



CATATAN
HATI

Apri

2



CATATAN HATI APRI 2

- Apri Kuncoro -

Penulis: Apri Kuncoro

Editor: Apri Kuncoro

Penata Letak: Ilham

Desain Sampul: Ilham

QRCCN: 62-3839-5754-688

Ukuran Buku: 14,8x21 cm

Diterbitkan Agustus 2024

Diterbitkan Oleh Penerbit Mumtaz Cirebon

Karang Wareng, Cirebon, Jawa Barat

Instagram: mumtazcrb.id

WhatsApp: 083821277148

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

Dilarang mengutip atau memperbanyak sebagian atau keseluruhan buku tanpa izin tertulis dari Penulis dan Penerbit.

Kata Pengantar

Alhamdulillah sungguh bersyukur pada Allah Subhanahu Wa Ta'ala. Karena atas kasih sayang berlimpah, sehingga bisa menyelesaikan buku solo perdana bersama Penerbit Mumtaz Publisher. Shalawat salam senantiasa tercurah kepada suri tauladan sepanjang zaman Nabi Muhammad Shallallahu Alaihi Wasallam. Beserta keluarga beserta para sahabat serta syafaatnya yang selalu dinantikan. Judul "Catatan Hati Apri 2 (Ragam Cerita Tertuang Dari Hati). Judul tersebut sengaja saya pilih karena memang buku ini berisi tentang catatan-catatan kehidupan yang harus diabadikan karena memiliki kesan tersendiri. Ini seperti album foto berpadu dengan tulisan yang suatu saat bisa menjadi sarana nostalgia dan oengobat kerinduan.

Kebumen, 23 Agustus 2024

Penulis

Apri Kuncoro

C.PSA, C.SDM, C.WS

Ucapan Terima Kasih

Bismillah



Hanya terima kasih sekaligus selaksa doa yang mampu saya lantunkan. Pertama ucapan terima kasih ini, tertuju pada Allah Subhanahu Wa Ta'ala, karena berkat Pertolongan dan kasih-Nya saya diberi kesanggupan untuk menyelesaikan naskah ini. Kedua untuk keluarga terkhusus orang tua yang tidak berhenti memberi motivasi. Agar saya tetap bisa terus konsisten menulis dalam setiap keadaan. Ketiga untuk para saudara, sahabat, dan orang-orang yang begitu tulus mendukung perjuangan literasi. Baik secara daring dan

luring. Keempat terima kasih untuk tim Penerbit Mumtaz Publisher yang telah bekerja keras menyelesaikan proses penerbitan buku ini, apalagi dengan menghadirkan paket promo kemerdekaan sehingga catatan harian saya bisa diabadikan dengan tampilan cantik dan rapi. Sukses selalu untuk Mumtaz Publisher semakin dicintai penulis seluruh Indonesia. Sehat-sehat dan berkah selalu untuk seluruh tim redaksi

Barakallah

Salam Literasi dan Salam Inklusi.

Daftar Isi

Kata Pengantar	4
Ucapan Terima Kasih	5
Daftar Isi	7
Kenapa Aku Menulis	9
Aku Dan Rumahku	12
Soto Gombong Buatan Bapak	15
Jajan Minggu Pagi	18
Aneka Makanan Favorit	21
Apresiasi Para Ibu Tangguh	24
Webinar Bersama AWI 30DJ7 Bagian 1	27
Autentik Rasa Masakan Rumah	30
Memaknai Hari Anak Nasional 2024	33
Hari Kebaya Nasional 2024	36
Hidangan Pemersatu	39



Ragam Hidangan Musim Pancaroba	42
Orang Tuaku Inspirasiku	46
Kenapa Aku Berwisata Ke Laut	50
Ragam Makna Kehidupan	53
Disabilitas Berkarya Mendunia (Kreativitas Tanpa Batas)	55
Biodata Penulis	57

Kenapa Aku Menulis ...



Alhamdulillah aku sangat bersyukur kepada Allah Subhanahu Wa Ta'ala Tuhan Semesta Alam. DIA memberikanku takdir kehidupan menjadi penyandang tuna daksa. DIA pula dengan Kuasa-Nya memberikan jalan agar perasaan dan pikiranku bisa tetap tenang dan stabil selain berdoa dan beribadah. Aku berterima kasih teramat sangat Pada-Mu Ya Allah, atas kehadiran rasa tertarik untuk menulis. Setiap hal yang aku alami bisa

aku ungkapkan lewat tulisan, tanpa harus mencari orang-orang tertentu untuk berbagi. Hanya Engkau Ya Allah, bapak, ibu, dan rombongan sanubariku tempat ternyamanku membagi setiap rasa.

Ya Allah tetap Engkaulah yang utama paling memahami isi hati setiap hamba-hamba-Mu. Berikanlah aku kekuatan untuk tetap istikamah berada di jalan kebenaran dan mengabadikan segala hal melalui tulisan. Aku menulis karena ingin berbagi rasa dan pengalaman. Aku menulis karena ingin membagi hal positif salah satunya ilmu pengetahuan yang aku pelajari. Aku menulis karena aku ingin bermanfaat selama napas masih di kandung badan.

Jika ada seseorang yang bisa berubah menjadi lebih baik setelah membaca tulisanku, aku lebih bahagia dan semangat dengan rasa syukur semakin meningkat. Jika belum ada maka aku akan tetap menuliskan kebaikan dengan semangat membara pula. Jika ada rezeki datang dari hasil aku menulis itu adalah bentuk kasih sayang Allah Subhanahu Wa Ta'ala..

