

KAKAK perempuanku sudah tiga kali mencoba ikut vaksinasi sebagai upaya melawan Covid-19, tapi selalu gagal karena setiap diperiksa tensinya melebihi batas maksimal. Para petugas kesehatan hanya bisa menyarankan kakakku menunda penyuntikan vaksin, Dia pun mendaftar lagisecara daring bersama diriku. Ternyata beberapa hari kemudian dia tidak dihubungi panitia, sedangkan aku justru mendapat informasi kapan vaksinasi dilakukan. Terus terang, aku sedikit ragu karena riwayat kesehatanku di masa lalu, lantas aku pun cenderung memiliki hipertensi pula karena faktor genetik. Mending kedua orangtuaku menurunkan hal itu kepada sepasang anaknya.

Berbekal doa aku berangkat ke lokasi vaksinasi dengan cukup percaya diri. Kendati biasanya kerap begadang, tapi dua hari sebelum vaksinasi aku selalu tidur tidak terlalu malam dan membiaskan bangun pagi. Setiba di lokasi lebih dahulu kuisi formulir pendaftaran, sejenak belaka menanti hingga akhirnya mendapat giliran diperiksa. Aku duduk di sebuah kursi, tangan kiriku ditaruh di atas meja untuk diperiksa tensinya. Sepasang dokter perempuan yang tampak masih muda memeriksa tekanan darahku sembari mewawancarai.

“Bapak punya tekanan darah tinggi, ya?” kata perempuan berambut pendek yang bertugas mencatat hasil pemeriksaan.

“Memangnya berapa tensi saya?” tanyaku tidak mendapat jawaban, tapi sekilas kulihat angka 197 di tensimeter digital tersebut. Sekejap aku bergeming belaka.

“Kenapa tidak minum obat, Pak? Apa karena takut mengalami ketergantungan?” tanya dokter yang mengecek tensiku. Dia mengenakan jilbab dan masker tanpa kutahu wajahnya, tapi ayu seperti.

“Bapak itu mestinya rutin minum obat. Maaf ya, Pak. Saya punya cerita, ada teman saya usianya tiga puluhan tiba-tiba meninggal dunia karena sakit jantung. Sesaat sebelum wafatnya, baru diketahui bahwa dia menderita hipertensi.”

Entah apa maksudnya si rambut pendek mengatakan hal itu kepadaku, sedangkan temannya memeriksa ulang

tekanan darahku.

“Ini tensi Bapak sudah turun. 176/110. Silakan menuju meja vaksinasi. Tapi, hari ini Bapak harus banyak beristirahat dan jangan banyak beraktivitas, ya,” kata dokter berjilbab yang kusahut dengan terima kasih seraya beranjak menuju tahap selanjutnya.

Aku memang lebih banyak membisu. Aku tidak suka berdebat, apalagi niatku sebatas untuk disuntik dengan vaksin buatan China itu. Maka akan kujawab pertanyaan dua dokter mudatersebut di sini. Sejujurnya, aku memang tidak ingin mengalami ketergantungan terhadap obat-obatan modern. Aku belajar dari pengalaman mending ibuku yang

aku berhenti disuntik. Namun, sekian tahun kemudian aku kembali melakukannya untuk mengobati alergi debu di dokter ahli yang berbeda. Tak kuingat berapa lamanya aku pernah rutin disuntik. Mungkin itulah sebabnya aku senantiasa kurus sepanjang hayatku. Entah sudah berapa liter saja cairan zat kimia yang pernah dijejalkan ke dalam tubuh mungilku dahulu.

Semula ada rencanaku minum obat penurun tensi, beberapa hari sebelum menjalani vaksin kedua, tapi akhirnya tak kulakukan. Kakakku yang menyimpan beberapa saset sesekali mengonsumsi obat tersebut. Aku memilih memakan melon yang baru dibeli kakakku. Yang kutahu, melon adalah buah yang bisa menurunkan tekanan darah. Setelah dikupas dan dipotong-potong, berkali-kali aku melahapnya sejak sore hari sebelumnya hingga pagi sebelum berangkat. Ternyata aku sempat dongkol karena lokasi vaksinasi kedua tetap di tempat yang sama dengan vaksinasi pertama. Padahal berdasarkan info via SMS, tempatnya dipindah ke tempat yang sempat kudatangi pada hari yang ditentukan.

Nah, begitu diukur tensinya cukup tinggi. 190/115. Namun, dokter yang memeriksa kali ini tidak reaktif dan dengan tenang memintaku duduk beristirahat sembari minum. Ternyata

ada petugas lain yang lantas menyaraku datang ke tenda putih di luar area yang menyediakan obat penurun tensi. Maka aku diminta mengunyah obatnya, setengah jam menunggu, dan baru diukur lagi tensinya. Angkanya sudah berubah menjadi 160/105. Maka aku pun berhak mendapatkan vaksinasi kedua. Mudah-mudahan benda asing yang dimasukkan lewat tangan kiriku bisa lekas beradaptasi agar tubuhku semakin tangguh menangkal ancaman serangan virus. □

*) **Luhur Satya Pambudi**, lahir di Jakarta dan tinggal di Yogyakarta. Cerpennya pernah dimuat di sejumlah media cetak maupun digital. Kumpulan cerpennya berjudul ‘Perempuan yang Wajahnya Mirip Aku’ (Pustaka Puitika).

