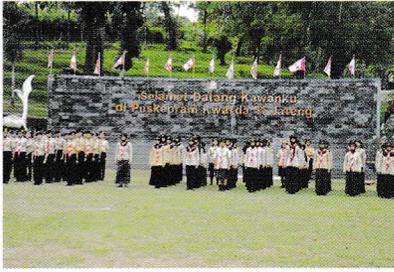


Prof. Dr. Suyatno, M.Pd
Dr. H. M. Afif Anshori, M.Ag



TEKNIK KEPRAMUKAAN PRAMUKA PENEGAK DAN PANDEGA





TEKNIK KEPRAMUKAAN PRAMUKA PENEGAK DAN PANDEGA

OLEH:

Prof. Dr. Suyatno, M.Pd

Dr. H. M. Afif Anshori, M.Ag

Kak Yatno (Prof. Dr. Suyatno, M.Pd), dkk.
Teknik Kepramukaan; Pramuka Penegak dan Pandega
Cet. I, Tangerang:
Saka Publishing, 2015
vi+98 hlm., 17,6 x 25 cm.

Teknik Kepramukaan; Pramuka Penegak dan Pandega
ISBN : 978-602-1574-93-5

Penulis : Kak Yatno (Prof. Dr. Suyatno, M.Pd)
Dr. H. M. Afif Anshori, M.Ag

Pracetak : *Saka Publishing Team*

Tahun : 2015

Sumber foto cover: Dokumentasi Humas Kwarda Jawa Tengah

Hak Cipta © dilindungi oleh Undang-Undang. Dilarang mengutip, memperbanyak, dan atau memfotokopi baik sebagian atau seluruh isi buku serta memperjualbelikannya tanpa izin tertulis dari Penerbit. Penerbit adalah anggota IKAPI Jakarta.

Undang Undang Republik Indonesia Nomor 19 Tahun 2002 tentang Hak Cipta:

Lingkup Hak Cipta

Pasal 2:

1. Hak Cipta merupakan hak eksklusif bagi Pencipta atau Pemegang Hak Cipta untuk mengumumkan atau memperbanyak ciptaannya, yang timbul secara otomatis setelah suatu ciptaan dilahirkan tanpa mengurangi pembatasan menurut peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Ketentuan Pidana

Pasal 72:

1. Barangsiapa dengan sengaja atau tanpa hak melakukan perbuatan sebagaimana dimaksud dalam pasal 2 ayat (1) atau pasal 49 ayat (1) dan ayat (2) dipidana dengan pidana penjara masing-masing paling singkat 1 (satu) bulan dan/atau denda paling sedikit Rp 1.000.000,00 (satu juta rupiah), atau pidana penjara paling lama 7 (tujuh) tahun dan/atau denda paling banyak Rp 5.000.000.000,00 (lima miliar rupiah).
2. Barangsiapa dengan sengaja menyiarkan, memamerkan, mengedarkan atau menjual kepada umum suatu ciptaan atau barang hasil pelanggaran Hak Cipta atau Hak Terkait sebagaimana dimaksud pada ayat (1) dipidana dengan pidana penjara paling lama 5 (lima) tahun dan/atau paling banyak Rp 500.000.000,00 (lima ratus juta rupiah).

Penerbit : Saka Publishing (Imprint Tirtamedia)

Gedung Graha Fitara

Jl. Pondok Aren Raya No. 10,

Pondok Aren - Tangerang

Phone/Fax: 021 - 26331717,

Email: tirtamedia@ymail.com



KATA PENGANTAR

Salam Pramuka!

Pramuka Penegak merupakan golongan sekaligus sebutan bagi anggota Pramuka usia 16-20 tahun, secara umum dapat dikategorikan sebagai usia remaja awal. Secara psikologis, karakteristik usia ini, antara lain, sosialisasi diri dengan lingkungan dan tanggung jawab sosial mulai tumbuh dengan cepat, mulai mencari identitas diri, keinginan kelompok sulit dirintangi, suka berdiskusi, bermusyawarah, pendapat sendiri kadang mulai dipertahankan sampai mati-matian serta pengaruh teman sebaya sangat kuat.

Sementara itu Pandega adalah anggota muda Gerakan Pramuka usia 21-25 tahun yang bisa juga disebut Senior Rover merupakan masa awal dewasa. Masa usia ini (Pandega) adalah masa pembentukan kemandirian pribadi, masa mempersiapkan untuk berkarir, dan membentuk ideologi pribadi yang di dalamnya juga meliputi penerimaan terhadap nilai dan sistem etik. Dengan demikian, Pramuka Penegak dan Pandega pada umumnya kreatif, suka berkarya, dan selalu ingin menunjukkan eksistensinya. Buku ini lebih mengutamakan teknik kepramukaan pada ranah kegiatan kepramukaan Bina Diri, Bina Satuan, Bina Masyarakat, Bina Masa Depan dan area pengembangan pada fisik, sosial, intelektual, dan spiritual.

Akhir kata, saya senantiasa mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari Adik-adik Penegak, Pandega, para Pembina, serta pembaca lainnya.

Surabaya, 2015

Prof. Dr. Suyatno, M.Pd

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	iv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
Ranah Kegiatan Kepramukaan Pramuka Penegak dan Pandega	1
A. Kiasan Dasar Penegak dan Pandega.....	1
B. Filosofi Penegak dan Pandega	1
C. Karakter Usia Pandega.....	3
D. Sifat Kegiatan Kepramukaan Penegak dan Pandega.....	4
E. Teknik Kepramukaan (<i>Scouting Skill</i>).....	6
BAB 2 BINA DIRI	9
A. Keterampilan Spiritual.....	9
1. Pengamalan Kaidah-Kaidah Agama yang Dianutnya	9
2. Pengamalan Prinsip Dasar Kepramukaan	12
3. Pengamalan melaksanakan Kode Kehormatan Pramuka	14
4. Pengamalan Pancasila.....	15
B Keterampilan Emosional	16
C Keterampilan Sosial.....	17
1. Peduli Sosial.....	17
2. Pengetahuan dan penghayatan tentang Bela Negara	18
3. Menjalin Networking dan Silaturahmi.....	19
4. Pengamalan Berempati.....	19
5. Pengamalan Jiwa untuk Berbagi.....	19
6. Pengamalan untuk Menolong.....	19
7. Pengamalan untuk Mengabdikan.....	20
D Keterampilan Intelektual	20

E Keterampilan Fisik/Kinestetik.....	20
1. <i>Orienteering</i>	21
2. <i>Hiking</i>	25
3. <i>Climbing</i>	26
4. <i>Mountaineering</i>	27
5. Pionering	38
6. <i>Camping</i>	42
7. Pengembaraan.....	43
8. Samapta.....	43
9. Olahraga.....	48
BAB 3 BINA SATUAN	49
A. Racana Pandega	49
1. Reka	49
2. Rapat Reka	49
3. Program Reka.....	50
4. Kegiatan Reka.....	50
B. Dewan Racana	50
1. Organisasi Racana Pandega	51
2. Musyawarah Racana.....	51
3. Struktur Organisasi Racana Pandega.....	51
4. Dewan Racana Pandega	51
5. Dewan Kehormatan Pandega	52
6. Reka Kerja	52
7. Sanggar Bakti.....	53
8. Perjalanan Bakti Pramuka Pandega.	53
9. Tata Adat Racana Pandega	55
C. Dewan Kerja	59
1. Tugas Pokok, Fungsi Wewenang dan Tanggung Jawab.....	60
2. Organisasi dan Masa Bakti	61
3. Kepengurusan	61
4. Muspanitera.....	62
5. Sidang Paripurna.....	63
6. Rapat-Rapat Dewan Kerja	64
D. Dewan Saka	64
1. Pengertian.....	65
2. Pengurus Dewan Saka.....	65
3. Dewan Kehormatan Saka	66
4. Tanda Pengurus Dewan Saka	67

BAB 4	BINA MASYARAKAT	70
	A. Bakti Sosial	70
	1. Pengamanan Massa	70
	2. Kamtibmas	71
	3. Pemberdayaan Masyarakat	73
	B. Aksi Sosial	77
	1. Bantuan Fisik.....	78
	2. Bantuan Non-Fisik.....	78
	C. Relawan.....	78
	1. Penanggulangan Bencana.....	78
	2. Donor Darah.....	79
	3. Penyuluhan.....	80
	D. Pengabdian Masyarakat.....	80
	1. Perkemahan Wirakarya.....	80
	2. Penghijauan.....	80
	3. Penanggulangan Kemiskinan	82
	4. Pendidikan Masyarakat.....	83
	E. Pembangunan Masyarakat.....	85
	1. Pembangunan Sarana	85
	2. Pembangunan Mental	85
	3. Pembangunan Budaya.....	87
	4. Pembangunan Sosial.....	87
BAB 5	BINA MASA DEPAN	89
	A. Magang Kerja.....	89
	1. Magang Mandiri.....	89
	2. Magang Perusahaan	90
	B. Usaha Mandiri.....	91
	1. Usaha Jasa	91
	2. Usaha Produksi.....	91
	3. Usaha Hiburan	91
	C. Kreasi dan Inovasi Kerja.....	91
	Glosarium.....	93
	Daftar Pustaka	94
	Tentang Penulis.....	95
	Indeks	97

BAB

2

BINA DIRI

A. Keterampilan Spiritual

Keterampilan Spiritual ialah keterampilan sikap dan perilaku seorang pramuka yang dalam keseharian mencerminkan perwujudan:

1. Pengamalan Kaidah-kaidah Agama yang Dianutnya

Pengamalan kaidah-kaidah agama bagi anggota Pramuka dapat dilihat dari tingkat implementasi Syarat Kecakapan Umum (SKU) tingkat Penegak Laksana dan Pandega.

Penegak Laksana

a. Islam

- 1) Dapat menjelaskan makna Rukun Iman dan Rukun Islam di muka pasukan Penggalang atau Ambalan Penegak.
- 2) Dapat menjelaskan Rukun shalat dan dapat mendirikan shalat sunah.
- 3) Dapat menjelaskan rukun puasa serta dapat melakukan salah satu puasa sunah.
- 4) Memahami tata cara merawat jenazah.
- 5) Pernah menjadi amil zakat.
- 6) Dapat menghafal ayat tematik, dari Al-quran dan mampu menjelaskannya

b. Katholik

- 1) Memahami dan mendalami 7 sakramen
- 2) Menghayati dan dapat menceritakan riwayat salah satu Santo/ Santa.
- 3) Membahas 10 Perintah Allah dilengkapi dengan contoh kehidupan sehari-hari.

c. Protestan

- 1) Dapat memberi kesaksian di depan jemaat atau teman sebaya.
- 2) Dapat berpartisipasi aktif dalam pelayanan Gereja sesuai bakat dan kemampuannya.
- 3) Telah mengikuti pengajaran Agama (Katekisasi)

d. Hindu

- 1) Dapat menjelaskan sejarah kerajaan/candi-candi agama Hindu di Indonesia.
- 2) Dapat melafalkan dan bertindak sebagai pemimpin persembahyangan Panca Sembah.
- 3) Dapat menjelaskan Samsara/Punarbawa atau reinkarnasi sebagai bentuk untuk penyempurnaan kelahiran berikutnya.
- 4) Dapat menjelaskan konsep Ajaran Asta Brata.
- 5) Dapat melakukan gerakan dan menjelaskan fungsi, serta manfaat dari setiap gerakan Yoga Asanas.
- 6) Dapat melafalkan dan mengkidungkan lebih dari satu bentuk Dharma Gita
- 7) Dapat menjelaskan bentuk dan fungsi dari seni sakral keagamaan Hindu.

e. Buddha

- 1) Dapat memimpin dan mengorganisir kebaktian (pagi dan sore) serta perayaan hari-hari besar Agama Buddha; hari Waisak, Asadha, Kathina, Maggapuja.
- 2) Saddha: Mendeskripsikan ruang lingkup dan intisari Tripitaka.
- 3) Menjelaskan makna dan manfaat puja serta doa.
- 4) Mendiskripsikan sila sebagai bagian dari jalan mulia berunsur delapan.
- 5) Menjelaskan kebenaran yang terdapat dalam tripitaka

Penegak Pandega

a. Islam

- 1) Dapat menjelaskan makna Rukun Iman, Rukun Islam, dan Ihsan serta memberikan contohnya dalam bentuk tulisan.
- 2) Dapat menjama' dan mengqashar sholat serta mampu menjadi Imam dalam Shalat berjamaah.
- 3) Mampu mengajak teman-teman untuk melaksanakan puasa sunah.
- 4) Dapat merawat jenazah: memandikan, mengkafani, menshalatkan dan menguburkan.
- 5) Dapat menjelaskan perbedaan zakat fitrah dan zakat mal serta dapat menghitung nisab zakat mal.
- 6) Dapat menafsirkan ayat Al-quran dan hadist secara tematik serta dapat menjelaskannya.

b. Katholik

- 1) Dapat menyebut dan menghayati 5 (lima) pondasi hidup gereja: bersekutu, beribadah, mendalami iman, saling melayani, dan bersaksi.
- 2) Dapat menjelaskan dan mendeskripsikan hierarki Gereja dalam bentuk tulisan.

c. Protestan

- 1) Dapat menyanyikan minimal 6 lagu Gerejani dan memimpin nyanyian Gerejani.
- 2) Dapat memimpin doa dalam pertemuan satuannya.
- 3) Dapat memimpin suatu kelompok dalam mempelajari Alkitab.
- 4) Dapat membantu seorang calon Siaga atau calon Penggalang sampai memenuhi SKU untuk Pramuka golongan Siaga tingkat Siaga Mula atau golongan Penggalang tingkat Penggalang Ramu di bidang pendidikan agama Protestan.

d. Hindu

- 1) Dapat menjelaskan sejarah perkembangan Agama Hindu di dunia.
- 2) Dapat menjelaskan korelasi konsep kepemimpinan Hindu dengan kepemimpinan moderen dalam bentuk tulisan.

Penegak Pandega

a. Islam

- 1) Dapat menjelaskan makna Rukun Iman, Rukun Islam, dan Ihsan serta memberikan contohnya dalam bentuk tulisan.
- 2) Dapat menjama' dan mengqashar sholat serta mampu menjadi Imam dalam Shalat berjamaah.
- 3) Mampu mengajak teman-teman untuk melaksanakan puasa sunah.
- 4) Dapat merawat jenazah: memandikan, mengkafani, menshalatkan dan menguburkan.
- 5) Dapat menjelaskan perbedaan zakat fitrah dan zakat mal serta dapat menghitung nisab zakat mal.
- 6) Dapat menafsirkan ayat Al-quran dan hadist secara tematik serta dapat menjelaskannya.

b. Katholik

- 1) Dapat menyebut dan menghayati 5 (lima) pondasi hidup gereja: bersekutu, beribadah, mendalami iman, saling melayani, dan bersaksi.
- 2) Dapat menjelaskan dan mendeskripsikan hierarki Gereja dalam bentuk tulisan.

c. Protestan

- 1) Dapat menyanyikan minimal 6 lagu Gerejani dan memimpin nyanyian Gerejani.
- 2) Dapat memimpin doa dalam pertemuan satuannya.
- 3) Dapat memimpin suatu kelompok dalam mempelajari Alkitab.
- 4) Dapat membantu seorang calon Siaga atau calon Penggalang sampai memenuhi SKU untuk Pramuka golongan Siaga tingkat Siaga Mula atau golongan Penggalang tingkat Penggalang Ramu di bidang pendidikan agama Protestan.

d. Hindu

- 1) Dapat menjelaskan sejarah perkembangan Agama Hindu di dunia.
- 2) Dapat menjelaskan korelasi konsep kepemimpinan Hindu dengan kepemimpinan moderen dalam bentuk tulisan.

- 3) Dapat menjelaskan fungsi Dharma Gita sebagai bentuk pematapan Sradha dan Bhakti Umat dalam bentuk tulisan.
- 4) Berperan aktif dalam upaya pengembangan Dharma Gita di Masyarakat.
- 5) Berperan aktif dalam upaya pengembangan ajaran yoga menuju masyarakat sehat secara fisik maupun mental.
- 6) Mampu menjelaskan konsep Catur Asrama dalam bentuk tulisan.
- 7) Aktif di masyarakat dalam pelaksanaan Meditasi.
- 8) Berperan aktif dalam upaya peningkatan pengetahuan keagamaan Hindu di tingkat Siaga dan Penggalang (konsep Brahmacharia).

e. Buddha

- 1) Dapat menyebutkan bagian-bagian dari kitab suci Tripitaka Bagian Sutta dan Abhidhamma Pitaka.
- 2) Dapat menjelaskan pengertian sila dan manfaat melaksanakan sila.
- 3) Mempraktikkan latihan Athasila setiap hari Uposatha.
- 4) Melatih meditasi Vipassana pagi dan sore.
- 5) Dapat memimpin dan mengorganisir kebaktian (pagi dan sore) serta perayaan hari-hari besar Agama Buddha;
- 6) Dapat membimbing cara membaca/melafalkan paritta-paritta suci kepada Pramuka Penggalang sampai mencapai Penggalang Ramu.

2. Pengamalan Prinsip Dasar Kepramukaan

Yang dimaksud dengan Prinsip Dasar Kepramukaan adalah asas yang mendasari kegiatan kepramukaan dalam upaya membina watak peserta didik. Maka, jika dianalogikan dengan pondasi, makin kuat penjiwaan Prinsip Dasar Kepramukaan dalam diri peserta didik makin kuat pula jiwa kepramuannya. Prinsip Dasar Kepramukaan, adalah:

- a. Iman dan takwa kepada Tuhan YME.
- b. Peduli pada bangsa, negara, sesama manusia dan alam serta isinya.
- c. Peduli pada diri sendiri.
- d. Taat kepada Kode Kehormatan Pramuka.

Oleh karena itu, menerima dan menerapkan Prinsip Dasar Kepramukaan adalah hakikat Pramuka, baik sebagai makhluk Tuhan YME, makhluk sosial, maupun individu yang menyadari bahwa pribadinya:

- a. Taat pada perintah Tuhan YME dan beribadah sesuai tata cara dari agama yang dipeluknya serta menjalankan segala perintahNya dan menjauhi laranganNya.
- b. Mengakui bahwa manusia tidak hidup sendiri melainkan hidup bersama dengan sesama manusia dalam kehidupan bersama yang didasari oleh prinsip perikemanusiaan yang adil dan beradab.
- c. Diberi tempat hidup dan berkembangnya oleh Tuhan YME di bumi yang berunsurkan tanah, air, dan udara yang merupakan tempat bagi manusia untuk hidup bersama, berkeluarga, bermasyarakat, berbangsa yang rukun dan damai.
- d. Memiliki kewajiban untuk menjaga dan melestarikan lingkungan sosial serta memperkokoh persatuan menerima kebhinekaan dalam Negara Kesatuan Republik Indonesia.
- e. Merasa wajib peduli pada lingkungannya dengan cara menjaga, memelihara dan menciptakan lingkungan hidup yang baik.
- f. Menyadari bahwa sebagai anggota masyarakat, wajib peduli pada kebutuhan diri sendiri agar bagi kader pembangunan dapat berpartisipasi secara aktif dalam pembangunan.
- g. Selalu berusaha taat pada Satya dan Darma Pramuka dalam kehidupan sehari-hari.

Fungsi Prinsip Dasar Kepramukaan adalah:

- a. Norma hidup anggota Gerakan Pramuka.
- b. Landasan kode etik Gerakan Pramuka.
- c. Landasan sistem nilai Gerakan Pramuka.
- d. Pedoman dan arah pembinaan kaum muda anggota Gerakan Pramuka.
- e. Landasan gerak dan kegiatan Pramuka mencapai sasaran dan tujuannya.

Oleh karena itu, menerima dan menerapkan Prinsip Dasar Kepramukaan adalah hakikat Pramuka, baik sebagai makhluk Tuhan YME, makhluk sosial, maupun individu yang menyadari bahwa pribadinya:

- a. Taat pada perintah Tuhan YME dan beribadah sesuai tata cara dari agama yang dipeluknya serta menjalankan segala perintahNya dan menjauhi laranganNya.
- b. Mengakui bahwa manusia tidak hidup sendiri melainkan hidup bersama dengan sesama manusia dalam kehidupan bersama yang didasari oleh prinsip perikemanusiaan yang adil dan beradab.
- c. Diberi tempat hidup dan berkembangnya oleh Tuhan YME di bumi yang berunsurkan tanah, air, dan udara yang merupakan tempat bagi manusia untuk hidup bersama, berkeluarga, bermasyarakat, berbangsa yang rukun dan damai.
- d. Memiliki kewajiban untuk menjaga dan melestarikan lingkungan sosial serta memperkokoh persatuan menerima kebhinekaan dalam Negara Kesatuan Republik Indonesia.
- e. Merasa wajib peduli pada lingkungannya dengan cara menjaga, memelihara dan menciptakan lingkungan hidup yang baik.
- f. Menyadari bahwa sebagai anggota masyarakat, wajib peduli pada kebutuhan diri sendiri agar bagi kader pembangunan dapat berpartisipasi secara aktif dalam pembangunan.
- g. Selalu berusaha taat pada Satya dan Darma Pramuka dalam kehidupan sehari-hari.

Fungsi Prinsip Dasar Kepramukaan adalah:

- a. Norma hidup anggota Gerakan Pramuka.
- b. Landasan kode etik Gerakan Pramuka.
- c. Landasan sistem nilai Gerakan Pramuka.
- d. Pedoman dan arah pembinaan kaum muda anggota Gerakan Pramuka.
- e. Landasan gerak dan kegiatan Pramuka mencapai sasaran dan tujuannya.

