show* dalam rangka Hari Pahlawan 2024 (15/11).  
Sumber: Tim Dokumentasi SMP Budi Utama

Jumat (15/11) ini para peserta didik SMP Budi Utama berkesempatan merayakan Hari Pahlawan yang telah diperingati 10 November lalu. Kegiatan ini berlangsung secara meriah dengan rangkaian acara yang mengenang perjuangan para pahlawan Indonesia dan mengingatkan generasi muda tentang pentingnya memiliki semangat juang dalam kehidupan sehari-hari.

Perayaan Hari Pahlawan di SMP Budi Utama ini begitu menarik dengan *story telling* bahasa Indonesia yang menceritakan perjuangan-perjuangan para pahlawan. Lomba *coswalk* yang diadakan selanjutnya pun tidak kalah meriah dan menggugah semangat para peserta didik hari ini. Berbagai kostum mereka tampilkan dengan perpaduan dan kreasi-kreasi kreatif mereka yang tak jarang mengundang gelak tawa dan keceriaan.

Kreativitas mereka pun diuji dengan diadakannya lomba poster yang bertemakan pahlawan Indonesia. Poster-poster kreatif yang dihasilkan menyampaikan pesan kuat tentang pentingnya melanjutkan perjuangan pahlawan dalam bentuk kegiatan positif, seperti belajar dan berkarya. Di samping itu, diadakan pula lomba menyanyi lagu nasional yang mengingatkan bagaimana untuk terus berjuang melalui lagu-lagu.

Perayaan ditutup dengan acara *potluck party* dan pengumuman pemenang lomba hari ini. Secara keseluruhan, perayaan Hari Pahlawan di SMP Budi Utama berjalan sukses, memadukan kegembiraan dengan penghormatan yang mendalam terhadap jasa para pahlawan bangsa.



Ajang *fashion show* dalam rangka Hari Pahlawan 2024 (15/11).  
Sumber: Tim Dokumentasi SMP Budi Utama

# PAMERAN MATA PELAJARAN INFORMATIKA SMA BUDI UTAMA: KREATIVITAS TANPA BATAS, INOVASI TERUS MENETAS

Oleh: Jessie Aurelia Lie (10.3) & Rafaella Maheswari (10.4) - Budi Utama Journalistic Club



Pameran IT di SMA Budi Utama (1/11). Sumber: Dokumentasi Sekolah Budi Utama

Jumat, 1 November 2024, SMA Budi Utama mengadakan pameran hasil pembelajaran Informatika. Pameran ini menampilkan hasil karya pembelajaran para siswa kelas 11 dan 12. Dalam pameran ini, siswa kelas 11 memamerkan *booklet*, sedangkan siswa kelas 12 menampilkan *prototype* mengenai sistem informasi yang sudah mereka kembangkan. Sistem informasi ini terdiri dari *input*, proses, dan *output*.

Pameran ini adalah salah satu bentuk penghargaan sekolah terhadap pembelajaran yang sudah dilakukan oleh para siswa. Sebagai sekolah yang memiliki misi: -

“Mengembangkan siswa menjadi pribadi yang kreatif dan inovatif, berwawasan lingkungan dan teknologi, serta memiliki semangat kewirausahaan melalui kegiatan intra dan ekstrakurikuler agar mampu berperan aktif dalam masyarakat global”, pembelajaran Informatika di SMA Budi Utama menjadi salah satu sarana mewujudkan misi tersebut di bidang teknologi.

Pembelajaran Informatika SMA Budi Utama, yang bekerja sama dengan Sokrates Binus, memiliki keunggulan yang tidak dimiliki oleh sekolah lain. Di kelas X, para siswa sudah belajar *computational thinking* dan bahasa pemrograman komputer.

## KEGIATAN SMA BUDI UTAMA

Selanjutnya, di kelas XI, para siswa belajar tentang *technopreneur*, yaitu membuat desain booklet yang menarik sehingga layak sebagai sarana promosi sebuah produk baik bentuk *e-booklet*, maupun *hardcopy* menggunakan aplikasi desain. Untuk para siswa kelas XII, mereka menggunakan kurikulum *earning credit* dari Sokrates Binus dan belajar Pengenalan Sistem Informasi.

Seiring perkembangan zaman, pemanfaatan teknologi haruslah sejalan dengan dunia industri. Hal inilah yang menjadi alasan adanya berbagai materi unggulan diajarkan pada pembelajaran Informatika di SMA Budi Utama. Dengan demikian, para siswa dapat diharapkan beradaptasi dengan tantangan teknologi yang berkembang.

Selain itu, pembelajaran informatika di SMA Budi Utama juga berbasis proyek. Dengan model ini, guru menjadi pendamping untuk mengenalkan aplikasi yang akan digunakan. Para siswa belajar secara bertahap; mulai dari dasar hingga pengembangan proyek tersebut. Proses pembuatan proyek tentu memiliki tantangan. Para siswa harus mempelajari dan menguasai materi. Selain itu, semangat pantang menyerah tentu diperlukan karena proyek ini tidak sederhana. Mereka membutuhkan waktu, ide-ide kreatif, dan tenaga untuk mendesain sebuah karya. Para siswa juga perlu memunculkan inovasi baru dari proyek yang mereka buat dan perlu semakin berani mengemukakan ide pengembangan mereka. Hasil pembelajaran inilah yang ditampilkan dalam pameran tanggal 1 November 2024.

Dengan adanya pameran hasil karya Informatika ini, para guru dan para pengunjung lainnya dapat memberikan reward kepada para siswa atas hasil karya yang sudah mereka kerjakan. Dalam pameran ini, para siswa dapat mempromosikan produk yang sudah mereka buat.



Pameran IT di SMA Budi Utama (1/11). Sumber: Dokumentasi Sekolah Budi Utama

Selain itu, para siswa berlatih tanggung jawab dalam proses pembuatan dan persiapan memasarkan produk mereka.

Berdasarkan pameran tersebut, terlihat hasil proyek kelas 11 berkembang dengan baik. Kerja keras para siswa membuahkan hasil yang cukup bagus, bahkan beberapa siswa dapat menguasai keterampilan lebih, yang membuat hasilnya menjadi sangat bagus. Semoga pameran ini menjadi *event* tahunan untuk semua angkatan sebagai bentuk penghargaan sekolah terhadap karya yang sudah para siswa buat berdasarkan pembelajaran di kelas Informatika. Kedepannya, semoga karya-karya siswa dapat terus berkembang dan dapat menampilkan inovasi yang lebih *fresh* dengan aplikasi dan proyek lainnya.

# PORSENI II PERSTIBI

Oleh: Tim Dokumentasi Sekolah Budi Utama

Porseni II Perstibi merupakan pekan olahraga dan seni, *event* yang diadakan oleh Purkumpulan Sekolah Tiga Bahasa (Perstibi). Mengusung tema “Harmoni Prestasi Bersama”, Porseni II Pertibi tahun ini diadakan pada tanggal 28 Oktober - 1 November 2024 di Sekolah Terpadu Paho, Tangerang. Dalam ajang ini pun para peserta didik mulai dari SD hingga SMA terlibat, berkompetisi, dan menorekan prestasi yang membanggakan.



Penampilan Chinese Drum di Pembukaan Porseni II Pertibi (29/10). Sumber: Dokumentasi Sekolah Budi Utama



Tim Basket SD Budi Utama dan mendapatkan Juara I dalam PORSENI II Perstibi (31/10). Sumber: Dokumentasi Sekolah Budi Utama

GALERI KEGIATAN BUDI UTAMA



Dokumentasi pengerjaan kaligrafi untuk Porseni II Perstibi. Sumber: Dokumentasi Sekolah Budi Utama



Lomba Lari 100m (10/10).  
Sumber: Dokumentasi Sekolah Budi Utama



Siswa SMA dalam lomba debat.  
Sumber: Dokumentasi Sekolah Budi Utama



Penampilan *storytelling* anak-anak SD Budi Utama. Sumber: Dokumentasi Sekolah Budi Utama

# RUTINITAS SEHAT SAAT USIA SMP

Oleh: Geraldo dan Billie (Tim Jurnalistik SMP)



Siswa/siswi Sekolah Menengah Pertama Budi Utama. Sumber: Dokumentasi Sekolah Budi Utama

Masa sekolah menengah pertama (SMP) adalah periode penting dalam kehidupan seorang remaja. Pada masa ini, kebiasaan yang baik dapat membantu membentuk pondasi yang kuat bagi kesehatan fisik dan mental di masa depan. Berikut ini adalah beberapa rutinitas sehat yang penting bagi siswa/siswi di tingkat SMP untuk menjaga keseimbangan antara aktivitas akademik dan kesehatan pribadi.

## Waktu Tidur yang Cukup

Tidur yang berkualitas sangat penting bagi perkembangan otak remaja. Siswa SMP disarankan untuk tidur antara 8 hingga 10 jam

per malam. Tidur yang cukup membantu meningkatkan konsentrasi, memori, dan suasana hati yang baik, sehingga siswa dapat lebih fokus dalam belajar dan kegiatan sehari-hari. Selain itu, tidur yang kurang dapat berdampak pada kesehatan fisik, seperti meningkatkan risiko obesitas dan gangguan mental seperti kecemasan dan depresi.

## Sarapan Sehat

Sarapan adalah sumber energi untuk memulai hari. Siswa yang melewatkan sarapan cenderung memiliki kesulitan dalam berkonsentrasi di kelas dan dapat merasa lelah lebih cepat. Pilihan sarapan yang sehat,-

seperti biji-bijian, buah-buahan, dan protein, dapat memberikan energi yang cukup dan menjaga kadar gula darah tetap stabil selama hari sekolah.

### Aktivitas Fisik Teratur

Olahraga atau aktivitas fisik teratur sangat penting untuk kesehatan jantung, tulang, dan otot. Aktivitas seperti berlari, bersepeda, atau bermain olahraga bersama teman dapat membantu meningkatkan stamina, serta melepaskan endorfin yang membantu mengurangi stress. Para siswa disarankan untuk berolahraga minimal 60 menit setiap hari, baik di dalam maupun di luar sekolah.



