

Darmaji, Pilah Sampah Jadi Pupuk Organik

SAMPAH bagi masyarakat adalah barang menjijikkan, bahkan bisa dibidang sumber penyakit. Kotor, bau tidak sedap sehingga banyak masyarakat yang tutup hidung rapat-rapat, atau pilih menjauh agar tidak terkontaminasi.

Namun lain halnya bagi Darmaji (50) warga Gamplong 1 RT 01/RW 01, Sumberrahayu, Moyudan, Sleman ini, sejak bulan Februari 2021 setiap hari mengge-luti sampah untuk diolah menjadi pupuk organik atau pupuk kompos. Diawali banyaknya sampah tetangga yang kurang diperhatikan, membuat 'mbleder' halaman rumah serta milik sendiri yang selalu berceceran karena belum sempat menyapu maka timbulah ide pembuatan 'bak sampah' permanen.

Kebetulan pekarangan yang berwujud tanah 'tegalan' kurang lebih 20 meter terpisah dari rumah induk, kosong. Didirikanlah 'rumah sampah' berukuran 4x12 meter, ditambah ruang fermentasi atau tempat olah sampah 2x4 meter.

"Untuk membangun rumah sampah dan ruang fermentasi saya menghabiskan dana Rp 10 juta, waktu itu," ujarnya, Kamis (25/8) di rumahnya.

Mulailah sampah milik tetangga sekitarnya, sampah sendiri dikumpulkan. Seminggu 2 kali tiap hari Senin dan Kamis, Darmaji berkeliling mengambil sampah untuk dikumpulkan di 'rumah sampah' miliknya. Tanpa bayaran sepeser pun,

Darmaji bekerja sendiri mengumpulkan sampah kemudian dipilah-pilah menurut jenis atau klasifikasi sampah.

Di 'rumah sampah' itulah waktunya dihabiskan sehari-hari. Ada sampah plastik, kaca dari botol-botol, daun-daunan kering atau basah, dipilah sendiri-sendiri menurut jenis kelompoknya.

Menurut Darmaji, sampah plastik dan masih layak, serta kaca atau beling botol setelah dibersihkan kemudian diseter kepada pengepul 'rongsokan' dijual dengan harga Rp 1500-Rp 2500 perkilogram. Demikian juga dengan sampah kertas, karton atau kerudus bekas dijual di tempat tersebut.

Dalam sekali angkut sampah, Darmaji bisa mengumpulkan 4 gerobak kecil, kurang lebih 10 kilogram atau rata-rata 40 kilogram seluruhnya. Beruntung Darmaji punya langganan di Pasar Jomblang, Gamplong yang buka tiap pasaran Pon dan Kliwon, sehingga merupakan salah satu pemasok sampah paling banyak tiap minggunya.

Belajar dari Buku SD

Menurut Darmaji, gagasan membuat pupuk organik berbahan sampah, didapat dari membaca buku Sekolah Dasar (SD) yakni cara mem-



KR-Sutopo Sgh

Darmaji di ruang fermentasi pupuk organik.

buat pupuk kandang atau kompos. Juga petunjuk dari beberapa teman, kenalan yang sering menggunakan pupuk organik.

Melalui cara fermentasi atau olahan sederhana, Darmaji memilih sampah daun-daun kering atau basah untuk ukuran 20 kilogram ditambah kotoran kambing (*ce-mendhil*) secukupnya, EM 4 dan tetes tebu masing-masing 1 botol dan air secukupnya, akan jadi pupuk sekitar 10 karung kecil ukuran 20 kilogram. Lama fermentasi atau olahan sampah menjadi pupuk organik atau kompos, membutuhkan waktu kurang lebih 1 bulan. Setelah itu, pupuk organik siap dipakai atau digunakan.

"Ada yang menyarankan tambah dolomit, agar pupuknya jadi lembut dan menyubur kan untuk berbagai tanaman. Tetapi saya belum mempraktekkan, baru *ce-mendhil*, EM 4 dan tetes tebu," tambah Darmaji.