Dalam Alquran Surat Al-Insyirah ayat 5 dan 6 Allah

Subhanahu Wa Ta'ala telah menegaskan : "Bersama kesulitan itu pasti ada kemudahan. Sesungguhnya bersama kesulitan itu pasti ada kemudahan. Pernyataan sampai diulang 2x dan aku sangat percaya terhadap janji-Nya.

Maka ayo semangat bersama menyuarakan dan berbagi kebaikan melalui tulisan.

Aku Dan Rumahku



Sejak kecil aku lebih banyak menghabiskan waktu di rumah. Setiap aktivitas mulai dari belajar, bermain, dan melakukan beberapa hobi semuanya serba dari rumah. Aku memang penyandang disabilitas daksa sejak lahir, karena prematur usia 7 bulan, kemudian mengalami

keterlambatan berjalan sampai akhirnya belum bisa berjalan dengan sempurna sampai detik ini, tanpa adanya alat bantu. Aku anak rumahan tapi bukan berarti orang tuaku dan seluruh anggota keluarga membatasi kegiatan. Semasa sekolah aku cukup aktif menjadi pengurus kelas di bidang rohani islam dan mengikuti beberapa ekstrakurikuler (tartil Qur'an dan rebana). Aku cenderung lebih banyak di rumah, Alhamdulillah seluruh sahabat dan teman sangat memahami kondisiku.

Dari kecil hingga saat ini, semua sahabat dan temanku sering berkunjung ke rumah. Apalagi jika ada libur panjang. Aku mengisi liburan bersama mereka dengan bermain game nintendo, game komputer, dan berkreasi membuat makanan. Anak rumahan bukan berarti pendiam total dan tidak bisa bersosialisasi. Kemampuan anak untuk bersosialisasi sangat tergantung dari bagaimana cara orang tua saat mendidik, teman sepermainan, dan cara berkomunikasi. Setiap keluarga mempunyai cara masing-masing untuk membentuk kepribadian anak.

Bagiku rumah adalah tempat ternyaman kembali

dari segala hiruk pikuk pekerjaan. Rasa lelah akan sirna seketika, melihat senyuman diseluruh anggota keluarga terutama ibu dan bapak. Di rumah aku bisa melakukan setiap pekerjaan dengan lebih tenang dan fleksibel.

“Ciptakanlah rumah indah dan nyaman agar terbentuk keluarga damai harmonis dan bahagia.,”

Terima kasih untuk setiap keluarga yang menyediakan rumah ternyaman bagiku dan bagi orang lain yang sedang membutuhkan rumah untuk kembali bercerita menumpahkan ada dari segala bentuk dinamika kehidupan. Ada rumahku tercinta, SLB Putra Manunggal Gombong, Rumah Inklusif Kebumen, Sahabat Disabilitas Kebumen, Mutiara Handycraft, Keluarga Ibu Muslinah.

“Ya Allah, jagalah harmoni keluarga ini satukanlah hati kami dalam iman dan kebaikan kekal sampai Surga-MU.” Aamiin ...

Soto Gombang Buatan Bapak



Soto gombang menjadi salah satu hidangan favoritku sekeluarga. Soto merupakan kuliner tradisional Indonesia, yang hampir tersebar merata terutama di Jawa. Sepanjang pulau Jawa memiliki soto dengan ciri khas daerah masing-masing. Salah satu contohnya, soto gombang.

Soto hampir mirip seperti sup hanya terdapat

perbedaan di beberapa komponen isi dan kuah lebih kental. Kuah soto di Jakarta menggunakan campuran susu sehingga terlihat kental dan rasa semakin menyegarkan. Soto menggunakan soun, kubis, kacang goreng, dan taburan kerupuk serta bawang goreng.

Bapakku sering membuat soto gombang dengan perpaduan daging ayam dan campuran getuk goreng. Getuk goreng ini menjadi hidangan khas yang dicampurkan. P Getuk goreng ini terbuat dari singkong rebus ditumbuk halus kemudian ditambahkan bumbu kuning. Pembeda dengan soto daerah lain, kadang-kadang soto gombang di makan bersama tempe mendoan , lanting, dan sambal bawang.

Ketika peringatan hari besar seperti Idul fitri dan Iduladha bapakku memasaknya karena menjadi kesukaan keluarga. Saat Idul adha, isian soto diganti menjadi daging sapi. Bapakku juga banyak menambahkan rempah-rempah dalam sotonya karena itulah semua orang suka memakannya.

Akibat ramainya tamu seringkali sampai masak soto ayam 3x dalam seminggu di saat lebaran.

Hari biasa bapakku sering memasak soto, apalagi jika ada ayam kampung peliharaannya yang sudah besar dan gemuk. Bapak akan menyembelih lalu menggoreng ayam itu untuk dijadikan ayam suwir campuran soto. Jika kerupuk singkong (Karak) untuk taburan soto sedang habis, ibu menggantinya dengan kerupuk warna-warni sehingga soto tampak lebih cerah dan menggoda selera.

Jajan Minggu Pagi



Aku bersyukur sejak kecil tumbuh menjalani kehidupan di lingkungan pedesaan. Aku bisa merasakan suasana pedesaan asri, mendengar kicau burung setiap pagi, menghirup udara di dekat sawah, melihat beragam tumbuhan hijau menyambut para petani yang penuh semangat mencari rezeki. Bagiku kehidupan di desa sangat menyenangkan. Ikatan kekeluargaan,

persaudaraan, dan nilai-nilai gotong royong masih dijunjung tinggi.