Aktivitas fisik yang dilakukan anak SMP. Sumber: Dokumentasi Sekolah Budi Utama

### Manajemen Waktu yang Baik

Mengatur waktu antara belajar, bermain, dan istirahat sangat penting bagi keseimbangan hidup siswa. Dengan memiliki jadwal harian yang teratur, siswa dapat memastikan bahwa mereka memiliki cukup waktu untuk belajar, bersosialisasi, dan bersantai. Membuat daftar tugas harian atau mingguan dapat membantu siswa tetap terorganisir dan menghindari stres akibat menunda pekerjaan

### Hidrasi yang Cukup

Minum air yang cukup sangat penting untuk fungsi tubuh yang optimal. Kekurangan air dapat menyebabkan dehidrasi, yang berdampak pada konsentrasi dan energi. Siswa disarankan untuk minum minimal 6 hingga 8 gelas air sehari, terutama jika mereka terlibat dalam aktivitas fisik yang berat

### Membatasi Waktu Layar

Masa remaja adalah saat di mana siswa sering kali menggunakan gawai untuk hiburan atau tugas sekolah. Namun, terlalu banyak waktu layar dapat menyebabkan masalah kesehatan seperti gangguan tidur, mata lelah, dan kurangnya aktivitas fisik. Siswa perlu membatasi waktu layar untuk aktivitas yang tidak produktif dan menggantinya dengan kegiatan yang lebih bermanfaat seperti membaca, berolahraga, atau hobi lainnya

### Beraktivitas Tanpa Layar

Berinteraksi dengan teman dan keluarga dapat membantu meningkatkan kesehatan mental dan membangun keterampilan sosial yang penting. Kegiatan kelompok, seperti mengikuti klub atau ekstrakurikuler, juga dapat menjadi cara yang baik untuk berpartisipasi dalam aktivitas sosial yang positif

# PLATFORM PEMBELAJARAN: MITRA GURU DALAM PEMBELAJARAN BERBASIS DIGITAL

Oleh: Eleonora Bonfilia Gerardi & Scholastica Aldavina Maheswari



Presentasi dalam pembelajaran di SMA Budi Utama. Sumber: dokumentasi SMA Budi Utama.

Guru di era modern ini menghadapi berbagai tantangan, mulai dari tuntutan kurikulum yang semakin kompleks, beragamnya gaya belajar siswa, hingga keterbatasan sumber daya. Dulu, guru hanya berbekal buku teks dan papan tulis. Kini, mereka dihadapkan pada tuntutan untuk mengintegrasikan teknologi dalam proses pembelajaran. Di tengah berbagai tantangan tersebut, platform pembelajaran online hadir sebagai penyelamat. Platform ini menyediakan berbagai sumber belajar yang kaya, alat penilaian yang efisien, dan fitur kolaborasi yang memungkinkan guru untuk mengatasi tantangan-tantangan tersebut dengan lebih efektif.

Platform pembelajaran online hadir sebagai solusi inovatif yang menjawab tantangan tersebut. Dengan fitur-fitur canggih dan aksesibilitas yang luas, platform ini tidak hanya memudahkan guru dalam menyampaikan materi, tetapi juga membuka peluang baru untuk menciptakan pengalaman belajar yang lebih interaktif dan efektif.

Platform pembelajaran online memiliki potensi yang sangat besar untuk merevolusi dunia pendidikan. Dengan memanfaatkan teknologi, platform ini dapat memberikan pengalaman belajar yang lebih personal, menarik, dan relevan bagi setiap siswa. Bagi guru, platform ini tidak hanya sekadar alat bantu mengajar, tetapi juga merupakan mitra



Peserta didik menggunakan media pembelajaran di kelas. Sumber: Dokumentasi SMA Budi Utama.

yang dapat membantu mereka mengembangkan kompetensi dan meningkatkan kualitas pembelajaran.

Pembelajaran abad 21 menuntut siswa untuk memiliki keterampilan abad 21 seperti kreativitas, berpikir kritis, kolaborasi, dan komunikasi. Platform pembelajaran online dirancang untuk memfasilitasi pengembangan keterampilan-keterampilan tersebut. Dengan fitur-fitur interaktif dan kolaboratif, platform ini memungkinkan siswa untuk belajar secara aktif, mengembangkan proyek, dan berkolaborasi dengan teman sekelasnya.

Diawali saat pandemi Covid-19, dunia pendidikan telah dipaksa untuk beradaptasi dengan pembelajaran jarak jauh. Platform pembelajaran online menjadi penyelamat dalam situasi darurat ini. Namun, manfaat platform ini tidak hanya terbatas pada masa -

pandemi. Platform pembelajaran dapat menjadi solusi jangka panjang untuk meningkatkan kualitas pendidikan.

Sekolah Budi Utama menjadi salah satu sekolah yang cepat beradaptasi dengan teknologi. Pada masa pembelajaran online akibat pandemi Covid-19, Sekolah Budi Utama bekerja sama dengan Sokrates Binus memanfaatkan platform [sekolahmaya.id](https://sekolahmaya.id) untuk pembelajaran jarak jauh. Selain itu, penggunaan aplikasi Zoom dan Google Meet juga dimaksimalkan untuk tetap melaksanakan pembelajaran.

Lalu, setelah pandemi Covid-19 usai, apakah platform dan aplikasi pembelajaran ini ditinggalkan? Tentu tidak. Sekolah Budi Utama tetap menggunakan platform pembelajaran online, seperti LMS Sokrates, untuk membantu proses belajar mengajar.



Tidak hanya memanfaatkan LMS Sokrates, para guru dan siswa juga memanfaatkan berbagai aplikasi digital lain seperti Kahoot, Quizizz, dan Canva. Penggunaan berbagai aplikasi digital ini digunakan dalam kegiatan belajar mengajar karena dapat digunakan dengan mudah dan praktis. Selain itu, penggunaannya dapat mengurangi penggunaan kertas untuk penyampaian materi, penugasan, kuis, atau penilaian harian.

Penggunaan teknologi ini tidak hanya mempermudah pemahaman materi bagi siswa, tetapi juga mengembangkan keterampilan digital dan daya saing mereka. Selain itu, dampak positifnya meluas ke komunitas sekitar dengan meningkatkan literasi digital dan kesiapan menghadapi dunia yang semakin berorientasi pada teknologi. Hal inilah yang menyebabkan para guru di SMA Budi Utama memanfaatkan berbagai media pembelajaran online untuk menyampaikan materi ajar dan latihan soal. Sebagai contoh, penggunaan Kahoot dapat membuat belajar menjadi lebih interaktif melalui permainan, Quizizz dapat mendukung latihan mandiri siswa, Socrative dapat memudahkan evaluasi real-time, dan Canva dapat memperkaya kreativitas dalam penyajian materi.

Berikut ini, penjelasan singkat mengenai aplikasi pembelajaran online yang biasa digunakan oleh para guru dan siswa di SMA Budi Utama.

#### LMS SOKRATES

LMS Sokrates adalah platform pembelajaran siswa yang sudah diterapkan di beberapa sekolah termasuk Budi Utama. Sokrates adalah platform yang cukup mudah untuk diakses atau digunakan. Siswa hanya perlu menekan tombol pilihan jawaban saat melakukan latihan soal atau penilaian harian. Setelah selesai mengerjakan, siswa dapat menekan tombol *finish*, kemudian nilai dapat langsung dilihat. Dengan platform ini, para guru dimudahkan karena mereka tidak perlu mengoreksi satu per satu lembar jawaban siswa.

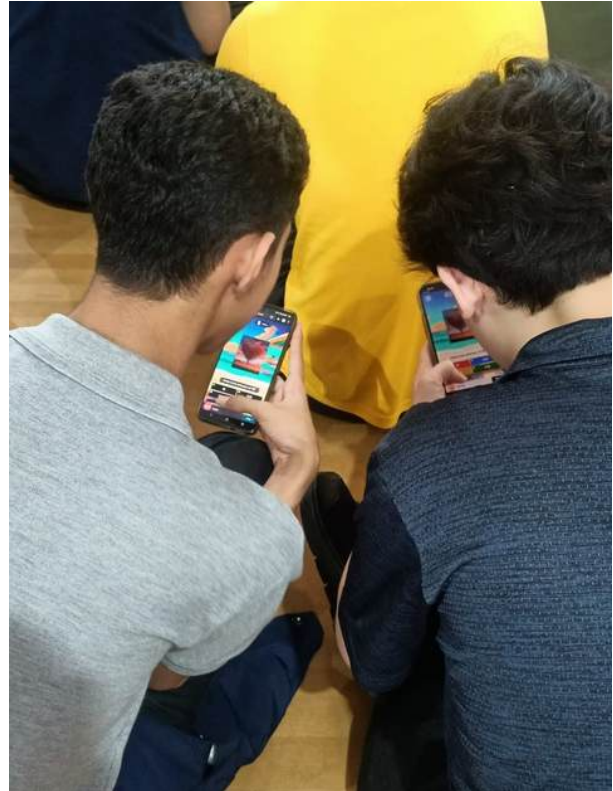
#### KAHOOT

Kahoot adalah aplikasi pembelajaran siswa berbentuk permainan yang dapat membuat pelajaran menjadi lebih menyenangkan. Guru dapat membuat soal dalam bentuk game, lalu siswa akan mengerjakan soal tersebut dengan cara menekan tombol pilihan jawaban atau mengisi isian singkat. Siswa yang paling banyak mencetak skor benar akan menduduki podium tertinggi. Dengan aplikasi ini, siswa lebih merasa tertantang karena mereka harus mencetak skor tertinggi. Selain itu, hal ini menumbuhkan kompetisi yang sehat, sehingga para siswa terdorong untuk lebih aktif dalam kegiatan pembelajaran.

