EDISI 39 / STMY-PABK / XXV / 23

Buletin Benih Kasih

WISMA BUNDA TERESA

PAROKI ST. MARINUS YOHANES
Jl. Madya Gading Pantai 2 - Kenjeran - Surabaya - 60121
Telp. : 031-38933897 | **WA :**085104677662

Persiapan anak-anak PABK (kiri) sebelum bertugas menjadi misdinar bersama RD Agustinus Ryadi (tengah) di Sakristi, Gereja Paroki St. Marinus Yohanes. (Foto : Fransiska MD)

Perkuat Fondasi Iman Kaum Muda Katolik Melalui Pelayanan Sepenuh Hati

***Surabaya** - Suara dentang lonceng menandakan misa segera dimulai, Romo beserta misdinar dan petugas memasuki altar gereja. Lima orang anak Panti Asuhan Benih Kasih (PABK) terlihat antusias saat bertugas menjadi misdinar dalam misa sore yang dipimpin RD Agustinus Ryadi , Minggu (10/9/2023).*

Dalam rangka menyambut perayaan hari ulang tahun (HUT) Paroki St. Marinus Yohanes ke-27 pada 25 Oktober 2023 mendatang, anak-anak Panti Asuhan Benih Kasih (PABK) sedang mempersiapkan persembahan spesial sekaligus terlibat aktif dalam pelayanan gereja. Sebanyak 18 anak PABK terlibat dalam berbagai kegiatan pelayanan gereja di Paroki St. Marinus Yohanes. Salah satu bentuk pelayanan rutin yang dilakukan, yaitu bertugas menjadi misdinar atau biasa juga disebut putra-putri altar. Keikutsertaan mereka dalam pelayanan gereja bertujuan untuk memupuk rasa tanggung jawab, kedisiplinan, dan pelayanan sepenuh hati.

"Semua anak binaan di PABK wajib menjadi misdinar. Selain itu, mereka juga aktif dalam kegiatan pelayanan yang lain, seperti paduan suara dan Orang Muda Katolik (OMK). Hal ini menjadi penting karena nantinya mereka-

No. Rek PABK berganti menjadi:
Rek. **BCA** Cab. Babatan Pantai **506 032 8228**
a.n. **Gusti Ketut Prihatmono** - Selvyna Thia

lah yang menjadi masa depan gereja. Oleh karena itu, mereka perlu dipersiapkan melalui kegiatan pelayanan di gereja yang merupakan dasar dan kekuatan fondasi iman, sehingga akan muncul benih-benih panggilan sebagai pengikut Yesus Kristus," ujar Bruder Petrus Kopong, CSA selaku pendamping PABK.

Bruder Petrus memberikan contoh sosok alumnus PABK yang terpanggil menjadi pengikut Yesus Kristus dan melayani gereja, yaitu RD. A. Yoesi Prasetya Nada yang telah menerima tahbisan imamat pada 7 September lalu. Ia menyampaikan bahwa seluruh pembina dan pengurus PABK turut mendukung berbagai kegiatan di Paroki St. Marinus Yohanes guna menumbuhkan iman dan panggilan hidup anak-anak.

Selama ini pembina atau pengurus PABK selalu berkoordinasi dengan koordinator gereja terkait undangan kegiatan OMK maupun jadwal tugas pelayanan di gereja. Biasanya kegiatan OMK diikuti oleh kaum muda Katolik serta anak-anak PABK. *Sharing* kitab suci dan berdoa rosario merupakan kegiatan yang sering dilakukan mereka.

Bruder Alfianus Nalang, CSA selaku pendamping PABK menambahkan, bahwa pelayanan di gereja merupakan cara untuk lebih dekat dan mengenal Yesus Kristus lebih dalam. Tidak hanya mengenal melalui sabda yang didengarkan setiap hari, tetapi juga dilakukan melalui kegiatan pelayanan yang melibatkan Yesus Kristus, sehingga bisa benar-benar belajar menjadi pengikut-Nya yang setia.