Dari pagi hingga malam ada begitu banyak pedagang menjajakan dagangannya. Ada sayur mayur hasil mengolah perkebunan mandiri, sayur matang, hingga, aneka jajanan tradisional yang banyak merepresentasikan indahnya hidup dalam kesederhanaan, indahnya perbedaan dengan tetap menggenggam nilai-nilai persatuan dan kesatuan. Aku sangat bahagia tinggal di Desa Kemukus Gombang Kebumen tercinta, salah satu sumber kebahagiaan adalah makan-makanan murah, meriah, sehat, bergizi bersama keluarga. Dari pagi hingga malam aku bisa leluasa memilih jajanan apa yang akan dikonsumsi.

Hari Minggu telah menyapa semesta. Secara otomatis para pedagang jumlahnya relatif lebih banyak dari hari biasa. Pagi diawali dengan kedatangan Ibu Lebarti salah seorang tetanggaku yang sering menawarkan jajanan tradisional. Beliau menawarkan nasi kuning, donat, serabi, dan kue coklat. Semua adalah favoritku. Tak lama setelahnya ada Ibu Paini penjual

sayur mayur langganan membawa kue onde-onde kesukaanku. Selang beberapa menit ada Nenek (Erni/sahabatku semasa SD) penjual kue lapis dan kue wajak kesukaan. Akhirnya aku membeli jajanan mereka semua, sebagai bentuk dukungan terhadap jajanan lokal. Zaman sekarang semakin langka orang-orang yang menjual jajanan tradisional. Mari beli jajanan tradisional dari pedagang-pedagang kecil sebagai bentuk apresiasi dan pelestarian. Saat membelinya jangan menawar harga karena mereka tidak mengambil untung besar yang penting ada rezeki untuk menyambung hidup.

“Bagiku senyuman dari setiap pedagang jajanan tradisional menjadi kebahagiaan tersendiri, ketika aku menjadi salah satu penyebab senyuman itu.”

Aneka Makanan Favorit



Zaman sekarang perkembangan makanan dan minuman sangat pesat. Makanan dan minuman terus mengalami inovasi seolah berpacu dengan ilmu pengetahuan dan teknologi. Kini kita dengan mudah menemukan makanan yang menjadi favorit atau kesukaan kita. Setiap individu memiliki makanan dan minuman favorit beragam. Kita boleh saja lahir dan tumbuh besar dilindungi keluarga sama, tetapi seiring waktu mulai ada titik-titik perbedaan setiap anggota.

Maka dari keluarga “sikap toleransi” di mulai termasuk toleransi dalam perbedaan selera makanan.

Sejak kecil aku suka makanan dengan citarasa gurih, berkuah, dan pedas. Namun beberapa bulan terakhir ini aku mulai mengontrol diri agar tidak berlebihan mengkonsumsi makanan pedas demi menjaga kesehatan pencernaan. Dahulu aku sering diajak pergi makan bakso di warung langganan keluarga ada “Bakso Pithut” dan “Bakso Morimo” menurutku keduanya memiliki rasa kuah gurih, kental, dan sangat beraroma tetelan sapi. Perbedaan antara keduanya ada pada warna kuah, bakso pithut memiliki kuah lebih jernih daripada bakso. Sekarang bapakku sudah bisa membuat bakso sendiri, jadi lebih sering makan bakso buatan bersama bapak dan ibu daripada beli, walaupun harus beli ada tetanggaku Bu Priyani yang jual bakso dengan cita rasa pas untukku.

Selain bakso ada seblak, makanan berkuah khas dari Jawa Barat ini sekarang sangat menjamur dimana saja. Dalam waktu relatif singkat kita dengan mudah menemukan warung seblak. Menurutku seblak adalah

makanan unik karena mempertemukan antara mie, kerupuk, dan bumbu kencur. Padahal biasanya ketiga komponen ini berdiri masing-masing. Alhamdulillah aku ada seblak langganan "Warung Seblak Bu Suripah dan Kedai Seblak Menul Teh Anindita" keduanya menjadi warung seblak langganan karena rasanya pas sesuai selera. Cukup dengan 10.000 sampai 20.000 rupiah kita bisa menikmati semangkuk seblak dengan taburan dan snack pendamping melimpah.

Terakhir ada pepes ikan. Ini juga salah satu makanan yang sering aku konsumsi karena sangat baik untuk meningkatkan kesehatan tulang dan meningkatkan kinerja otak.

Apresiasi Para Ibu Tangguh



terima kasih
ibu-ibu



Aku bersyukur kepada Allah Subhanahu Wa Ta'ala karena telah menitipkan aku lewat rahim ibuku yang luar biasa bagiku. Dengan latar belakang beliau sebagai seorang guru, Alhamdulillah bisa membangun ketahanan mental, kemandirian, dan rasa percaya diri padaku. Ibu yang selama 25 tahun selalu memberikan motivasi dan wejangan kehidupan, semua itu sangat berharga. Terima kasih Ibuku Ibu Kuntari, panjang usia, sehat, dan berkah selalu.