#### CANVA

Canva adalah aplikasi pembuatan media ajar yang dapat digunakan oleh guru dan siswa dalam pembelajaran. Saat para siswa mendapat tugas untuk membuat sebuah PPT presentasi, biasanya mereka menggunakan template yang sudah ada dalam aplikasi ini. Hal ini memudahkan para siswa untuk mengkreasi desain presentasi mereka. Selain itu, dengan aplikasi ini, para siswa dapat lebih mudah berkolaborasi dalam pembuatannya.

Penggunaan berbagai platform atau media digital ini adalah salah satu bentuk pemanfaatan teknologi dalam pembelajaran. Dengan menggunakan platform digital seperti Kahoot, Quizizz, Socrative, serta Canva ini, para guru dapat lebih efektif dalam melaksanakan pembelajaran di sekolah. Platform pembelajaran telah membuktikan dirinya sebagai alat yang tak ternilai bagi guru dalam menghadapi tantangan pendidikan modern. Dengan memanfaatkan teknologi ini, guru dapat menciptakan pengalaman belajar yang lebih efektif, personal, dan menarik. Dengan platform pembelajaran, guru tidak hanya menjadi pengajar, tetapi juga menjadi fasilitator pembelajaran yang inspiratif.



Peserta didik menggunakan media pembelajaran di kelas.  
*Sumber: Dokumentasi SMA Budi Utama.*

# CULTURAL EXCHANGE BRINGS BUDI UTAMA AND ST. HILDA'S SECONDARY SCHOOL CLOSER ON YOUTH PLEDGE DAY

Oleh: Tim Redaksi Buletin Sekolah Budi Utama



*(28/10) Budi Utama's and St. Hilda's students and teachers*

On October 28, Sekolah Budi Utama celebrated Youth Pledge Day with a special visit from St. Hilda's Secondary School, Singapore. This face-to-face meeting, following previous online interactions, became an exciting opportunity to strengthen bonds, share cultures, and celebrate diversity together.

The event started with colorful traditional outfits. Budi Utama students proudly wore Indonesian costumes, representing the nation's rich culture. Meanwhile, St. Hilda's students showcased their own traditional attire, adding an international touch to the day.

Speeches highlighted the values of unity, respect, and cultural exchange, followed by a memorable performance about Indonesia's struggle for independence.

After the ceremony, both schools mingled during a fun walk around the school grounds, creating moments of laughter, smiles, and connection. Fun cultural activities followed, where St. Hilda's students experienced Indonesian traditions. They tried playing *angklung* and *gamelan*, practiced Javanese calligraphy, and joined traditional games like *congklak* (a mancala game), *engklek* -



*(28/10) Budi Utama's and St. Hilda's students*

(a traditional hopping game), and lompat tali (jump rope), which sparked laughter and a sense of friendship between the two groups.

A highlight of the day was a puppet-making workshop and a gamelan session. Guided by their Budi Utama peers, St. Hilda's students learned to create traditional straw puppets and explored the harmonious sounds of gamelan music. These activities not only deepened cultural understanding but also encouraged creativity and teamwork.

Through this cultural exchange, both schools not only learned about each other's histories and customs but also it was about building friendships and appreciating diversity. Both schools left with new connections, meaningful memories, and a stronger appreciation for each other's traditions.

In the end, the event was a reminder that unity and friendship can grow through shared experiences. Sekolah Budi Utama is proud to have hosted this unforgettable celebration, showcasing the beauty of embracing and learning from different cultures. Here's to continuing to celebrate these wonderful connections, fostering friendship, and embracing diversity in all its forms!



*(28/10) Budi Utama's and St. Hilda's students*

*"The event today was really fun, and it was great to meet all the students from Budi Utama School. We had previously met them through Zoom, but this time we were able to meet them face-to-face. Interacting with them was a lot of fun, and we got to learn more about their culture and daily school life. We also had the chance to see the behind-the-scenes process of our friends' work and activities, which involved Javanese and Indonesian culture and art. It was also a great opportunity to create our own work. This experience made us reflect deeply on the artwork, especially realizing how much hard work and discipline is required to create such pieces." - Jalliane & Hanna*

# BUDI UTAMA ELEMENTARY SCHOOL - BRIDGE SCHOOL PARTNERSHIP PROGRAM

Oleh: Tim Redaksi Buletin Sekolah Budi Utama



*(2/10) Budi Utama's students, Budi Utama's teacher, and Sarah Richardson*

On Wednesday October 2nd, Budi Utama Elementary School were thrilled to welcome a special guest, Sarah Richardson, the Executive Director of the Asia Education Foundation, as part of the BRIDGE (Bridge Relationships through Intercultural Dialogue and Growing Engagement) program between Australia and Indonesia.

Sarah's visit started with a warm greeting from our students that played traditional gamelan music and created a wonderful atmosphere. After that, they performed a bright and joyful dance, followed by an impressive Mandarin language presentation, showing just how talented and eager our students are.

The Australia-Indonesia BRIDGE School Partnerships Program is funded by the Australian Government Department of Foreign Affairs and Trade and implemented by the Asia Education Foundation at Asialink, The University of Melbourne. Through this program, our students get the chance to work on interesting projects with other schools, while practicing their language skills. Our teachers also learn new ways of teaching, using technology both in the classroom and online, to help students see the world in new ways.

During Sarah's visit, we proudly shared how this program has helped improve our school. One area we focused on was our waste management efforts.



*(2/10) Budi Utama's students showed how they make compost and raise fish*

Thanks to BRIDGE, our teachers and students have become more conscious of how we handle organic waste and recycling, making our school more eco-friendly.

On this occasion Sarah didn't just watch—she toured our school and got involved with our students. They were so excited to meet her, confidently asking questions in English and sharing what they were learning in class. It was a great opportunity for them to learn more about Australia and practice their language skills.

This visit perfectly matched the goals of the BRIDGE program, which is all about helping students become global citizens who understand other cultures, use technology wisely, and improve their language skills. It's an exciting way for our students to learn more about the world, especially about Australia and Asia.



*(12/7) Budi Utama's students showed how they manage paper and plastic waste*



*(12/7) Budi Utama's students, excitedly, asked Sarah questions about Australia*

At the end, the day was full of learning, excitement, and fun. We hope that this visit will continue to build stronger relationships and everything the BRIDGE program stands for!

# “年”的由来



古时候，有一种叫“年”的野兽。比现在的大象还大几倍，比老虎还凶几十倍。专门吃人，而且一吃就是几十个人，被它吃的人数也数不过来。

老百姓可遭了殃。有一天，“年”又来了，有个年轻人恨极了，说：“与其让它吃掉，还不如和它拼了，反正都是一死。”他拿把劈斧冲了上去，好多年轻也跟着冲了上去。可他们不是“年”的对手，年轻人都被“年”吃掉了。此后，“年”变得更凶恶了，老百姓个个怨气冲天，恨声震地。

冲天的怨气惊动了天上的太白金星，震地的恨声惊动了地下的地王菩萨。太白金星和地王菩萨一商量，就派神农老祖到大地收“年”。

神农手执打兽鞭，对准“年”的屁股就是一鞭。凶猛的“年”竟乖乖伏地不动了。神农奔上几步，一只脚踏在“年”头上，怒吼道：“畜牲，你吃人无数，作孽极深，今天你的末日到了。”

说罢，从腰间拿下两片瓜钵，对准“年”就一合。比象还大的“年”竟一下合在瓜钵里了。神农把装“年”的钵埋在地底下，临走时他再三叮嘱说：“这钵埋在地下，将来会长出瓜来，这瓜不能破，一定要说它不破。”

后来，那个埋钵的地方真的长出瓜来，百姓就按照神农“不”的话音，把它叫成“北瓜”。神农除“年”的那天正巧是农历十二月三十日，百姓便把这一天叫做“过年”，即避过“年”和除去“年”的意思。这天，北瓜供在堂上，以示压邪，并敲锣打鼓，鸣竹张灯，以纪念神农老祖的功德。

# ASAL USUL "NIAN"



Pada zaman dahulu, ada seekor binatang buas bernama "Nian." Ukurannya beberapa kali lebih besar dari gajah, dan jauh lebih ganas daripada harimau. Binatang ini memakan manusia, dan sekali makan bisa menghabiskan puluhan orang. Jumlah korban yang dimakannya bahkan tak terhitung lagi.

Rakyat sangat menderita. Suatu hari, "Nian" datang lagi. Seorang pemuda yang sangat marah berkata, "Daripada dimakan olehnya, lebih baik aku melawannya. Toh, ujung-ujungnya tetap mati juga." Dengan membawa kapak, dia menyerang "Nian." Banyak pemuda lainnya ikut melawan, tetapi mereka bukan tandingan "Nian." Semua pemuda itu akhirnya dimakan oleh binatang buas tersebut. Setelah kejadian itu, "Nian" menjadi semakin ganas, dan rakyat semakin menderita. Suara keluhan mereka menggemparkan langit dan bumi.

Keluhan yang memuncak itu menarik perhatian Taibai Jinxing di surga dan Dewa Bumi di bawah tanah. Keduanya berdiskusi dan memutuskan untuk mengirimkan Shen Nong Lao Zu (Dewa Pertanian) untuk menangani "Nian."

Shen Nong, dengan cambuk khusus untuk mengalahkan binatang, memukul pantat "Nian" sekali. Binatang buas yang ganas itu langsung berlutut dan tidak bergerak. Shen Nong mendekat, menginjak kepala "Nian," dan berteriak marah, "Makhluk jahat! Kau telah memakan begitu banyak manusia dan melakukan dosa besar. Hari ini adalah akhir hidupmu!"

Setelah berkata demikian, Shen Nong mengambil dua buah tempurung labu dari pinggangnya dan menutupkan kedua tempurung itu ke "Nian." Binatang besar seperti gajah itu langsung terkurung di dalam tempurung. Shen Nong kemudian mengubur tempurung itu di dalam tanah. Sebelum pergi, dia berpesan, "Tempurung ini telah dikubur di bawah tanah. Nantinya akan tumbuh buah dari tempat ini. Jangan pernah memecahkan buah ini, dan ingatlah untuk selalu mengatakan bahwa buah ini tidak akan pecah."