Sebuah Risalah Vaksinasi

Cerpen: Luhur Satya Pambudi

ILUSTRASI JOKO SANTOSO



semenjak muda secara rutin dipaksa mengonsumsi obat untuk menanggulangi tekanan darah tinggi yang dideritanya. Namun, puluhan tahun memasukkan zat-zat kimia ke dalam tubuhnyamembuat ginjal Ibu akhirnya bermasalah. Bahkan ibuku akhirnya tutup usia lantaran gagal ginjal. Maka sebisa mungkin aku tidak akan minum obat untuk mengatasi gangguan kesehatanku.

Selain itu, aku pernah sangat karib dengan jarum suntik pada masa bocah-hingga awal remajaku. Waktu itu paruparuku dideteksi oleh dokter ahli mengalami masalah. Maka aku wajib menjalani pengobatan dengan suntikan dalam kurun masa tertentu. Secara berkala dadaku difoto rontgen untuk mengontrol perkembangannya. Akhirnya

MEKAR SARI

Adiluhung

Mulat Salira, Mulat Ingsun

MULAT salira utawi mawas dhiri mujudaken kegiatan, pakaryan utawi tumindak ingkang utami jroning ngagesang. Agami saha kapitadosan punapa kemawon mapanaken mawas dhiri minangka kegiatan ingkang sentral. Adatipun kegiatan wau katindakaken sesarengan kaliyan aktivitas sembahyang, samadi, punapadene ngglelimbang pagedangan wonten ing salebeting manah tuwin pikiran.

Tembung ‘mulat salira’ asring banget kita prangguli wonten ing seratan-seratan basa Jawi, pepanggihan-pepanggihan, saha dhiskusi kebatosan. Umumipun ingkang kathah dipunprangguli ukara “mulat salira hang-rasa wani”, lajeng kinanthenan ukara sambetipun: “rumangsa melu handarbeni, wajib melu hangondhe-li/hangrungkebi”.

Wonten ing andharan punika, ingkang dipunrembag sanes prekawis ukara ingkang kebak piwulang moral lan patriotisme wau, nanging namung winates ing ukara ‘mulat salira’, kagandhengan kaliyan ukara ‘mulat ingsun’.

Tembung camboran (Indonesia: kata majemuk) ‘mulat salira’ dumados saking tembung ‘mulat’ lan ‘salira’. Tembung ‘mulat’ asalipun saking tembung lingga ‘ulat’ ingkang ateges: prau-

SarworoSoeprapto

pan, gebyaring pandeleng. Tembung ‘mulat’ piyambak ateges: ndeleng, namati, ngawasake. Wondene tembung ‘salira’ gadhah teges: awak, dhiri pribadi. Pramila ‘mulat salira’ asring dipungantos mawi tembung ‘mawas dhiri’. Tembung ‘mulat salira’, ngandhut makna: ngemataken utawi mriksani kanthi tliti dhiri pribadinipun piyambak.

Kaperang dados kalih

Kegiatan mawas dhiri saged dados kalih, mulat salira lan mulat ingsun. Mulat salira kalebet mawas dhiri ingkang wonten sambetipun kaliyan bab-bab kadonyan. Wondene mulat ingsun punika mawas dhiri ingkang wonten sambetipun kaliyan bab-bab karohanen, kebatosan lan kasunyatan-ing ngagesang.

Mawas dhiri ingkang magepokan kaliyan bab-bab kadonyan, upaminipun magepokan kaliyan ikhtiyar pados sandhang boga, jejodhowan, saha pasrawungan ing masarakat.

Ing babagan pados sandhang boga, nalika kita badhe damel usaha, saderengipun kedah mulat salira. Antawisipun: (1) Punapa kita sampun nguwaosi theg kliwering usaha ingkang nedya kita tindakaken? (2) Punapa

kita gadhah ketrampilan magepokan kaliyan usaha wau? (3) Kadospundi bab modhalipun, punapa sampun wonten, lan yen dereng, kedah saking pundi anggenipun pados?

Semanten ugi ing bab jejodhowan, kathah bab ingkang kedah kita dadosaken bahan mulat salira. Upaminipun: (1) Tiyang ingkang wewatekanipun kados menapa ingkang cocog kita dadosaken calon garwa? (2) Punapa kita sampun gadhah pakaryan gumathok lan paring pamedal cepak kangge nyekapi kebutuhaning kulawarga?

Ing salebeting pagesangan sosial, kita ugi kedah asring mulat salira. Contonipun: Punapa kita kalebet tiyang ingkang kathah mitranipun, kalebet tiyang ingkang suka asung pambiyantu, kalebet enthengan ing lingkungan sacelak kita, lan sapanunggilipun.