Pelayanan yang dilakukan anak-anak PABK bisa menjadi teladan untuk memotivasi kaum muda gereja. Hal itu senada dengan keinginan Padre Tio Teras Borneo, satu dari sekian anak PABK yang mengaku menikmati tugas pelayanan di Paroki St. Marinus Yohanes. Ia bercerita, selain mengenal Yesus Kristus, dirinya juga bisa mengenal dan dikenal umat gereja.

Menurut Teras, sapaan akrab siswa kelas 11 SMKK St. Louis Surabaya ini merasa, kegiatan pelayanan OMK di Pacet adalah momen paling berkesan yang pernah ia ikuti. Beberapa bulan lalu, ia dan teman-teman OMK mewakili Paroki St. Marinus Yohanes berkesempatan mengunjungi masyarakat kurang mampu untuk memberikan semangat dan bertukar cerita hidup.

"Semoga dengan perayaan hari ulang tahun (HUT) ke-27 Paroki St. Marinus Yohanes nanti, semakin banyak kaum muda terpanggil dalam kegiatan pelayanan di gereja. Jangan hanya aktif di media sosial, tetapi juga aktif dalam kehidupan sosial yang sesungguhnya. Semoga mereka sadar bahwa gereja juga sedang membutuhkan kita," pesan Teras. (Fransiska MD)

Padre Tio Teras Borneo, Frederix Dirli Mena, Laurensius Luinak, Marianus Rifki Biomau, dan Archidius Bria (kiri-kanan) bertugas menjadi misdinar di Paroki St. Marinus Yohanes. (Foto : Fransiska MD)

"Doa dalam tindakan adalah cinta, cinta dalam tindakan adalah pelayanan."
- Bunda Teresa

INGIN RAJIN BELAJAR DAN BANGGAKAN KELUARGA

***Surabaya** - Tak pernah terpikirkan di benak Michael Eriano untuk melanjutkan pendidikan di Surabaya setelah kelulusannya dari SMPK Bukit Raya, Serawai, Kalimantan Barat. Remaja kelahiran 27 Mei 2008 ini mendapat informasi dan tawaran untuk melanjutkan sekolah di Kota Surabaya dari guru pembinanya. Setelah menjalani sejumlah tes dan dinyatakan lulus, Michael Eriano atau biasa disapa Eri ini memberangkatkan diri ke Surabaya.*

Mengambil Jurusan Teknik Permesinan di SMKK St. Louis Surabaya mengharuskan Eri belajar banyak hal terkait mesin kendaraan. Banyak hal baru yang mesti dia pelajari selama berada di sekolah maupun di Panti Asuhan Benih Kasih (PABK). "Yang pasti harus beradaptasi dengan budaya dan kebiasaan di Surabaya, terutama bahasanya yang banyak memakai bahasa Jawa," ujar Eri.

Eri terkadang masih merindukan kampung halamannya, meski kagum dengan kondisi Kota Surabaya yang maju dan berkembang. Ia sering berbagi cerita bersama tiga temannya yang sama-sama berasal dari Serawai untuk melepas rasa kangen akan daerah asalnya. Masalah bahasa dan cuaca yang berbeda dengan di Serawai, membuat Eri belajar untuk beradaptasi. "Di sini udaranya panas, kalau di kampung kan dingin," jelas Eri.

Tidak banyak kendala bagi Eri dalam menjalani hidup di Surabaya, baik dalam aktivitas belajar di sekolah maupun saat tinggal bersama teman-teman di PABK. Bahkan, ia merasa bersyukur dapat belajar di Surabaya dan bertemu banyak teman dari berbagai daerah dengan latar belakang yang berbeda.