Selanjutnya ada Budhe Sumini beliau sudah wafat Bulan Februari tahun 2023. Kepergian beliau membawa duka teramat dalam bagiku, karena beliau yang selama ini membantu bapak dan ibu untuk merawatku sepanjang 23 tahun. Rasanya masih tidak percaya, dan aku seperti kehilangan satu sayap dalam kehidupan. Semenjak beliau wafat, tidak ada lagi yang menyapaku setiap pagi tidak ada lagi suara gesekan sapu halaman, dan tidak ada lagi yang memanggilku Apipi sebanyak yang beliau lakukan. Aku berdoa semoga beliau mendapatkan tempat terbaik diantara taman-taman surga-NYA. Aku merasa tenang karena beliau berpulang dengan damai penuh keteduhan.

Aku tumbuh dilingkungan yang banyak terdapat figur ibu-ibu luar biasa. Usia mereka semua tak lagi muda tetapi semangat untuk berpartisipasi dalam kegiatan kemasyarakatan patut diapresiasi. Para ibu anggota PKK disekitarku masih aktif berkegiatan, mengadakan arisan, dan sosialisasi terutama sosialisasi tentang kesehatan. Arisan PKK dilakukan untuk membina kekeluargaan dan mempererat persatuan dan kerukunan antar warga masyarakat. Beliau semua juga

sangat memahami kondisiku dan kerap memberikan tenda kasih sayang.

Selain itu ada juga Ibu -ibu anggota pengajian cukup kompak dan semangat memperdalam agama Islam masih sangat membara. Beberapa kali aku mengisi kultum bersama ibu-ibu pengajian rasanya bahagia apalagi jika yang aku sampaikan dapat dipahami dan terserap dengan baik. Bagiku mereka semua adalah para ibu luar biasa karena mau terus belajar dan mengisi hari-hari dengan kegiatan bermanfaat.

Webinar Bersama AWI 30 DJ 7 Bagian 1



Alhamdulillah aku bersyukur sekali atas nikmat kesehatan yang diberikan Allah Subhanahu Wa Ta'ala, sehingga pada Rabu 10 Juli 2024 aku mendapatkan kesempatan berpartisipasi dalam webinar yang diselenggarakan oleh Amateur Writer Indonesia (AWI). Media ini merupakan penyelenggara kegiatan menulis jurnal selama 30 hari. Kegiatan menulis yang dimulai setiap tanggal 1 Juli hingga nanti berakhir di 31 Juli, sebagai upaya melatih dan meningkatkan konsistensi menulis sehingga berubah menjadi kebiasaan baik. Dari

7x penyelenggaraan aku sudah berpartisipasi ke 5 kali ini. 2 kali selesai (finisher) 2 kali gagal (failed) dan masih berjalan. Bismillah kali ini bisa tuntas.

Pada musim ke 7 ini, ada sesi webinar dengan narasumber luar biasa inspiratif yaitu Ibu Magdalena Sitorus. Webinar yang di mulai kurang lebih sekitar pukul 19.30 hingga 21.30 WIB, benar-benar sangat bermanfaat sekali. Materi yang disampaikan berbobot, menambah pengetahuan, dan mengubah sudut pandangku terhadap fungsi dan tujuan menulis.

Kebetulan beliau dan aku sama-sama memperjuangkan hak-hak anak, perempuan, dan orang-orang berkebutuhan khusus yang sering dipandang sebelah mata. Apa yang beliau sampaikan membuka pemikiranku bahwa ketika menulis sebenarnya bukan sekadar membuat pena menari diatas kertas atau jari jemari diatas tombol ketik. Lebih dari itu, menulis menjadi sarana yang baik untuk mencurahkan setiap hal yang ada di kepala tetapi tidak bisa tersampaikan melalui lisan secara langsung. Ibu Magdalena juga masih sering membagi segala cerita yang terjadi sepanjang hari

kepada mendiang suami. Selain itu beliau juga memberikan sudut pandang baru bahwa "tulisan seputar disabilitas, tak harus menceritakan kesedihan atau kesulitan yang dihadapi. Lebih dari itu, kita bisa memulai dengan memperkenalkan disabilitas itu sendiri. Faktanya masih banyak orang yang belum tahu makna disabilitas dan bagaimana cara beradaptasi terhadap orang-orang penyandang disabilitas. Materi yang disampaikan sangat mudah dipahami, interaktif.

Akhirnya aku mendapatkan apresiasi tambahan sebagai salah satu penanya terbaik.

Masyaallah ...

Autentik Rasa Masakan Rumah



Setiap orang memiliki selera makanan beragam. Aku sendiri mengklasifikasikannya menjadi 2 golongan besar. Pertama golongan yang suka jajan atau membeli makanan di luar rumah. Alasannya karena sudah siap makan dan lebih siap untuk orang dengan waktu bekerja sangat padat. Kedua adalah golongan orang yang suka masakan rumah. Alasannya karena masih ada waktu untuk memasak, hobi memasak, dan untuk mengontrol

komposisi pembuatan makanan agar sesuai dengan selera anggota keluarga.

Masakan luar rumah biasa di jual tukang sayur keliling dengan harga berkisar antara Rp 3.000-10.000 dengan pilihan menu bervariasi termasuk lauk pauk. Ada juga pedagang kaki lima, warung tegal, kedai nasi bungkus, dan sebagainya. Menurutku untuk masyarakat di pedesaan harga relatif terjangkau. Harga akan sedikit berbeda bila sudah memasuki wilayah perkotaan terutama kawasan perumahan elit.