3. Pengamalan melaksanakan Kode Kehormatan Pramuka

Kode kehormatan adalah suatu norma/ukuran kesadaran mengenai ahlak (budi pekerti) yang tersimpan dalam hati orang sebagai akibat karena orang tersebut tahu akan harga dirinya. Oleh karena itu, Kode Kehormatan Pramuka merupakan norma dalam kehidupan Pramuka yang menjadi ukuran atau standar tingkah laku Pramuka di masyarakat.

Kode Kehormatan Pramuka merupakan janji dan ketentuan moral Pramuka. Kode kehormatan Pramuka terdiri atas:

- 1) SATYA PRAMUKA : merupakan janji Pramuka
- 2) DARMA PRAMUKA : merupakan ketentuan moral Pramuka

Yang dimaksud SATYA PRAMUKA adalah janji yang diucapkan secara sukarela oleh seorang calon anggota Gerakan Pramuka setelah memenuhi persyaratan keanggotaannya. Selain itu juga sebagai tindakan pribadi untuk meningkatkan diri secara sukarela menerapkan dan mengamalkan janji. Satya Pramuka ini merupakan titik tolak memasuki proses pendidikan sendiri guna mengembangkan visi, intelektualitas, emosi, sosial dan spritual, baik sebagai pribadi maupun anggota masyarakat lingkungannya.

Sementara itu, DARMA PRAMUKA adalah alat proses pendidikan diri yang progresif untuk mengembangkan budi pekerti luhur. Juga sebagai upaya memberi pengalaman praktis yang mendorong peserta didik menemukan, menghayati, mematuhi sistem nilai yang dimiliki masyarakat, dimana ia hidup dan menjadi anggota. Darma Pramuka menjadi andasan gerak Gerakan Pramuka untuk mencapai tujuan pendidikan melalui kepramukaan yang kegiatannya mendorong Pramuka manunggal dengan masyarakat, bersikap demokratis, saling menghormati, memiliki rasa kebersamaan dan gotong royong. Darma Pramuka juga sebagai Kode Etik Organisasi dan Satuan Pramuka dengan landasan ketentuan moral disusun dan ditetapkan bersama aturan yang mengatur hak dan kewajiban anggota, pembagian tanggung jawab dan penentuan putusan.

Kode kehormatan bagi Pramuka disesuaikan dengan golongan usia perkembangan rohani dan jasmani peserta didik. Bagi Pramuka Penegak, Pramuka Pandega, dan Anggota Dewasa, Kode Kehormatannya terdiri atas:

a. TRI SATYA

Demi kehormatanku aku berjanji akan bersungguh-sungguh:

- 1) Menjalankan kewajibanku terhadap Tuhan, Negara Kesatuan Republik Indonesia dan mengamalkan Pancasila.
- 2) Menolong sesama hidup dan ikut serta membangun masyarakat.
- 3) Menepati Dasa Darma

b. DASA DARMA

- 1) Takwa pada Tuhan Yang Maha Esa
- 2) Cinta alam dan kasih sayang sesama manusia
- 3) Patriot yang sopan dan ksatria
- 4) Patuh dan suka bermusyawarah
- 5) Rela menolong dan tabah
- 6) Rajin, terampil dan gembira
- 7) Hemat, cermat dan bersahaja
- 8) Disiplin, berani dan setia
- 9) Bertanggung jawab dan dapat dipercaya
- 10) Suci dalam pikiran, perkataan dan perbuatan

Pelaksanaan suatu Kode Kehormatan tidak dapat dibangun di atas dasar lain kecuali di atas dasar KESUKARELAAN, karena hal ini dapat menimbulkan rasa tanggung jawab langsung terhadap ketinggian budi pekerti.

4. Pengamalan Pancasila

Mengapa pengamalan Pancasila termasuk keterampilan spiritual? Karena nilai-nilai yang terkandung dalam kelima sila, bertumpu pada nilai Ketuhanan Yang Maha Esa. Seorang Pramuka yang bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa akan mengimplementasikan sikap religiusitasnya ke dalam watak Kemanusiaan yang Adil dan Beradab, dalam rangka membentuk dan mengokohkan Persatuan Indonesia. Sebagai manusia yang beriman, seorang anggota Pramuka akan menjadikan Kerakyatan yang Dipimpin oleh Hikmat Kebijaksanaan dalam Permusyawaratan/Perwakilan sebagai sikap hidup keseharian, dalam rangka mewujudkan Keadilan Sosial bagi Seluruh Rakyat Indonesia.

B. Keterampilan Emosional

Keterampilan emosional ialah keterampilan menata emosi sehingga yang bersangkutan akan menjadi Pramuka yang selalu dapat mengendalikan dirinya dalam berbagai situasi dan kondisi.

Seseorang yang memiliki keterampilan emosional dapat diketahui dari indikator sebagai berikut:

1. Cermat dalam menghadapi masalah: tenang, teliti, kritis dan analitis dalam bertindak serta tidak tergesa-gesa dalam menentukan sikap.
2. Bijak dalam mengambil keputusan, yakni dengan tidak merugikan diri sendiri maupun orang lain.
3. Sabar, tetapi bukan berarti pasif melainkan tetap tenang dalam menghadapi persoalan yang menimpanya.
4. Menghormati lawan bicara. Di sini diperlukan kemampuan mendengarkan dan kelapangan dada dengan tidak memotong kalimat lawan bicara meskipun terkadang pembicaraan tersebut “tidak mengenakan”.
5. Sopan dalam bertindak. Ini sebagai perwujudan Darma ke-3 dari Dasa Darma, bahwa Pramuka itu Patriot yang Sopan dan Ksatria. Contoh perilaku sopan:
 - a. Memberikan tempat duduknya kepada wanita, orang tua, atau orang yang menderita disabel (cacat) di tempat umum.
 - b. Dalam acara makan bersama tidak mengambil makanan mendahului orang tua atau orang yang dihormati, dan berusaha tidak mendahului selesai sebelum orang tua selesai.
 - c. Jika berjalan beriringan dengan wanita atau orang tua selalu berada di sebelah kanan, yang berarti siap melindungi jika terjadi sesuatu.
6. Santun dalam berbicara, yakni mampu memilih kalimat yang tidak menyinggung atau menyakiti lawan bicara; tidak berkata kotor.
7. Hormat kepada orang tua dan orang yang dituakan.
8. Ulet, tabah dan tangguh – pantang menyerah. Sikap ini ditunjukkan dengan sikap tidak mengeluh walau dalam kesulitan, menghadapi tantangan dan problema hidup atau terkena musibah, ia selalu tenang, ulet, tabah, tidak mudah menyerah.

9. Kreatif dan adaptif. Seorang Pramuka harus memiliki daya cipta (kreasi) dalam berbagai aspek, serta mampu menyesuaikan diri dengan berbagai situasi dan kondisi.
10. Hemat dan sederhana. Artinya, seorang Pramuka akan berbelanja sesuai kebutuhan pokok, tidak berfoya-foya, dan hidup sederhana.
11. Disiplin, yakni mampu memanfaatkan waktu seefektif mungkin, selalu menepati janji.

C. Keterampilan Sosial

Keterampilan sosial ialah keterampilan-keterampilan yang muncul/ timbul dalam keberhadapannya dengan orang lain, seperti:

1. Peduli Sosial

Karena dorongan kepeduliannya pada kebutuhan masyarakat, di antaranya:

- a. Keterampilan PPPK (Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan) atau PPGD (Pertolongan Pertawan Gawat Darurat) di antaranya:
 - 1) Keterampilan tentang kesehatan lapangan
 - 2) Keterampilan dapur umum
 - 3) Keterampilan tentang evakuasi
 - 4) Keterampilan Search And Rescue (SAR)
 - 5) Keterampilan memberikan pertolongan bencana
- b. Keterampilan tentang kesehatan masyarakat
 - 1) Keterampilan pemberantasan sarang nyamuk demam berdarah;
 - 2) Keterampilan tentang kebersihan lingkungan
 - 3) Keterampilan penyuluhan gizi masyarakat
 - 4) Keterampilan penyuluhan Keluarga Berencana
- c. Keterampilan tentang pengamanan masyarakat.
 - 1) Keterampilan pengamanan TKP (Tempat Kejadian Perkara)
 - 2) Keterampilan pemadam kebakaran
 - 3) Keterampilan konservasi tanah dan air
 - 4) Keterampilan tentang tanaman dan tanaman obat keluarga (Toga)

2. Pengetahuan dan Penghayatan tentang Bela Negara

Bela negara adalah sikap dan perilaku warga negara yang dijiwai oleh kecintaannya kepada Negara Kesatuan Republik Indonesia yang berdasarkan Pancasila dan Undang Undang Dasar 1945 dalam menjalin kelangsungan hidup bangsa dan negara yang seutuhnya.

Secara fisik, hal ini dapat diartikan sebagai usaha pertahanan menghadapi serangan fisik atau agresi dari pihak yang mengancam keberadaan negara tersebut, sedangkan secara non-fisik konsep ini diartikan sebagai upaya untuk serta berperan aktif dalam memajukan bangsa dan negara, baik melalui pendidikan, moral, sosial maupun peningkatan kesejahteraan orang-orang yang menyusun bangsa tersebut.

Kesadaran bela negara itu hakikatnya kesediaan berbakti pada negara dan kesediaan berkorban membela negara. Spektrum bela negara itu sangat luas, dari yang paling halus hingga yang paling keras. Mulai dari hubungan baik sesama warga negara sampai bersama-sama menangkal ancaman nyata musuh bersenjata. Tercakup di dalamnya adalah bersikap dan berbuat yang terbaik bagi bangsa dan negara.

Bagi anggota Pramuka, pengetahuan dan penghayatan bela negara sudah menjadi bagian dari kehidupannya karena telah tertanam dari seluruh proses pendidikan kepramukaan bagaimana harus menghormati Bendera Pusaka Merah Putih dengan keterampilan menaikkan dan menurunkannya, menyanyikan lagu wajib dan lagu nasional, menghayati Pancasila dan lain-lain.

Unsur-unsur dasar bela negara yaitu:

- a. Cinta Tanah Air
- b. Kesadaran berbangsa dan bernegara
- c. Yakin akan Pancasila sebagai ideologi negara
- d. Rela berkorban untuk bangsa dan negara
- e. Memiliki kemampuan awal bela negara

Contoh-contoh bela negara, yaitu

- a. Melestarikan budaya
- b. Belajar dengan rajin bagi para pelajar

- c. Taat pada hukum dan aturan-aturan negara
- d. Mencintai produk-produk dalam negeri.

3. Menjalin Networking dan Silaturahmi

Seorang Pramuka dituntut mampu membuat jaringan kerja (*networking*) dengan semua kalangan di luar kelompoknya sendiri serta menjalin silaturahmi. Keterampilan ini ditunjukkan dengan cara mengunjungi kawan, mengadakan kegiatan bersama. Bagi Pandega, jalinan networking dapat dibentuk melalui Jambore On The Internet (JOTI), Jambore On The Air (JOTA), Forum Komunikasi Racana, dan sebagainya.

4. Pengamalan Berempati

Salah satu prinsip kehidupan anggota Pramuka adalah *brotherhood* (persaudaraan) sehingga dalam Kepramukaan hanya dikenal sebutan kakak atau adik sebagai bentuk kedekatan emosional. Dari prinsip ini melahirkan sikap berempati terhadap orang lain, baik sesama anggota Pramuka maupun bukan. Sikap berempati ini ditunjukkan dengan bertakziah jika ada yang meninggal, membezoek kawan yang sakit, menolong orang yang kesusahan, ikut membantu memecahkan masalah yang dihadapi kawan, dan sebagainya.

5. Pengamalan Jiwa untuk Berbagi

Keterampilan sosial lainnya yang harus dimiliki anggota Pramuka adalah pengamalan jiwa untuk berbagi dengan sesama. Ini dapat dimaknai berbagi secara material maupun non-material. Berbagi secara material dalam bentuk memberikan sedekah, menolong orang yang kesusahan, mengumpulkan dan membagikan pakaian pantas pakai, buku-buku bekas pakai, dan sebagainya. Adapun secara non-material dapat dilakukan dalam bentuk berbagi pengalaman, berbagi ilmu, berbagi rasa, sikap empati dengan sesama kawan.

6. Pengamalan untuk Menolong

Sebagai implementasi dari darma “Rela Menolong dan Tabah”, seorang Pramuka dituntut untuk ringan tangan membantu orang lain yang kesusahan tanpa harus disuruh atau diminta. Sudah barang tentu menolong yang dimaksud di sini adalah sebatas kemampuan yang dimiliki dan menolong pun pada hal-hal yang positif.

7. Pengamalan untuk Mengabdikan

Yang dimaksud dengan mengabdikan di sini adalah mengabdikan ilmu pengetahuan dan keterampilan kepada masyarakat umum maupun kepada satuan Pramuka di bawahnya. Bentuk pengabdian Pramuka Penegak dan Pandega secara formal dapat diwujudkan melalui Perkemahan Wirakarya, Kemah Bhakti Pandega, Karya Bhakti Pramuka (KARTIKA). Pengabdian kepada satuan Pramuka di bawahnya adalah menjadi Pembantu Pembina pada satuan Penggalang atau Siaga. Untuk mempersiapkan hal itu, seorang Pramuka Penegak dan Pandega diharapkan sudah pernah mengikuti Kursus Pembina Pramuka Mahir Tingkat Dasar (KMD).

D. Keterampilan Intelektual

Keterampilan intelektual diutamakan kepada keterampilan manajerial ialah keterampilan merencanakan dan mengelola kegiatan sehingga mencapai kesuksesan.

Pramuka yang memiliki keterampilan manajerial, di antaranya memiliki keterampilan:

1. kepemimpinan
2. perencanaan, pemrograman dan pelaksanaan kegiatan
3. administrasi
4. hubungan antar insani (*relationship*)
5. penyusunan pelaporan
6. Penambahan Wawasan Pikiran
7. Diskusi
8. Presentasi
9. Debat
10. Menulis

E. Keterampilan Fisik/Kinestetik

Yang dimaksud dengan keterampilan fisik/kinestetik adalah kemampuan yang harus dimiliki oleh seorang Pramuka Penegak/Pandega untuk menjaga kesehatan kebugaran jasmaninya. Bentuknya sangat beragam mulai olah raga, senam Pramuka, *hiking*, pengembaraan,

penjelajahan, *orienteering*, *mountainering*, *climbing*, dan sebagainya baik menggunakan alat maupun tidak.

1. *Orienteering*

Olahraga *orienteering* merupakan suatu aktivitas yang hampir sama dengan kegiatan Pramuka Penegak Pandega, karena peralatan yang digunakan sama, yaitu peta dan kompas serta medan yang sama.

Orienteering adalah olahraga yang mana seorang *orienteer* (pelaku *orienteering*) menggunakan peta dan kompas dengan tepat dan akurat untuk menemukan titik di permukaan bumi. Hal ini menjadi suatu kenikmatan jika dilakukan di hutan atau sebagai olahraga yang dilombakan.

Standar jalur *orienteering* terdiri atas start, rangkaian dari titik kontrol yang ditandai dengan lingkaran, dihubungkan oleh garis dan angka agar didatangi oleh peserta, dan finish. Lingkaran pada titik kontrol terletak di tengah tempat yang akan ditemukan; atau disebut juga deskripsi kontrol (kadang kala disebut petunjuk). Di atas tanah, bendera kontrol menandakan lokasi dimana *orienteer* harus mendatangi lokasi tersebut.

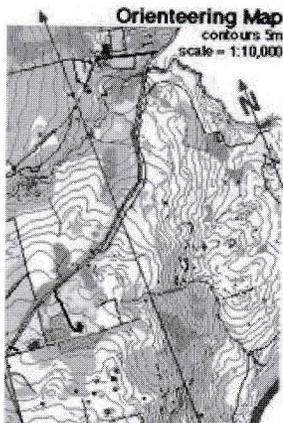
Untuk membuktikan telah datang, seorang *orienteer* menggunakan "punches"/alat pelubang kertas atau stempel yang tergantung dekat bendera untuk menandai kartu kontrol yang dibawanya. Tanda pelubang tidak sama pada tiap titik kontrol untuk membedakan titik kontrol satu dengan lain.

Jalur antara "control" tidak selalu spesifik, dan ini keseluruhannya tergantung pada *orienteer*, pemilihan rute yang tepat dan kemampuan navigasi adalah esensi utama dari *orienteering*.

Banyak kegiatan *orienteering* menggunakan titik start yang sama dengan finish untuk memastikan bahwa setiap *orienteer* mempunyai kesempatan untuk memilih rute mereka sendiri dengan batasan waktu yang telah ditentukan.

a. Peta

Meskipun mungkin untuk melakukan *orienteering* dengan sembarang peta, tetapi akan lebih mudah lagi jika menggunakan peta yang khusus



Gambar 2.1

Peta
Orienteering

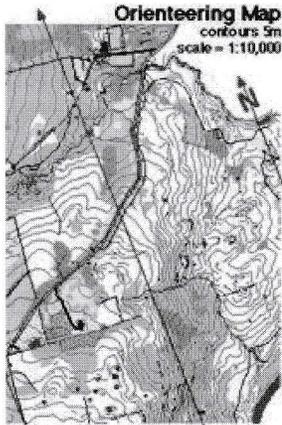
(Sumber:
Dokumentasi Penulis)

untuk *orienteering*. Selain petanya akurat dan detil, peta tersebut disiapkan dengan skala manusia, daerah-daerah dan perkembangan wilayah dipetakan sehingga apa yang nampak di peta adalah hasil dari pembangunan manusia, dan perluasan wilayah berlangsung dengan cepat.

Peta *orienteering* berkembang dengan cepat kurang lebih 50 tahun yang lalu. Pada tahun 1940 an, kegiatan *orienteering* di Skandinavia menggunakan peta 1 : 100.000 (1 cm : 1 Km), menggunakan peta terbitan pemerintah, kadang hitam putih dan tanpa garis kontur untuk menampilkan bentuk dari daratan. Dewasa ini banyak kegiatan *orienteering* dilaksanakan dengan peta 5 warna yang memakai interval kontur 5 meter dan memakai skala 1 : 10.000 (1 : 100 meter).

Banyak ciri-ciri peta *orienteering* yang berhubungan dengan peta untuk mendaki gunung dan peta yang digunakan umumnya yang dibuat oleh Pemerintah.

Bagaimanapun juga satu gambaran dari peta *orienteering* yang spesifik adalah: garis utara peta. Pada contoh terlihat disini, garis tersebut digambarkan dengan warna biru (pada beberapa peta berwarna hitam). Garis utara peta adalah garis lurus/sejajar yang membujur dari selatan magnetis ke utara magnetis, dan membentang sepanjang 500 meter pada peta. Mengapa garis utara pada peta *orienteering* tidak sama dengan utara sebenarnya? sebab sudut antara utara magnetis dan utara sebenarnya (deklinasi) sangatlah besar pada beberapa tempat di dunia, dan alasan *orienteer* menggunakan kompas untuk menentukan arah mereka sendiri (ke arah utara magnetis, bukan utara sebenarnya), ini menjadi standar untuk garis patokan pada peta sehingga mudah untuk menggunakan kompas *orienteering* untuk menentukan sudut kompas. Beberapa aturan umum untuk simbol peta *orienteering* dibuat agar sistem mudah dimengerti.



Gambar 2.1

Peta
Orienteering

(Sumber:
Dokumentasi Penulis)

untuk *orienteering*. Selain petanya akurat dan detil, peta tersebut disiapkan dengan skala manusia, daerah-daerah dan perkembangan wilayah dipetakan sehingga apa yang nampak di peta adalah hasil dari pembangunan manusia, dan perluasan wilayah berlangsung dengan cepat.

Peta *orienteering* berkembang dengan cepat kurang lebih 50 tahun yang lalu. Pada tahun 1940 an, kegiatan *orienteering* di Skandinavia menggunakan peta 1 : 100.000 (1 cm : 1 Km), menggunakan peta terbitan pemerintah, kadang hitam putih dan tanpa garis kontur untuk menampilkan bentuk dari daratan. Dewasa ini banyak kegiatan *orienteering* dilaksanakan dengan peta 5 warna yang memakai interval kontur 5 meter dan memakai skala 1 : 10.000 (1 : 100 meter).

Banyak ciri-ciri peta *orienteering* yang berhubungan dengan peta untuk mendaki gunung dan peta yang digunakan umumnya yang dibuat oleh Pemerintah.