Penyuka masakan daun singkong ini bercita-cita menjadi polisi setelah lulus sekolah nanti. Bungsu dari 4 bersaudara yang sekarang aktif sebagai Putra Altar Paroki St. Marinus Yohanes, Kenjeran, berharap dapat menjalankan tugasnya sebagai pelajar dengan baik, dan meraih hasil yang dapat dibanggakan. "Harus bisa belajar dengan baik, sekolah dengan rajin agar meraih hasil yang baik pula," tegas Eri. (Petrus Riski)

Foto : Petrus Riski

Menekuni Hobi untuk Masa Depan

Oleh: Jotha Rizki Riquelme

Namaku Jotha Rizky Riquelme, seorang siswa kelas XII SMKK Mater Amabilis Surabaya. Panti Asuhan Benih Kasih (PABK) Surabaya telah menjadi tempat tinggalku semenjak lulus dari SMPK Yohanes Gabriel Blitar. Tante yang merupakan anggota suster SSpS-lah yang mengenalkanku pada tempat ini.

Sejak kecil, kondisi keluarga mengharuskanku untuk hidup mandiri. Hal itu perlahan mengenalkanku akan tata boga dan jatuh hati padanya. Dulu waktu TK, mama pernah mengajariku masak nasi goreng. Saat memasuki sekolah dasar, aku harus lebih mandiri. Hobiku yang suka memasak ini ternyata meringankan pekerjaanku di rumah.

Selama di PABK, aku mendapat banyak pengalaman baru, baik kegiatan di panti maupun di sekolah. Di sini kami diajari hidup mandiri dengan melakukan piket harian membersihkan rumah dan lingkungan. Tidak hanya itu, kerohanian kami juga ditingkatkan melalui doa dan ibadah setiap hari.

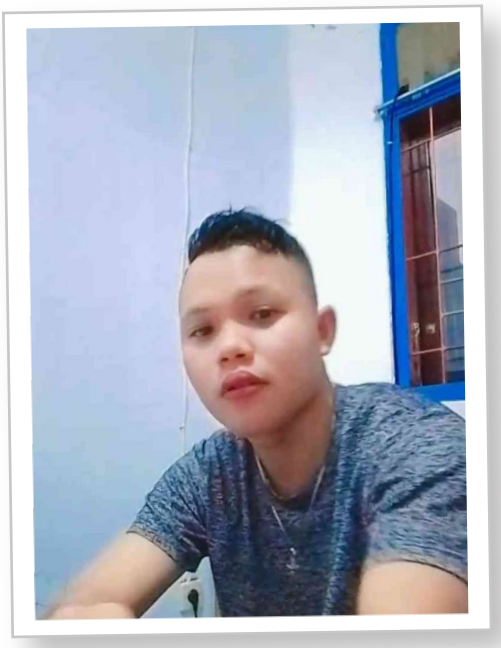
Sehari-hari aku mengayuh sepeda ke sekolah dengan jarak tempuh yang cukup jauh, tetapi hal itu tidak menurunkan semangatku untuk mencari ilmu. Semua itu tak jadi persoalan karena sejak kecil bersepeda ke sekolah sudah menjadi kebiasaanku. Kegiatan belajar yang tidak bisa lepas dengan keberadaan teknologi di era digital seperti sekarang tak membuatku merasa sulit, PABK telah menyediakan fasilitas komputer yang membantuku dan teman-teman di sini mengerjakan tugas-tugas sekolah.

Melakukan beragam hobi bila tidak dilakukan dengan sepenuh hati tak akan meningkatkan kemampuan kita, seperti halnya dengan proses memasak. Rasa masakan yang dihasilkan akan sesuai dengan perasaan hati si pemasak. Memasak yang baik harus pakai hati, agar masakan bisa memuaskan, sebaliknya bila memasak tidak pakai perasaan, atau sedang dalam perasaan kurang baik, maka hasil masakannya juga akan berbeda.