Untuk kebutuhan *ce-mendhil*, pihaknya sering men-

dapatkan sumbangan petani yang sampahnya ia ambil. Sedangkan tetes tebu dan EM4 dibeli di toko obat-obatan pertanian, yang harganya Rp 10.000 perbotol dan Rp 22.000 perbotol.

Kini hasil produksinya berupa pupuk organik atau kompos, sudah banyak dimanfaatkan petani untuk tanaman padi, sayuran, palawija dan tanaman lainnya. Sedangkan untuk harga pupuk organik atau kandang (kompos), ia mematok Rp 20.000 tiap karung.

Diakui Darmaji, dirinya bisa mengolah sampah menjadi pupuk kandang atau organik (kompos) sebatas uji praktik sendiri. Artinya belum ada bimbingan dari pihak manapun, baik Petugas Pertanian Lapangan (PPL) setempat, ataupun kursus dan pelatihan. Mudah-mudahan nantinya, saya mendapatkan bimbingan dan fasilitasi lainnya dari pihak terkait agar mutu atau kualitas produknya lebih baik.

(Sutopo Sgh)-d

Mengintip Peluang Pasar Pepaya

BUKAN hanya pepaya matang yang laku di pasaran. Pepaya mentah pun banyak diburu industri pengolahan makanan dan kosmetik. Hal ini karena pepaya mengandung enzim proteolitik yang dapat dimanfaatkan di bidang industri makanan sebagai pelunak daging dan sebagai bahan baku kosmetika. Selain itu, papain juga mengandung enzim chymopapain yang dapat mencernakan protein dan mengentalkan air susu.

Di luar negeri, pepaya digunakan dalam industri penyamakan kulit dan pengolahan wol. Hal ini karena pepaya dapat menghilangkan noda yang melekat pada sutra alam, mengolah wol agar jangam sampai mengkerut, dan menjernihkan minuman. Oleh karena itu, tak heran bila banyak eksportir pepaya gencar mengirim dagangannya ke luar negeri, seperti Singapura, Malaysia, China, dan beberapa negara Eropa seperti Prancis dan Italia.

Di bidang farmasi, daun, batang, dan biji pepaya dapat digunakan sebagai bahan obat-obatan. Sebagian masyarakat meyakini bahwa air perasan daun pepaya muda dapat dijadikan sebagai obat malaria, panas, kejang perut, dan perangsang nafsu makan anak.

Berdasarkan berbagai manfaat tersebut, pepaya menjadi salah satu ko-

moditas yang cukup potensial untuk dikembangkan yang berorientasi pada agribisnis. Dalam luasan 1 hektar, buah pepaya yang bisa dipanen bisa mencapai kisaran 168-170 ton/2 tahun.

Produksi tersebut diperoleh pada kisaran populasi 1.500 tanaman/ha dalam kondisi lingkungan yang optimal. Tiga tahun merupakan masa hidup (life time) yang paling optimal untuk tanaman pepaya.

Pembudidayaan dan pengembangan tanaman pepaya yang intensif dapat membuka lapangan kerja dan meningkatkan pendapatan.

Sentra produksi pepaya antara lain terdapat di Kabupaten Bogor, Sukabumi, Subang, Bandung (Jawa Barat), Kabupaten Boyolali, Wonogiri, dan Magelang (Jawa Tengah), Kabupaten Kediri, Malang, dan Banyuwangi (Jawa Timur), Kabupaten Buleleng, Karangasem,

dan Badung (Bali), Kabupaten Pontianak, Kota Pontianak, dan Bengkayang (Kalimantan Barat), Kabupaten Balikpapan (Kalimantan Timur). Hal inilah yang membuat usaha agribisnis pepaya menjadi berkembang pesat.