Aku pribadi termasuk golongan kedua karena masakan bapak dan ibu adalah masakan terbaik bagiku. Sejak aku lahir urusan memasak menjadi tanggungjawab bapak dan ibu secara bersama-sama. Padahal sebelum itu, ibu yang selalu memasak karena bapak bekerja di luar kota. Kadang-kadang kalau terlalu banyak pekerjaan rumah, ibu membeli masakan yang sudah matang di tukang sayur langganan. Aku selalu mencoba untuk memberikan apresiasi pada hasil masakan bapak dan ibu. Kalau boleh jujur untuk nasi goreng aku sangat suka buatan bapak. Alasannya karena bumbu lebih medok,

pedasnya pas, ada campuran telur orak-arik, dan di saat tertentu seringkali membuat nasi goreng spesial dengan komponen lengkap. Kalau ibu aku sangat suka jika memasak sup , tumis sayur (seperti di gambar ada tumis kecipir), goreng ikan, dan gorengan seperti tempe atau bakwan jagung. Komposisi bumbunya pas tingkat kematangan gorengan bagus. Selain itu, dalam proses memilih menu hingga membuat masakan kami selalu berdiskusi dan membuat kesepakatan bersama sehingga membangun komunikasi yang baik dan menghadirkan menu makanan halal, sehat, bergizi setiap hari.

Memaknai Hari Anak Nasional 2024



Hari ini Selasa 23 Juli 2024 merupakan hari penting bagi seluruh anak-anak yang ada di Indonesia. Hari ini adalah hari spesial bagi mereka semua terutama yang berumur antara 0-12 tahun. Usia 12 tahun ke atas tidak termasuk anak-anak karena sudah memasuki fase remaja. Masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa.

Bagiku dunia anak-anak adalah dunia yang sangat menyenangkan. Beban pikiran dan tanggungjawab masih relatif ringan. Kalau mengingat kembali, fase anak-anak yang telah aku lalui beban berat hanya sebatas PR dan pelajaran matematika. Hari-hari terasa sangat menyenangkan. Rutinitas hanya seputar mengaji, belajar, bermain, makan, menonton TV dan bermain. Teringat jadwalku semasa anak-anak dulu, pagi ke sekolah, siang sampai sore mengaji, malam mengerjakan tugas sekolah setelah itu nonton televisi sampai terlelap. Kalau ada kesempatan rasanya ingin mengulang kembali masa-masa indah itu. Aku bersyukur melewati masa anak-anak dengan perasaan bahagia karena aku dikelilingi oleh keluarga dan teman-teman baik, pengertian, dan sangat suportif. Sekarang teman-teman satu angkatan sudah sama-sama dewasa. Mereka rata-rata merantau dan mulai disibukkan dengan kegiatan masing-masing termasuk mengurus rumah tangga.

Alhamdulillah hidupku sangat berwarna dengan hadirnya ponakan-ponakan lucu dan baik hati. Keponakanku pertama ada Zulfah, ia sekarang sudah remaja padahal rasanya baru kemarin aku bermain

dengannya .Kami tumbuh bersama seperti kakak adik bukan om dan keponakan karena selisih usia cukup dekat. Kemudian ada Putra, Zhafira, dan Mala sama-sama masih sekolah dasar. Terkadang kalau musim liburan kami masih sering menghabiskan waktu dan bermain bersama. Terakhir ada Zivana dan Enzo mereka masih TK dan menjadi salah satu penyemangatku.

Sebenarnya aku sangat suka berinteraksi dengan anak-anak tetapi beberapa diantara mereka masih belum terbiasa melihat kondisiku yang “istimewa” ini sehingga takut duluan. Sungguh dunia anak-anak semuanya penuh ketulusan dan kebahagiaan.

“Bahagiakan anak-anak di sekitarmu, niscaya hidupmu akan lebih bahagia.”

Hari Kebaya Nasional 2024



Alhamdulillah aku bersyukur sekali karena lahir dan bertumbuh di Indonesia. Negeri yang sangat kaya akan keberagaman salah satunya adalah busana. Kebaya menjadi salah satu busana tradisional yang banyak dikenakan wanita Indonesia. Kita banyak menemukan pengguna kebaya di Pulau Jawa. Kini persebaran kebaya hampir merata di seluruh tanah air

Aku mempunyai seorang ibu angkat bernama Bunga Awanglong. Beliau keturunan campuran Dayak-Jawa. Asli Kalimantan, banyak mengabdikan diri untuk pariwisata dan kesenian salah satunya berfokus pada penggunaan kebaya. Beberapa kali mommy mengikuti fashion show kebaya, menari, dan aksi teatrical digabungkan dengan puisi menggunakan kebaya koleksi sendiri. Mommy melakukan semua itu, bertujuan untuk mempromosikan kebaya sebagai salah satu identitas budaya bangsa dengan sasaran generasi muda agar lebih bersemangat melestarikan dan memberikan apresiasi dengan rasa bangga terhadap budaya sendiri.

Mommy pernah mengikuti kontes foto wanita berkebaya , Alhamdulillah hasilnya memuaskan. Bagiku setiap wanita Indonesia yang mengenakan pakaian adat kecantikan akan semakin terpancar. Beberapa kali mommy ikut mendampingi dalam acara seminar literasi, pergi wisata, webinar , dan Kebumen Community Fair juga menggunakan kebaya. Menurutku beliau benar-benar seorang pegiat budaya dan seniman sejati, karena totalitas dalam memperkenalkan kekayaan budaya

Indonesia kepada sesama warga lokal dan warga negara lain.