Semua proses hidup yang dijalani dengan sungguh-sungguh akan membawa kita menuju keberhasilan. Jadi, semua hal yang dirasa sulit hendaknya tidak dihiraukan, dan hanya fokus pada tujuan akhir. Meski proses itu tidak enak atau sulit, kalau mau menggapai cita-cita harus maju terus, pasti bisa.

Diriku, penyuka masakan pecel dan sop buntut ini berharap, ketika lulus nanti bisa segera mendapat kerja atau punya usaha sendiri. Perjalanan hidupku bukanlah sekedar proses kehidupan yang biasa. Kuyakini ini adalah jalan Tuhan. Dia ingin diriku meraih masa depan yang cerah dan berguna bagi orang sekitar. Kuharap, proses hidup ini menjadikanku lebih dekat dengan-Nya dan membalas berkat yang selama ini Ia berikan padaku lewat perjuanganku menggapai masa depanku.

Foto : Petrus Riski



Kristoforus Yunio

Tetap Berjuang Jalani Hidup, Meski Tak Punya Keluarga Sedari Kecil

Tak semua orang bisa menjalani peran ganda, hidup sebagai pekerja sekaligus mahasiswa. Berjuang untuk sekedar makan sehari-hari dan membiayai studi, semakin menambah beban hidup sehari-hari, ditambah lagi dengan kondisi hidup seorang diri.

Terkadang, hidup membuat kita tidak bisa memilih. Sejak lahir, Kristo tidak mengenal orang tuanya. Ia tidak bisa memilih terlahir dari keluarga yang ia kehendaki. Seiring waktu, Kristo memilih untuk menerima kenyataan pahit, di mana ia ditinggalkan kedua orang tuanya sejak berumur 11 hari.

Kenyataan hidup ini membuat hatinya terluka karena merasa ditinggalkan. Sampai sekarang, kelahiran Juni 1997 ini masih ingin mengenal siapa kedua orang tuanya. Namun, ia perlahan-lahan mencoba berdamai dengan keadaan dan memasrahkan hidup sepenuhnya pada Tuhan.

Sejak kecil, Kristoforus Yunio yang juga alumnus Panti Asuhan Benih Kasih (PABK) ini diasuh oleh Sr. Viktoria Mayabubun, TMM yang sudah ia anggap sebagai orang tuanya. Suster yang sudah dua puluh tahun merawatnya kini sudah tiada dan kembali ke pangkuan Bapa pada Mei 2022 lalu. Hal ini menambah kesedihan Kristo. Saat ini, Kristo mengaku tidak memiliki siapa-siapa. "Jika ada masalah dalam hidup, tidak ada yang bisa saya hubungi karena saya sudah tidak punya keluarga," ungkapnya.

Meski demikian, Kristo berusaha hidup mandiri dalam kesendiriannya. Ia mengisi kesehariannya dengan bekerja sebagai admin di salah satu PAUD Yayasan Katolik di Manokwari, Papua Barat. Hampir 5 tahun ia bekerja di sana untuk membiayai studinya yang saat ini sudah berada di tahap akhir.

Mahasiswa Jurusan Teknologi Informasi di STMIK (Sekolah Tinggi Manajemen Informatika Komputer) Kreatindo Manokwari ini mengaku, telah menerima dua tawaran kerja sejauh ini. Satu di IKIP Budi Utomo Malang dan satu di PT. Gunung Mas Group. Ia berharap dengan perjuangan kerasnya melanjutkan studi dapat berbuah manis untuk karirnya ke depan.