Bagaimanapun juga satu gambaran dari peta *orienteering* yang spesifik adalah: garis utara peta. Pada contoh terlihat disini, garis tersebut digambarkan dengan warna biru (pada beberapa peta berwarna hitam). Garis utara peta adalah garis lurus/sejajar yang membujur dari selatan magnetis ke utara magnetis, dan membentang sepanjang 500 meter pada peta. Mengapa garis utara pada peta *orienteering* tidak sama dengan utara sebenarnya? sebab sudut antara utara magnetis dan utara sebenarnya (deklinasi) sangatlah besar pada beberapa tempat di dunia, dan alasan *orienteer* menggunakan kompas untuk menentukan arah mereka sendiri (ke arah utara magnetis, bukan utara sebenarnya), ini menjadi standar untuk garis patokan pada peta sehingga mudah untuk menggunakan kompas *orienteering* untuk menentukan sudut kompas. Beberapa aturan umum untuk simbol peta *orienteering* dibuat agar sistem mudah dimengerti.

b. Simbol Peta *Orienteering*

- Simbol hitam digunakan untuk bentukan batuan (sebagai contoh batu besar, tebing, tanah berbatu) dan untuk tampilan garis seperti jalan, jalan setapak, gang sama seperti bangunan buatan manusia (sebagai contoh, reruntuhan dan gedung-gedung)
- Simbol coklat digunakan untuk bentukan tanah seperti garis kontur, retakan tanah, bukit kecil.
- Biru digunakan untuk bentukan air: danau, kolam, sungai, jeram, rawa-rawa.
- Kuning untuk menampilkan vegetasi khususnya untuk tanah terbuka tanpa hutan. Kepadatan dari warna kuning menunjukkan: warna kuning terang untuk padang rumput, kuning pucat untuk padang rumput dengan rumput yang tinggi.
- Hijau digunakan untuk menunjukkan vegetasi yang menghambat pergerakan dari seorang *orienteer*. Daerah yang berwarna paling hijau disebut "fight", yang hampir tidak mungkin untuk dilalui.
- Putih di peta *orienteering* menunjukkan hutan dengan sedikit atau tanpa tanaman dibawah pohon-hutan yang dapat dilalui oleh *orienteer* dengan mudah.

Ungu (atau merah) digunakan untuk menandai jalur *orienteering* di peta. Kondisi yang spesifik untuk kegiatan *orienteering* (seperti tempat untuk outbound dimana tanaman pertanian tumbuh) juga didesain dengan warna merah.

c. Sekilas tentang *Orienteering*

Orienteering berarti peta, hutan, dan petualangan. Pada olahraga ini peserta dapat berlari cepat, berlari pelan ataupun berjalan. *Orienteering* adalah olahraga dimana peserta menentukan arahnya sendiri antara titik kontrol atau khususnya yang tergambar di peta. Ada berbagai macam *orienteering*, yang paling umum adalah *orienteering* dengan berjalan kaki. Untuk kegiatan ini, jalur membentang sepanjang kurang lebih 2 km untuk pemula dan anak-anak sampai 12 km untuk *orienteer* dewasa yang sudah berpengalaman. Pada beberapa kegiatan *orienteering* ada beberapa jalur untuk pemula dan untuk yang sudah ahli. Banyak Kegiatan *orienteering* dimulai pada kegiatan yang diberi kode warna (C4).

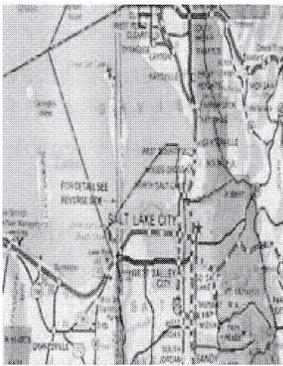
Orienteering mengambil lokasi di berbagai tempat di alam terbuka, dari taman kota sampai pedesaan hutan dan moorlands.

Orienteering adalah olahraga yang sempurna untuk pramuka Penegak dan Pandega, karena mempunyai jalur yang menantang dan uji kemampuan fisik dan pengetahuan IPA, Geografi, dan Matematika.

d. Pemilihan Jalur pada *Orienteering*

Navigasi pada *orienteering* dapat dibagi dalam dua faktor:

- memilih satu dari beberapa rute yang mungkin untuk mencapai control point.
- menemukan jalan anda sendiri sepanjang rute



Gambar 2.2
Peta Navigasi
untuk
Pemilihan
Jalur
(Sumber:
Dokumentasi
Penulis)

Sekali belajar beberapa teknik dasar *orienteering* dan teknik navigasi, maka akan selalu dapat ditemukan kontrol jika peta yang diberikan akurat. Oleh karena itu, banyak perbedaan waktu individual dapat terjadi karena pemilihan rute. Ini memang benar adanya ketika kecepatan melewati wilayah bervariasi secara dramatis di tempat yang berbeda-beda, yang mana dapat terjadi oleh banyak alasan:

- jalan setapak di hutan lebih cepat dilewati
- vegetasi di peta yang berwarna hijau dapat memperlambat perjalanan
- jalan menanjak dan kemudian menurun mungkin lebih lambat dibandingkan jalan mendatar
- jalur lebih cepat yang potensial mungkin tanpa bantuan navigasi, ketika rute yang lebih panjang/pendek menyediakan pendekatan navigasi yang mudah ke titik kontrol.

Faktor lain adalah tiap-tiap individu mungkin mempunyai kekuatan yang berbeda-beda; seorang mungkin berlari sangat cepat di jalan setapak, tetapi lambat secara drastis ketika masuk hutan; yang lain mungkin tidak mempunyai kecepatan yang baik, tetapi tangguh ketika jalan menanjak; yang lain lagi mungkin tidak punya kepercayaan diri dalam kemampuannya membaca kompas, tetapi mungkin sangat baik dalam hal membaca kontur. Jalur

terbaik untuk pemula mungkin bukan jalur terbaik untuk para *orienteer* yang ahli.

Pilihan rute yang diberikan pada lomba di antara titik-titik kontrol mungkin mempunyai banyak solusi pilihan jalur yang terbaik. Tetapi solusi jalur yang terbaik mungkin tidak menguntungkan ketika seorang *orienteer* tidak merencanakannya secara cermat.

2. Hiking

Perkataan *HIKING* berasal dari kata kerja *to hike*, yang berarti berjalan kaki atau berbaris jauh untuk tujuan kesenangan (tamasya) atau latihan (gerak badan). Kalau kita pegang arti dari perkataan *to hike* tersebut, maka banyak jenis olahraga jalan kaki yang termasuk *hiking*. Tetapi kenyataan menunjukkan bahwa hiking adalah suatu perjalanan kaki yang dibungkus dalam permainan, petualangan, dan romantik, bukan hanya sekedar berjalan kaki atau berbaris jauh seperti tersebut dalam arti kata kerja *to hike*.

Contoh: seorang atau beberapa orang yang mengerjakan kebiasaan gerak badan pagi dengan berjalan kaki sejauh satu sampai tiga kilometer; atau seorang yang terpaksa harus berjalan kaki pergi ke tempat pekerjaan karena keadaan tertentu, tidak ada/mempunyai kendaraan; atau perlombaan gerak ialan, semua itu tidak dapat dimasukkan dalam istilah *hiking*. Malah timbul perkembangan yang ganjil, sebab arti berjalan kaki akhirnya tidak dapat dipertahankan lagi, sebab dalam *hiking*, seorang *hiker* boleh menggunakan alat yang dapat membantu perjalanannya seperti sepeda kuda, perahu maupun dengan cara ikut numpang (liften) kendaraan bermotor secara beranting. Oleh karena itu arti "*hiking*" lebih tepat disebut perjalanan penjelajahan dan bukan berjalan kaki atau berbaris menempuh jarak yang jauh seperti arti kata semulanya.

Jenis-jenis Kegiatan *Hiking*

Pada saat menguraikan pengertian "*hiking*" sudah dijelaskan bahwa tidak semua olahraga jalan kaki bisa dimasukkan dalam *hiking*, sebab pengertian asal sudah mengalami perkembangan sedemikian rupa sehingga akhirnya mempunyai pengertian lain.

Hiking berarti perjalanan, pengembaraan/penjelajahan yang bisa dikemas dengan cerita mengandung romantika; bersifat ilmu pengetahuan; atau latihan mental dan fisik.

Jenis-jenis kegiatan yang dapat dimasukkan dalam pengertian *hiking* adalah:

- 1) Mengenal daerah sendiri
- 2) Mengikuti petunjuk tanda-tanda
- 3) Lintas daerah
- 4) Mencari dan mengikuti jejak
- 5) Perjalanan spiritual
- 6) Penjelajahan masyarakat
- 7) Perjalanan penyelidikan
- 8) Pengembaraan dengan sepeda, perahu, kuda dengan cara beranting
- 9) Penjelajahan mempertahankan hidup

Jenis-jenis kegiatan ini dapat dibedakan dari usia, jenis kelamin, kelompok/perorangan pesertanya; isi tujuan; sifat, dan sebagainya.

3. Climbing

Istilah *climbing* berasal dari kata "*to climb*" yang artinya mendaki, memanjat. Jadi, *climbing* berarti pendakian yang membutuhkan penguasaan teknik tersendiri.

Bentuk *climbing* adalah:

- a. *Rock climbing*, yaitu pendakian pada tebing batu
- b. *Snow ice climbing*, yaitu merupakan pendakian pada es dan salju *rock climbing ice climb* Semeru

Untuk mereka yang belum mengenal kegiatan petualangan seperti mendaki gunung pasti mengundang pertanyaan klise: "ngapain sih naik gunung membahayakan?" Pertanyaan sederhana tetapi sering membuat bingung yang ditanya atau bahkan mengundang rasa kesal.

George F Mallory, seorang pendaki Inggris menjawab pertanyaan tersebut "because it is there". Mallory dan rekannya menghilang di everest tahun 1924. Soe Hook Gie (Mapala UI) menulis dalam puisi "Aku Cinta Pangrango" karena aku mencintai kebenaran hidup". Dia tewas tercekik gas beracun di puncak Mahameru tanggal 16 Desember 1969.

Motivasi mendaki gunung memang bermacam-macam. Manusia mempunyai kebutuhan psikologis, kebutuhan akan pengalaman baru, dan kebutuhan untuk diakui oleh manusia lainnya. Rasa ingin tahu adalah yang mendasari dan menjadi jiwa setiap manusia.

4. *Mountaineering*

a. Pengertian

Istilah ini berasal dari kata "*mountain*" yang berarti gunung. *Mountaineering* menurut istilah umumnya adalah segala kegiatan yang bermedan gunung, sedangkan menurut istilah Pecinta Alam adalah cara mengatasi lintasan di daerah pegunungan baik menggunakan alat ataupun tidak.

Dalam bidang *Mountaineering*, teknik pendakian terbagi atas tiga yakni:

- Alfin Taktik adalah teknik pendakian yang dilakukan dimana tim pendaki hanya sekali jalan sampai tujuan (tanpa mendirikan kemah sebelum mencapai puncak).
- Himalayan Taktik adalah teknik pendakian yang dilakukan dimana sistem pendakiannya tim harus mendirikan kemah sebelum mencapai puncak atau tujuan.
- *Solo climbing* adalah teknik pendakian yang dilakukan seorang diri.

Mendaki gunung dalam pengertian *Mountaineering* terdiri atas tiga tahap kegiatan, yaitu:

1) *Hill Walking* (Berjalan)

Hill walking atau *hiking* adalah sebuah kegiatan mendaki daerah perbukitan atau menjelajah kawasan bukit yang biasanya tidak terlalu tinggi dengan derajat kemiringan rata-rata di bawah 45 derajat. Dalam *hiking* tidak dibutuhkan alat bantu khusus, hanya mengandalkan kedua kaki sebagai media utamanya. *Hill Walking* adalah kegiatan yang paling banyak dilakukan di Indonesia. Kebanyakan gunung di Indonesia memang hanya memungkinkan berkembangnya tahap ini.

Berikutnya dalam *mountaineering* adalah *scrambling* dan merupakan kegiatan mendaki gunung ke wilayah-wilayah dataran tinggi pegunungan yang kemiringannya lebih ekstrem

(kira-kira di atas 45 derajat). Kalau dalam *hiking* kaki adalah hal yang paling utama maka untuk *scrambling* selain kaki, tangan sangat dibutuhkan sebagai penyeimbang atau membantu gerakan mendaki. Karena derajat kemiringan dataran yang lumayan ekstrem, keseimbangan pendaki perlu dijaga dengan gerakan tangan yang mencari pegangan. Dalam *scrambling*, tali sebagai alat bantu mulai dibutuhkan untuk menjamin pergerakan naik dan keseimbangan tubuh.

2) Climbing

Level *mountaineering* yang paling ekstrem adalah *climbing* yang mutlak memerlukan alat bantu khusus seperti karabiner, tali panjang, *harness*, *figure of eight*, *sling*, dan peralatan *mountaineering* lainnya. Kemiringannya sangat ekstrem lebih dari 80 derajat.

Climbing, yaitu pendakian yang membutuhkan alat dan teknik khusus. *Climbing* dibagi menjadi 3 macam, yaitu:

- a. *Rock Climbing*, yaitu pendakian pada batu yang membutuhkan alat dan teknik khusus. *Rock Climbing* adalah jenis olahraga alam bebas yang mana selalu membutuhkan kekuatan, keseimbangan, kecepatan, dan tenaga yang didukung dengan kemampuan mental para pelakunya. Walaupun kegiatan ini terpaksa harus memisahkan diri dari *mountaineering*, namun tetap merupakan cabang dari *mountaineering* itu sendiri. Ini adalah kegiatan yang sangat berbahaya dan dibutuhkan pengetahuan dan latihan. Olahraga ini juga menggunakan alat-alat panjat yang sangat krusial dan rawan tetapi dengan teknik dan pengetahuan yang benar, olahraga ini sangat aman untuk dilakukan.
- b. *Snow and Ice Climbing*, yaitu pendakian pada gunung es atau daerah bersalju yang membutuhkan alat dan teknik khusus. Kedua jenis kegiatan ini dapat dipisahkan satu sama lain. *Ice Climbing* adalah cara-cara pendakian tebing/gunung es, sedangkan *Snow Climbing* adalah teknik-teknik pendakian tebing gunung salju.

- c. *Wall Climbing*, yaitu pendakian dengan menggunakan dinding sebagai medianya serta peralatan khusus.

3) *Scrambling*

Scrambling yaitu pendakian pada tebing-tebing batu yang tidak terlalu terjal yang terkadang menggunakan tangan untuk keseimbangan. Bagi pemula biasanya dipasang tali untuk pengaman jalur di lintasan.

Dalam ketiga macam kegiatan di atas tentu di dalamnya telah mencakup: *Mountcamping*, *Mountain Rescue*, Navigasi, PP pegunungan, teknik-teknik *Rock Climbing* dan lain-lain.

Kegiatan yang termasuk *mountaineering* adalah:

- a. Survival, yakni segala kegiatan untuk bertahan hidup di alam.

Pengertian survival menurut versi pengembara:

S = Sadar dalam keadaan gawat darurat

U = Usahakan untuk tenang dan tabah

R = Rasa takut dihilangkan

V = Vitalitas dan daya tahan tubuh ditingkatkan

I = Ingin tetap hidup dan selamat

V = Variasi alam dapat dimanfaatkan

A = Asal mengerti dan tahu caranya

L = Lancar dan selamat

Pengertian survival menurut versi militer:

S = Sadarilah betul-betul situasimu

U = Untung malang tergantung pada ketenanganmu

R = Rasa takut dapat dikuasai

V = Vakum isilah segera

I = Ingatlah di mana kau berada

V = Viva (hidup) hargailah dia

A = Adat istiadat setempat perlu ditiru

L = Latihlah dirimu dan belajarlah selalu

Survival terdiri atas beberapa bagian, yaitu:

- 1) Survival Food = Cara bertahan hidup dengan makanan
 - 2) Survival Fire = Cara bertahan hidup dengan menggunakan api
 - 3) Survival Water = Cara bertahan hidup dengan menggunakan air
 - 4) Shelter = Tempat Perlindungan
 - 5) PPPK.
-
- b. Climbing = Kegiatan pemanjatan atau menaiki tebing.
 - c. Rappelling = Kegiatan penurunan tebing.
 - d. Navigasi = Kegiatan yang mempelajari Ilmu Medan Peta dan Kompas (IMPK).
 - e. Penyeberangan = Cara melintasi daerah yang medannya secara garis besar basah dan kering.
 - f. Hiking = Kegiatan pendakian gunung.
 - g. Shelter = Tempat untuk bertahan hidup di alam.

Kegiatan-kegiatan yang harus dikuasai dalam kegiatan *mountaineering*:

- a. Navigasi
- b. Survival
- c. Ilmu pendaki medan gunung
- d. Pengetahuan tanda-tanda alam
- e. Pengetahuan dan tehnik SAR
- f. Biologi dan Zoologi
- g. Pengetahuan tanda dan jejak
- h. Teknik pionering atau tali temali
- i. Teknik isyarat
- j. Keadaan medan

Klasifikasi pendakian berdasarkan kemiringan:

- a. Grade one = Sudut kemiringannya ± 300
- b. Grade two = Sudut kemiringannya ± 450

- c. Grade three = Sudut kemiringannya ± 750
- d. Grade four = Sudut kemiringannya ± 900
- e. Grade five = Sudut kemiringannya >900

Pengelompokan bahaya di gunung:

- a. Bahaya Subjektif = Segala bentuk bahaya dan atau potensi bahaya yang berasal dari diri sendiri.
- b. Bahaya Objektif = Segala bentuk bahaya dan atau potensi bahaya yang berasal dari alam atau lingkungan sekitar.
- c. Bahaya Nasib = Segala bentuk bahaya dan atau potensi bahaya yang pada dasarnya di luar perhitungan atau pertimbangan pelaku pendaki yang biasanya bersifat tidak terduga.

Perencanaan dan perbekalan pendakian yang harus dipersiapkan: Mengenal jenis medan yang akan dihadapi.

- a. Menentukan tujuan perjalanan
- b. Mengetahui lamanya perjalanan
- c. Mengetahui keterbatasan kemampuan fisik untuk membawa beban (berat beban yang dibawa tidak melebihi $\frac{1}{3}$ berat badan)
- d. Memperhatikan hal-hal khusus

Perjalanan sesuai dengan medannya dibagi atas beberapa bagian, yaitu:

- a. Perjalanan pendakian gunung
- b. Perjalanan menempuh rimba
- c. Perjalanan penyusuran sungai, pantai dan rawa
- d. Perjalanan penelusuran gua
- e. Perjalanan pelayaran
- f. Perjalanan pada es dan salju

b. Persiapan Pendakian

Langkah-langkah persiapan pendakian:

- a. Pengetahuan terhadap diri sendiri

- b. Perlengkapan dan perencanaan
- c. Pengetahuan dan teknik pendakian gunung
- d. Menguasai pengetahuan medan
- e. Memperhitungkan bahaya
- f. Memperkirakan waktu pendakian

Rumus pendakian gunung 5W 1H:

- a. Why = Kenapa (Alasan kita melakukan pendakian)
- b. Where = Kemana (Menentukan tempat pendakian)
- c. When = Kapan (Waktu melakukan pendakian)
- d. What = Apa (Yang kita dapatkan dari pendakian tersebut)
- e. Who = Siapa (Orang yang melaksanakan kegiatan)
- f. How = Bagaimana (Proses pendakian tersebut)

Klasifikasi pendakian:

- a. Kelas 1 = Berjalan tegak tidak memerlukan perlengkapan khusus
- b. Kelas 2 = Medannya agak sulit, sehingga membutuhkan perlengkapan kaki yang memadai dan penggunaan tangan sebagai pembantu keseimbangan sangat dibutuhkan
- c. Kelas 3 = Medannya semakin sulit sehingga dibutuhkan teknik pendakian tertentu tetapi tali pengaman belum dibutuhkan
- d. Kelas 4 = Kesulitan bertambah dan membutuhkan tali dan phyton untuk anchor (penghambat). Pada tingkatan ini dan seterusnya sudah merupakan *climbing*
- e. Kelas 5 = Rute yang dilalui sulit, namun peralatan masih digunakan sebagai *safety*.
- f. Kelas 6 = Tebing tidak lagi memberikan pegangan, celah, rongga dan gaya gesek yang dibutuhkan untuk memanjat

Syarat-syarat untuk menjadi seorang pendaki gunung:

- a. Sikap mental
- b. Pengetahuan dan keterampilan

- c. Kondisi fisik yang memadai
- d. Etika

Macam-macam latihan penyesuaian diri:

- a. Melatih ketahanan tubuh
- b. Latihan bebas
- c. Variasi latihan

Cara menentukan lama pendakian:

- a. Menentukan waktu istirahat
- b. Menentukan waktu perjalanan
- c. Menentukan waktu hambatan

Sistem pendakian:

- a. Himalayan System = Sistem yang digunakan untuk perjalanan pendakian gunung yang memakan waktu lama (berminggu-minggu). Pendakian sistem ini dikatakan berhasil jika salah satu anggota tim berhasil mencapai puncak meski anggota lainnya hanya sampai tengah (gugur)
- b. Alpine System = Sistem yang tujuannya agar semua pendaki sampai puncak bersama. Sistem ini lebih cepat, perjalanan pendakian dilakukan bersama dengan cara terus naik dan membuka *flying camp* sampai puncak

c. Teknik Mendaki Gunung

Mendaki gunung pada dasarnya adalah olahraga berjalan. Karena penguasaan teknik berjalan yang benar wajib diketahui terlebih dahulu. Berjalan di gunung tentu saja tak sama dengan berjalan di trotoar. Di gunung Anda harus berjalan dengan beban di punggung, melintasi lembah, mendaki tebing, menuruni lereng-lereng, atau meniti punggung-punggungan yang tipis. Dengan medan seperti itu ditambah dengan beban yang harus dibawa maka keseimbangan dalam berjalan di gunung adalah mutlak.

Seperti juga pejalan kaki yang lain, Anda harus berjalan dalam satu irama yang tetap, dengan kata lain, tidak kaku seperti robot. Tidak ubah bagai seorang penari, berjalan di gunung pun punya seni tersendiri. Kalau seorang penari mempunyai kenikmatan tersendiri dalam melakukan gerakan-gerakannya, maka seorang pendaki yang

berjalan dalam irama tertentu juga harus dapat merasakannya sebagai suatu kesenangan tersendiri pula.