Dari produksi pepaya yang dihasilkan di Indonesia 90 persen untuk konsumsi dalam negeri, sedangkan sisanya adalah untuk ekspor. Menurut data Kementerian, saat ini harga buah pepaya di tingkat produsen (petani) bervariasi. Untuk tipe pepaya besar harganya berkisar Rp 1.500-Rp 2.000 perkilogram, sedangkan pepaya tipe kecil berkisar Rp 3.000Rp 4.000 perkilogram.

Buah pepaya sudah diekspor ke beberapa negara seperti Singapura, Australia, Korea Selatan, Arab Saudi, Prancis, dan Belanda walaupun masih dalam jumlah yang relatif kecil. (Dar)-d



KR-Dok

Pepaya mentah banyak diburu industri kosmetik, obat dan pengolahan makanan.

EMPON-EMPON

Daun Ketumpang Air Obat Sakit Kepala



KR-Sutopo Sgh

Tanaman Ketumpang Air gampang tumbuh di tempat yang lembap, banyak khasiatnya untuk kesehatan.

TANAMAN Ketumpang Air, bisa juga disebut sirih Cina atau juga sirih air. Ada juga yang menyebut, tanaman semak yang bersinar karena warna daunnya hijau bening. Gampang tumbuh di tempat yang lembap, bisa juga dalam pot tanaman hias. Tanaman ini sering dianggap gulma atau tumbuhan pengganggu, sehingga sering kali langsung dicabut dan dibuang begitu saja. Kenyataannya, ternyata tidak hanya daunnya saja tetapi, akar dan batangnya banyak manfaat untuk kesehatan tubuh.

Dalam 'Serat Jampi Jawi' tinggalkan leluhur yang berisi kurang lebih 261 resep 'Jamu Jawa' atau tradisional, salah satunya menyebut daun Ketumpang Air dan khasiatnya untuk kesehatan. Ramuan daun Ketumpang Air sering digunakan untuk mene-

ngakan sakit perut, mengobati jerawat dan bisul serta pembalut luka. Daun, batang dan akar Ketumpang Air memiliki sifat antiinflamasi, antijamur dan analgesik. Bisa digunakan dalam bentuk segar maupun kering, baik dikonsumsi maupun dioleskan pada bagian kulit yang akan diobati.

Untuk mengobati sakit kepala, ramuan daun Ketumpang Air bisa untuk pereda atau menghilangkan rasa sakit kepala ketika demam atau pusing. Caranya, ambil beberapa lembar daun Ketumpang Air secukupnya, cuci bersih kemudian tumbuk atau dilumatkan, bisa juga diblender sampai halus. Ramuan yang berbentuk pasta tersebut, tempelkan pada pelipis kiri dan kanan sampai sakit kepala reda atau hilang.

Jika ingin menormalkan

kadar kolesterol, air rebusan daun Ketumpang Air jika dikonsumsi secara teratur akan membantu menurunkan kadar kolesterol secara efektif. Dengan demikian juga berguna untuk mengurangi beberapa risiko terkena penyakit jantung, stroke dan penyakit terkait sistem kardiovaskular lainnya.

Sedangkan bila asam urat tinggi, konsumsi ramuan atau rebusan daun Ketumpang Air secara rutin. Memiliki kadar senyawa yang bisa digunakan sebagai alternatif, untuk mengontrol kadar asam urat secara efektif.

Menjaga kesehatan kulit, mengonsumsi rebusan daun Ketumpang Air secara rutin bisa juga membantu menjaga kesehatan kulit secara efektif. Di antaranya adalah, bisul, jerawat, radang kulit, luka bakar, luka memar, terpukul dan lebam serta kulit bengkak. Minumlah rebusan daun Ketumpang Air secara rutin, sehari 2 kali.