Kemudian, di tempat di mana tempurung itu dikubur, tumbuhlah buah. Rakyat menyebut buah itu sebagai "bei gua" (labu utara) sesuai dengan pesan Shen Nong. Hari ketika Shen Nong mengalahkan "Nian" bertepatan dengan tanggal 30 bulan ke-12 dalam kalender lunar. Rakyat menyebut hari itu sebagai "Guo Nian," yang berarti "melewati Nian" atau "menyingsirkan Nian." Pada hari itu, labu utara diletakkan di altar sebagai simbol untuk mengusir kejahatan. Mereka juga menabuh genderang, membakar bambu, dan memasang lampu sebagai penghormatan atas jasa Shen Nong.

# KABAR BAIK ATAU KABAR BURUK?

Oleh: Elizabeth Sheila F, S.I.Kom



(Ilustrasi Sāi Wēng dan kudanya)

*“Terkadang kita tidak selalu tahu apa yang kita alami sekarang kabar baik atau buruk.”*

Ada sebuah perumpamaan China yang mengajarkan tentang “makna hidup” dimana tidak semua yang kita alami sekarang bisa kita pahami artinya: 塞翁失馬 (Sāi Wēng Shī Mǎ or Sāi Wēng lost his horse).

Sai Weng adalah petani tua. Ia bekerja dengan tekun dan rajin menabung sedikit demi sedikit hingga ia berhasil membeli seekor kuda dengan tabungannya. Sayangnya, hanya sehari setelah ia membawa pulang kuda yang ia beli, kuda itu kabur dari kandangnya. Para tetangga petani tua yang mengetahui hal itu pun merasa kasihan kemalangan yang dialami petani tua. Tetapi petani tua itu malah tersenyum dan berkata pada tetangga-tetangganya, “Kabar baik atau buruk, siapa yang tahu?”

Suatu ketika kuda yang lari tersebut datang dan membawa kawanan kuda lainnya. Kawanan kuda ini berjumlah lebih dari 2 ekor kuda dan menemani kuda yang dibeli Sai Weng. Kawanan kuda ini menjadi menetap dan setiap menemani Sai Weng. Para tetangga petani tua yang mengetahui hal itu dan menyampaikan betapa beruntungnya petani tua atas kejadian ini. Tetapi petani tua itu malah tersenyum dan berkata pada tetangga-tetangganya, “Kabar baik atau buruk, siapa yang tahu?”

Beberapa hari kemudian, begitu senangnya anak petani karena mendapatkan kuda liar, ia menunggangi kuda liar tersebut.



(Ilustrasi petani tua Sāi Wēng)

Saat ia berada di ladang, kuda itu tiba-tiba melompat dan membuat anak petani itu terjatuh hingga membuat kakinya patah. Para tetangga yang mengetahui kejadian ini kini kembali merasa kasihan pada petani tua. Istrinya sebagai Ibu pun begitu sedih melihat kemalangan yang menimpa sang anak. Tetapi sang petani tua tetap tenang dan berkata, “Kabar baik atau buruk, siapa yang tahu?”

Sebulan kemudian, raja membuat pengumuman bahwa negara akan berperang. Untuk itu seluruh laki-laki yang sehat di negara itu harus mengikuti perang. tetapi karena kaki anak petani tua patah, ia tidak bisa ikut dalam perang tersebut. Para tetangga pun dengan irinya berkata, “Beruntungnya anakmu tidak ikut berperang.” Karena mereka yang ikut berperang pulang dengan luka yang parah. Tetapi sekali lagi petani tua itu hanya menjawab, “Kabar baik atau buruk, siapa yang tahu?”

Kisah ini mengajarkan kita tentang menerima kenyataan dengan tenang, karena tidak semua hal dalam hidup bisa dinilai baik atau buruk seketika. Terkadang hal yang tampaknya buruk justru membawa keberuntungan di kemudian hari. Sebaliknya, sesuatu yang tampak menguntungkan bisa berujung pada kesulitan. Dengan menjaga hati dan pikiran yang lapang, kita bisa lebih siap menghadapi perubahan hidup yang tak terduga.

Sebaliknya, sesuatu yang tampak menguntungkan bisa berujung pada kesulitan. Dengan menjaga hati dan pikiran yang lapang, kita bisa lebih siap menghadapi perubahan hidup yang tak terduga.

# BEBAS BEREKSPRESI DENGAN PENDEKATAN RAMAH LINGKUNGAN

Oleh: Gadya Maximilian Meliala (Peserta didik SMA kelas XII-3)



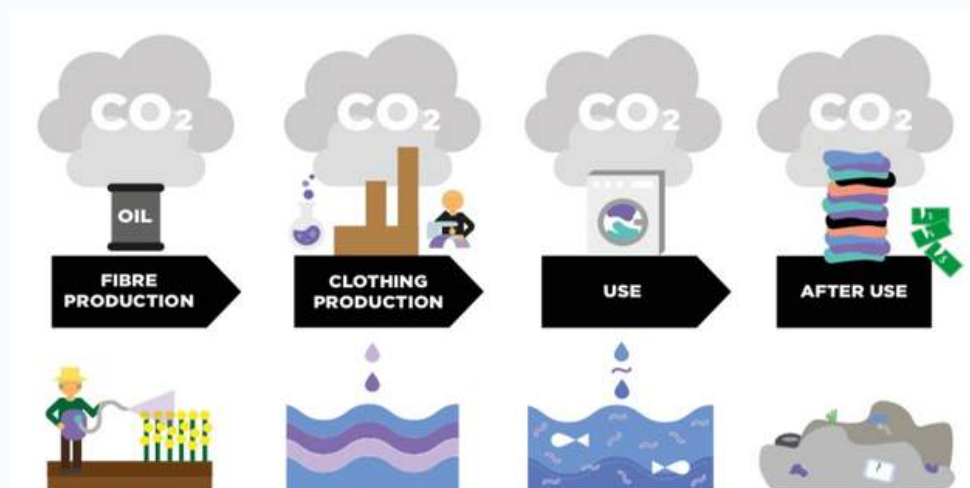
Gambar 1. Ilustrasi Limbah dari Fast Fashion. (Sumber: Shutterstock)

Tidak asing lagi bagi masyarakat dunia jika mendengar istilah “*thrifting*”. *Thrifting* adalah suatu kegiatan membeli pakaian atau barang lain yang sudah pernah digunakan sebelumnya atau istilahnya “*pre-loved*”, yang biasanya dijual di pasar loak dan sekarang banyak juga di toko *online* karena kemajuan teknologi. Kegiatan ini kini menjadi tren yang diminati dan digemari, terutama di kalangan anak muda, karena tidak hanya menawarkan barang yang murah, tetapi juga dapat menemukan barang-barang langka dan unik. Selain itu, *thrifting* dianggap ramah lingkungan karena merupakan suatu langkah bijak untuk mengurangi limbah dengan memperpanjang umur yang barang yang masih layak untuk digunakan.

Kegiatan *thrifting* sendiri mulai masuk ke zona perdagangan Indonesia pada tahun 2013, walaupun masih belum terlalu terkenal pada masa itu. Mulai muncul ke permukaan dan dilirik lagi oleh masyarakat Indonesia pada masa pandemi COVID-19. Dengan banyaknya waktu

yang dihabiskan di dalam rumah karena kebijakan *lockdown*, minat untuk berbelanja online dan mencari barang-barang unik meningkat pesat. Seiring dengan peningkatan minat tersebut, media sosial seperti *TikTok* dan *Instagram*, berperan besar dalam membawa dan mempopulerkan tren *thrifting* pada perhatian masyarakat. Para *influencer* dan *content creator* mulai ikut berkontribusi dengan berbagi pengalaman mereka tentang dunia *thrifting*, menampilkan barang-barang *vintage* unik, seperti pakaian serta cara-cara *styling* yang menarik. Konten-konten mereka berhasil memikat perhatian audiens dan banyak yang mulai mencoba serta bereksplorasi dunia *thrifting* itu sendiri.

Tren *thrifting* yang semakin populer di Indonesia tidak hanya menunjukkan gaya berbelanja, tetapi juga menunjukkan adanya kesadaran masyarakat terhadap isu lingkungan yang terus berlanjut. Industri *fashion* cepat atau “*fast fashion*” menjadi salah satu penyumbang limbah tekstil terbesar di dunia.



Gambar 2. Ilustrasi Sistem Produksi Pakaian Masa Kini (Sumber: Ellen MacArthur Foundation)

Pada gambar diatas menunjukkan industri fashion yang berkontribusi besar pada penyumbangan limbah tekstil yang kemudian memberikan dampak negatif bagi lingkungan. Menurut data dari Ellen MacArthur Foundation, setiap tahun sekitar 92 juta ton limbah tekstil dibuang ke tempat pembuangan akhir. Tidak hanya berdampak bagi lingkungan, sistem produksi pakaian cepat atau *fast fashion*, telah membawa dampak sosial signifikan dan negatif. Produksi massal memang memungkinkan pakaian murah dan aksesibel bagi banyak orang, tetapi harga rendah tersebut sering dicapai dengan mengorbankan kesejahteraan tenaga kerja, khususnya di negara-negara berkembang. Istilah “High Risk, Low Return”, sangat menggambarkan kondisi mereka, di mana mereka setiap harinya terpapar zat kimia berbahaya, jam kerja yang sangat tidak efektif, dan lingkungan kerja yang tidak kondusif, tetapi upah yang diberikan tidak cukup dan tidak sebanding dengan jasa mereka yang berat dan melelahkan.