Dari mommy aku banyak belajar tentang keindahan seni dan kebudayaan daerah ditinjau dari beberapa sisi. Aku akan berusaha maksimal untuk menjadi salah satu pegiat budaya muda agar budaya Indonesia tetap lestari.

“Jangan takut memperkenalkan budaya pada orang lain. Banggalah dan berilah apresiasi terhadap budaya kita, karena setiap budaya memiliki sisi keindahannya masing-masing.”

Selamat Hari Kebaya Nasional 2024.

Hidangan Pemersatu



Ini adalah definisi hidangan pemersatu versiku. Hidangan pemersatu adalah makanan yang biasa disajikan dalam kegiatan istimewa yang sangat menjunjung tinggi nilai-nilai kekeluargaan dan kemasyarakatan. Misalnya saat Lebaran Idul fitri hampir setiap rumah di sekitarku memasak soto atau lontong opor ayam.

Tidak bisa kita mungkiri kedua makanan itu kerap hadir di acara istimewa lainnya, seperti arisan, musyawarah warga, kerja bakti lingkungan, doa bersama membaca yasin dan tahlil. Setelah selesai melakukan kegiatan hidangan akan disajikan sebagai bentuk apresiasi, ungkapan syukur terima kasih sekaligus pelipur lapar.

Sejujurnya aku sangat menyukai situasi seperti itu. Ketika kita makan soto atau opor bersama setelah melakukan kegiatan untuk kepentingan bersama, rasanya sangat bahagia rasa lelah akan hilang dalam sekejap karena adanya kebersamaan yang memancarkan kerukunan.

Pada Kamis 25 Juli 2024 kemarin rumahku mendapat giliran doa bersama membaca Surat Yasin dan Tahlil memberikan doa terbaik untuk anggota keluarga yang sudah lebih dulu berpulang. Bapak-bapak yang mengikuti secara usia sudah relatif sepuh. Ada yang masih relatif muda tetapi secara jumlah masih lebih banyak bapak-bapak sepuh. Acara seperti ini yang aku suka. Kebersamaan dalam doa membawa kedamaian

untuk setiap jiwa. Setelah selesai berdoa hidangan istimewa keluar. Kemarin opor ayam, sayur labu, sambal terasi, dan kerupuk menjadi pelipur lapar kami semua.

Opor ayam dan sayur labu menjadi hidangan istimewa yang sering keluargaku sajikan ketika ada acara. Alasannya karena proses memasak lebih mudah, tidak membutuhkan banyak bahan, dan siap dalam waktu singkat.

“Sebenarnya bukan seberapa mahal atau murah hidangan tetapi bagaimana cara kita menyajikannya. Hidangan yang baik diperoleh dari hasil halal, dibuat dengan sabar penuh kasih sayang sehingga dapat menghadirkan kerukunan.”

Ragam Hidangan Musim Pancaroba



Saat ini beberapa daerah di Indonesia salah satunya kawasan Pulau Jawa sedang memasuki musim pancaroba. Musim pancaroba peralihan dari hujan ke musim kemarau. Akibatnya jelang tengah malam udara terasa lebih dingin dari biasanya dan berlangsung sampai matahari terbit. Sinar matahari juga tidak terlalu cerah. Aku biasanya tidur tidak suka memakai selimut untuk saat -saat seperti sekarang, aku tidak merasa risih

jika tiba-tiba bapak atau ibu menyelimutiku tengah malam.

Perubahan musim juga sangat berdampak pada selera makan. Beberapa hari terakhir rasanya aku selalu ingin makan makanan hangat seperti gorengan dan berkuah seperti mie rebus dengan telur orak-arik dan irisan cabai rawit. Perubahan selera makan berdampak pada daya tahan tubuh sehingga banyak terkena flu dan batuk. Aku sekeluarga menyasati keadaan ini dengan rutin minum air kelapa hijau untuk meningkatkan imunitas tubuh.

Aku akan memberikan ulasan pada beberapa hidangan musim pancaroba favorit keluargaku.

1. Tempe Mendoan

Salah satu kuliner khas wilayah Jawa bagian selatan terbuat dari tempe tipis dicampur dengan bumbu dan tepung kemudian goreng dengan minyak panas sesuai tingkat kematangan dengan selera setiap anggota keluarga. Aku suka tempe mendoan tidak terlalu kering tetapi jangan terlalu basah karena terendam banyak

minyak. Ini salah satu gorengan paling pas di makan saat musim pancaroba tetapi jangan berlebihan ya.

“Makan sesuai porsi makanlah ketika benar-benar lapar dan berhenti sebelum kenyang.”

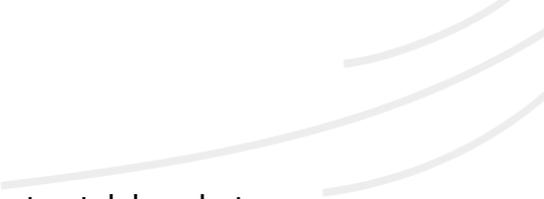
2. Mie Rebus Ayam Bawang

Memang ini terbuat dari mie instan tetapi jika harus berkolaborasi dengan telur orak-arik, irisan cabai rawit, dan bawang goreng rasanya sangat sulit untuk menolaknya.

“Konsumsi mie instan sewajarnya saja ya. Jangan keseringan imbangi dengan makan buah dan sayuran.