Mligi bab mulat ingsun, punika kathah sambetanipun kaliyan amindeng batin/manah kita. Upaminipun: Punapa kita sampun ngamalngagami ingkang kita pitadosi, punapa kita sampun kathah amal kasaenanipun dhateng sesami, punapa kita sampun nindakaken pangatos-atos jroning cecaturan kaliyan sesami, lan sapanunggilipun. □

Geguritan

Surti Handayani

URIP KADYA LELAGU

Suwaru iku keprungu
Ing antarane tetesan banyu sandhuwure watu
Keprungu kadya lelagu
Kanggo pepeling ing tegese uripku

Laku sikil iki keplayu
Ing antarane lebu lan tatu
Keplayu koyak ing wektu
Datan rinasa ing umur kang lumaku

Ana pitakon kang ngreridu ati
Apa isih ana wengi kang bisa kaimpi
Kanggo seba sumarah ing Gusti
Pasrah mertobat ing kaluputan kawuri

Depok, Nop 2021

PITUTURING URIP

Wis rasah kandha
Urip pancen rekasa
Apa wis ora bisa upaya
Yagene tansah ngresula

Ora perlu sulaya
Apa pancen lali marang pituture tetuwa
Yen sapa obah, mesti bisa mamah
Yekti lumaku ing budidaya

Gene wis akeh kang Gusti paringake
Ngapa ora disukuri?
Apa pancen durung ngerti?
Yen apa kang dumadi...
Awit saka kuwasaning Gusti

Ayo gemregah
Nata raga kanggo makarya
Mbangun urip kanthi permati
Aja lali tansah gemi lan nastiti

Depok, Nop 2021

ANGENKU

Takangkah angenku
Ing antarane suket lan gegodhongan
Amrih nuwuhke kekembangan asri
Kanggo nguwatke krentege ati

Takluru angenku
Ing antarane mega lan lintang
Amrih bisa gawe pepadhang
Ing sadenahe panyawang

Takgegeng angenku
Ing antarane kasunyatan lan wewayangan
Kang ginayut ing jejibahan lan lelabuhan
Dadiya pengarepan ing upaya lan donga

Depok, 30 Nop 2021

JAMAN WIS OWAH

Apa iki wis tekan jaman edan
Wis akeh pasar kang ilang kumandhange
Wis sumebar dhuwit kang ilang wujud
Dol tinuku mung cukup klawan HP

Karo kanca sing adoh isa sapa aruh
Nanging karo tangga cerak isa ora wanuh
Marang kahanan kiwa-tengen mbuh ra weruh
Malah babar blas ora nduweni rasa pekewuh

Marang rama-ibu wegah cecaturan
Marang mbakyu-adhi emoh gegojegan
Tangane ndrindhil nggone sosmed-an
Nganti ana kalane lali maring jejibahan

Apa ya kaya ngene iki
Sing diarani abad teknologi
Ing pangajab aja nganti nggrogoti
Luhuring budi pekerti

Depok, 5 Agustus 2021

Oase

Andria Septy

MANTRA

padanya, kau tertambat tak mengelak
hantui bungabunga tidur kekal panjangmu
dari rona layar perak yang bergejolak

mantra; *sindrom de clerambault*
bertahta sebagai mahkota
perhiasan jiwa,

kau dibuatnya melayanglayang
yang dengan enggan
kautanggukan.

kau bersungguh hati dengan kata-kata
kata sayang oleh gelimangan
kilau gemintang saling pandang
yang bagimu itu cinta

2021

ENIGMA

bunga-bunga telah gugur menyulamkan nostalgia
sementara pelita bertagar bahagia berpendar sejenis
berikan sepoi-sepoi basa yang berpijak
dogma sepenuhnya, enigma separuhnya

2020/2021

TIRAI SURYA

di mana penghangat tubuh telah
bersikukuh menjangkau matamu
selayaknya keutuhan sang mentari
menyentuh sejujur tubuh ke tangan
di mana menyerap ke pori-pori perlahan-lahan
ungkap tirai surya yang mana
musim pancaroba telah tiba
selayaknya manfaat yang diberi
pelembap kulit wajah, hingga meraba
di jiwa yang tiada lagi pernah hampa

2020/2021

PENAWAN

penawan awan menyimpan
kantong air di rahimnya,
pulangan silap mata yang
lelah penat pada
titik jenuh kota
yang menjajaki katakata,
yang singgahi sisasisa kebatilan
pada rintik airmata kita

2019/2021

*) **Andria Septy**, lahir di kota Samarinda, Kalimantan Timur. Menyelesaikan studi Ilmu Pemerintahan di Fakultas Ilmu Sosial dan Politik, Universitas Mulawarman. Menulis cerpen, resensi, dan puisi yang dipublikasikan pada sejumlah media. Bergiat di komunitas TerAksara, terpilih sebagai salah satu penulis emerging Makassar International Writers Festival (MIWF) 2020-2021.