Menjaga kesehatan pencernaan, mengonsumsi rebusan daun Ketumpang Air mampu melindungi sistem pencernaan dengan baik. Bisa mengatasi penderita penyakit maag, bahkan mampu meredakan nyeri spasmodik parah pada perut yang disebabkan distensi (kolik). Bila memiliki kondisi kesehatan

pencernaan, konsumsi rebusan daun Ketumpang Air adalah solusi yang tepat. Hal ini karena rebusan daun Ketumpang Air mampu menghambat kerusakan mukosa lambung, atau lapisan selaput lendir yang berisi kelenjar dan lubang lambung.

Mempercepat penyembuhan patah tulang, seiring dengan faktor usia akan menyebabkan pengeroposan tulang osteopenia atau masa tulang rendah, juga osteoporosis yakni mudah mengalami patah tulang. Dengan mengonsumsi rebusan daun Ketumpang Air secara rutin, akan membantu mempercepat penyembuhan patah tulang.

Cara mengolah daun Ketumpang Air, ambil beberapa lembar atau secukupnya, cuci bersih kemudian rebus dengan 2, 5 gelas air. Sisakan kurang lebih 2 gelas, saring dan dinginkan. Bisa diminum sehari 2 kali, pagi dan sore hari.

Itulah beberapa manfaat tanaman Ketumpang Air untuk kesehatan tubuh. Para leluhur masih melestarikan sebagai 'Jamu Jawa' atau tradisional karena percaya 'tamba teka lara lunga'. Di samping itu murah harganya, dan mudah mencarinya banyak di sekitar kita.

(Sutopo Sgh)-d

Ampuhnya Khasiat Duwet Hebatnya Duwet

DUWET, di wilayah lain disebut jambang, ternyata memiliki banyak khasiat bagi kesehatan. Mengandung senyawa alkaloid, jambosin dan glikosida jambolin sehingga duwet dapat membantu menurunkan kadar gula darah.

Cara memanfaatkannya juga mudah, cukup ambil kulit pohon duwet dan cuci hingga bersih. Jika sudah, rebus dan saring. Minum air rebusan tadi secara teratur dua kali sehari hingga gula darah menjadi normal. Senyawa kimia seperti jambosin, alkaloid, dan glikosida jambolin yang ada pada kulit pohon duwet ini tidak hanya dapat menurunkan kadar gula darah dalam tubuh, tetapi juga dapat berperan dalam mengubah gula menjadi energi dan mencerna kadar gula di dalam darah.

Rebusan kulit duwet juga berkhasiat menyembuhkan diare. Untuk pengobatan sariawan, rebusan kulit duwet diberi beberapa lembar daunnya, lalu digunakan untuk berkumur.

Khasiat kulit pohon duwet lainnya adalah sebagai antibakteri. Kandungan di dalamnya ampuh untuk membunuh bakteri sehingga tumbukan kayu jenis ini juga dapat dimanfaatkan untuk mempercepat penyembuhan luka dan mencegah infeksi.

Air rebusan kulit duwet bisa digunakan untuk mengompres mata guna mengobati dan mencegah katarak.

Para penderita kencing manis pasti akan mengalami masalah serius jika mengalami luka gores. Hal ini dikarenakan tubuh penderita diabetes akan kesulitan menyembuhkan luka dengan sendirinya. Namun, kulit pohon duwet ternyata bisa menjadi solusi yang tepat. Tumbukkan kulit pohon dan biji jambang sangat ampuh untuk mempercepat pengeringan luka.

Khasiat kulit pohon duwetlainnya adalah sebagai diuretik atau peluruh kemih. Hal ini tentunya sangat berguna bagi Anda yang ingin membersihkan ginjal atau penderita kencing batu. ■



KRlistiema

Buah duwet.

Kedaulatan Rakyat

SIUPP (Surat Izin Usaha Penerbitan Pers) No. 127/SK/MENPEN/SIUPP/A.7/1986 tanggal 4 Desember 1990. Anggota SPS. ISSN: 0852-6486.

Penerbit: PT-BP Kedaulatan Rakyat Yogyakarta, Terbit Perdana: Tanggal 27 September 1945.