Ada beberapa patokan yang harus diperhatikan dalam berjalan. Tentu saja melangkah, inilah hal pertama yang harus diperhatikan. Berjalanlah dengan langkah-langkah kecil, jangan memaksakan kaki untuk melangkah terlalu lebar. Langkah-langkah yang terlalu lebar menyebabkan berat badan seringkali ditunjang oleh satu kaki saja karenanya keseimbangan badan pun gampang goyah. Dengan langkah-langkah yang kecil, berat badan dapat ditunjang secara mantap oleh kedua kaki. Perlu diingat bahwa kaki bukan hanya untuk menahan berat badan, tetapi telah ditambah dengan berat barang yang ada di dalam ransel. Dengan langkah-langkah kecil, gerakan nafas teratur, dan ini merupakan cara yang tepat untuk menghemat tenaga.

Bagi pendaki yang berpengalaman, berjalan dua atau tiga jam tanpa istirahat merupakan hal yang biasa. Tentu dibutuhkan kekuatan dan stamina yang hanya dapat diperoleh melalui latihan dan pengalaman yang tidak sedikit. Akan tetapi, sebagai ukuran minimal boleh dikatakan bahwa berjalan satu jam dengan istirahat sepuluh menit adalah normal.

Ketika istirahat, duduklah dengan kaki yang diselonjorkan lurus sedikit di atas badan untuk mengembalikan darah supaya mengalir normal, karena ketika badan berjalan seluruh darah telah berpusat di kaki. Teguklah minuman secukupnya dan makanlah beberapa makanan kecil. Usahakan tidak beristirahat di tempat berangin karena udara dingin dapat mengerutkan otot yang sedang beristirahat, dapat menyebabkan terjadi kram pada otot.

Pilihlah lokasi istirahat yang baik. Secara psikologis lebih menguntungkan apabila Anda memilih lokasi di bagian yang tinggi. Dari tempat ini akan tampak pemandangan yang indah, nikmatilah untuk mengurangi perasaan lelah setelah lama berjalan. Makan dan minum secukupnya untuk mengembalikan tenaga, kalau perlu dimasak dulu agar hangat dan segar. Ada baiknya memakan sedikit garam untuk menghindarkan kram karena banyak keringat yang mengucur memungkinkan hilangnya garam dari tubuh. Membawa buah segar seperti apel, pir, anggur juga sangat membantu untuk

mengembalikan tenaga karena mengandung banyak air dan vitamin jadi mengkonsumsi buah segar juga sangat membantu.

Ketika Anda berjalan perhatikan betul medan yang dihadapi. Kalau melewati medan yang penuh kerikil dan batu-batu tajam, harap berhati-hati karena kaki mudah tergelincir jika ceroboh. Tidak berbeda apabila Anda harus melintasi medan yang berbatu besar dan bulat seperti bebatuan pada sungai misalnya, Anda harus melintasinya dengan melompat dari satu batu ke batu yang lain, yaitu dengan gerak sedemikian rupa cepatnya sehingga batu yang diinjak belum lagi sempat bergulir tetapi Anda sudah melompat ke batu yang lain.

Cara di atas tentu saja berbahaya kalau kondisi Anda sudah lelah. Cara lain yang lebih aman adalah dengan menaiki satu per satu batu tersebut, perlahan-lahan dengan memeriksa terlebih dahulu batu yang akan diinjak agar tak gampang tergelincir nantinya. Cara mana sebaiknya yang akan dipakai adalah tergantung pada pengalaman dan tingkat kelelahan anda.

Medan yang berumput dan terjal seringkali membahayakan, terlebih ketika basah karena hujan atau embun. Pendaki yang tidak berhati-hati akan mudah tergelincir, terutama jika memakai sepatu yang tidak sesuai. Demikian pula dengan medan yang becek, berlumpur, licin, dan berbahaya.

Jangan percaya pada pohon-pohon kecil di pinggir tebing. Pohon-pohon ini seringkali tidak cukup kuat untuk menahan bobot manusia, sehingga mudah tercabut. Batang-batang pohon itu banyak yang lapuk, lalu patah ketika Anda mencekalnya dan menahan badan di situ. Kalau tidak yakin betul, hanya gunakan pohon-pohon itu sebagai keseimbangan saja.

Mendaki di lereng gunung dengan tanah berpasir lebih sulit daripada di atas tanah keras. Setiap kali menjejak, tanah berpasir bisa melorot ke bawah. Anda kadang-kadang perlu menyepakkan kaki ke dalam tanah pasir itu agar tidak melorot. Orang kedua dan seterusnya dapat mengikuti bekas jejak orang pertama supaya tidak mudah lelah, karena tanah berpasir bekas jejak menjadi lebih keras.

Berjalan di atas punggung dari sebuah tebing yang tipis dengan jurang yang curam di sebelah kiri dan kanan merupakan kondisi kritis yang membutuhkan teknik tersendiri untuk mengulanginya. Angin kenang yang sering meniup akan menggoyahkan keseimbangan badan. Jangan melakukan gerakan-gerakan yang tiba-tiba dan membahayakan misalnya melempar batu atau mengayunkan tangan keras-keras. Berjalanlah dengan tenang dan penuh konsentrasi, tetapi tetap dalam irama yang teratur dan tidak kaku.

d. Persiapan Mendaki Gunung

1) Pengenalan Medan

Dalam pengenalan medan seseorang harus memperhitungkan dan menguasai pengetahuan medan, yaitu membaca peta, menggunakan kompas atau GPS serta mengetahui perubahan iklim atau cuaca. Cara lain untuk mengetahui medan yang akan dijalani adalah dengan bertanya pada orang-orang yang pernah mendaki gunung tersebut dan melalui media massa seperti internet.

2) Persiapan Fisik

Persiapan fisik bagi pendaki gunung merupakan kemampuan dasar sebelum melaksanakan perjalanan yang sangat perlu diperhatikan. Tanpa dukungan kekuatan fisik, keberhasilan perjalanan sangat mustahil untuk dicapai. Maka seorang pendaki juga harus mengetahui masalah repetisi persiapan fisik.

3) Persiapan Tim

Persiapan tim adalah memastikan anggota tim yang akan berangkat, membagi tugas tim, dan merencanakan semua yang berkaitan dengan pendakian tersebut.

4) Perlengkapan Peralatan dan Perbekalan

Persiapan peralatan mendaki gunung merupakan tahap awal yang harus dilakukan jika serius ingin menggeluti dunia petualangan yang satu meskipun peralatan mendaki gunung umumnya mahal, namun ini sebanding dengan fungsinya yang merupakan pelindung keselamatan seperti: carriel, sepatu, raincoat, tenda, perlengkapan tidur, perlengkapan masak, obat-obatan dan lain-lain.

e. Pengetahuan Dasar Bagi Pendaki Gunung

1) Orientasi Medan

(a) Menentukan arah perjalanan dan posisi pada peta.

Dengan dua titik di medan yang dapat diidentifikasi pada gambar di peta. Dengan menggunakan perhitungan teknik/azimuth, tariklah garis pada kedua titik diidentifikasi tersebut di dalam peta. Garis perpotongan satu titik yaitu posisi kita pada peta.

(b) Menggunakan kompas

Untuk membaca peta ada berbagai macam kompas yang dapat dipakai, yaitu tipe, prisma, silva, dan lensa.

(c) Peta dalam perjalanan

Dengan mempelajari peta, kita dapat membayangkan kira-kira medan yang akan dilalui atau akan kita daki. Menggunakan peta dan kompas sering dalam praktek sangat sukar dalam menerapkannya di gunung-gunung yang ada di Indonesia. Hutan yang sangat lebat atau kabut yang sangat tebal sering kali menyulitkan orientasi. Penanggulangan dari kemungkinan ini seharusnya dimulai dari awal perjalanan, yaitu dengan mengetahui dan mengenali secara teliti tempat pertama yang menjadi awal perjalanan.

2) Membaca Keadaan Alam

(a) Keadaan udara

- Awan putih berbentuk seperti bulu kambing. Apabila awan ini hilang atau hanya lewat saja berarti cuaca baik. Sebaliknya apabila awan ini berkelompok seperti selimut putih maka datanglah cuaca buruk.
- Perbedaan yang besar antara temperatur siang hari dan malam hari. Apabila tidak, angin gunung atau angin lembah atau pagi-pagi berhembus angin panas, maka diramalkan adanya udara yang buruk. Hal ini berlaku sebaliknya.
- Sinar merah pada waktu Matahari akan terbenam. Sinar merah pada langit yang tidak berawan mengakibatkan esok harinya cuaca baik. Sinar merah pada waktu Matahari terbit sering mengakibatkan hari tetap bercuaca buruk.

(b) Membaca sandi-sandi yang diterapkan di alam menggunakan bahan-bahan dari alam seperti:

- Sandi dari batu yang dijejer atau ditumpuk.
- Sandi dari batang/ranting yang dipatahkan/ dibengkokkan.
- Sandi dari rumput/semak yang diikat. dan lain-lain.

Tujuan dari penggunaan sandi-sandi ini apabila kita kehilangan arah dan perlu kembali ke tempat.

f. Aklimatisasi

Aklimatisasi adalah penyesuaian diri terhadap udara. Menurut teori Apoelar, "semakin tinggi suatu tempat, semakin sulit kemampuan paru-paru untuk menghirup oksigen".

Aklimatisasi pendakian untuk orang yang biasa hidup di ketinggian ± 500 mdpl memerlukan waktu:

- 2-3 hari untuk ketinggian 2000–25000 mdpl.
- 3-4 hari untuk ketinggian 2500–3000 mdpl.
- Melakukan penyesuaian di ketinggian 2000 mdpl selama 7 hari untuk ketinggian ≥ 4000 mdpl.

5. Pionering

Apakah yang dimaksud dengan Pionering? Pionering adalah membuat bangunan darurat yang dapat digunakan dalam kehidupan sehari-hari. Bangunan darurat ini dapat berupa seperti: menara, jembatan, gapura, perlengkapan perkemahan, dan lain-lain Pionering dapat dibuat dengan menggunakan bahan utama, yaitu kayu, bambu, rotan, besi, dan lain-lain.

Untuk membangun sebuah pionering kita harus memiliki kemampuan tali temali yaitu simpul dan ikatan.

Menurut asal katanya, pionering berarti bangunan darurat, yakni pembuatan suatu bentuk bangunan dengan menggunakan alat dasar tali dan tongkat. Seorang anggota Gerakan Pramuka diharapkan memiliki keterampilan khusus dalam menggunakan alat ini, karena keduanya merupakan alat-alat dasar yang sangat berguna dalam kehidupan sehari-hari dikarenakan multifungsinya dan juga sangat sistematisnya. Untuk selanjutnya, akan kita bahas macam-macam dan fungsi dari alat

tersebut dan beberapa contoh bentuk bangun yang bisa dibuat dengan menggunakan alat tersebut.

Sebelum kita masuk ke pembahasan selanjutnya, kita harus juga mengetahui perbedaan dari tali, simpul, dan ikatan. Tali adalah suatu alat yang bersifat lentur yang dapat digunakan untuk membuat suatu simpul dan ikatan. Simpul adalah bentuk hubungan yang dapat diterapkan antara tali dengan tali, sedangkan ikatan adalah bentuk hubungan antara tali dengan tongkat atau dengan benda lain.

a. Macam-macam tali

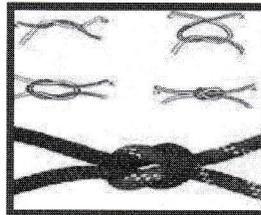
Ada beberapa macam tali yang dapat kita kenali berdasarkan jenisnya dan juga bahan dasarnya.

Berdasarkan jenis dan bahan dasarnya, tali ada dua macam, yaitu:

- 1) Tali alami seperti tali ijuk, tali bambu, tali serat nanas, tali serat pelepah dan kulit pohon, tali sabut kelapa, dan sebagainya.
- 2) Tali buatan seperti tali nilon, tali rafia, tali prusik, tali karmatel, dan sebagainya.

i. Simpul Mati

Gunanya untuk menyambung dua utas tali yang sama besar dan sama-sama kering. Contoh penggunaan: Tali Pramuka.

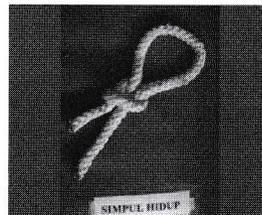


Gambar 2.3
Simpul Mati

(Sumber: Dokumentasi Penulis)

ii. Simpul Hidup

Gunanya untuk menyambung dua utas tali yang sama-sama besar dan sama-sama kering, namun lebih mudah dibuka. Contoh penggunaan : Tali sepatu.

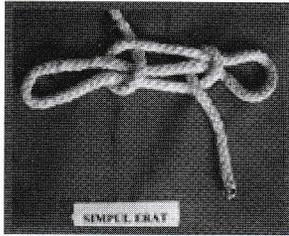


Gambar 2.4
Simpul Hidup

(Sumber: Dokumentasi Penulis)

Gambar 2.5
Simpul Erat

(Sumber: Dokumentasi
Penulis)

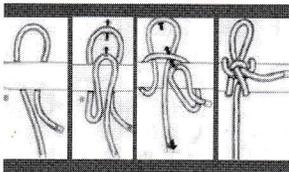


iii. Simpul Erat

Gunanya untuk menyambung dua utas tali yang sama-sama besar dan sama-sama kering namun lebih rapi daripada simpul mati dan simpul hidup. Contoh penggunaan: Tali pengerek bendera.

Gambar 2.6
Simpul Tarik

(Sumber: Dokumentasi
Penulis)

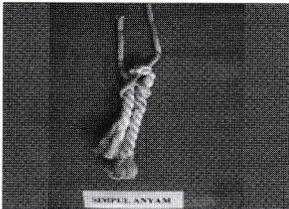


iv. Simpul Tarik

Gunanya untuk menambatkan ujung tali agar mudah dibuka dari jarak yang jauh maupun dekat. Contoh penggunaan: Melepaskan tali pengikat bendera.

Gambar 2.7
Simpul Anyam

(Sumber: Dokumentasi
Penulis)

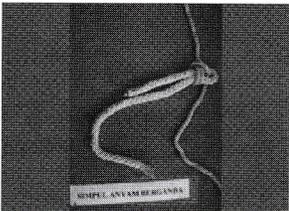


v. Simpul Anyam

Gunanya untuk menyambung dua utas tali yang tidak sama besar dan sama-sama kering. Contoh penggunaan: Tali pramuka dan tali rafia.

Gambar 2.8
Simpul Anyam Berganda

((Sumber: Dokumentasi
Penulis)

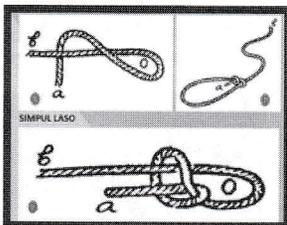


vi. Simpul Anyam Berganda

Gunanya untuk menyambung dua utas tali yang tidak sama besar dan sama-sama basah. Contoh penggunaan : Sambungan tali tambat kapal.

Gambar 2.9
Simpul Laso

(Sumber: Dokumentasi
Penulis)

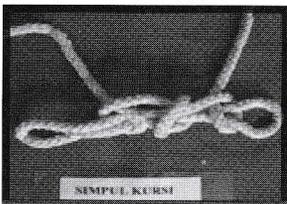


vii. Simpul Laso

Gunanya untuk menjerat. Contoh penggunaan: Trap/Jebakan hewan.

Gambar 2.10
Simpul Kursi

(Sumber: Dokumentasi
Penulis)

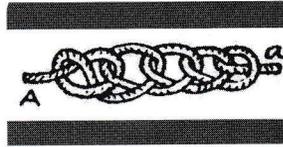


viii. Simpul Kursi

Gunanya untuk mengangkat orang atau barang dari bawah. Contoh penggunaan: Evakuasi korban kecelakaan di jurang.

ix. Simpul Rantai

Gunanya untuk memendekkan tali dan untuk hiasan. Contoh penggunaan: Ujung tali pasak.

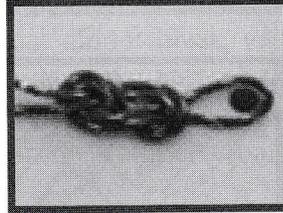


Gambar 2.11
Simpul Rantai

(Sumber: <http://www.ensiklopediapramuka.com/>)

x. Simpul Delapan

Gunanya untuk anchor/tambatan tali atau pengait yang lain. Contoh penggunaan: Anchor tebing.

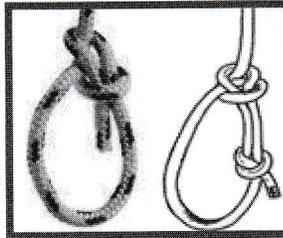


Gambar 2.12
Simpul Delapan

(Sumber: Dokumentasi Penulis)

xi. Simpul Tiang

Gunanya untuk mengikat leher binatang agar tidak tercekik atau untuk menarik beban yang berat. Contoh penggunaan: Tali pada leher binatang.



Gambar 2.13
Simpul Erat

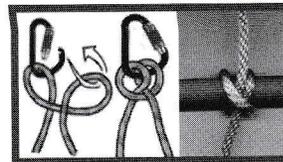
(Sumber: Dokumentasi Penulis)

b. Macam-macam simpul dan kegunaannya

Paling tidak, simpul-simpul dasar yang harus kita ketahui adalah sebagai berikut:

i. Ikatan Pangkal

Gunanya untuk awalan sebuah ikatan. Contoh penggunaan: Awalan menyambung tongkat atau ikatan pada pasak.

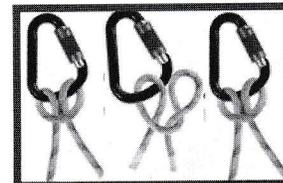


Gambar 2.14
Ikatan Pangkal

(Sumber: Dokumentasi Penulis)

ii. Ikatan Jangkar

Gunanya untuk ikatan individual pada tongkat atau barang lain yang berbentuk ring. Contoh penggunaan: Ikatan tengah drag-bar/tandu.

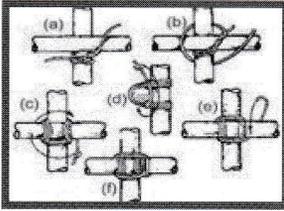


Gambar 2.15
Ikatan Jangkar

(Sumber: Dokumentasi Penulis)

Gambar 2.16
Ikatan Palang

(Sumber: Dokumentasi
Penulis)

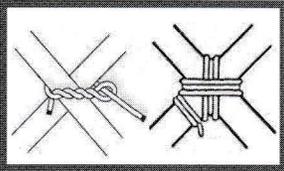


iii. Ikatan Palang

Gunanya untuk menyambung dua bilah tongkat yang berbentuk palang. Contoh penggunaan: Tiang tenda.

Gambar 2.17
Ikatan Silang

(Sumber: Dokumentasi
Penulis)

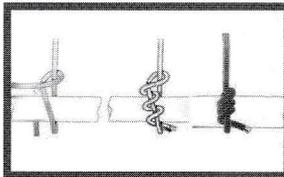


iv. Ikatan Silang

Gunanya untuk menyambung dua bilah tongkat yang berbentuk silang. Contoh penggunaan: Penyangga alat masak.

Gambar 2.18
Ikatan Tambat

(Sumber: Dokumentasi
Penulis)

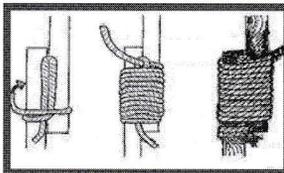


v. Ikatan Tambat

Gunanya untuk menambatkan ujung tali pada tongkat atau benda lain, juga untuk awalan sebuah ikatan. Contoh penggunaan: Ikatan pada pohon.

Gambar 2.19
Ikatan Canggah

(Sumber: Dokumentasi
Penulis)



vi. Ikatan Canggah

Gunanya untuk menyambung dua bilah tongkat atau lebih yang berbentuk tegak lurus. Contoh penggunaan: Tiang bender.

c. Macam-macam ikatan dan Kegunaannya

Paling tidak, ikatan-ikatan dasar yang harus kita ketahui adalah sebagai berikut:

6. *Camping*

Istilah *camping* berakar pada kata "*camp*" bermakna pemukiman, kampung. Jadi, *camping* berarti suatu kegiatan Pramuka dalam bentuk membuat pemukiman sementara untuk tinggal beberapa waktu dengan menggunakan tenda (kemah) maupun bivak.



Kegiatan ini memerlukan keterampilan khusus seperti:

- Menentukan tapak perkemahan
- Menentukan arah angin
- Memasang tali temali

Gambar 2.20
Berkemah
Menggunakan
Tenda Panggung

(Sumber: Dokumentasi
Penulis)

- d. Pemasangan tenda
- e. Teknik penjernihan air
- f. Keterampilan memasak
- g. Keterampilan membuat perapian

Adapun jika tidak tersedia tenda, maka dapat dibuat bivak, yaitu bentuk tenda dengan menggunakan ranting dan daun-daunan sebagai atapnya. Maka untuk membuat bivak diperlukan keterampilan tersendiri seperti tali temali, pengenalan jenis tanaman, dan pengenalan lingkungan.