*Fast fashion* sudah jelas menjadi masalah besar dalam industri pakaian, tidak hanya menciptakan limbah yang begitu banyak pada lingkungan tetapi juga memperburuk kondisi -

sosial bagi para tenaga kerja, khususnya di negara-negara berkembang. Produk yang diproduksi dengan cepat dan murah sering mengorbankan kualitas produk itu sendiri dan dihasilkan dari tenaga kerja yang dieksploitasi dengan upah rendah, serta kondisi kerja yang buruk. Selain itu, karena produksi pakaian *fast fashion* memerlukan sumber daya yang besar, maka menghasilkan limbah tekstil yang sulit untuk didaur ulang sehingga dampaknya pada lingkungan sangat signifikan. Dalam konteks ini, tren *thrifting* menjadi solusi alternatif yang lebih baik bagi lingkungan dan sosial. *Thrifting* memungkinkan kita untuk membeli pakaian bekas yang masih layak pakai, sehingga mengurangi kebutuhan untuk memproduksi pakaian-pakaian baru. Ini tidak hanya bisa mengurangi limbah tekstil tetapi juga meminta industri *fast fashion* untuk mengurangi mengeksploitasi tenaga kerjanya.

*Thrifting* menjadi jawaban bagi masyarakat yang ingin tampil dan berekspresi dengan gaya yang unik, tanpa harus mengkonsumsi secara berlebihan yang didorong oleh *fast fashion*. Dengan membeli pakaian bekas, kita tidak hanya bisa tampil dan berekspresi dengan baju-baju unik, tetapi juga berperan dalam mengurangi produksi limbah -

tekstil dan mengurangi eksploitasi tenaga kerja. *Thrifting* terus memungkinkan kita untuk tetap tampil modis sambil menjaga lingkungan dari limbah tekstil yang semakin besar setiap tahunnya. *Thrifting* juga mendorong masyarakat untuk lebih bijaksana dalam memilih produk yang mereka konsumsi. Daripada mengikuti arus tren yang sering berganti, orang-orang yang memilih *thrifting* cenderung memilih pakaian dengan keunikan tersendiri, yang lebih tahan lama secara gaya dan kualitas. Hal ini juga menjadi aksi dalam mengubah gaya hidup konsumtif yang sering mendorong kita untuk membeli lebih banyak dari apa yang sebenarnya kita butuhkan.

*Thrifting* juga menawarkan kesempatan untuk terus mendukung ekonomi sirkular, di mana barang-barang bekas mendapatkan “kehidupan kedua” dan perputaran ekonomi tidak selalu bergantung pada produksi barang-barang baru. Tren atau gerakan ini mendorong kita untuk melihat nilai dalam barang-barang yang mungkin sebelumnya diabaikan dan *thrifting* menjadi pilihan yang bijak di tengah isu dan tantangan global mengenai lingkungan dan sosial. Hal ini juga membuka peluang-peluang bagi masyarakat untuk membuka bisnis *thrift* mereka dengan menjual pakaian-pakaian mereka yang mungkin sudah tidak dipakai lagi tetapi masih layak untuk digunakan.

Tren yang sudah tidak asing ini tidak hanya menjadi aktivitas individu, tetapi juga mendorong terbentuknya rasa komunitas yang lebih kuat. Banyak toko *thrift* yang dijalankan oleh organisasi non-profit atau komunitas lokal, di mana setiap keuntungan dari pembelian didonasikan atau mendukung kegiatan sosial, pendidikan, dan lain-lain. Ketika orang-orang berbelanja dari tempat-tempat tersebut, mereka tidak hanya mendapatkan pakaian, tetapi juga -

berkontribusi besar secara sosial. Hal ini mencerminkan nilai-nilai kemanusiaan, meningkatkan kepemilikan, dan tanggung jawab terhadap lingkungan dan sesama.



Gambar 3. Toko *thrifting* yang dijalankan oleh sebuah komunitas untuk membantu masyarakat. (Sumber: Smyth County Chamber of Commerce)

Sektor ekonomi juga mengalami penguatan karena adanya *thrifting* ini. Banyak toko *thrift* yang dikelola untuk masyarakat sendiri, mengandalkan penjualan pakaian bekas untuk mendukung usaha mereka. Dengan membeli pakaian dari mereka, konsumen membantu menciptakan lapangan kerja dan mendukung perekonomian di lingkungan sekitar. Hal ini memberikan dampak positif yang lebih luas, di mana biaya yang dikeluarkan tidak hanya kembali ke kantong pemilik toko *thrift*, tetapi juga memperkuat komunitas secara keseluruhan. Melalui membeli pakain bekas, kita bisa membantu dan mendukung usaha kecil dan menciptakan hubungan yang erat.



Gambar 4. Ilustrasi Thrifting. (Sumber: Shutterstock)

Melalui *thrifting*, kita juga bisa belajar dan memahami sejarah dan budaya melalui pakaian. Setiap pakaian bekas pasti punya cerita dan latar belakang masing-masing, yang sering kali mencerminkan tren dan gaya hidup dari era yang berbeda seperti gaya era 1980-an, 1990-an, 2000-an, dan sebagainya. Dengan membeli pakaian bekas, kita tidak hanya mendapatkan barang untuk dikenakan, tetapi juga mengapresiasi nilai sejarah dan budaya yang ada di dalamnya. Ini mendorong rasa hormat terhadap keragaman budaya dan memberikan kita kesempatan untuk belajar dari masa lalu. Dengan *thrifting*, kita didorong untuk terus bereksplorasi dan menemukan gaya pribadi kita masing-masing. Pakaian yang dijual di toko thrift sering kali unik dan tidak bisa atau belum pernah ditemukan sebelumnya, memungkinkan kita untuk menciptakan penampilan yang berbeda. Hal ini memberikan kebebasan untuk mengekspresikan diri. Melalui proses menemukan baju-baju menarik dan unik yang kemudian kita *styling* sendiri, kita bisa meningkatkan rasa kepercayaan diri.

*Thrifting* ini lebih dari sekadar gaya berbelanja. Gerakan atau tren ini juga mendukung keberlanjutan, pelestarian lingkungan, kesadaran sosial dan budaya. Dengan membeli pakaian bekas melalui aktivitas *thrifting*, kita tidak hanya mendapatkan barang dengan harga yang terjangkau, tetapi kita juga berkontribusi pada perubahan positif untuk lingkungan dan sesama. *Thrifting* sudah layak menjadi simbol komitmen kita terhadap tanggung jawab sosial dan lingkungan, sekaligus menciptakan tempat untuk bereksplorasi gaya sesuai dengan keinginan kita masing-masing. Dalam dunia yang semakin hari semakin kompleks, *thrifting* memberikan alternatif yang menyenangkan dan bermakna, membawa kita menuju masa depan yang lebih cerah dan berkelanjutan.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Ellen MacArthur Foundation. (2017). A New Textiles Economy: Redesigning Fashion's Future. Diakses dari: <https://www.ellenmacarthurfoundation.org/publications/a-new-textiles-economy-redesigning-fashion-future>
- Statista Research Department. (2021). Fast Fashion: Environmental Impact and Global Consumption. Diakses dari: <https://www.statista.com/study/41164/fast-fashion-global-market/>
- Ferguson, B., & Ostmann, F. (2018). Sweatshop and Consumer Choices. *Economics and Philosophy*, 34(3), 295–315. Diakses dari: <https://doi.org/10.1017/s026626711800010x>
- Nyoman Maharani. (2023). Thrifting dan Dampaknya Bagi UMKM Indonesia. *Buletin Politeknik NSC Surabaya*. Diakses dari: <https://buletin.nscpolteksby.ac.id/thrifting-dan-dampaknya-bagi-umkm-indonesia/#:~:text=Sedangkan%20tempat%20atau%20usaha%20yang,sudah%20terkenal%20dan%20memiliki%20nama>
- Amary Siagian. (2021). Fast Fashion: Sumber Derita Buruh dan Bumi. *Medium*. Diakses dari: <https://medium.com/kastrat-times/fast-fashion-sumber-derita-buruh-dan-bumi-aa5ac273b963>

# PENDIDIKAN INDONESIA: TANTANGAN KUALITAS DAN AKSES DI ERA DIGITAL

Oleh: Kioko Nathaniel Hendrawan (Peserta Didik SMA kelas XII-3)



*Gambar 1. Ilustrasi pendidikan di Indonesia*

Membahas pendidikan di Indonesia adalah topik yang tak ada habisnya, mengingat kompleksitas dan tantangan yang dihadapinya. Sistem pendidikan di negara ini, meskipun mengalami berbagai perbaikan, masih menghadapi berbagai masalah, seperti kualitas guru, distribusi pendidikan yang tidak merata, serta rendahnya akses pendidikan bagi masyarakat di daerah terpencil. Berikut adalah pandangan yang mendalam tentang berbagai isu dalam pendidikan Indonesia serta solusi yang mungkin bisa diterapkan.

Salah satu indikator kualitas pendidikan di Indonesia adalah hasil dari Programme for International Student Assessment (PISA), yang menempatkan kemampuan siswa Indonesia dalam matematika, sains, dan literasi jauh di bawah rata-rata global. Hasil PISA tahun 2018, misalnya, menunjukkan bahwa Indonesia berada di peringkat ke-74 dari 79 negara. Hal ini menyoroti adanya kesenjangan besar dalam kualitas pendidikan, terutama dalam pengembangan kemampuan berpikir kritis dan analitis.

Faktor rendahnya hasil PISA sering kali dikaitkan dengan kualitas pengajaran yang tidak memadai dan kurikulum yang belum sepenuhnya berorientasi pada kebutuhan abad ke-21. Banyak sekolah masih berfokus pada metode pembelajaran hafalan, bukan pada pengembangan keterampilan berpikir kritis atau kemampuan memecahkan masalah, yang sangat diperlukan di dunia kerja yang terus berubah.