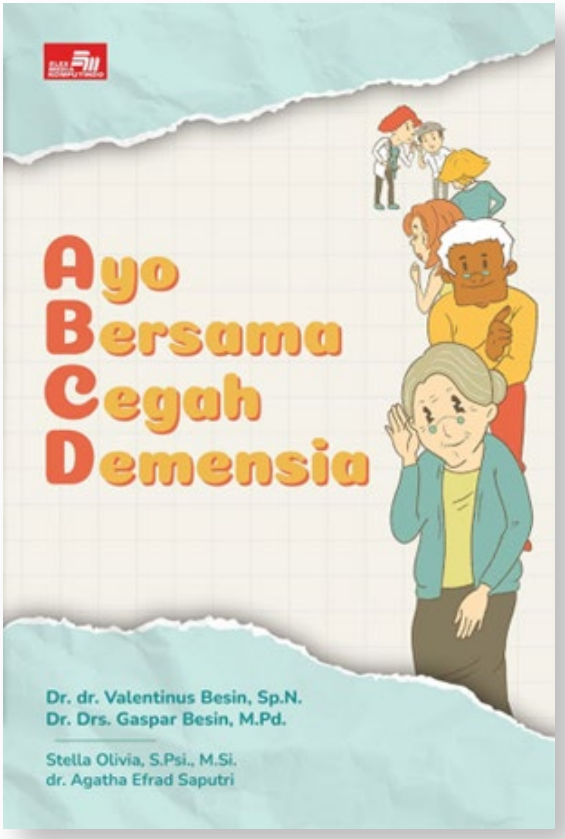
Keberhasilan Kristo juga tidak terlepas dari peran tempatnya dulu bersekolah. Alumnus angkatan pertama ini merasa bersyukur telah menempuh pendidikan selama 8 tahun, dari kelas 5 SD hingga SMK di PABK. “Saya sekolah sejak 5 SD sampai SMK, waktu SMK saya ambil jurusan Teknik Kendaraan Ringan Otomotif,” tuturnya.

Selama 8 tahun itu, penyuka musik ini mendapat pelajaran hidup yang sampai sekarang ia bawa ke tempat kerja dan kuliahnya. “Dulu waktu saya tinggal di panti, saya belajar banyak hal, mulai dari keakraban, pelayanan, kedewasaan berpikir dan kedisiplinan. Hal itulah yang saya bawa sampai sekarang,” jelasnya.

Umat Paroki Immanuel Sanggeng Manokawari ini mengaku, sampai sekarang masih aktif berkomunikasi dengan alumni seangkatannya. Tak terasa sudah hampir 15 tahun PABK berdiri, dan persabatan mereka yang bermula sejak 2008 ini masih terus berlanjut hingga sekarang. Kehadiran teman-temannya kini menjadi harapan bagi Kristo untuk tetap menjalani hidup, dan memiliki mereka sebagai keluarga baru. Semoga, PABK terus menjadi karya Tuhan yang menyelamatkan seperti harapan pendirinya, Rm. Willibrordus Murdani, CM. (Maria)

Kenali Penyakit DEMENSIA Sejak Dini

> *Saat usia muda kewajiban kita adalah melakukan pencegahan sedini mungkin. Jika ada gejala gangguan kognitif seperti masalah memori, bahasa, dan konsentrasi harus segera dibawa ke dokter spesialis neurologi. Bukan hanya obat-obatan yang diperlukan, tetapi partisipasi keluarga maupun kerabat dalam terapi non obat-obatan (nonmedikamentosa) juga berperan penting dan banyak membantu penderita demensia.*
>
> Dr. dr. Valentinus Besin, Sp.N.



***Surabaya** - Masyarakat harus semakin peduli pada kesehatan diri sendiri maupun sesama, deteksi dini menjadi langkah yang bijak untuk mencegah terjadinya penyakit yang tidak diinginkan. Perilaku dan pola hidup tidak sehat rupanya bisa menjadi pemicu berbagai macam penyakit, termasuk demensia. Demensia yang dikenal sebagai penyakit pada lansia, ternyata bisa diderita oleh seseorang di usia produktif. Lalu, bagaimana cara mendeteksi dan mencegah demensia?*

Menurut Dr. dr. Valentinus Besin, Sp.N. selaku dokter spesialis neurologi Rumah Sakit Premier Surabaya, demensia adalah kumpulan gejala dari kemunduran fungsi kognitif yang mengakibatkan terganggunya aktivitas hidup dan interaksi sosial. Penderita demensia cenderung mengalami kondisi penurunan fungsi kognitif seperti hilangnya kemampuan daya ingat, bahasa, konsentrasi, dan banyak yang lain. Gejala awal demensia bermacam-macam tergantung dengan jenisnya.