7. Pengembaraan

Salah satu kegiatan yang menantang bagi pramuka pandega adalah pengembaraan, yaitu melakukan perjalanan jauh melewati hutan, lembah, menyeberangi sungai, perkampungan, untuk menuju satu tempat tertentu sambil membawa perlengkapan dan peralatan khusus, seperti perlengkapan pribadi, alat masak, alat tidur, kompas, peta, lampu, *veldples* (tempat air minum), dan lain-lain. Untuk melakukan pengembaraan ini diperlukan ketahanan fisik yang prima, serta mental yang tangguh karena di dalamnya ada unsur keuletan, kesabaran, keberanian, dan gembira.

Di beberapa gugus depan, kegiatan pengembaraan dijadikan prasyarat untuk pencapaian tingkat Pandega, setelah yang bersangkutan menyelesaikan SKU Pandega, yang biasanya memerlukan maksimal 3 hari.

8. Samapta

Samapta dapat diartikan sebagai ketahanan fisik atau kebugaran tubuh. Seorang pramuka pandega harus mampu menjaga kebugaran tubuhnya dengan melakukan berbagai gerakan badan (olahgerak tubuh).

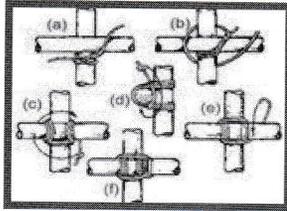
Ada dua jenis samapta, yaitu: Samapta "A" dan Samapta "B".

a. TES SAMAPTA "A" (LARI 12 MENIT)

Pelaksanaan tes lari 12 menit merupakan tes yang paling mudah karena tidak memerlukan teknik atau keahlian khusus, karena hanya dituntut untuk berlari selama 12 menit. Semakin jauh berlari maka semakin besar pula nilainya. Bagi yang tidak mampu men-

Gambar 2.16
Ikatan Palang

(Sumber: Dokumentasi
Penulis)

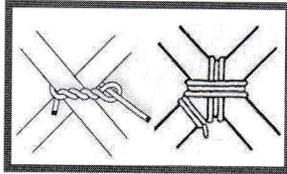


iii. Ikatan Palang

Gunanya untuk menyambung dua bilah tongkat yang berbentuk palang.
Contoh penggunaan: Tiang tenda.

Gambar 2.17
Ikatan Silang

(Sumber: Dokumentasi
Penulis)

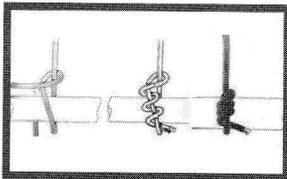


iv. Ikatan Silang

Gunanya untuk menyambung dua bilah tongkat yang berbentuk silang. Contoh penggunaan: Penyanga alat masak.

Gambar 2.18
Ikatan Tambat

(Sumber: Dokumentasi
Penulis)

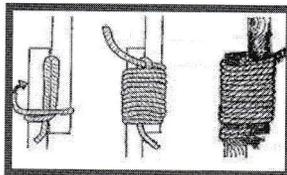


v. Ikatan Tambat

Gunanya untuk menambatkan ujung tali pada tongkat atau benda lain, juga untuk awalan sebuah ikatan. Contoh penggunaan: Ikatan pada pohon.

Gambar 2.19
Ikatan Canggah

(Sumber: Dokumentasi
Penulis)



vi. Ikatan Canggah

Gunanya untuk menyambung dua bilah tongkat atau lebih yang berbentuk tegak lurus. Contoh penggunaan: Tiang bender.

c. Macam-macam ikatan dan Kegunaannya

Paling tidak, ikatan-ikatan dasar yang harus kita ketahui adalah sebagai berikut:

6. Camping

Istilah *camping* berakar pada kata "*camp*" bermakna pemukiman, kampung. Jadi, camping berarti suatu kegiatan Pramuka dalam bentuk membuat pemukiman sementara untuk tinggal beberapa waktu dengan menggunakan tenda (kemah) maupun bivak.

Kegiatan ini memerlukan keterampilan khusus seperti:

- Menentukan tapak perkemahan
- Menentukan arah angin
- Memasang tali temali

Gambar 2.20
Berkemah
Menggunakan
Tenda Panggung

(Sumber: Dokumentasi
Penulis)



- d. Pemasangan tenda
- e. Teknik penjernihan air
- f. Keterampilan memasak
- g. Keterampilan membuat perapian

Adapun jika tidak tersedia tenda, maka dapat dibuat bivak, yaitu bentuk tenda dengan menggunakan ranting dan daun-daunan sebagai atapnya. Maka untuk membuat bivak diperlukan keterampilan tersendiri seperti tali temali, pengenalan jenis tanaman, dan pengenalan lingkungan.

7. Pengembaraan

Salah satu kegiatan yang menantang bagi pramuka pandega adalah pengembaraan, yaitu melakukan perjalanan jauh melewati hutan, lembah, menyeberangi sungai, perkampungan, untuk menuju satu tempat tertentu sambil membawa perlengkapan dan peralatan khusus, seperti perlengkapan pribadi, alat masak, alat tidur, kompas, peta, lampu, *veldples* (tempat air minum), dan lain-lain. Untuk melakukan pengembaraan ini diperlukan ketahanan fisik yang prima, serta mental yang tangguh karena di dalamnya ada unsur keuletan, kesabaran, keberanian, dan gembira.

Di beberapa gugus depan, kegiatan pengembaraan dijadikan prasyarat untuk pencapaian tingkat Pandega, setelah yang bersangkutan menyelesaikan SKU Pandega, yang biasanya memerlukan maksimal 3 hari.

8. Samapta

Samapta dapat diartikan sebagai ketahanan fisik atau kebugaran tubuh. Seorang pramuka pandega harus mampu menjaga kebugaran tubuhnya dengan melakukan berbagai gerakan badan (olahgerak tubuh).

Ada dua jenis samapta, yaitu: Samapta "A" dan Samapta "B".

a. TES SAMAPTA "A" (LARI 12 MENIT)

Pelaksanaan tes lari 12 menit merupakan tes yang paling mudah karena tidak memerlukan teknik atau keahlian khusus, karena hanya dituntut untuk berlari selama 12 menit. Semakin jauh berlari maka semakin besar pula nilainya. Bagi yang tidak mampu men-

capai jarak 2400 meter dalam waktu 12 menit akan mendapatkan nilai yang kurang. Bahkan bisa tidak lulus apabila peserta lain banyak yang bisa menempuh jarak lebih dari 2400 meter.

Tips Program Latihan

Diperlukan waktu yang relatif lama agar dapat mencapai kecepatan dan ketahanan dalam berlari. Oleh karena itu ada program latihan lari sebagai berikut:



Gambar 2.21
Tes Samapta A
Berlari 12 Menit

(Sumber: <http://masway.files.wordpress.com>)

- 1) Lakukan pemanasan sebelum latihan agar tidak terjadi salah urat atau cedera.
- 2) Siapkan stopwatch untuk mengukur waktu berlari.
- 3) Mulailah berlari selama 12 menit di tempat terbuka (lapangan atau jalanan).
- 4) Lakukan latihan lari tersebut secara terus-menerus sampai kita merasa ringan melaksanakan lari dalam waktu 12 menit. Usahakan tidak berhenti berlari, jangan sebentar-sebentar berjalan, larilah terus walaupun dengan kecepatan rendah.
- 5) Setelah beberapa minggu kita merasa ringan melaksanakan lari selama 12 menit maka sekarang dicoba untuk menambah kecepatan berlari sehingga jarak tempuh yang dicapai lebih jauh.

b. TES SAMAPTA "B"

1) PUSH UP



Gambar 2.22
Tes Samapta B
Push Up

(Sumber: <http://masway.files.wordpress.com>)

Tes ini sangat mengandalkan kekuatan otot tangan. Peserta diharapkan mencapai hitungan yang maksimal dalam waktu 60 detik. Semakin banyak akan semakin bagus. Nilai 100 dari tes *push up* adalah sebanyak 43 kali. Apabila ingin aman capailah poin 100 tersebut

dengan melaksanakannya sebanyak 43 kali.

Tips Latihan Gerakan yang Benar

- a) Sebelum latihan, lakukan pemanasan terlebih dahulu yang difokuskan pada tangan.
- b) Sikap awalan, yaitu dengan posisi badan telungkup dengan kedua tangan di samping kanan kiri badan, dada menyentuh tanah, posisi tubuh sampai ujung kaki membentuk garis lurus.
- c) Gerakan naik dengan cara mengangkat tubuh bertumpu pada kedua tangan dan kaki sampai posisi kedua tangan lurus. Perhatikan, gerakan ini harus dilakukan secara simultan/bersamaan dimana kelurusan tubuh dari ujung kepala sampai ujung kaki harus tetap terjaga.
- d) Setelah itu dilanjutkan gerakan turun dengan cara menurunkan badan sampai dada menyentuh dasar/tanah, kepala boleh menoleh ke arah kiri atau kanan untuk menghindari benturan bagian muka dengan tanah.
- e) Hitungan adalah naik lalu turun baru dihitung "satu".
- f) Lakukan perlahan terlebih dahulu untuk memastikan bahwa gerakan yang dilakukan adalah benar dan nyaman.
- g) Apabila sudah benar dan dirasakan nyaman, tahap berikutnya adalah menambah kecepatan gerakan tersebut dengan tidak meninggalkan teknik yang benar.
- h) Lakukan latihan ini sesering mungkin sehingga Anda mampu mencapai 43 hitungan bahkan lebih dalam satu menit.

2) SIT UP

Gerakan *sit up* sangat mengutamakan kelenturan dan kekuatan otot perut. Pelaksanaan tes tahap ini juga mempunyai poin maksimal sebanyak 43 kali. Gerakan *sit up* relatif lebih mudah dan tidak menguras banyak tenaga.



(Sumber: <http://masway.files.wordpress.com>)

Gambar 2.23
Tes Samapta B
Sit Up

Tips Latihan Gerakan yang Benar

- a) Lakukan pemanasan di daerah perut, punggung, dan leher.

- b) Gunakan matras atau alas tertentu untuk mencegah kotor atau bahkan cedera yang disebabkan terkena kerikil atau benda tajam yang ada di tempat latihan.
- c) Sikap awalan adalah posisi terlentang, kaki di tekuk membentuk sudut kurang lebih 45° , ujung kaki masih menyentuh tanah/alas, kedua tangan di belakang kepala dengan jari kedua tangan membentuk sebuah anyaman yang tidak boleh terlepas.
- d) Gunakanlah otot perut untuk mengangkat badan sampai kepala menyentuh lutut, masukkan siku kanan atau kiri di antara kedua paha, kaki tidak terangkat dan anyaman tangan di belakang kepala juga tidak terlepas.
- e) Saat gerakan turun, rebahkan badan secara perlahan sampai seluruh badan merapat dengan tanah/alas seperti posisi awalan. Perhatikan bagian kepala jangan sampai berbenturan dengan tanah/alas.
- f) Hitungan adalah naik lalu turun dihitung "satu".
- g) Apabila sudah nyaman dengan gerakan yang benar, mulailah berlatih kecepatan selama 1 menit, usahakan melakukan sebanyak 43 kali atau lebih.

3) PULL UP



Gambar 2.25
Tes Samapta B
Pull Up

(Sumber: <http://masway.files.wordpress.com>)

Seperti namanya, yaitu *pull up* yang berarti "menarik", maka gerakan ini sangat mengutamakan tarikan dari otot lengan untuk mengangkat tubuh sehingga bagian kepala (dagu) mampu melewati palang tiang. Kombinasi yang harmonis antara kekuatan tangan sebagai kekuatan utama dengan kelentingan tubuh (otot perut) akan membantu mencapai hasil yang maksimal.

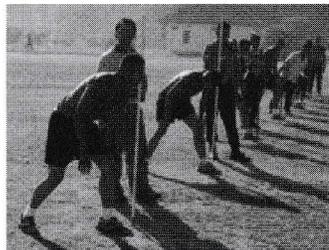
Tips Latihan Gerakan yang Benar

- a) *Warming up* sebelum melaksanakan gerakan *pull up*, terutama bagian tangan, bahu, dan leher.
- b) Gerakan awal dengan cara bergelantung di palang tiang menggunakan kedua tangan. Genggaman tangan pada palang tiang harus dari arah depan tidak boleh dari posisi belakang.

- c) Angkatlah seluruh tubuh menggunakan otot tangan dibantu dengan kombinasi otot perut dan lenting kaki. Pada saat mengangkat tubuh tidak boleh melakukan gerakan menendang ke depan atau membengkokkan kaki. Posisi tubuh harus tetap lurus.
- d) Lewatkan dagu di atas palang.
- e) Turunkanlah tubuh secara vertikal dengan cara meluruskan tangan sehingga posisinya sama dengan sikap awalan tadi.
- f) Lakukan dengan seksama, sabar, dan terus-menerus karena latihan *pull up* merupakan latihan yang sangat menguras tenaga.
- g) Selanjutnya latih kecepatan untuk mengangkat tubuh agar mendapatkan nilai yang maksimal. Nilai 100 adalah 18 kali.

4) SHUTTLE RUN

Shuttle run adalah lari membentuk angka 8 (delapan) dengan cara lari memutar di antara dua tiang membentuk angka 8. Jarak antara kedua tiang adalah 10 meter. Kecepatan berlari menjadi kuncinya, siapa yang mampu mencatatkan waktu tercepat atau lebih cepat dari yang lainnya akan mendapatkan nilai besar. *Shuttle run* dilaksanakan sebanyak 3 kali putaran.



(Sumber: <http://masway.files.wordpress.com>)

Gambar 2.26
Tes Samapta B
Shuttle Run

Tips Latihan Gerakan yang Benar

- a) Pemanasan yang dilakukan adalah bagian kaki.
- b) Start dilaksanakan di sebelah kanan tiang terlebih dahulu dengan tidak melewati garis start.
- c) Ambillah awalan lari dengan cara agak mencondongkan badan ke arah depan dengan posisi kaki kiri di depan terlebih dahulu. Hal ini bermaksud untuk memberikan daya ledak atau dorongan kaki kanan yang bertumpu untuk melangkah lebih dahulu.
- d) Lari dilaksanakan dengan cepat/sprint, perhatikan lintasan *shuttle run*, usahakan ambil jarak terdekat dengan cara tidak

melambung atau lari lurus menuju arah berlawanan dari posisi start yaitu sebelah kiri tiang yang kedua.

- e) Gerakan memutar di tiang memerlukan teknik khusus yang harus dilatih lebih sering.
- f) Hindari terpeleset yang akan mengakibatkan terjatuh dan mengalami cedera.
- g) Lanjutkan berlari menuju tiang yang pertama dan memutar ke arah kiri, selanjutnya laksanakan sampai tiga kali.

9. Olahraga

Olahraga adalah aktivitas untuk melatih tubuh seseorang, tidak hanya secara jasmani tetapi juga secara rohani (misalkan catur). Kegiatan olahraga di kalangan pramuka berfungsi untuk menyehatkan sekaligus sebagai kegiatan interaksi sosial.

Dalam rangka menjaga kesehatan dan kebugaran fisiknya, seorang pramuka penegak dan pandega harus dapat melakukan salah satu cabang olahraga sebagaimana disebutkan dalam Syarat Kecakapan Umum (SKU) penegak dan pandega. Cabang olahraga yang harus dikuasai adalah renang dan bela diri, lebih utama lagi menguasai salah satu olah raga prestasi seperti tenis meja, bulu tangkis, voli, sepak bola, futsal, dan lain-lain.

Selain olahraga formal, dikembangkan juga olahraga senam, yaitu SENAM PRAMUKA serta olahraga tradisional seperti gobaksodor, egrang, bakiak/klompen, dan lain-lain.

Olahraga sangat bermanfaat bagi kesehatan tubuh. Dengan berolahraga metabolisme tubuh menjadi lancar sehingga distribusi dan penyerapan nutrisi di dalam tubuh menjadi lebih efektif dan efisien.

BAB

4

BINA MASYARAKAT

A. Bakti Sosial

1. Pengamanan Massa

Dalam konteks bina masyarakat, pramuka penegak dan pramuka pandega memiliki peran penting dalam bentuk pengamanan massa, karena secara teoritis pramuka terlibat dalam sistem hankamrata.

Oleh karena itu, pada satuan karya bhayangkara diberikan teori dan praktek penanganan masalah huru-hara, yaitu:

a. Standar

Tugas pengamanan dalam menangani masalah huru-hara adalah semaksimal mungkin menahan gerakan massa untuk memasuki area, menenangkan massa dengan tindakan persuasif, memeriksa dan mengawal perwakilan massa jika pihak yang dituju mengizinkan pertemuan, memecah dan mengusir massa dengan bantuan kepolisian dan seluruh komponen area apabila keadaan sudah tidak terkendali.

Di dalam penanganan tersebut, fokus pengamanan adalah menjaga keamanan materiil maupun seluruh personil yang berada di bawah wewenang pengamanan.

b. Prosedur

- 1) Menyiagakan seluruh anggota pengamanan massal.
- 2) Menutup seluruh akses masuk area pengamanan massal.
- 3) Melaporkan kejadian kepada pihak manajemen.
- 4) Membentuk tim dakura dan segera meluncurkannya ke akses pintu masuk massa untuk menghadang laju massa.
- 5) Melaporkan dan meminta bantuan kepolisian dengan seijin manajemen.
- 6) Semaksimal mungkin mengadakan blokade area masuk massa.
- 7) Melakukan tindakan persuasif untuk menenangkan massa.
- 8) Jika pihak yang dituju mengizinkan untuk bertemu, maka prosedur pemeriksaan perwakilan dan pengawalan harus dilaksanakan.
- 9) Jika keadaan tidak terkendali, maka dengan seluruh komponen dan bantuan pihak kepolisian, memecah dan mengusir paksa massa.
- 10) Melaksanakan tindakan antisipasi dan kewaspadaan jika massa kembali lagi.
- 11) Membuat laporan kejadian kepada manajemen.

Adapun secara konkret, peran pramuka dalam pengamanan massa yang secara rutin dijalankan adalah menjadi anggota aktif Operasi Ketupat Lebaran pada setiap menjelang dan sesudah Hari Raya Idul Fitri, Operasi Lilin pada perayaan Natal dan Tahun Baru, serta hari-hari besar keagamaan lainnya.

2. Kamtibmas

Secara khusus, peran serta pramuka penegak dan pandega dalam bidang kamtibmas dapat diwujudkan melalui saka bhayangkara. Apalagi di dalamnya juga ada krida kamtibmas yang mendidik dan membina keterampilan bidang kecakapan pengamanan lingkungan pemukiman. Untuk itu, ada kecakapan tertentu seorang penegak atau pandega berhak memiliki SKK pengamanan lingkungan pemukiman.



Gambar 4.1
Tanda krida kamtibmas saka bhayangkara

(Sumber: Dokumentasi Pusklatda Lampung)

SKK Pengamanan Lingkungan Pemukiman untuk golongan penegak adalah:

- a. Mengetahui arti SARA
- b. Mengetahui norma/peraturan yang berlaku di daerahnya
- c. Mengenal ciri-ciri orang yang dicurigai serta memahami barang-barang yang dibawa untuk melakukan kejahatan.

Gambar 4.2
TKK Pengamanan
Lingkungan
Pemukiman
Untuk Golongan
Panegak

(Sumber: Dokumentasi
Pusdiklatda Lampung)



- d. Mengetahui kewarganegaraan orang asing yang tinggal di Negara Republik Indonesia.
- e. Mengetahui kantor/instansi yang mengawasi warga negara asing.
- f. Mengetahui pengurusan KTP, SIM, STNK, BPKB dan penggunaannya.
- g. Mengetahui persyaratan WNA untuk tinggal di Indonesia.
- h. Dapat membunyikan tanda bahaya/kentongan sesuai dengan ketentuan yang berlaku.
- i. Dapat membantu pengaturan keamanan dan ketertiban lingkungan.
- j. Mengajak berkoordinasi dengan tokoh masyarakat atau aparat desa setempat jika terjadi kejahatan atau musibah dan bencana alam.
- k. Menegur atau memperingatkan jika menemui pasangan yang tidak dikenal pria dan wanita berduaan di luar jam malam di lingkungannya.
- l. Mengetahui aktivitas orang-orang yang bertempat tinggal di lingkungannya.
- m. Menyarankan kepada warga lingkungan setempat yang lalai menutup jendela atau pintu rumah di luar jam malam.

Adapun SKK Pengamanan Lingkungan Pemukiman untuk golongan pandega, adalah:

- a. Mempunyai inisiatif untuk bertindak apabila terjadi pelanggaran hukum.
- b. Mengetahui cara melaporkan terjadinya perkara secara benar kepada pos/kantor keamanan/polri terdekat.
- c. Pernah membantu sedikitnya tiga kali dalam perondaan/jaga malam di pemukimannya.

- d. Pernah membantu petugas keramaian, pesta dan acara keagamaan. Dapat mengamankan/melindungi lokasi barang bukti apabila terjadi bencana.
- e. Dapat membantu/menolong menyelamatkan jiwa/korban bila terjadi permasalahan.
- f. Mampu bersikap waspada terhadap gerak gerik orang yang mencurigakan, barang-barang yang dicurigai.
- g. Mampu mengambil tindakan pertama apabila terjadi peristiwa tertangkap tangan.
- h. Penanaman rasa bermasyarakat kepada lingkungan dan mempunyai jiwa toleransi kepada lingkungan.