Distribusi pendidikan yang tidak merata antara daerah perkotaan dan pedesaan menjadi masalah serius lainnya. Sekolah-sekolah di kota besar cenderung memiliki fasilitas yang lebih baik, guru yang lebih berkualitas, serta akses terhadap teknologi modern. Sebaliknya, di daerah-daerah terpencil, banyak sekolah yang kekurangan fasilitas dasar, guru yang berkualifikasi, serta akses ke sumber daya pembelajaran yang memadai.

Menurut data dari Badan Pusat Statistik (BPS), kesenjangan pendidikan ini terlihat dari angka partisipasi sekolah yang lebih rendah di daerah terpencil dibandingkan di perkotaan. Faktor jarak, ekonomi keluarga, dan kurangnya perhatian dari pemerintah daerah sering menjadi penyebab utama rendahnya akses pendidikan di desa.

Untuk mengatasi masalah ini, pemerintah telah meluncurkan berbagai inisiatif seperti program Indonesia Pintar yang bertujuan memberikan bantuan tunai kepada siswa dari keluarga kurang mampu. Namun, meskipun ada bantuan ini, masalah infrastruktur dan kualitas guru di daerah terpencil tetap menjadi tantangan utama.

Guru adalah aktor kunci dalam peningkatan kualitas pendidikan. Namun, di Indonesia, kualitas pengajaran masih menjadi masalah besar. Banyak guru di sekolah-sekolah negeri,-

terutama di daerah terpencil, belum memiliki kualifikasi yang memadai atau pelatihan yang terus diperbarui. Salah satu alasan utama adalah kurangnya insentif bagi guru untuk mengajar di daerah-daerah tersebut, serta minimnya program pengembangan profesional bagi guru.



Sistem pendidikan yang berfokus pada pencapaian angka kelulusan sering kali tidak memberikan ruang bagi guru untuk mengeksplorasi metode pengajaran yang lebih inovatif. Oleh karena itu, sangat penting bagi pemerintah untuk tidak hanya meningkatkan standar seleksi dan pelatihan guru, tetapi juga memberikan insentif yang lebih baik bagi guru yang bersedia ditempatkan di daerah-daerah terpencil.

Kurikulum yang digunakan di Indonesia adalah kurikulum 2013 dan kurikulum merdeka. Kurikulum 2013 di Indonesia menekankan pada pembelajaran tematik, integratif, dan berbasis kompetensi, dengan tujuan mengembangkan kemampuan berpikir kritis, komunikasi, serta pendidikan karakter. Sementara itu, Kurikulum Merdeka yang diluncurkan pada 2021 memberikan fleksibilitas lebih bagi siswa dan guru, memungkinkan pemilihan materi sesuai minat dan kebutuhan, serta mengurangi beban kurikulum.



Kurikulum 2013 memiliki sejumlah kelemahan yang berdampak pada siswa. Salah satu yang paling sering disoroti adalah terlalu padatnya materi yang harus diselesaikan dalam waktu yang relatif singkat. Hal ini menyebabkan siswa harus belajar dengan cepat dan berpotensi kehilangan pemahaman yang mendalam terhadap materi yang dipelajari. Selain itu, K-13 berfokus pada pendekatan tematik integratif, yang menggabungkan beberapa mata pelajaran dalam satu tema.

Meskipun tujuannya baik, dalam praktiknya banyak siswa yang merasa kesulitan memahami keterkaitan antar mata pelajaran karena pengajarannya yang dianggap tidak konsisten di berbagai sekolah. Fokus K-13 yang terlalu berorientasi pada pencapaian nilai akademis juga dapat mengurangi pengembangan kreativitas dan keterampilan berpikir kritis siswa.

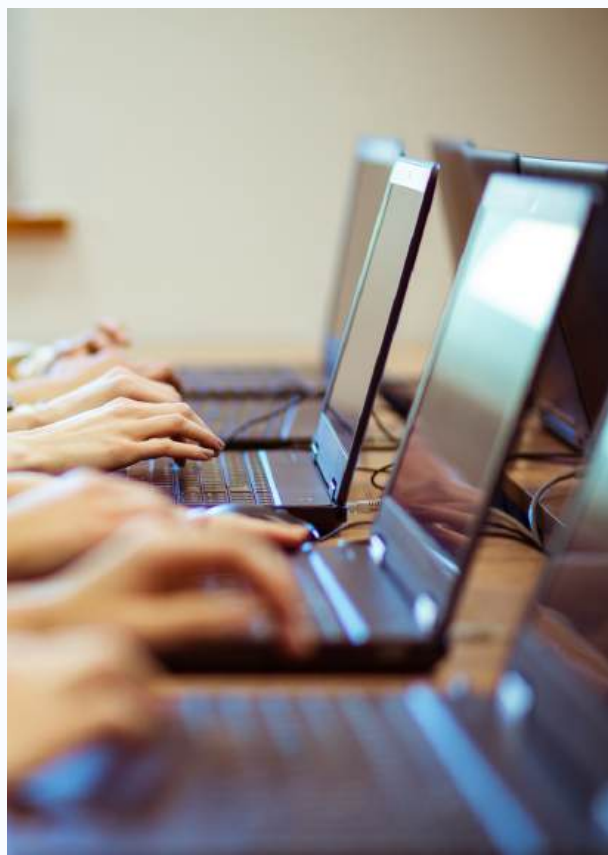
Sementara Kurikulum Merdeka bertujuan untuk memberikan kebebasan lebih kepada siswa dan guru dalam memilih materi ajar yang sesuai dengan kebutuhan individu, kurikulum ini juga menghadapi beberapa tantangan. Salah satu kekurangan utama adalah kesiapan guru dan fasilitas di berbagai sekolah yang tidak merata. Implementasi Kurikulum Merdeka membutuhkan guru yang mampu merancang pembelajaran secara mandiri dan kreatif, namun di banyak sekolah, pelatihan dan dukungan bagi guru belum optimal, sehingga kurikulum ini sulit diterapkan secara maksimal. Selain itu, kebebasan yang diberikan kepada siswa dalam memilih mata pelajaran atau kegiatan belajar kadang justru membingungkan mereka, terutama bagi siswa yang masih membutuhkan panduan yang lebih jelas dalam proses belajar.

Selain masalah di tingkat pendidikan dasar dan menengah, akses terhadap pendidikan tinggi juga masih menjadi tantangan. Biaya pendidikan yang tinggi, terutama di universitas-universitas swasta, sering kali menjadi hambatan bagi siswa berprestasi dari kalangan ekonomi menengah ke bawah. Meskipun pemerintah telah meluncurkan program beasiswa seperti Bidikmisi dan LPDP, jumlah penerima beasiswa ini masih terbatas dibandingkan dengan kebutuhan yang ada.

Selain itu, sistem penerimaan mahasiswa baru yang sangat kompetitif, terutama untuk perguruan tinggi negeri, membuat banyak siswa terpaksa memilih universitas dengan kualitas yang lebih rendah. Hal ini memperburuk ketimpangan dalam akses pendidikan tinggi antara kelompok ekonomi yang berbeda.

Pemanfaatan teknologi dalam pendidikan Indonesia menjadi semakin relevan, terutama di era digital dan pascapandemi COVID-19. Salah satu solusi utama untuk memperbaiki kualitas pendidikan adalah pembelajaran daring (online learning), yang dapat membantu menjangkau siswa di daerah terpencil yang sebelumnya memiliki akses terbatas terhadap fasilitas pendidikan yang memadai. Teknologi ini memungkinkan siswa untuk belajar tanpa harus bergantung pada infrastruktur fisik seperti sekolah atau perpustakaan yang kadang tidak tersedia di wilayah-wilayah tertentu.

Platform pendidikan seperti Ruang Guru dan Zenius telah menunjukkan dampak positif dari pembelajaran berbasis teknologi. Ruang Guru, misalnya, menawarkan konten edukasi mulai dari tingkat SD hingga SMA yang dapat diakses melalui perangkat ponsel atau komputer, memberi kemudahan bagi siswa untuk belajar kapan saja dan di mana saja. Teknologi juga memungkinkan personalisasi pembelajaran, di mana siswa bisa mengatur kecepatan belajar mereka sendiri dan memilih materi yang sesuai dengan kebutuhan mereka. Zenius, yang memiliki pendekatan serupa, juga membantu siswa mengakses materi belajar dengan fokus pada pemahaman konsep secara mendalam, bukan hanya persiapan ujian.



Selain akses yang lebih luas, pembelajaran daring meningkatkan kemandirian belajar siswa. Dalam model ini, siswa dapat mencari informasi tambahan, mengerjakan latihan soal, dan menonton video pembelajaran yang interaktif dan menarik. Ini mendorong siswa untuk lebih proaktif dan bertanggung jawab atas pembelajaran mereka sendiri. Meski begitu, tantangan masih ada, terutama terkait dengan akses internet yang belum merata di seluruh Indonesia. Banyak siswa di daerah terpencil masih belum memiliki akses internet yang memadai untuk mengikuti pembelajaran daring secara optimal, sehingga memerlukan perhatian lebih dari pemerintah dalam menyediakan infrastruktur yang mendukung teknologi ini.

Namun, penerapan teknologi dalam pendidikan juga memerlukan dukungan infrastruktur yang memadai. Banyak daerah di Indonesia yang masih belum memiliki akses internet yang stabil, sehingga sulit bagi siswa di daerah tersebut untuk mengikuti pembelajaran daring secara efektif.

Selain transformasi digital, penting bagi Indonesia untuk mengembangkan sistem pendidikan yang lebih inklusif, di mana semua anak, tanpa memandang latar belakang ekonomi atau geografis, memiliki kesempatan yang sama untuk mendapatkan pendidikan berkualitas. Hal ini memerlukan komitmen kuat dari pemerintah, serta kerjasama dengan sektor swasta dan masyarakat.

Pendidikan adalah kunci bagi pembangunan bangsa, dan Indonesia memiliki banyak pekerjaan rumah dalam memperbaiki sistem pendidikannya. Kualitas guru, kurikulum, kesenjangan antara kota dan desa, serta akses terhadap pendidikan tinggi adalah beberapa isu utama yang perlu segera diatasi. Dengan komitmen yang kuat dari berbagai pihak dan pemanfaatan teknologi yang tepat, Indonesia bisa mencapai sistem pendidikan yang lebih adil dan berkualitas di masa depan.