"Demensia bukan hanya gangguan memori atau pikun saja. Masyarakat perlu mengetahui jika Alzheimer merupakan salah satu jenis demensia. Jadi, jika terkena demensia belum tentu Alzheimer," ujarnya.

Penyakit demensia umumnya terjadi pada para lansia. Namun faktanya, seseorang yang berusia 65 tahun ke bawah juga bisa mengalami demensia. Munculnya penyakit demensia disebabkan oleh dua faktor utama, yaitu kerentanan genetik (faktor yang tidak dapat dimodifikasi) dan sejumlah penyakit tertentu, seperti trauma kepala hingga gangguan pendengaran (faktor risiko yang dapat dimodifikasi).

Dokter Valentinus menghimbau agar masyarakat tidak perlu panik jika ada anggota keluarga yang menderita demensia. Tindakan awal yang perlu dilakukan adalah konsultasi dengan dokter spesialis neurologi untuk mendapat diagnosis dan saran terapi. Penyakit demensia yang tidak terdeteksi dapat mengakibatkan demensia stadium lanjut. Kondisi ini biasa disebut dengan *Behavioral and Psychological Symptoms of Dementia* (BPSD), yaitu munculnya gejala halusinasi (seperti melihat hantu), marah, teriak, dan gelisah pada penderita.

"Jika terjadi kondisi seperti itu, jangan membawa penderita ke paranormal atau dikurung sendiri di kamar. Mereka bukan kerasukan roh jahat, melainkan membutuhkan peran aktif dari keluarga dan dokter spesialis neurologi untuk menangani demensia," jelasnya.

Dosen Fakultas Kedokteran Universitas Surabaya (Ubaya) ini menyampaikan bahwa ada beberapa cara yang dapat dilakukan untuk mencegah atau mengurangi risiko penyakit demensia sejak usia muda, dewasa, bahkan lansia. Salah satunya adalah dengan rajin berolahraga dan membaca. Ia menyarankan kepada masyarakat yang ingin mengetahui lebih dalam terkait demensia bisa membaca buku "Ayo Bersama Cegah Demensia (ABCD)". Buku tersebut akan memberikan informasi lebih detail mengenai pencegahan demensia melalui modifikasi sejumlah perilaku, gaya hidup, dan cara mengobati penyakit sejak dini.

Dokter Valentinus menambahkan, upaya pencegahan demensia bagi remaja atau kawula muda bisa dimulai dari menghindari trauma kepala, memperluas wawasan dengan membaca, dan mempelajari bahasa bilingual. Sedangkan dewasa muda bisa menggunakan waktu secara bijak, tidak merokok, deteksi dan obati sejumlah penyakit yang diderita, seperti kencing manis, tekanan darah tinggi, dan berbagai macam penyakit lainnya. Jangan ragu bagi para lansia untuk melakukan deteksi dini jika mengalami gangguan pendengaran dan segera berobat ke dokter spesialis THT-KL (telinga, hidung, tenggorok, kepala, dan leher).