Gambar 4.3
TKK Pengamanan Lingkungan Pemukiman Untuk Golongan Pandega

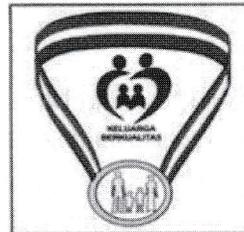
(Sumber: Dokumentasi Pusdiklatda Lampung)

3. Pemberdayaan Masyarakat

Secara konkret, kegiatan pemberdayaan masyarakat dapat diwujudkan melalui pengembangan satuan karya keluarga berencana, khususnya pada krida bina keluarga sejahtera dan pemberdayaan keluarga.

Bentuk Kegiatan

Kegiatan krida bina keluarga sejahtera dan pemberdayaan keluarga yang dapat dilakukan oleh para anggota gerakan pramuka Indonesia dalam rangka meningkatkan pengetahuan, sikap, perilaku dan keterampilan di bidang pembangunan keluarga sejahtera dan pemberdayaan keluarga. bentuk kegiatannya adalah:



Gambar 4.4
Tanda Krida Bina Keluarga Sejahtera Dan Pemberdayaan Keluarga

(Sumber: Dokumentasi Kapusdiklatda Lampung)

- a. Mengikuti latihan/orientasi mengenai pembangunan keluarga sejahtera dan pemberdayaan keluarga.
- b. Membantu proses pembentukan dan pembinaan bina keluarga balita (BKB), bina keluarga remaja (BKR), dan bina keluarga lanjut usia (BKL).
- c. Memberikan penyuluhan tentang pelestarian dan pengembangan lingkungan keluarga.
- d. Membantu pelaksanaan pelayanan konsultasi dan rujukan Keluarga.
- e. Membantu pelaksanaan program peningkatan pemberdayaan ketahanan keluarga dan pendapatan keluarga sejahtera.

- d. Pernah membantu petugas keramaian, pesta dan acara keagamaan. Dapat mengamankan/melindungi lokasi barang bukti apabila terjadi bencana.
- e. Dapat membantu/menolong menyelamatkan jiwa/korban bila terjadi permasalahan.
- f. Mampu bersikap waspada terhadap gerak gerik orang yang mencurigakan, barang-barang yang dicurigai.
- g. Mampu mengambil tindakan pertama apabila terjadi peristiwa tertangkap tangan.
- h. Penanaman rasa bermasyarakat kepada lingkungan dan mempunyai jiwa toleransi kepada lingkungan.



Gambar 4.3
TKK Pengamanan Lingkungan Pemukiman Untuk Golongan Pandega

(Sumber: Dokumentasi Pusdiklatda Lampung)

3. Pemberdayaan Masyarakat

Secara konkret, kegiatan pemberdayaan masyarakat dapat diwujudkan melalui pengembangan satuan karya keluarga berencana, khususnya pada krida bina keluarga sejahtera dan pemberdayaan keluarga.

Bentuk Kegiatan

Kegiatan krida bina keluarga sejahtera dan pemberdayaan keluarga yang dapat dilakukan oleh para anggota gerakan pramuka Indonesia dalam rangka meningkatkan pengetahuan, sikap, perilaku dan keterampilan di bidang pembangunan keluarga sejahtera dan pemberdayaan keluarga. bentuk kegiatannya adalah:



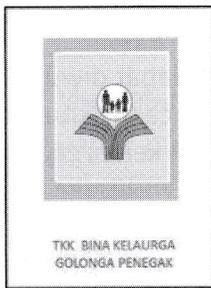
Gambar 4.4
Tanda Krida Bina Keluarga Sejahtera Dan Pemberdayaan Keluarga

(Sumber: Dokumentasi Kapusdiklatda Lampung)

- a. Mengikuti latihan/orientasi mengenai pembangunan keluarga sejahtera dan pemberdayaan keluarga.
- b. Membantu proses pembentukan dan pembinaan bina keluarga balita (BKB), bina keluarga remaja (BKR), dan bina keluarga lanjut usia (BKL).
- c. Memberikan penyuluhan tentang pelestarian dan pengembangan lingkungan keluarga.
- d. Membantu pelaksanaan pelayanan konsultasi dan rujukan Keluarga.
- e. Membantu pelaksanaan program peningkatan pemberdayaan ketahanan keluarga dan pendapatan keluarga sejahtera.

- f. Membantu pelaksanaan kegiatan-kegiatan yang mendukung pembangunan keluarga sejahtera dan pemberdayaan keluarga.
- g. Membantu melaksanakan penyuluhan materi dan media KIE penghijauan yang produktif dalam membina lingkungan keluarga dan sekitarnya.
- h. Membantu melaksanakan materi dan media KIE lingkungan keluarga yang kondusif.
- i. Membantu menyampaikan materi pembentukan karakter sejak dini.

Untuk memperoleh TKK Bina Keluarga, seorang pramuka penegak harus:



Gambar 4.5
TKK Bina
Keluarga pramuka
penegak

(Sumber: Dokumentasi
Pusdiklatda Lampung)

- a. Dapat menjelaskan upaya pembinaan keluarga dan perlindungannya terhadap pengaruh negatif dari berbagai lingkungan.
- b. Dapat menjelaskan usaha pemeliharaan kesehatan bagi keluarga.
- c. Dapat merencanakan dan melaksanakan salah satu acara kegiatan bersama keluarga, misalnya rekreasi.
- d. Mengetahui pelayanan pembinaan tumbuh kembang balita dan remaja serta pembinaan lanjut usia.
- e. Dapat menjelaskan pemantauan pertumbuhan dan perkembangan balita melalui kartu menuju sehat (KMS) dan kartu kembang anak (KKA).
- f. Dapat menjelaskan kondisi fisik dan kejiwaan serta kondisi kesehatan yang dialami balita, remaja, ataupun orang lanjut usia.
- g. Dapat menjelaskan penanaman nilai-nilai dalam keluarga sesuai dengan delapan fungsi keluarga untuk pembentukan karakter sejak dini.
- h. Dapat bersosialisasi dengan lingkungan baik keluarga, sekolah maupun masyarakat.
- i. Telah melatih atau membantu seorang pramuka siaga dan pramuka Penggalang sehingga memperoleh TKK Bina Keluarga.

Bagi pramuka pandega, untuk memperoleh TKK bina keluarga harus:

- a. Dapat menjelaskan upaya pembinaan keluarga dan perlindungannya terhadap pengaruh negatif dari lingkungan.
- b. Dapat menjelaskan upaya pemeliharaan kesehatan bagi keluarga.
- c. Dapat merencanakan dan melaksanakan salah satu acara keluarga, misalnya rekreasi.
- d. Mengetahui pelayanan pembinaan tumbuh kembang balita dan remaja serta pembinaan lanjut usia.
- e. Dapat menjelaskan pemantauan tumbuh kembang balita melalui kartu menuju sehat (KMS) dan kartu kembang anak (KKA).
- f. Dapat menjelaskan kondisi fisik, kondisi kejiwaan dan kesehatan yang dialami balita, remaja atau lanjut usia.
- g. Dapat melaksanakan delapan fungsi keluarga dalam kehidupan sehari-hari sesuai dengan nilai-nilai norma yang baik.
- h. Dapat menjelaskan dan memotivasi keluarga agar menanamkan nilai-nilai moral sejak usia dini (sejak dalam kandungan hingga lanjut usia).
- i. Mampu melatih sedikitnya 2 (dua) orang Pramuka Penegak sehingga memperoleh TKK Bina Keluarga.



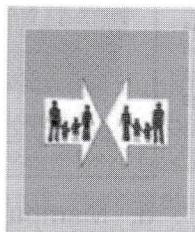
Gambar 4.6
TKK Bina
Keluarga pramuka
pandega

(Sumber: Dokumentasi
Pusdiklatda Lampung)

SKK dan TKK Bina Lingkungan Keluarga

Untuk memperoleh TKK Bina Lingkungan keluarga, seorang pramuka penegak harus:

- a. Mengetahui pentingnya arti kebersihan, keindahan, dan keamanan lingkungan keluarga.
- b. Mengetahui pentingnya menjaga hubungan akrab antar anggota keluarganya dengan keluarga yang lain.
- c. Mampu membantu keluarganya mengatur dan memelihara kebersihan, keindahan, dan kenyamanan di lingkungan keluarga.
- d. Mampu menjaga dan memelihara sarana dan prasarana di lingkungan keluarga.

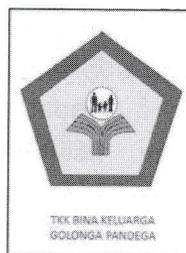


Gambar 4.7
TKK Bina
Lingkungan
Keluarga pramuka
penegak

(Sumber: Dokumentasi
Pusdiklatda Lampung)

Bagi pramuka pandega, untuk memperoleh TKK bina keluarga harus:

- a. Dapat menjelaskan upaya pembinaan keluarga dan perlindungannya terhadap pengaruh negatif dari lingkungan.
- b. Dapat menjelaskan upaya pemeliharaan kesehatan bagi keluarga.
- c. Dapat merencanakan dan melaksanakan salah satu acara keluarga, misalnya rekreasi.
- d. Mengetahui pelayanan pembinaan tumbuh kembang balita dan remaja serta pembinaan lanjut usia.
- e. Dapat menjelaskan pemantauan tumbuh kembang balita melalui kartu menuju sehat (KMS) dan kartu kembang anak (KKA).
- f. Dapat menjelaskan kondisi fisik, kondisi kejiwaan dan kesehatan yang dialami balita, remaja atau lanjut usia.
- g. Dapat melaksanakan delapan fungsi keluarga dalam kehidupan sehari-hari sesuai dengan nilai-nilai norma yang baik.
- h. Dapat menjelaskan dan memotivasi keluarga agar menanamkan nilai-nilai moral sejak usia dini (sejak dalam kandungan hingga lanjut usia).
- i. Mampu melatih sedikitnya 2 (dua) orang Pramuka Penegak sehingga memperoleh TKK Bina Keluarga.



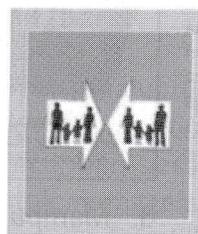
Gambar 4.6
TKK Bina
Keluarga pramuka
pandega

(Sumber: Dokumentasi
Pusdiklatda Lampung)

SKK dan TKK Bina Lingkungan Keluarga

Untuk memperoleh TKK Bina Lingkungan keluarga, seorang pramuka penegak harus:

- a. Mengetahui pentingnya arti kebersihan, keindahan, dan keamanan lingkungan keluarga.
- b. Mengetahui pentingnya menjaga hubungan akrab antar anggota keluarganya dengan keluarga yang lain.
- c. Mampu membantu keluarganya mengatur dan memelihara kebersihan, keindahan, dan kenyamanan di lingkungan keluarga.
- d. Mampu menjaga dan memelihara sarana dan prasarana di lingkungan keluarga.

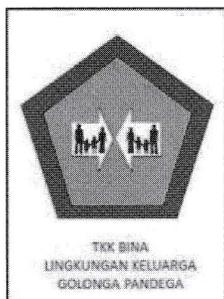


Gambar 4.7
TKK Bina
Lingkungan
Keluarga pramuka
penegak

(Sumber: Dokumentasi
Pusdiklatda Lampung)

- e. Mampu menjelaskan upaya pemeliharaan kebersihan, keindahan, kenyamanan, dan keamanan lingkungan termasuk sanitasi.
- f. Dapat menjelaskan pengaruh negatif dari pencemaran lingkungan dan bahaya terhadap zat-zat kimia dalam rumah tangga.
- g. Mampu melakukan penghematan penggunaan sumber daya alam sesuai dengan kebutuhan keluarga.
- h. Mampu dan sadar kepedulian sosial pada sesama dan mau bergotong royong demi kepentingan lingkungan.
- i. Mampu menjelaskan pengolahan sampah dan limbah rumah tangga yang baik agar tidak menimbulkan pencemaran lingkungan sehingga dapat bermanfaat bagi kehidupan manusia.
- j. Mampu menjelaskan bahaya pencemaran air sungai dari pembuangan limbah.
- k. Telah berperan serta pada kegiatan kemasyarakatan dalam rangka menjaga dan memelihara kelestarian lingkungan.
- l. Telah membantu sekurang-kurangnya seorang pramuka siaga atau Pramuka Penggalang sehingga memperoleh TKK Bina Lingkungan Keluarga.

Bagi pramuka pandega, untuk memperoleh TKK Bina Lingkungan keluarga harus:



Gambar 4.8
TKK Bina
Lingkungan
Keluarga pramuka
pandega

(Sumber: Dokumentasi
Pusdiklatda Lampung)

- a. Mengetahui pentingnya arti kebersihan, keindahan, dan keamanan lingkungan keluarga.
- b. Mengetahui pentingnya menjaga hubungan akrab antar anggota keluarganya dengan keluarga yang lain.
- c. Mampu membantu keluarganya mengatur dan memelihara kebersihan, keindahan, dan kenyamanan di lingkungan keluarga.
- d. Mampu menjaga dan memelihara sarana dan prasarana di lingkungan keluarga.
- e. Mampu menjelaskan upaya pemeliharaan kebersihan, keindahan, kenyamanan, dan keamanan lingkungan termasuk sanitasi.
- f. Dapat menjelaskan pengaruh negatif dari pencemaran lingkungan dan bahaya terhadap zat-zat kimia dalam rumah tangga.

- g. Mampu melakukan penghematan penggunaan sumber daya alam sesuai dengan kebutuhan keluarga.
- h. Mampu dan sadar kepedulian sosial pada sesama dan mau bergotong royong demi kepentingan lingkungan.
- i. Mampu menjelaskan pengolahan sampah dan limbah rumah tangga yang baik agar tidak menimbulkan pencemaran lingkungan sehingga dapat bermanfaat bagi kehidupan manusia.
- j. Mampu menjelaskan bahaya pencemaran air sungai dari pembuangan limbah.
- k. Telah berperan serta pada kegiatan kemasyarakatan dalam rangka menjaga dan memelihara kelestarian lingkungan.
- l. Dapat menjelaskan berbagai upaya yang dilakukan pemerintah dalam usaha pelestarian lingkungan masyarakat yang serasi, seimbang, dan selaras.
- m. Dapat menjelaskan upaya untuk menciptakan lingkungan kemasyarakatan yang harmonis.
- n. Mampu menjelaskan tentang perilaku dan sikap seseorang dalam pembinaan lingkungan serta keteladanan dalam kehidupan kemasyarakatan.
- o. Mampu mensosialisasikan program-program pemerintah tentang kepedulian pada lingkungan keluarga.
- p. Telah membantu sekurang-kurangnya 2 (dua) orang pramuka penggalang dan pramuka penegak sehingga memperoleh TKK bina lingkungan keluarga.

B. Aksi Sosial

Banyak hal dapat dilakukan oleh pramuka penegak dan pandega untuk menggelar aksi sosial, baik dalam bentuk bantuan fisik maupun non-fisik. Setiap momentum perkemahan, hari besar nasional, hari besar keagamaan, dan lain-lain dapat menjadi wahana untuk menggelar aksi sosial tersebut. Aksi sosial seperti ini dapat dilakukan sendiri oleh pramuka ataupun berkolaborasi dengan instansi lain yang kompeten di bidangnya seperti puskesmas atau rumah sakit pada gelar aksi pengobatan gratis atau sunatan massal.

1. Bantuan Fisik

Aksi sosial dalam bentuk bantuan fisik misalnya pengumpulan dan pembagian pakaian pantas pakai (bekas) ataupun bahan makanan yang diperuntukkan masyarakat yang membutuhkan akibat bencana atau dilanda kemiskinan. Begitu pula dengan rehabilitasi atau pembersihan sarana peribadatan (masjid, musholla, gereja, pura, dan lain-lain). Pembersihan sarana umum, Pembersihan Pantai, Penghijauan lahan kritis, Pembuatan Bak Sampah, Penanaman Mangrove, dan lain-lain.



Gambar 4.9 - 4.10

Aksi sosial berupa bantuan fisik membangun saluran air dan mengecat sekolah

(Sumber: Dokumentasi Pusdiklatda Lampung)

2. Bantuan Non-Fisik

Aksi sosial dalam bentuk bantuan non-fisik dapat diwujudkan dalam bentuk pembinaan dan penyuluhan kepada masyarakat sesuai dengan isu yang aktual saat ini. Misalnya: Pembinaan Taman Pengajian Quran (TPQ), Pembinaan Majelis Ta'lim, Khitanan Massal, Kunjungan ke Panti Asuhan untuk menghibur warga panti, kunjungan ke panti jompo, donor darah, pelayanan kesehatan.



Gambar 4.11

Bantuan non-fisik berupa pengobatan gratis

(Sumber: Dokumentasi Pusdiklatda Lampung)

C. Relawan

1. Penanggulangan Bencana

Bahwa setiap wilayah di Indonesia merupakan kawasan yang rawan bencana alam sehingga pemerintah daerah membentuk badan penang-

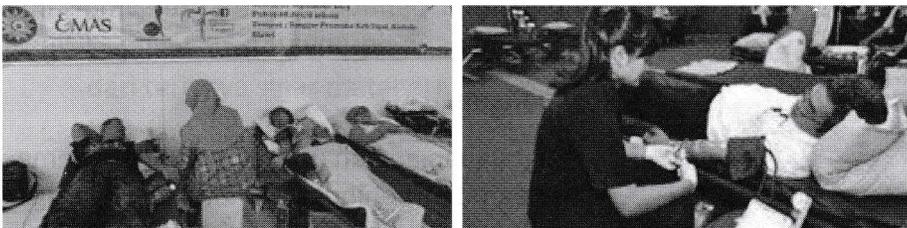
gulangan bencana daerah (BPBD) yang anggotanya meliputi berbagai komponen masyarakat termasuk pramuka. Untuk itu, pramuka, khususnya penegak dan pandega banyak dibekali berbagai kecakapan yang berkaitan dengan penanggulangan bencana, seperti pengetahuan tentang tata cara operasional perahu karet, penyelamatan korban, materi *water rescue* dan pedoman keselamatan di air. Selain itu juga, pelatihan penanggulangan bencana kebakaran hutan sehingga setiap saat dalam kondisi apa pun pramuka selalu siap membantu masyarakat. Ini merupakan strategi dan bagian yang tak terpisahkan dalam mewujudkan tujuan revitalisasi gerakan pramuka sehingga seluruh anggota pramuka harus mempunyai kapasitas yang mumpuni untuk beraktualisasi dalam menjalankan perannya di tengah-tengah masyarakat.



Gambar 4.12
Relawan menolong korban banjir
(Sumber: Dokumentasi Pusdiklatda Lampung)

2. Donor Darah

Sebagai bentuk kepedulian pramuka pada persoalan kemanusiaan, di berbagai kesempatan, pramuka selalu ikut serta dalam program donor darah bekerja sama dengan Palang Merah Indonesia. Sebagai contoh, aksi donor darah yang dilakukan kwarcab Tegal – Jawa Tengah, berhasil mengumpulkan 44 kantong darah pada beberapa waktu yang lalu.



Gambar 4.13 - 4.14
Aksi sosial pramuka berupa donor darah
(Sumber: Dokumentasi Pusdiklatda Lampung)

3. Penyuluhan

Pramuka penegak dan pandega dituntut peduli pada berbagai persoalan yang ada di masyarakat. Peran serta yang dapat dilaksanakan Pramuka adalah menjadi fasilitator berbagai lembaga yang kompeten untuk memberikan penyuluhan seperti penyuluhan kamtibmas, penyuluhan narkoba, penyuluhan HIV/AIDS, penyuluhan kesehatan reproduksi remaja.

D. Pengabdian Masyarakat

1. Perkemahan Wirakarya

Perkemahan Wirakarya, Kemah Bakti, atau biasa disingkat PW adalah pertemuan pramuka penegak atau pandega berbentuk perkemahan besar dalam rangka mengadakan integrasi dengan masyarakat dan ikut serta dalam kegiatan pembangunan masyarakat. PW diselenggarakan oleh semua jajaran kwartir secara reguler, khusus untuk PW Nasional, diselenggarakan apabila dipandang perlu. Perkemahan Wirakarya atau Kemah Bakti merupakan salah satu wadah kegiatan untuk mewujudkan tujuan di atas, yaitu membangun dan menguatkan semangat kebangsaan serta semangat kepedulian yang menjadi komitmen kuat seluruh pemuda bersama unsur pendukungnya.

Mempertimbangkan semakin besarnya animo pramuka penegak dan pandega untuk mengikuti PW Nasional, sementara daya tampung yang tersedia sangat terbatas, maka di Perguruan Tinggi Keagamaan Negeri (UIN, IAIN dan STAIN) yang bernaung di bawah Kementerian Agama, sejak tahun 1991 sampai sekarang menyelenggarakan PW PTKN. Begitu pula di Perguruan Tinggi di bawah Kemendikbud (sekarang Kementerian Riset dan Perguruan Tinggi) menyelenggarakan Perkemahan Bakti Racana Nasional (Kembaranas) secara berkala.

Kegiatan PWN dilaksanakan dalam bentuk Perkemahan dan Home Stay, yakni peserta tinggal bersama penduduk untuk bersama-sama menggerakkan masyarakat membangun desanya.

2. Penghijauan

Penghijauan adalah upaya pemulihan, pemeliharaan dan peningkatan kondisi lahan agar lingkungan memiliki kondisi alam yang baik sehingga nyaman untuk penghuninya. Berarti

Gambar 4.15
Penghijauan
lahan kritis
oleh para
pandega



(Sumber: Dokumentasi Pusdiklatda Lampung)

penghijauan tidak hanya terbatas pada penanaman pohon saja tetapi juga termasuk menjaga kebersihan, pengaturan air, perlindungan lingkungan dari kerusakan, dan sebagainya.