3. Air dan Buah Kelapa Hijau

Salah satu minuman alami dan menyegarkan favoritku sekeluarga, langsung petik dari pohon. Maka sangat wajar jika pohon kelapa mendapatkan julukan “Pohon Seribu Guna” dan kelapa muda mendapat julukan



air ajaib karena banyak manfaat untuk kesehatan.

Yuk jangan lupa minum air kelapa untuk menjaga daya tahan tubuh di musim pancaroba.

Orang Tuaku Inspirasiku



Ada begitu banyak sosok inspiratif singgah dalam hidupku. Sepanjang 25 tahun usia, cukup banyak kisah inspiratif melintasi telinga lalu menetap di relung jiwa untuk diterapkan dalam keseharian. Aku semakin memahami bahwa setiap orang yang terlahir ke dunia ini, selalu hadir dengan kisah perjuangan hidup masing-masing. Dunia tempat ujian, tempat singgah sesaat. Kehidupan tak selamanya berjalan mulus sesuai dengan

kemauan kita. Allah Subhanahu Wa Ta'ala Sang Maha Pencipta sebaik-baik pengatur rencana.

Sebagaimana kisahku, pada mulanya orang tuaku sangat mendambakan kehadiran anak perempuan. Dalam keluarga sudah ada 2 putra, sehingga bapak dan ibu berikhtiar Alhamdulillah berhasil. Namun yang terlahir ternyata aku, dalam kondisi prematur pula. Mengetahui hal itu, orang tuaku tetap bersyukur dan membesarkanku dengan penuh cinta dan kasih sayang. Aku mengalami keterlambatan berjalan tidak seperti anak terlahir normal umumnya. Bapak dan ibu berusaha maksimal mengobatiku agar aku lekas bisa berjalan. Mulai pengobatan medis hingga alternatif dari masuk akal sampai diluar nalar semuanya sudah dilakukan. Pada akhirnya, takdir Allah Subhanahu Wa Ta'ala telah diputuskan, aku menjadi penyandang tuna daksa. Aku bisa berjalan menggunakan kruk beroda, kursi roda, atau digandeng. Kalau di rumah aku lebih sering merangkak. Aku menerima takdir ini dengan lapang hati. Bapak ibu sampai harus bertukar posisi. Ibu bekerja menjadi guru sekolah dasar hingga pensiun dan bapakku harus keluar

dari kantor agar bisa merawatku. Bapak di rumah membuka warung sembako, beternak ayam, mengurus kebun dekat rumah sambil merawatku. Awalnya terasa berat tetapi kami sekeluarga percaya, itu semua adalah rencana terbaik dari Allah Subhanahu Wa Ta'ala. Bapak selalu berusaha memberikan asupan gizi terbaik untukku dan ibu tidak mengenal lelah membesarkan hatiku, agar aku menjadi pribadi tangguh, mandiri, percaya diri, berprestasi, dan yang terpenting berakhlak mulia. Beliau berdua adalah sosok inspirasi utama dalam hidup. Jika aku mendapatkan kesempatan menjadi orangtua akan aku terapkan semua ajaran mereka. Berkat mereka aku bisa berdamai dengan kondisiku. Aku juga bisa merasakan pendidikan layak dan dibesarkan dengan setara tanpa ada diskriminasi.

“ Hormati dan sayangi orang tua kita karena mereka adalah sosok luar biasa. Berbaktilah dengan maksimal jangan lupa meminta doa dan restunya agar hidup menjadi berkah. ”

Ya Allah, Ya Tuhanku dari sekian banyak impian yang ingin aku wujudkan bersama kedua orangtuaku,

impian paling utama adalah pergi umrah dan haji ke Baitullah bersama, maka aku mohon kepada-MU agar memberikan kemudahan untuk menunaikannya. Jangan biarkan kami wafat kecuali membawa iman dan islam dalam hati ...

Aamiin.

Kenapa Aku Berwisata Ke Laut



PHOTO: CANVA
100

Setiap orang mempunyai tempat wisata kegemaran. Tempat wisata menjadi salah satu objek untuk menghilangkan kepenatan dari segala rutinitas pekerjaan selama seminggu. Orang-orang biasa pergi

berwisata saat akhir pekan, yaitu Sabtu atau Minggu. Aku sendiri selama beberapa tahun terakhir gemar berwisata ke laut. Kawasan perairan lepas pantai daerah sekitar tempat tinggalku. Aku juga merasa heran, sejak kapan aku mulai suka berwisata ke laut? Tanyaku dalam hati. Sebelumnya aku cenderung suka dengan wisata yang berlokasi pinggiran kota, seperti taman, akuarium, kebun, museum, dan tempat yang menjadi representasi suatu daerah.

Aku perlahan menyadari, ternyata aku mulai suka berwisata ke laut semenjak mengenal Ibu Muslinah. Beliau sosok seorang ibu luar biasa yang berani mengabdikan hidupnya untuk umat (anak disabilitas dan yatim piatu). Rumah beliau terletak di dekat pantai. Beberapa kali aku diajak mampir ke pantai saat aku berkunjung ke rumahnya. Ada Pantai Silumut, Pantai Bopong, Pantai Suwuk, Pantai Cemara Séwu, dan Pantai Kembar Terpadu, (masih baru diresmikan). Semenjak aku banyak berinteraksi dengan Ibu Muslinah, aku sering melihat birunya laut penyejuk mata, pemandangan pantai memukau, suara ombak memecah

kesunyian hati, dan aneka pedagang kaki lima yang bersemangat mencari nafkah untuk keluarga benar-benar membuat hatiku kembali tenang dan bahagia. Aku merasa seperti menemukan tempat untuk menghadirkan ketenangan lahir batin.