"Yuk, semua orang dari usia berapa pun ikut gerakan 'Ayo Bersama Cegah Demensia' dengan deteksi dini pada diri sendiri maupun orang sekitar, terutama anggota keluarga kita," pungkas Dokter Valentinus. (Fransiska MD)

No. Rek PABK berganti menjadi:
Rek. **BCA** Cab. Babatan Pantai **506 032 8228**
a.n. **Gusti Ketut Prihatmono** - Selvyna Thia

Cakap Digital, Upaya Mencegah Penyebaran Hoaks

Surabaya *- Salah satu dampak negatif dari perkembangan teknologi informasi di era saat ini adalah banjirnya informasi. Tsunami informasi ini akhirnya menimbulkan kebingungan di tengah masyarakat dalam menentukan benar salahnya informasi.*

Kabar bohong atau hoaks telah menjadi ancaman serius di era digital masa kini. Tidak sedikit masyarakat, selaku pemakai teknologi terjerumus ke dalam lautan informasi palsu yang bisa mengancam kehidupan pribadi dan sosial. Media sosial kini telah menjadi tempat persemaian yang subur bagi kabar bohong, terlebih bagi mereka yang mudah termakan berita palsu karena minimnya literasi.

Frida Kusumastuti, Dosen Komunikasi dan aktivis Paguyuban Ekosistem Informasi Sehat (PESAT) Jawa Timur menyatakan bahwa berita hoaks yang banyak beredar di masyarakat merupakan informasi yang tidak sehat. Menurutnya, ciri informasi yang sehat ditandai dengan adanya fakta dan kebenaran.

"Informasi yang tidak sehat itu dibangun jauh dari fakta dan kebenaran. Informasi yang seragam membuat masyarakat tidak mendapat pandangan beragam dari konten, sehingga *view* masyarakat hanya terkotakkan pada satu jalur itu," terang Frida.

Rendahnya literasi digital masyarakat Indonesia menjadi salah satu penyebab mudahnya penyebaran hoaks. Kemajuan teknologi informasi yang ada saat ini belum dimaknai dan dimanfaatkan untuk kebaikan, tetapi justru dipergunakan sebagai alat penyebaran hoaks dan ujaran kebencian. "Literasi digital menjadi salah satu cara untuk menangkal atau mengantisipasi penyebaran informasi palsu atau hoaks di tengah masyarakat," ujar Frida.

Koordinator Wilayah Masyarakat Anti Fitnah Indonesia (MAFINDO) Surabaya, Yohanes Adven Sarbani mengajak masyarakat untuk cakap digital sebagai upaya menghindarkan diri dari ancaman hoaks.

Beberapa langkah yang dapat dilakukan untuk mendeteksi hoaks antara lain, selalu berhati-hati dengan judul berita atau informasi yang sensasional dan provokatif; cermati alamat situs yang menjadi penyebar informasi atau berita; periksa fakta terlebih dahulu dengan cek silang di beberapa situs berita resmi maupun dari pemerintah; gunakan sarana periksa fakta yang dimiliki Mafindo seperti **cekfakta.com** dan **turnbackhoax.id**, serta **chatbot Kalimasada** di **085921600500** untuk mengecek keaslian berita, foto maupun video; serta selalu berpikir kritis dan skeptis terhadap informasi yang diterima.

"Intinya jangan mudah percaya dengan berbagai informasi yang beredar di dunia maya atau ranah digital, karena saat ini semua informasi palsu itu mudah sekali dibuat," kata Adven. Penemuan informasi palsu oleh Tim Litbang Mafindo sendiri selama kuartal I tahun 2023 mencapai 664 hoaks, sedangkan Kementerian Komunikasi dan Informatika menemukan lebih dari 11.000 konten hoaks sejak periode Agustus 2018 hingga Mei 2023.

Adven berharap, semua elemen masyarakat semakin cakap dan bijak dalam menggunakan teknologi informasi khususnya media sosial, agar tidak menjadi korban maupun secara tidak sadar turut menyebarkan hoaks.

"Saat menerima informasi jangan terburu-buru untuk menyebarkannya, tapi pikirkan dan cek terlebih dahulu. Literasi digital ini akan mengurangi kecepatan penyebaran hoaks, khususnya mendekati tahun politik yang potensi hoaksnya akan sangat tinggi," tandasnya. (Petrus Riski)