Seorang pramuka penegak dan pandega akan merasa tidak nyaman jika menjumpai apalagi beraktivitas di lingkungan yang gersang dan tidak hijau. Ia merasa perlu bergerak untuk mengubah lingkungan tersebut. Minimal, ia tidak ikut-ikutan merusak lingkungan di sekitarnya. Peran yang dapat dilakukan adalah melakukan aksi penghijauan bersama sesama pramuka maupun bersama masyarakat sekitar.

Beberapa manfaat penghijauan:

- a. Sebagai paru-paru lingkungan. Ketika siang hari daun-daun menyerap karbon dioksida (CO_2) dan menghasilkan oksigen (O_2) yang dibutuhkan untuk bernapas.
- b. Manfaat klimatologis, yakni sebagai pengatur lingkungan (mikro). Maksudnya, jika sebuah lingkungan memiliki cukup pepohonan maka udaranya lebih terasa sejuk meskipun di siang hari.
- c. Menambah estetis atau keindahan. Beberapa jenis tanaman jika diatur dengan baik penempatannya akan bisa menjadi penghias lingkungannya.
- d. Manfaat orologis, yakni akar pohon yang kuat mampu mencegah erosi atau pengikisan tanah.
- e. Manfaat edaphis, yakni lingkungan yang hijau bisa menjadi habitat yang baik bagi beberapa jenis hewan.
- f. Manfaat hidrologis, yakni akar-akar pohon akan mampu menyerap dan menampung air sehingga bisa mencegah lingkungan dari banjir sekaligus menjaga lingkungan tetap memiliki air tanah yang cukup.
- g. Manfaat ekologis, jika lingkungan hijau maka kualitas ekologi lingkungan tersebut akan terjaga dan meningkat.
- h. Manfaat protektif, beberapa jenis pohon bisa melindungi kita dari teriknya sinar matahari.
- i. Manfaat edukatif, beberapa jenis pohon bisa menjadi laboratorium hidup.

Beberapa contoh kegiatan kepramukaan yang berkaitan dengan kemanfaatan dari penghijauan, antara lain:

- a. Kerja bakti sebagai bentuk nyata langkah penghijauan bisa dilakukan sebagai program rutin bulanan di lingkungan sekolah/pangkalan gudep.
- b. Mengkampanyekan penghijauan dengan media majalah dinding, stiker, spanduk, dan sebagainya. Kegiatan ini bisa menjadi media belajar dan media ekspresi bagi pramuka penegak dan pandega yang berbakat di bidang desain gambar.
- c. Jika pangkalan gudep hanya memiliki sedikit lahan yang bisa ditanami, maka anggota Pramuka bisa belajar metode menanam vertikultur atau hidroponik (menanam dengan media pot dan selain tanah).
- d. Membuat peraturan yang merangsang penghijauan, misalnya sistem sanksi bagi yang terlambat latihan didenda menanam satu tanaman atau menyumbangkan pot untuk menanam bunga.

3. Penanggulangan Kemiskinan

Kemiskinan merupakan permasalahan yang harus kita selesaikan karena keadaan kemiskinan membuat bangsa Indonesia menjadi bangsa yang lemah dan tidak bermartabat. Kondisi kemiskinan yang tengah dihadapi oleh Indonesia dapat kita lihat dari pendekatan tiga pendekatan:

Pertama, konsumsi penduduk miskin. Masalah kemiskinan dapat kita amati pada tingkat konsumsi penduduk Indonesia. Pendekatan konsumsi penduduk untuk melihat fenomena kemiskinan dapat dilihat dari dua jenis ukuran, yaitu ukuran konsumsi penduduk miskin dan ukuran daya beli. Ukuran konsumsi penduduk miskin diukur dari garis kemiskinan makanan dan non-makanan.

Kedua, kemiskinan multidimensi. Fenomena kemiskinan di Indonesia dapat diamati pada berbagai dimensi yang menunjukkan bahwa sebagian besar penduduk miskin tidak mampu menikmati pelayanan dasar. Pada tahun 2002, sebesar 52,32 persen rumah tangga miskin hidup tanpa akses air minum. Selain itu sekitar 43,86 persen rumah tangga miskin hidup tanpa akses sanitasi. Dimensi berikutnya adalah rumah tangga miskin yang memiliki anak usia 12-15 tahun tetapi tanpa akses pendidikan dasar menengah mencapai 20,76 persen. Kemudian tercatat pula sekitar 27,89 persen rumah tangga miskin yang pernah melahirkan bayi tanpa ditangani tenaga kesehatan terlatih. Dengan demikian kita dapat mengatakan bahwa kelompok penduduk miskin

sangat jarang menikmati fasilitas air minum, sanitasi, pendidikan, kesehatan. Secara umum, Indeks Kemiskinan Manusia Indonesia tahun 2005 diperkirakan sebesar 18,19. Kondisi ini lebih baik dibandingkan lima tahun sebelumnya dengan indeks sebesar 27,75.

Ketiga, kesenjangan antar wilayah. Masalah kemiskinan dapat kita pahami dari masalah kesenjangan di Indonesia yang sangat kentara ketika kita mengamati indikator Indeks Pembangunan Manusia Indonesia (IPMI). IPMI menggambarkan kondisi kesehatan, pendidikan, gizi, dan air minum yang dialami oleh penduduk Indonesia. Dalam Laporan Pembangunan Manusia Indonesia tahun 2004 yang memuat IPMI di masing-masing kabupaten/kota mencerminkan adanya ketimpangan antar daerah yang masih tinggi dalam hal kesejahteraan penduduk miskin di masing-masing kabupaten/kota. Dalam laporan tersebut, lima provinsi pertama dengan IPM terendah adalah Nusa Tenggara Barat, Papua, Nusa Tenggara Timur, Kalimantan Barat, Gorontalo, Jawa Timur. Sementara itu lima provinsi pertama dengan IPM tertinggi adalah Jakarta, Sulawesi Utara, Yogyakarta, Kalimantan Timur, dan Riau.

Yang dapat dilakukan oleh pramuka penegak dan pandega dalam hal ini adalah memberikan penyuluhan di bidang pemberdayaan ekonomi seperti kewirausahaan, pertanian, teknologi tepat guna, dan hal-hal lain yang bersifat ekonomis. Begitu pula aksi sosial di bidang perbaikan sanitasi lingkungan, teknologi penjernihan air, penyuluhan kesehatan, sehingga akan mampu menaikkan derajat kesehatan, pengetahuan, dan daya beli masyarakat.

4. Pendidikan Masyarakat

Dalam bentuk pengabdian kepada masyarakat, pramuka penegak pandega dapat lebih berkiprah dalam proses pendidikan masyarakat. Mengapa? karena pendidikan masyarakat adalah suatu gagasan berupa konsep penelitian dan penerapan pengembangan di masyarakat sebagai fungsi untuk membimbing dan meningkatkan pola pikir masyarakat terhadap semua perkembangan dunia yang sedang terjadi saat ini. Dahulu, ada sebuah program pemerintah yang banyak diikuti oleh masyarakat karena programnya yang menyenangkan dan bisa memberikan pendidikan secara gratis kepada mereka, yang disebut klompencapir atau kelompok pendengar pembaca dan pirsawan. Karena dulu media pendidikan untuk masyarakat hanya ada satu stasiun televisi saja, maka hampir semua golongan masyarakat mene-

ngah ke bawah sering menyaksikan acara di televisi. Program ini termasuk dalam satu program pendidikan masyarakat.

Pendidikan masyarakat ini dalam kegiatannya membahas mengenai berbagai macam isu yang hadir di masyarakat. Mereka yang tergabung dalam program ini akan berdiskusi berbagai pengalaman membaca buku ataupun sekedar membicarakan isu hangat yang sedang banyak dibicarakan di masyarakat. Tentunya semua hal yang mereka bicarakan itu bermanfaat dan bukan sekedar gosip saja.

Manfaat bagi masyarakat golongan menengah ke bawah adalah mereka menjadi semakin tinggi tingkat kesadarannya akan berbagai macam hal penting yang terjadi di masyarakat kita. Pola pikirnya menjadi berubah dan semakin terbuka dengan berbagai perubahan dunia. Dengan arti lain, wawasan mereka semakin luas dengan adanya program ini. Semua kegiatan yang dijadwalkan dalam pendidikan masyarakat ini disesuaikan dengan kemampuan ekonomi mereka ada yang bertanam sayuran dan bumbu dapur, ada yang beternak ikan, ayam, ataupun kambing.

Kegiatan keterampilan khusus untuk wanita seperti menjahit, berkreasi dengan barang bekas hingga membuat menu sederhana namun bisa penuh gizi dengan menggunakan bahan masakan yang berasal dari halaman belakang mereka. Tidak diperlukan banyak biaya untuk melaksanakan program ini dan semuanya itu penuh manfaat bagi kehidupan mereka.

Pendidikan masyarakat ketika itu mempunyai nilai yang cukup tinggi. Mereka lebih memiliki tenggang rasa dengan warga yang masih kekurangan. Mereka saling menolong tanpa rasa iri. Begitu juga dengan kegiatan seputar olahraga dan PKK. Semua kegiatan itu bersifat positif dan menjadi ajang pembinaan yang efektif.

Ada sekolah khusus untuk para orang tua yang buta huruf, mereka sangat menikmati program ini dan berusaha membuka wawasan pikirannya yang lebih luas lagi sehingga kesenjangan dengan mereka yang mengenyam pendidikan di sekolah semakin kecil. Pendidikan masyarakat yang memberikan banyak manfaat dan kegunaan bagi kehidupan masyarakat kelas bawah.

Jenis-jenis kegiatan yang hampir sama dengan kegiatan pemberdayaan masyarakat, misalnya seperti berikut ini:

- a. Sosialisasi pemberian ASI pada bayi
- b. Program imunisasi rutin untuk semua balita
- c. Senam bersama
- d. Kegiatan belajar bagi masyarakat buta huruf
- e. Program Jumat bersih
- f. Siskamling
- g. Dan lain-lain

Kegiatan ini yang sudah lama sulit kita temukan, saat ini sudah mulai kembali lagi bangkit di lingkungan masyarakat. Jika program ini bermanfaat dan berguna bagi masyarakat, akan lebih baik jika semua kembali ke program pemberdayaan dan peningkatan kualitas masyarakat Indonesia untuk lebih baik.

E. Pembangunan Masyarakat

1. Pembangunan Sarana

Pramuka penegak dan pandega dalam berbagai event dapat melakukan kegiatan pembangunan sarana infrastruktur. Yang dimaksud di sini bukan berarti pramuka penegak dan pandega sendiri yang mengerjakan pembangunan tersebut melainkan melakukan lobi dengan sektor yang terpenting di bidang sarana yang diperlukan masyarakat. Misalnya: a. sarana infrastruktur jalan atau irigasi, maka dapat melakukan pendekatan dengan Dinas Pekerjaan Umum untuk menyediakan sarana yang diperlukan; b. Sarana penerangan umum, maka pramuka dapat mengajukan proposal dan lobi dengan Perusahaan Listrik Negara (PLN) dengan program Listrik Masuk Desa.

2. Pembangunan Mental

Tujuan gerakan pramuka sebagaimana disebutkan dalam UU Nomor 12 Tahun 2010 tentang Anggaran Dasar Pasal 4 adalah mendidik dan membina kaum muda Indonesia agar menjadi manusia berkepribadian, berwatak, dan berbudi pekerti luhur, yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan YME, kuat mental, dan tinggi moral, tinggi kecerdasan dan mutu keterampilannya, serta kuat dan sehat jasmaninya.

Berdasarkan hal tersebut, pembangunan mental merupakan misi utama gerakan pramuka, yang dalam implementasinya melibatkan

seluruh komponen masyarakat, termasuk anggota penegak dan pandega.

Problematika lemahnya mental anak-anak dan pemuda Indonesia menuntut peran serta pramuka penegak dan pandega.

Indikator lemahnya mental tersebut ditengarai dengan:

- a. Masih banyak anak-anak jalanan yang mengemis, angka kriminalitas yang dilakukan anak di bawah umur, kasus pencabulan yang dilakukan oleh anak SD terhadap sesamanya. Anak SD yang sekarang banyak berkeliaran di warnet untuk main *game online* (Point Blank (PB), Play Station (PS), Poker, Petualangan, dan lain-lain.). Hal semacam ini hanya akan menghabiskan uang, membuang waktu percuma yang seharusnya mereka gunakan untuk belajar di rumah. Di warnet, besar kemungkinan mereka membuka situs porno yang merusak otak dan akibatnya daya ingat mereka menurun, kemauan belajar turun drastis sehingga prestasi akademiknya hancur.
- b. Penyimpangan seksual (*sexual deviation*) di kalangan generasi muda saat ini. Jika anak seusia SD masih takut membuka situs porno, maka anak muda berani melakukannya. Ada pula kasus video porno yang pemerannya ialah anak SMA. Pergaulan remaja bebas tak terkendali, bahkan banyak yang hamil di luar nikah.
- c. Di beberapa daerah siswa SMA tawuran disertai tindak kekerasan. Begitu pula dengan maraknya perkelahian pemuda antar geng.
- d. Remaja tak ada lagi rasa sopan santunnya kepada orang tua. Saat orang tuanya berbicara, malah kebanyakan mereka juga ikut berbicara. Suara mereka lebih keras dari suara orang tua.
- e. Semakin merajalelanya tindak kriminalitas. Jika di desa-desa marak pencuri ternak maka di kota-kota besar banyak pencuri uang negara.
- f. Miras menjadi tren. Mulai dari miras tradisional maupun miras yang dikemas dalam botol termasuk miras oplosan yang telah memakan banyak korban.
- g. Masalah narkoba yang hingga saat ini masih menjadi ancaman utama generasi muda.

Menghadapi problematika semacam itu, peran yang dapat dilakukan pramuka penegak dan pandega adalah mengajak mereka secara persuasif untuk bergabung dalam gerakan pramuka atau menciptakan kegiatan yang menarik sehingga dapat mengalihkan perhatian dari hal-hal negatif di atas.

3. Pembangunan Budaya

Sejalan dengan derasnya arus globalisasi yang tidak terbandung, mengakibatkan terkikisnya budaya lokal dan lambat laun digantikan oleh budaya global. Permainan anak-anak yang bersifat sosial karena melibatkan banyak orang seperti petak umpet, gobak sodor, adu gasing, lompat karet, egrang, dan lain-lain. sekarang sudah hilang digantikan *video game, play stasion, gadget* yang sifatnya individual.

Upaya yang dapat dilakukan pramuka penegak dan pandega dalam kerangka pembangunan budaya adalah menghidupkan kembali permainan tradisional sambil melakukan inovasi sehingga semakin menarik minat anak-anak. Begitu pula ikut melestarikan dan mengembangkan kesenian tradisional, menguasai bahasa daerahnya berikut tata adat budayanya.

4. Pembangunan Sosial

Konsep ini memperkenalkan pembangunan sosial sebagai suatu proses perubahan sosial terencana yang dirancang untuk meningkatkan taraf hidup masyarakat dimana pembangunan dilakukan saling melengkapi proses pembangunan ekonomi (James Migley, 1995: 25-31). Edi Suharto (2010) mengartikan pembangunan sosial sebagai pendekatan pembangunan yang bertujuan meningkatkan kualitas kehidupan manusia secara paripurna, yakni memenuhi kebutuhan manusia yang terentang mulai dari kebutuhan fisik sampai sosial. Secara kontekstual, pembangunan sosial lebih berorientasi pada prinsip keadilan sosial ketimbang pertumbuhan ekonomi.

Beberapa program yang menjadi pusat perhatian pembangunan sosial mencakup pendidikan, kesehatan, ketenagakerjaan, perumahan, dan pengentasan kemiskinan.

Menurut Midgley (1995: 103-104), pembangunan sosial memiliki tiga strategi besar, yaitu:

- a. Pembangunan sosial oleh individu, dikenal juga sebagai pendekatan individualis atau perusahaan. Akar ideologinya adalah liberal atau individualis dimana ideologi tersebut menekankan pada pentingnya kebebasan individu dalam memilih. Pendekatan individualis atau perusahaan memang saat ini tidak populer dalam pembangunan sosial. Pendekatan ini dipromosikan melalui peningkatan fungsi sosial individu dan hubungan antarpribadi. Dalam strategi ini, individu-individu dalam masyarakat secara swadaya membentuk usaha pelayanan guna memberdayakan masyarakat.
- b. Pembangunan sosial oleh komunitas dikenal juga sebagai pendekatan komunitarian. Pendekatan komunitarian sendiri dipengaruhi kuat oleh ideologi populis. Strategi ini percaya bahwa antara masyarakat dan komunitas memiliki kemampuan yang saling terkait untuk memastikan kebutuhan dasar mereka terpenuhi, masalah sosial mereka teratasi, dan kesempatan untuk maju tersedia. Untuk mencapai hal tersebut, masyarakat dan komunitas perlu saling bekerja sama melalui pengembangan komunitas lokalnya.
- c. Pembangunan sosial oleh pemerintah dikenal pula sebagai pendekatan statis. Pendekatan statis didasari oleh ideologi kolektivis atau sosial yang menekankan pada pentingnya kolektivitas. Kumpulan ini dibangun dari asosiasi masyarakat yang memiliki sumber daya secara kolektif dan membagi wewenang untuk membuat keputusan. Melalui strategi tersebut, pembangunan sosial dilakukan oleh lembaga-lembaga atau organisasi dalam pemerintahan. Di samping adanya partisipasi individu dan masyarakat, pemerintah juga memiliki tanggung jawab untuk memastikan apakah kebijakan pembangunan sosialnya diimplementasikan dan apakah kebijakan sosial dan ekonominya diselaraskan.

Apa yang dapat dilakukan oleh pramuka penegak pandega? Dalam konteks ini, kegiatan Perkemahan Wirakarya maupun Perkemahan Bakti merupakan sarana efektif Pembangunan Sosial, karena di sini semua aspek menjadi sasaran pembangunan, mulai dari sanitasi lingkungan, irigasi, renovasi sarana ibadah, penyuluhan kesehatan, keluarga berencana, pembinaan kerohanian, kewirausahaan dan pembinaan ekonomi kreatif, dan sebagainya.

dapi situasi kerja yang nantinya diharapkan dapat bersikap terampil, disiplin, tekun, dan jujur, serta mempunyai etos kerja yang tinggi terhadap pekerjaan yang sedang dihadapi. Magang dimaksudkan agar pramuka penegak dan pandega bisa mendapatkan pengalaman praktis di dunia kerja untuk mendukung penguasaan teoretis yang telah diperoleh di bangku sekolah atau kuliah. Dengan adanya magang, mereka dapat terlibat langsung dalam kegiatan di suatu perusahaan atau instansi yang sesuai dengan lingkup sosial ekonomi yang diharapkan dapat memberikan manfaat ketika berada dalam situasi kerja. Selain itu, dengan adanya pelaksanaan magang ini dapat dijadikan acuan Pramuka penegak dan pandega sebagai salah satu sumber tenaga kerja yang nantinya akan dibutuhkan oleh perusahaan ataupun instansi yang membutuhkannya.

Pemagangan mandiri dapat dilakukan pada industri rumah tangga seperti pengolahan makanan (perusahaan tempe, tahu, keripik, dan lain-lain), industri kerajinan tangan (mebel, gerabah, seni ukir, dan lain-lain) yang ada di sekitar tempat tinggalnya. Selain akan diperoleh pengalaman berkarya melalui berbagai keterampilan kerja juga bisa belajar manajemen pengelolaan perusahaan rumah tangga tersebut.

2. Magang Perusahaan

Adapun magang perusahaan dimaksudkan adalah bahwa anggota pramuka penegak dan pandega terjun langsung magang kerja di perusahaan tertentu sesuai dengan peminatan anggota.

Keuntungan yang diperoleh dari magang perusahaan ini adalah:

- a. Bagi pramuka penegak/pandega: diperolehnya wawasan keterampilan baru yang bersifat teknis produksi maupun manajemen.
- b. Bagi perusahaan yang bersangkutan: Diperolehnya tenaga baru yang lebih segar serta terampil sehingga akan meningkatkan produktivitas kerja.

Sebagai persiapan magang perusahaan, rencana dapat bekerja sama dengan Balai Latihan Kerja (BLK) untuk memberikan pelatihan keterampilan kerja. Setelah dirasa cukup terampil dapat disalurkan untuk magang kerja di perusahaan.

B. Usaha Mandiri

Usaha mandiri merupakan salah satu bentuk *enterpreunership* guna mengembangkan keterampilan kerja yang dimiliki anggota Pramuka penegak dan pandega. Bentuknya pun sangat beragam mulai bidang usaha jasa, produksi maupun hiburan.

1. Usaha Jasa

Usaha jasa yang dapat menghasilkan uang dapat dilakukan oleh para penegak dan pandega yang memiliki keterampilan khusus seperti potong rambut, menjahit, bengkel motor, jasa pengetikan dan penjilidan, dan lain-lain. Usaha ini tidak memerlukan modal dana yang besar, yang penting ada kemauan untuk mengembangkan keterampilan.

2. Usaha Produksi

Usaha ini juga memerlukan keterampilan yang dapat menghasilkan produk tertentu dan memiliki nilai ekonomi seperti:

- a. Usaha sablon atau pembuatan kaos tim, souvenir, spanduk, banner, backdrop, dan lain-lain.
- b. Usaha bunga papan untuk ucapan selamat, bela sungkawa, dan lain-lain.
- c. Usaha peternakan ayam, ikan lele, ikan mas, dan lain-lain.