Perintis: H Samawi (1913 - 1984) M Wonohito (1912 - 1984).

Penasihat: Drs HM Idham Samawi. Komisaris Utama: Prof Dr Inajati Adrisjanti. Direktur Utama: M Wirnon Samawi SE MIB.

Direktur Pemasaran: Fajar Kusumawardhani SE. Direktur Keuangan: Imam Satriadi SH. Direktur Umum: Yurija Nugroho Samawi SE MM MSC. Direktur Produksi: Baskoro Jati Prabowo SSos.

Alamat Percetakan: Jalan RayaYogya - Solo Km 11 Sleman Yogyakarta 55573, Telp (0274) - 496549 dan (0274) - 496449. Isi di luar tanggung-jawab percetakan

Alamat Homepage: http://www.kr.co.id dan www.krjogja.com. Alamat e-mail: naskahkr@gmail.com. Radio : KR Radio 107.2 FM.

Bank: Bank BNI - Rek: 003.0440.854 Cabang Yogyakarta.

Perwakilan dan Biro:

Jakarta: Jalan Utan Kayu No. 104B, Jakarta Timur 13120, Telp (021) 8563602/Fax (021) 8500529. Kuasa Direksi: Ir Ita Indirani. Wakil Kepala Perwakilan: Hariyanto Tata Raharja.

Wartawan : H Imong Dewanto (Kepala Biro), H Ishaq Zubaedi Raqib, Syaifullah Hadmar, Muchlis Ibrahim, Rini Suryati, Ida Lumongga Ritonga.

Semarang : Jalan Lampersari No 62, Semarang, Telp (024) 8315792. Kepala Perwakilan: Budiono Isman, Wakil : Isdiyanto Isman SIP.

Banyumas : Jalan Prof Moh Yamin No. 18, RT 7 RW 03 Karangklesem, Purwokerto Selatan, Telp (0281) 622244. Kepala Perwakilan: Ach Pujiyanto SPd, Wakil : Driyanto.

Klaten : Jalan Pandanaran Ruko No 2-3, Bendogantungan Klaten, Telp (0272) 322756. Kepala Perwakilan : Sri Warsiti.

Magelang : Jalan Achmad Yani No 133, Magelang, Telp (0293) 363552. Wakil : Drs M Thoha.

Kulonprogo : Jalan Veteran No 16, Wates, Telp (0274) 774738. Kepala Perwakilan : Suprpto, SPd, Wakil : Asrul Sani.

Gunungkidul : Jalan Sri Tanjung No 4 Purwosari, Wonosari, Telp (0274) 393562. Kepala Perwakilan: Drs Guno Indarjo, Wakil: Wuragil Dedy TP

Langganan per bulan termasuk 'Kedaulatan Rakyat Minggu'... Rp 90.000,00, Iklan Umum/Display...Rp 27.500,00/mm klm, Iklan Keluarga...Rp 12.000,00 /mm klm, Iklan Baris/Cilik (min. 3 baris, maks. 10 baris). Rp 12.000,00 / baris, Iklan Satu Kolom (min. 30 mm, maks. 100 mm) Rp 12.000,00 /mm klm, Iklan Khusus: Ukuran 1 klm x 45 mm... Rp 210.000,00, (Wisuda lulus studi D1 s/d S1, Pernikahan, Ulang Tahun) ● Iklan Warna: Full Colour Rp 51.000,00/ mm klm (min. 600 mm klm), Iklan Kuping (2 klm x 40 mm) 500% dari tarif. Iklan Halaman I: 300 % dari tarif (min. 2 klm x 30 mm, maks. 2 klm x 150 mm). Iklan Halaman Terakhir: 200% dari tarif. Tarif iklan tersebut belum termasuk PPN 10%

Alamat Kantor Utama dan Redaksi: Jalan Margo Utomo 40, Gowongan, Jetis, Yogyakarta, 55232. Fax (0274) - 563125, Telp (0274) - 565685 (Hunting)