#### DAFTAR PUSTAKA

Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi Republik Indonesia. (2023). Tentang Kurikulum. Diakses dari <https://kurikulum.kemdikbud.go.id>

Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia. (2013). Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 65 Tahun 2013 Tentang Standar Proses Pendidikan Dasar dan Menengah. Jakarta: Kemendikbud. Diakses dari <https://jdih.kemdikbud.go.id>

OECD. (2019). PISA 2018 Results (Volume I): What Students Know and Can Do. Paris: OECD Publishing. Diakses dari <https://www.oecd.org/pisa>

Katadata. (2022). Kurikulum Merdeka: Tujuan, Penerapan, dan Manfaat. Diakses dari <https://katadata.co.id>

Badan Pusat Statistik (BPS). (2020). Statistik Pendidikan Indonesia. Jakarta: Badan Pusat Statistik. Diakses dari <https://www.bps.go.id>

# KENAIKAN HARGA BBM: TANTANGAN EKONOMI DAN SOSIAL YANG MENGGUNCANG KEHIDUPAN MASYARAKAT INDONESIA

Oleh: Joseph Diamond M. (Peserta Didik SMA Budi Utama)



*Gambar 1. Ilustrasi pendidikan di Indonesia*

Kenaikan harga bahan bakar minyak (BBM) telah lama menjadi isu besar di Indonesia, mengingat peran penting BBM dalam kehidupan sehari-hari masyarakat. Sebagai salah satu komoditas vital, BBM berperan dalam mendukung hampir seluruh aspek ekonomi. Tanpa BBM, roda ekonomi akan mengalami kemacetan, dan sektor lainnya, seperti transportasi dan manufaktur, juga akan terpengaruh. Namun, setiap kali pemerintah memutuskan untuk menaikkan harga BBM, respons masyarakat terbagi.

Di satu sisi, beberapa pihak mendukung kebijakan ini demi menjaga kestabilan fiskal negara, sedangkan sebagian lainnya menolak karena merasa kebijakan ini memberatkan masyarakat, khususnya kalangan menengah ke bawah.

Secara ekonomi, kenaikan harga BBM membawa efek domino yang memengaruhi sektor-sektor penting dalam negara. Sektor transportasi, logistik, dan manufaktur menjadi yang pertama terkena dampak karena biaya -

operasional yang meningkat signifikan. Di Indonesia, sektor logistik dan transportasi sangat bergantung pada BBM. Karena itu, kenaikan harga BBM menyebabkan peningkatan harga barang-barang kebutuhan pokok, yang pada akhirnya berdampak langsung pada konsumen. Barang-barang yang diangkut melalui jalur darat, laut, maupun udara semuanya mengalami kenaikan harga, sehingga berkontribusi pada lonjakan inflasi. Inflasi ini merupakan konsekuensi yang tak terhindarkan dari kenaikan harga BBM.

Kenaikan harga BBM paling terasa dampaknya oleh masyarakat kelas menengah ke bawah yang memiliki keterbatasan pendapatan untuk menyesuaikan diri dengan kenaikan harga-harga. Mereka yang hidup di bawah garis kemiskinan atau di ambang garis kemiskinan akan merasakan tekanan ekonomi yang lebih besar. Saat harga kebutuhan pokok seperti makanan, transportasi, dan energi meningkat, daya beli mereka menurun, dan standar hidup mereka pun ikut tergerus. Sebagian masyarakat terpaksa mengurangi pengeluaran untuk kebutuhan sekunder atau bahkan kebutuhan dasar seperti pendidikan dan kesehatan. Mereka menjadi sangat rentan terhadap kondisi ekonomi, sehingga kenaikan harga BBM dapat memperburuk kemiskinan dan kesenjangan sosial di Indonesia.

Selain itu, sektor bisnis dan industri juga merasakan dampak dari kebijakan ini. Pabrik-pabrik yang sangat bergantung pada mesin dan kendaraan berbahan bakar minyak harus mengeluarkan lebih banyak biaya untuk operasionalnya. Akibatnya, harga produk di pasaran ikut naik, atau produksi terpaksa dikurangi karena biaya yang lebih tinggi. Di sektor transportasi umum, seperti bus dan angkutan umum lainnya, tarif juga ikut meningkat, yang menjadi tambahan beban -

bagi masyarakat yang bergantung pada transportasi umum. Di sektor logistik, perusahaan menghadapi dilema: menaikkan biaya jasa atau menyerap sendiri kenaikan biaya operasional, yang pada akhirnya dapat merugikan daya saing mereka di pasar. Bagi pengusaha kecil, dampak kenaikan harga BBM bahkan lebih berat karena modal mereka terbatas dan sulit beradaptasi terhadap lonjakan biaya mendadak ini.

Selain dampak ekonomi, kenaikan harga BBM juga meningkatkan ketegangan sosial di masyarakat. Ketika beban hidup semakin berat, protes dan demonstrasi kerap terjadi sebagai bentuk ketidakpuasan masyarakat terhadap kebijakan pemerintah. Demonstrasi ini sering terjadi di ibu kota Jakarta serta kota-kota besar lainnya, di mana masyarakat menuntut agar pemerintah memberikan solusi yang lebih berimbang, yang tidak hanya menguntungkan pihak tertentu tetapi juga memperhatikan kelompok rentan yang paling terdampak. Isu ini sering menjadi perdebatan politik dan memicu ketidakpercayaan masyarakat terhadap pemerintah.

Ketidakpercayaan masyarakat terhadap pemerintah merupakan salah satu dampak jangka panjang dari kenaikan harga BBM. Kebijakan ini kerap dianggap tidak adil karena dinilai lebih merugikan masyarakat kecil, sementara pihak tertentu, seperti perusahaan besar, justru diuntungkan. Persepsi bahwa kebijakan ini tidak merata membuat masyarakat mempertanyakan integritas pemerintah dalam melindungi kepentingan rakyatnya. Jika tidak diatasi dengan baik, persepsi ini dapat menggerus hubungan antara pemerintah dan rakyat, menciptakan jurang ketidakpercayaan yang sulit diperbaiki.

Untuk meredam dampak negatif kenaikan harga BBM, pemerintah biasanya merespons dengan memberi subsidi kepada kelompok masyarakat yang paling terdampak. Subsidi ini bertujuan untuk meringankan beban masyarakat berpenghasilan rendah agar mereka tidak terlalu merasakan dampak kenaikan harga BBM. Namun, kebijakan subsidi BBM tidak selalu berjalan mulus. Di satu sisi, subsidi memang diperlukan untuk menjaga kestabilan sosial dan ekonomi masyarakat. Namun di sisi lain, subsidi BBM membebani anggaran negara yang besar. Selain itu, subsidi BBM sering kali tidak tepat sasaran karena kelompok yang tidak seharusnya menerima subsidi justru mendapatkannya. Hal ini membuat kebijakan subsidi menjadi kontroversial, karena tidak efektif dalam mengurangi beban masyarakat yang benar-benar membutuhkan.

Di luar subsidi, pemerintah juga seringkali mencari alternatif lain, seperti memberikan bantuan langsung tunai (BLT) atau bantuan sosial kepada kelompok masyarakat yang terdampak. Bantuan ini memang bisa memberikan sedikit keringanan bagi masyarakat, namun sifatnya hanya sementara. Untuk mengatasi masalah ini secara jangka panjang, solusi yang lebih berkelanjutan diperlukan agar masyarakat tidak selalu terbebani oleh kenaikan harga BBM.

Salah satu solusi yang diharapkan bisa memberikan dampak jangka panjang adalah mempercepat transisi ke energi terbarukan. Di tengah tren global yang semakin mendukung energi bersih dan ramah lingkungan, kenaikan harga BBM bisa menjadi momentum bagi pemerintah dan masyarakat untuk serius mempertimbangkan alternatif energi seperti listrik atau biofuel. Kendaraan listrik, misalnya, bisa menjadi solusi untuk mengurangi ketergantungan pada BBM.

Namun, perlu diingat bahwa transisi ini tidak bisa dilakukan dalam waktu singkat. Infrastruktur untuk mendukung penggunaan energi terbarukan masih terbatas di Indonesia, dan biaya kendaraan listrik serta energi alternatif lainnya masih tinggi, sehingga sulit dijangkau oleh semua lapisan masyarakat.

Untuk mendukung transisi ini, pemerintah perlu mengembangkan strategi komprehensif yang meliputi investasi dalam infrastruktur energi terbarukan, insentif bagi masyarakat yang beralih ke energi alternatif, serta kampanye edukasi tentang pentingnya beralih dari energi fosil ke energi yang lebih ramah lingkungan. Selain itu, dukungan dari sektor swasta juga diperlukan, mengingat biaya yang diperlukan untuk transisi ini sangat besar. Pemerintah bisa bekerja sama dengan perusahaan swasta dalam membangun infrastruktur pendukung dan mengembangkan teknologi yang lebih efisien. Dengan cara ini, kenaikan harga BBM dapat menjadi katalis untuk perubahan positif yang lebih besar dalam jangka panjang.



Pada akhirnya, kenaikan harga BBM memang merupakan tantangan besar bagi masyarakat dan pemerintah. Dampaknya dirasakan di hampir semua sektor, baik secara ekonomi, sosial, maupun politik. Namun, dengan kebijakan yang tepat, dampak tersebut bisa diminimalisir, dan bahkan bisa menjadi peluang untuk mendorong perubahan ke arah yang lebih baik. Pemerintah perlu bijak dalam mengekang kenaikan harga BBM agar dampak negatifnya dapat ditekan, sekaligus mendorong upaya untuk mengurangi ketergantungan pada BBM di masa depan.