3. Usaha Hiburan

Usaha hiburan yang dapat dilakukan pramuka penegak dan pandega adalah yang bersifat mendidik sesuai dengan keterampilan yang dimiliki seperti membuka taman rekreasi yang dilengkapi dengan sarana *out-bond*. Memang usaha ini memerlukan modal yang besar namun kita dapat bekerja sama dengan investor dan sebagai pelaksana lapangan adalah anggota pramuka.

C. Kreasi dan Inovasi Kerja

Seorang pramuka penegak dan pandega diharapkan bisa menjadi seorang wirausahawan yang memiliki kreativitas dan inovasi kerja sebagai tuntutan kesuksesan hidupnya. Kreasi (*creation*) merupakan kemampuan untuk menciptakan sesuatu yang baru atau mengembangkan ide-ide baru dan cara-cara baru dalam pemecahan masalah

dan menemukan peluang (*thinking new thing*), sedangkan inovasi (*innovation*) adalah kemampuan untuk menerapkan kreativitas dalam rangka pemecahan masalah dan menemukan peluang (*doing new thing*).

Jadi, kreativitas adalah kemampuan untuk memikirkan sesuatu yang baru dan berbeda, sedangkan inovasi merupakan kemampuan untuk melakukan sesuatu yang baru dan berbeda. Sesuatu yang baru dan berbeda tersebut dapat dalam bentuk hasil seperti barang dan jasa, dan bisa dalam bentuk proses seperti ide, metode, dan cara. Sesuatu yang baru dan berbeda yang diciptakan melalui proses berpikir kreatif dan bertindak inovatif merupakan nilai tambah (*value added*) dan merupakan keunggulan yang berharga.

Inovasi adalah suatu penemuan baru yang berbeda dari yang sudah ada atau yang sudah dikenal sebelumnya. Orang atau wirausahawan yang selalu berinovasi maka dapat dikatakan sebagai seorang wirausahawan yang inovatif. Seseorang yang inovatif akan selalu berupaya melakukan perbaikan, menyajikan sesuatu yang baru/unik yang berbeda dengan yang sudah ada. Kreatif dan inovatif adalah suatu kemampuan memindahkan sumber daya yang kurang produktif menjadi sumber daya yang produktif sehingga memberikan nilai ekonomis, baik langsung maupun tidak langsung. Di sisi lain, ia juga orang yang sanggup menerima perubahan yang terjadi dan menyikapi perubahan tersebut dengan positif. Ia juga berani mengambil risiko berhasil ataupun gagal di setiap jalan yang ia ambil. Wirausahawan mampu bertahan pada kondisi perekonomian yang sulit dan serba kalut karena di saat semua orang resah ia memiliki kreasi dan inovasi untuk memindahkan sumber daya yang kurang produktif menjadi sumber daya yang produktif sehingga memberikan nilai ekonomi.

Kreasi dan inovasi yang dapat dilakukan oleh pramuka penegak dan pandega dapat berupa kreasi seni dan budaya, kreasi ekonomi, kreasi industri bahkan kreasi perdagangan.

GLOSARIUM

- adolescence* : masa remaja
- bina diri : merupakan tahap pengabdian untuk memperdalam dedikasi dengan pemantapan kepemimpinan dalam praktek pembinaan dan secara berkesinambungan, mendewasakan mental, spiritual, mengarahkan keterampilan, pengarahan dan pengembangan bakat menjadi profesi sehingga menemukan jalan ke arah mandiri dan mengembangkan kewirausahaan
- bina masa depan : Pandega diberi dorongan untuk mengembangkan masa depannya melalui satuan karya, kursus-kursus, magang, telaah pekerjaan dan keahlian, seminar, diskusi mendalam, berkonsultasi dengan ahli, dan seterusnya
- bina masyarakat : dalam rangka pengembangan kesadaran bermasyarakat, maka bentuk kegiatan pengabdian masyarakat perlu ditingkatkan dan dikembangkan sehingga dapat berperan dalam kehidupan bermasyarakat sekaligus meletakkan landasan bagi masa depannya
- bina satuan : dalam rangka pengembangan kepemimpinan, pandega perlu diberi kesempatan untuk mengelola organisasi reka, rencana, kelompok kerja, reka kerja, dan dewan kerja
- early adulthood* : masa awal dewasa
- handicraft* : hasta karya
- happiness* : kebahagiaan yang meliputi 3 indikator: kegembiraan, kedamaian, dan kesyukuran
- health* : kesehatan jiwa dan raga
- helpfulness* : tolong-menolong/gotong-royong
- job creation* : kreasi dalam bekerja
- keterampilan kepramukaan : merupakan keterampilan yang didapat seseorang pramuka dari kegiatan kepramukaan yang diikutinya
- keterampilan spiritual : keterampilan sikap dan perilaku seorang pramuka yang dalam keseharian mencerminkan perwujudan pengamalan kaidah-kaidah agama yang dianutnya

DAFTAR PUSTAKA

Sumber Literatur:

Adi, Isbandi Rukminto. 2008. *Intervensi Komunitas: Pengembangan Masyarakat Sebagai Upaya Pemberdayaan Masyarakat*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

Atmasulistya, Drs. H. Endy. 2000. *Panduan Praktis Membina Pramuka*. Jakarta.

Keputusan Kwartir Nasional Gerakan Pramuka Nomor 188 Tahun 2002 tentang Penyempurnaan Syarat-syarat dan Gambar Tanda Kecakapan Khusus Keluarga Berencana.

Keputusan Kwarnas Gerakan Pramuka Nomor 32 Tahun 1989 tentang Petunjuk Penyelenggaraan Satuan Karya Gerakan Pramuka.

Keputusan Kwarnas Gerakan Pramuka Nomor 101 Tahun 1984 tentang Petunjuk Penyelenggaraan Pramuka Garuda.

Keputusan Kwarnas Gerakan Pramuka Nomor 202 Tahun 1988 tentang Petunjuk Penyelenggaraan Tanda Jabatan Gerakan Pramuka.

Keputusan Kwarnas Nomor 198 Tahun 2011 tentang Petunjuk Penyelenggaraan Syarat Kecakapan Umum.

Keputusan Kwarnas Nomor 199 Tahun 2011 tentang Panduan Penyelesaian Syarat Kecakapan Umum.

Keputusan Kwartir Nasional Gerakan Pramuka Nomor 032 Tahun 1999 tentang Petunjuk Penyelenggaraan Satuan Karya Pramuka.

Kwarnas Gerakan Pramuka. 1999. Pendidikan Nilai Gerakan Pramuka.

Migley, James. 1995. *Social Development: The Developmental Perspective in Social Welfare*. London: Sage Publications Ltd.

Peaget, J. 2000. "Commentary on Vygotsky". *New Ideas in Psychology*. Hove, UK: Psychology Press.

------. 2001. *Studies in Reflecting Abstraction*. Hove, UK: Psychology Press.

Peraturan Menteri Tenaga Kerja dan Transmigrasi Nomor Per.22/Men/IX/2009 tentang Penyelenggaraan Pemagangan di Dalam Negeri.

Sumber Internet:

Suharto, Edi. 2010. Analisis Kebijakan Publik. Bandung: Alfabeta.

Undang-undang Nomor 13 Tahun 2003 tentang Ketenagakerjaan.

<http://www.ensiklopediapramuka.com/2012/08>

<https://masway.wordpress.com/2008/07/19/tes-kesamaptan-jasmani/>

<http://www.pendakierror.com/orienteering.htm>

http://www.id.wikipedia.org/Prinsip_Dasar_Kepramukaan.htm

TENTANG PENULIS



Prof. Dr. Suyatno, M.Pd., lahir tanggal 8 Januari 1964 di Labuhan Bilik, Sumatera Utara. Pekerjaan sebagai Dosen Fakultas Bahasa dan Seni Universitas Surabaya (Unesa) dengan pangkat/golongan Pembina/IVA. Pendidikan formal S-3 Pendidikan Bahasa dan Sastra, Unesa, 2008.

Pengalaman pekerjaan di bidang kepramukaan, antara lain, Tim Verifikasi Sekolah Dasar Pelaksana Pendidikan Karakter di Kota Mataram, NTB, 2012; Narasumber Bimtek Ekstrakurikuler Kepramukaan, Direktorat Pembinaan SD, Kemdikbud Jakarta.

Jabatan di bidang kepramukaan, antara lain, Pembina Pramuka Unesa sejak tahun 1990 sampai sekarang; Sekretaris Gerakan Pramuka Surabaya, 1990-2010; Pengurus Gerakan Pramuka Jawa Timur tahun 1996 sampai sekarang.

Pengalaman Pelatihan, yaitu Kursus Mahir Dasar (KMD) 1984; Kursus Mahir Lanjut (KML) 1996; Kursus Pelatih Dasar (KPD) 1999; Course Leader Trainer (CLT) 2008.

Pengalaman sebagai Fasilitator dan Pendampingan, antara lain, Pemimpin Kontingen Jawa Timur dalam Perkemahan Wirakarya di Banjarnegara, Jawa Tengah, 1990; Pembina Pendamping Kontingen Jawa Timur dalam Perkemahan Wirakarya di Bukit Rawi, Palangkaraya, Kalimantan Tengah, 1995; Pemimpin Kontingen Jawa Timur dalam Jambore Nasional di Baturaden, Purwokerto, Jawa Tengah, 2005; Pemimpin Kontingen Jawa Timur dalam Jambore Nasional di Sumedang, Jawa Barat, 2010; Fasilitator Outbound di berbagai tempat.

Makalah pelatihan dan seminar di bidang kepramukaan, antara lain, Paradigma Baru dalam Kepelatihan Gerakan Pramuka, tahun 2000; Sentuhan Kepramukaan dalam Pendidikan Life Skill, tahun 2001.

Pengalaman di bidang kepramukaan sebagai Orang Dewasa, antara lain, Pembina Gugus Depan 413 yang berpangkalan di Unesa 1991 sampai sekarang; Sekretaris Kwarcab Surabaya 2000-2005; 2006-2010; Andalan Daerah Bidang Binamuda Kwarda Jawa Timur, 2006-2010; Andalan Daerah Bidang Binawasa Kwarda Jawa Timur, 2010-2015; Kepala Pusat Pendidikan dan Kepelatihan Kepramukaan Jawa Timur, 2010-2015; Pelatih KMD, KML, KPD di Kwarda Jawa Timur.



Dr. H. M. Aff Anshori, M.Ag lahir tanggal 13 Maret 1960 di Wonosobo, Jawa Tengah. Pekerjaan sebagai dosen IAIN Raden Intan Lampung.

Pendidikan formal S1 (drs) dari Fakultas Ushuluddin IAIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 1983-1987; Pascasarjana (S2) (M.Ag) dari IAIN Sumatera

Utara Medan, 1994-1996; Program Doktor (S3) (Dr) dari UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2001-2007.

Keanggotaan Pramuka, yaitu Siaga 1967-1972 di Gudep pangkalan SD Garung I Wonosobo; Penggalang 1973- 1976 di Gudep 08-09 pangkalan PGAN 4 Th Wonosobo; Penegak 1977-1979 di Gudep 08-09 pangkalan PGAN 6 Th Wonosobo; Pandega 1980-1985 di Gudep Yk 875-876 pangkalan IAIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Pengalaman kegiatan, antara lain, Peserta Pengembaraan Desember Tradisional Route 10 Monumen Perang Kemerdekaan ke II di Yogyakarta, 19-23 Desember 1980; Peserta Raimuna Daerah VI Daerah Istimewa Yogyakarta di Babarsari, Sleman, 7-13 September 1981; Peserta Pengembaraan Desember Tradisional Route Yogyakarta-Temanggung, 19-23 Desember 1981; Peserta Raimuna Nasional IV di Cibubur, 7-14 Agustus 1982 kontingen DIY; Peserta Pengembaraan Desember Tradisional Route Perjuangan Untung Surapati dari Yogyakarta - Solo, 19-23 Desember 1982; Peserta Pengembaraan Desember Tradisional Route Palagan Ambarawa dari Yogyakarta-Ambarawa Semarang, 19-23 Desember 1983; Peserta Pekan Bakti Pandega Mahasiswa Wilayah Jateng-DIY di Gunungpati, Semarang, 16-20 September 1985; Peserta Pengembaraan Napak Tilas Route Juang Divisi Siliwangi Batalyon Umar Wirahadikusumah dari Purworejo Jateng-Cibingbin Kuningan Jabar, 31 Juli-4 Agustus 1987; Pembina Pendamping Perkemahan Bakti Saka Bhayangkara Nasional di Bumi Perkemahan Sibolangit, Sumatera Utara, 3-9 Februari 1992.

Jabatan dalam Kepramukaan, antara lain, Pembina Pandega IAIN Raden Intan Lampung, 1990-sekarang; Andalan Daerah Kwarda Lampung, 2003-sekarang; Anggota Pelatih Pembina Pramuka Nasional, 2007-sekarang; Kapusdiklatda Lampung, 2010-2015; Ketua Tim Waslitev Perkemahan Wirakarya Nasional PTAIN Kementerian Agama RI, 2006-sekarang.

Pendidikan Kepramukaan, yaitu Kursus Mahir Dasar di Cadika Wonosobo, 1976; Kursus Mahir I + II Penggalang di Cadika Wonosobo, 1978-1979; Kursus Mahir Lanjutan jurusan Penegak/Pandega di Bandarlampung, 1990; Kursus Pelatih tingkat Dasar di Metro Lampung, 2002; Kursus Pelatih tingkat Lanjutan Nasional di Cibubur Jakarta, 2003.

Pengalaman Pelatihan Nasional, yaitu Pimpinan Kursus Pamong Saka Taruna Bumi, di Batu, Malang, 2007; Konsultan Pelatih KPL di Sintang, Kalimantan Barat, 2008; Konsultan Pelatih KPD Nasional di Pandeglang, Banten, 2008; Konsultan Pelatih KPL di Ambon, Maluku, 2009; Konsultan Pelatih KPD di Jambi, 2009; Tim Pelatih KPL di Makasar, Sulawesi Selatan, 2010; Tim Instruktur Gelang Ajar di Batusangkar, Sumatera Barat, 2010.

Penghargaan-penghargaan yang diperoleh, yaitu Satya Lencana Pancawarsa (TPOD) kelas III dari Ka Kwarnas Gerakan Pramuka tahun 2003; Satya Lencana Pancawarsa (TPOD) kelas IV dari Ka Kwarnas Gerakan Pramuka tahun 2008; Satya Lencana Pancawarsa (TPOD) kelas V dari Ka Kwarnas Gerakan Pramuka tahun 2012; Satya Lencana Dharma Bhakti (TPOD) tahun 2013; Satya Lencana Karya Satya XX dari Presiden RI tahun 2013; Satya Lencana Melati tahun 2014.

INDEKS

A

aksi sosial, 77-78. *Lihat*, Bina masyarakat.

B

bakti sosial, 70-77. *Lihat*, Bina masyarakat.

Bina diri, 4, 7, 9-48

Bina masa depan, 8, 89-92

Bina masyarakat, 5, 8, 70-88

Bina satuan, 4, 7, 49-69

C

camping, 42-43. *Lihat*, keterampilan fisik/kinestetik.

climbing, 26-27. *Lihat*, keterampilan fisik/kinestetik.

D

Dewan Kerja, 59-64. *Lihat*, Bina Satuan.

Dewan Racana, 50-59. *Lihat*, Bina Satuan.

Dewan Saka, 64-69. *Lihat*, Bina Satuan.

F

filosofi Penegak dan Pandega, 1-3

H

hiking, 25-26. *Lihat*, keterampilan fisik/kinestetik.

K

karakter usia Pandega, 3

Kepanduan Indonesia, 1

keterampilan emosional, 16-17

keterampilan fisik/kinestetik, 20-48

keterampilan intelektual, 20

keterampilan sosial, 17-20

keterampilan spiritual, 9-15

kreasi dan inovasi kerja, 91-92.

Lihat, Bina masa depan.

M

magang kerja, 89. *Lihat*, Bina masa depan.

magang mandiri, 89-90. *Lihat*, Bina masa depan.

magang perusahaan, 90. *Lihat*, Bina masa depan.

Mallory, George F., 26

mountaineering, 27-38. *Lihat*, keterampilan fisik/kinestetik.

O

orienteering, 21-25. *Lihat*, keterampilan fisik/kinestetik.

P

pembangunan masyarakat, 85-88. *Lihat*, Bina masyarakat.

pengabdian masyarakat, 80-85. *Lihat*, Bina masyarakat.

pengembaraan, 43. *Lihat*, keterampilan fisik/kinestetik.

Piaget, Jean, 3

pionering, 38-42. *Lihat*, keterampilan fisik/kinestetik.

Powell, Baden, 5

R

Racana Pandega, 49-50. *Lihat*, Bina Satuan.

Reka, 49-50. *Lihat*, Racana Pandega.

relawan, 78-80. *Lihat*, Bina masyarakat.

S

samapta, 43-48. *Lihat*, keterampilan fisik/kinestetik.

Sandi Racana, 58-59

sifat kegiatan kepramukaan penegak dan pandega, 4-6

Soe Hook Gie, 26

T

teknik kepramukaan, 6-8

U

usaha mandiri, 91. *Lihat*, Bina masa depan.

TEKNIK KEPRAMUKAAN

PRAMUKA PENEGAK DAN PANDEGA



Adik-adik Pramuka Penegak dan Pandega, Buku Teknik Kepramukaan ini telah di tangan kalian. Materi buku ini memuat teknik-teknik kepramukaan yang dikemas secara menarik dan dapat dipraktikkan secara menyenangkan melalui berbagai teknik penyajian. Isi buku ini dimaksudkan untuk meningkatkan pengalaman bagi Pramuka Penegak dan Pandega dalam pengayaan pengetahuan di bidang teknik kepramukaan.

Buku ini juga dapat dipergunakan oleh Kakak Pembina untuk melatih dan menyajikan dengan berbagai teknik penyampaian. Selamat berkegiatan!



Gedung Graha Fitara

- » Jl. Pondok Aren Raya No. 10,
Pondok Aren - Tangerang
- » Phone/Fax: 021 - 26331717,
- » Email: tirtamedia@ymail.com

ISBN 978-602-1574-93-5



9 786021 574935

LEMBAR
HASIL PENILAIAN SEJAWAT SEBIDANG ATAU PEER REVIEW
KARYA ILMIAH : BUKU

Judul Buku : *Teknik Kepramukaan, Pramuka Penegak Dan Pandega*

Penulis Buku : **Dr. H. M. Afif Anshori, M. Ag**

Identitas Buku : a. ISBN : 978-602-1574-93-5
 b. Edisi : 1
 c. Tahun terbit : 2015
 d. Penerbit : Saka Publishing (Imprint Tirtamedia)
 e. Jumlah halaman : 98 halaman

Kategori Publikasi Karya : Buku Refrensi

Buku kategori yang tepat : Buku Monograf

Hasil Penilai Peer Review :

Komponen Yang Dinilai 80 %	Nilai Maksimal Buku 20		Nilai Akhir yang Diperoleh 16
	Refrensi <input type="checkbox"/>	Monograf <input type="checkbox"/>	
a. Kelengkapan unsur isi buku (20%)		15	3
b. Ruang lingkup dan kedalaman pembahasan (30%)		24	4,8
c. Kecukupan dan kemutahiran data/informasi dan metodologi (30%)		25	5
d. Kelengkapan unsur dan kualitas penerbit (20%)		16	3,2
Tot:= (100%)			

Bandar Lampung, Pebruari 2016

Riviewer 1

Prof. Dr. H. M. A. Achlami, HS, M.A

Jabatan : Guru Besar/Fak. Dakwah dan Ilmu Komunikasi IAIN Raden Intan
 Lampung

Bidang Ilmu : *Tasawuf*

Asal Instansi : IAIN Raden Intan Lampung

LEMBAR
HASIL PENILAIAN SEJAWAT SEBIDANG ATAU PEER REVIEW
KARYA ILMIAH : BUKU

Judul Buku : *Teknik Kepramukaan, Pramuka Penegak Dan Pandega*

Penulis Buku : **Dr. H. M. Afif Anshori, M. Ag**

Identitas Buku : a. ISBN : 978-602-1574-93-5
 b. Edisi : 1
 c. Tahun terbit : 2015
 d. Penerbit : Saka Publishing (Imprint Tirtamedia)
 e. Jumlah halaman : 98 halaman

Kategori Publikasi Karya : Buku Refrensi

Buku kategori yang tepat : Buku Monograf

Hasil Penilai Peer Review :

Komponen Yang Dinilai 84 %	Nilai Maksimal Buku 20		Nilai Akhir yang Diperoleh 16,8
	Refrensi <input type="checkbox"/>	Monograf <input checked="" type="checkbox"/>	
a. Kelengkapan unsur isi buku (20%)		17	3,4
b. Ruang lingkup dan kedalaman pembahasan (30%)		25	5
c. Kecukupan dan kemutahiran data/informasi dan metodologi (30%)		27	5,4
d. Kelengkapan unsur dan kualitas penerbit (20%)		15	3
Tot: = (100%)			

Bandar Lampung, Februari 2016
 Riviewer 1

Prof. Dr. H. Nasor, M. Si.

Jabatan : Guru Besar/Fak. Dakwah dan Ilmu Komunikasi IAIN Raden Intan
 Lampung

Bidang Ilmu : *Ilmu Komunikasi*

Asal Instansi : IAIN Raden Intan Lampung