Terima kasih untuk Ibu Muslinah, Mas Suta, Pak Yudha, dan Pak Dwi yang telah meluangkan waktu untuk mengantarkanku ke Pantai Silumut sebagai salah satu tanda Kekuasaan Allah Subhanahu Wa Ta'ala.

“Laut adalah salah satu bentuk ciptaan Allah Subhanahu Wa Ta'ala Tuhan semesta alam. Sudah menjadi tugas dan tanggung jawab kita bersama untuk menjaga kelestariannya, karena bagi sebagian orang laut menjadi sumber kebahagiaan.”

Ragam Makna Kehidupan

Api dan Pena Widuri



“Hidup hanya sekali memaknai arti, setelah itu mati. Tetaplah berada dalam jantung kesetiaan berdetak dalam harmoni. Hidup harus tetap berjalan meskipun takdir membawa sampai titik nadir. Berharaplah terbaik dari sisi Allah Subhanahu Wa Ta'ala Tuhan semesta alam.”

Kita hidup di dunia hanya sementara, karena ia tempat singgah bukan tempat tinggal sejati. Sehingga

kita harus bisa mengisi hidup singkat ini dengan sesuatu yang bermanfaat dan memberi makna kebaikan terhadap sesama. Zaman sekarang banyak peristiwa kesetiaan disepelekan. Maka jadilah pribadi yang senantiasa menggenggam kesetiaan dalam setiap keadaan.

Kehidupan dunia tempat ujian. Ujian datang silih berganti hingga membuat lahir batin merasa lelah hingga pada akhirnya merasa telah sampai pada titik nadir kehidupan. Ingatkah bahwa kita punya Allah Subhanahu Wa Ta'ala Tuhan semesta alam. DIA berjanji **"Bersama kesulitan pasti ada kemudahan."** ditegaskan berulang agar manusia tidak mudah putus asa. Titik nadir kehidupan kadang kala terasa getir dan gigil tetapi percayalah dibalik itu semua akan datang hal indah yang bahkan tidak pernah kita sangka.

"Tetaplah berbuat dan berprasangka baik terhadap segala sesuatu."

"Hanya kepada Allah Subhanahu Wa Ta'ala kita berharap."

Disabilitas Berkarya, Mendunia! (Kreativitas Tanpa Batas)

Spesial Tulisan Bersama Pena Widuri



Terima kasih, HATI ...

Terima kasih saya ucapkan sekali lagi kepada hati-hati mulia yang ikhlas menyapa sebuah karya. Mungkin desain ini hanya goresan sekadar lewat ketika mata

melihat, namun berbeda ketika HATI memaknai.

Desain ini saya ciptakan menguraikan warna kebersamaan antara anak-anak Indonesia yang terlahir dengan keterbatasan fisik (difabel) dan normal. Sejatinya, tidak ada dinding pembatas akan keceriaan sangat pantas mereka rengkuh bersama. Sosok-sosok terlahir difabel memiliki potensi dan kesempatan yang sama untuk memeriahkan prestasi bangsa.

Stop pembunuhan karakter terhadap para difabel!
Mari jadikan perbedaan budaya, agama, dan fisik sebagai kekuatan yang menyatukan demi kemajuan bangsa.

Hidup sekali, memaknai arti, setelah itu MATI!

With Love And Hope

Salam Hangat Litera(k)si

Salam Inklusif

Biodata Penulis



Apri Kuncoro C.PSA,C.SDM, C.WS merupakan penulis dan enterpreneur disabilitas kelahiran Kebumen, 20 April 1999. Berdomisili di Gombong, hobi menulis sejak SMA. Selain menulis ia juga menyukai dakwah, musikalisasi puisi, dan membaca buku terutama genre puisi dan edukasi. Saat ini ia aktif belajar memperdalam ilmu literasi secara online, serta aksi sosial pemberdayaan masyarakat disabilitas. Ia juga mengambil tugas sebagai;

A. Brand Ambassador Dan Creator (Generation Future Leader

B. Duta Literasi Digital 2024

C. Duta Cengkerama Sastra Terinspirasi 2024

Sejauh ini telah menghasilkan 100 antologi berbagai genre, 1 antologi kolaborasi.

Buku solo tersebut antara lain;

A. Anara Publishing House

1. Diary Inspirasi Penggugah Hati

B. Ahsyara Media Indonesia

1. Goresan Pena Si Tunadaksa

2. Mutiara Hati Apri

C. Sanggar Caraka Publishing

1. Jerit Hati Semesta

D. Seniman Publisher

1. Diary Literasi Apri

E. Sinar Pena Amala

Catatan Hati Apri

F. Gapura Pustaka

1. Catatan Pena Apri

2. Catatan Pena Apri 2

G. Mumtaz Publisher

Catatan Hati Apri 2

Penulis dapat dihubungi melalui;

IG: @aprikuncoro

FB Apri Kuncoro

Twitter @Apri_Dacil

WP: @aprikuncoro

Blog: catatanpenaapriblogspot.com

Youtube: Apri Kuncoro

"Berkarya tanpa batas lakukan dengan segenap jiwa.

Salam Literasi."