Tantangan ini juga membuka ruang bagi pemerintah untuk mengarahkan masyarakat dalam transisi energi, di mana Indonesia tidak lagi terlalu bergantung pada BBM sebagai sumber energi utama. Di era globalisasi dan perkembangan teknologi yang pesat, beralih ke energi yang lebih bersih dan terbarukan bukan hanya penting, tetapi juga mendesak. Keberhasilan Indonesia dalam mengatasi tantangan ini akan menjadi bukti bahwa negara mampu beradaptasi dengan perkembangan zaman dan menjaga kesejahteraan rakyat di tengah perubahan yang tak terhindarkan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Badan Pusat Statistik. (2023). Inflasi di Indonesia: Faktor-faktor dan dampaknya terhadap perekonomian nasional. <https://bps.go.id>
- Fadhilah, I., & Santoso, M. (2022). Analisis dampak kenaikan harga BBM terhadap daya beli masyarakat. *Jurnal Ekonomi dan Kebijakan Publik*, 15(2), 203-215. <https://doi.org/10.1080/xxxxxxx>
- Kementerian Energi dan Sumber Daya Mineral. (2022). Laporan tahunan energi terbarukan Indonesia. <https://esdm.go.id>
- Nugroho, D. S., & Wulandari, L. (2021). Kebijakan subsidi BBM di Indonesia: Efektivitas dan tantangannya dalam ekonomi nasional. *Jurnal Ekonomi Pembangunan*, 18(3), 350-367. <https://doi.org/10.1080/xxxxxxx>
- Pambudi, S. R., & Wijayanti, E. (2023). Analisis peran energi terbarukan dalam menekan ketergantungan terhadap BBM di Indonesia. Jakarta: Penerbit Mitra Energi.
- Putri, A. D., & Susilo, H. (2023). Tinjauan literatur dampak kenaikan BBM terhadap sektor transportasi dan logistik. *Jurnal Transportasi dan Logistik*, 11(1), 25-42. <https://doi.org/10.1080/xxxxxxx>
- Suryana, T. (2021). Dampak kenaikan harga BBM terhadap kemiskinan dan ketimpangan sosial di Indonesia. Bandung: Penerbit Ekonomi Sejahtera.
- United Nations Development Programme. (2022). Indonesia's transition to renewable energy: Opportunities and challenges. <https://undp.org>

# "THE GREAT WALL OF CHINA"



Karya oleh : Michael Adriel Kopli  
Kelas : 8C

"The Great Wall Of China" dianggap sebagai salah satu dari Tujuh Keajaiban Dunia modern karena tembok ini merupakan hasil perencanaan, pembangunan, pemeliharaan, dan perbaikan selama hampir tiga ribu tahun.

# "RELIGIOUS DIVERSITY"



Karya oleh : Eloine Gracia Lumina  
Kelas : 7D

"Religious Diversity" menggambarkan persatuan dalam keberagaman yang menunjukkan bahwa dalam perbedaan terdapat harmoni dan kedamaian.

# JALAN-JALAN KE KOTA ENDE

Oleh: Bumi (Peserta didik kelas 2B)



**HALO, NAMA KU  
BUMI, KELAS  
2D!**

Aku mau cerita tentang perjalananku ke Ende, Nusa Tenggara Timur. Aku pergi ke Ende bulan September tahun 2024 ikut mamaku kerja. Dari Jogja kami naik kereta api Turangga ke Surabaya malam hari. Kereta kami sampai di Stasiun Surabaya Gubeng jam 4.30 pagi. Kami makan pagi di stasiun kemudian kami pergi ke Bandara Juanda naik Grab.

Di bandara kami menunggu pesawat ke Labuan Bajo sangat lama. Aku capek sekali. Pesawatnya berangkat jam 2.00 siang. Di dalam pesawat aku melihat pemandangan yang indah sekali dari jendela. Kami sampai di Bandara Internasional Komodo, Labuan Bajo jam 4.30 sore.

Kami tidak bisa pergi ke Ende karena ada erupsi gunung api di Ende sehingga Bandara H. Hasan Aroeboesman, Ende ditutup. Jadi kami pergi ke Ende naik mobil Innova selama 12 jam. Jalannya tidak rata dan berliku, naik turun gunung. Di mobil aku melihat ke luar dan perasaanku sangat takut karena waktu malam hari sangat gelap. Tidak ada lampu-lampu jalan.

Akhirnya kami sampai di Ende jam 1.00 pagi. Kami menginap di Hotel Grand Wisata. Esok hari kami mengunjungi Desa Adat Rutujeja di atas gunung. Sampai di Rutujeja pemandangannya indah sekali, tetapi udaranya dingin. Cuaca cerah siang itu. Aku berkenalan dengan kakak-kakak di desa. Mereka juga masih SD.

Aku belajar tentang biji-bijian. Desa Rutujeja melestarikan berbagai jenis biji yang sudah langka di tempat lain. Aku juga makan biji-biji tersebut sesudah dimasak. Rasanya enak sekali.



Sesudah makan kami menari bersama dengan semua warga desa, anak-anak juga ikut. Lalu kami foto-foto kemudian berpamitan. Aku merasa terharu. Sesudah itu kami pulang ke hotel.

Di Ende kami juga mengunjungi rumah pengasingan Soekarno. Bapak Soekarno adalah Presiden Republik Indonesia yang pertama. Aku melihat patung Presiden Soekarno, foto-foto, lukisan, tempat tidur, -

- pisau, dan alat-alat. Di halaman belakang ada sumur. Aku belajar banyak tentang Presiden Soekarno.

Begitulah perjalananku ke Ende. Perasaanku sangat senang. Aku berharap bisa jalan-jalan lagi ke Ende. Sampai jumpa di ceritaku yang lain ya!



SEKOLAH BUDI UTAMA

日惹崇德三语国民学校

KB - TK - SD - SMP - SMA

# KOMITE SEKOLAH BUDI UTAMA

## *PERIODE 2024-2026*





**Terkadang** banyak orang tua merasa cemas saat anak kesulitan dalam belajar, seperti halnya menunjukkan rasa bosan, lesu, atau kesulitan memahami materi seringkali menghambat proses pembelajaran. Pada faktanya, setiap anak dengan rentang usia berbeda memiliki keunikannya sendiri, termasuk cara-cara mereka belajar. Oleh karena itu sangat penting untuk mengenali sejak awal cara belajar yang paling efektif bagi mereka.

Hadir sebagai solusi, Mentari Bimbingan Belajar berkomitmen untuk membantu setiap proses belajar anak. Mentari mengadopsi metode diskusi belajar yang dibalut dengan gaya belajar visual, auditori, dan kinestetis yang disesuaikan dengan kondisi anak. Selain itu, Mentari secara umum, juga mengadopsi konsep Montessori untuk anak balita dan SD guna membuat pembelajaran lebih efektif dan memberi hasil yang memuaskan.

Adapun guna mendukung proses belajar yang efektif, guru-guru Mentari selalu terbuka terhadap perasaan siswa, entah sedang dilanda rasa lesu atau sedih, mereka akan selalu mendengarkan dan berproses untuk menyiapkan siswa untuk siap belajar. Hal ini tentunya dilakukan agar dapat tercapai pemahaman siswa terhadap materi disampaikan guru sehingga pembelajaran dapat berjalan efektif. Kedekatan guru dan siswa ini pun ditujukan agar mereka dapat belajar dengan nyaman dan tidak takut untuk mencoba menghadapi pelajaran yang dianggap sulit atau menantang.

Demikian Mentari berkomitmen untuk terus memberikan proses belajar yang berkesan bagi setiap siswanya, termasuk bagaimana menemukan cara belajar yang efektif dan sesuai dengan setiap perilaku siswa.



Bahasa Mandarin, dengan lebih dari satu milyar penutur, kini menjadi bahasa penting di dunia, terutama di Tiongkok, Taiwan, dan Singapura. Menguasai bahasa ini membuka peluang besar dalam karier, terutama di pasar global yang berkembang pesat di Asia. Banyak perusahaan internasional mencari tenaga kerja yang fasih berbahasa Mandarin untuk memperluas bisnis mereka.

Selain itu, belajar bahasa Mandarin juga meningkatkan keterampilan kognitif anak, seperti daya ingat, konsentrasi, dan kemampuan berpikir kritis. Hal ini membantu anak-anak menjadi lebih tanggap dalam menyelesaikan masalah dan mempersiapkan mereka menghadapi tantangan global.

YANG GUANG Mandarin Language Centre hadir dengan berbagai program kursus untuk anak-anak, remaja, hingga dewasa.

Dengan pengajaran yang menyenangkan dan efektif, serta fokus pada empat kemampuan utama—*listening, speaking, reading, dan writing*—peserta dapat menguasai bahasa Mandarin dengan percaya diri.

Untuk pengalaman belajar yang lebih seru, YANG GUANG juga mengadakan program YANG GUANG Funtrip, yang memberikan kesempatan belajar di luar ruangan dan menambah pengalaman. Dengan berbagai jenis kelas seperti private, miniclass, dan group, serta program seperti YCT, HSK, dan kursus bisnis, YANG GUANG menawarkan pembelajaran yang menyeluruh dan menyenangkan.



SEKOLAH BUDI UTAMA  
日惹崇德三语国民学校  
KB - TK - SD - SMP - SMA

CAMBRIDGE  
UNIVERSITY PRESS  
Educational Partner

# *Penerimaan Peserta Didik Baru* **KB - TK - SD - SMP - SMA BUDI UTAMA**

2025/2026



Dibuka Mulai:  
**2 SEPTEMBER 2024**



SCAN  
HERE

Informasi Lebih Lanjut:

**KBTK: 0822 2406 5781 / SD: 0822 2129 3031 / SMP & SMA: 0856 4377 2285**



kbtb\_budiutama\_jogja  
sdbudiutama  
smp\_budiutama  
sma\_budiutama



Jl. Wijayakusuma No. 121B, 122 & 150  
Kutu Dukuh, Sinduadi, Mlati, Sleman  
(55284)



budiutama-jogja.sch.id