



# Bewara

*Berita dan warta seputar purnakarya*



80

Bersatu Berdaulat  
Rakyat Sejahtera  
Indonesia Maju



Mengenal lebih dekat Cianjur.  
Keindahan Alun-alun Gunung gede Pangrango

Sekretariat IKPLN : Jl. Dr. Muwardi no.165 Cianjur 43216



Telpon: (0263) 266222, Hp. 08156078533, 0858 6136 2172

Email : [ikplncianjur@gmail.com](mailto:ikplncianjur@gmail.com)



# Bewara

*Berita dan warta seputar purnakarya*

Siapaapun yang mampu bekerja secara ikhlas, apapun posisinya maka diyakini akan mendapatkan pahala yang lebih tinggi. Pandangan yang demikian itu, menjadikan setiap orang bukan berebut posisi, melainkan berlomba untuk menunaikan tugas sebaik-baiknya. Demikian pula, orang tidak akan berebut posisi yang dirasakan ia sendiri tidak mampu menjalankannya. Mereka lebih suka mendapatkan amanah yang dirasakan sesuai dengan kemampuannya. Bekerja secara baik dan ikhlas itulah yang diinginkan. Ikhlas selalu berada di hati dan bukan di kepala. Apa saja yang berada di hati biasanya indah dan menyenangkan.

Wallahu a'lam

Kang Cecep RM

# *Salam Pamiarsa*



**Cecep Rachmat Mansoer**

**Bismillahirrahmanirrahim,  
Assalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh**

Dalam perjalanan edisi penerbitan Buletin periode saat ini bertepatan dengan bulan dan hari yang penuh berkah ini, menyambut Hari Raya Idul Adha 1446 H kita bersyukur atas nikmat Allah SWT yang tak terhingga. Mari kita rayakan momen kebersamaan, saling memaafkan, dan memperkuat tali silaturahmi. Idul Adha adalah pengingat tentang pengorbanan dan keikhlasan Nabi Ibrahim AS, serta pelajaran berharga tentang pentingnya berbagi dan membantu sesama.

Masih di bulan Juni 2025 ini kita menginjak awal 1 Muharram 1447 Hijriah, yang merupakan Tahun Baru Islam, memiliki makna mendalam bagi umat Muslim. Ini adalah momen untuk melakukan refleksi diri, meningkatkan kualitas ibadah, dan merenungkan ajaran hijrah Nabi Muhammad SAW.

Tahun Baru Islam juga bisa menjadi momen untuk mempererat tali silaturahmi dengan keluarga, teman, menjaga hubungan baik dengan sesama dan terus berupaya menjadi pribadi yang lebih baik dan memberikan kontribusi positif bagi masyarakat dan keluarga besar IKPLN yang kita cintai.

Banyak keistimewaan di Bulan Juli atau Muharram, tanggal 10 Muharram ini bukan sekadar hari biasa, melainkan hari yang menyimpan berbagai peristiwa bersejarah, nilai keimanan, serta hikmah yang dapat dipetik oleh umat Islam. Dari zaman Nabi Musa hingga Rasulullah Muhammad SAW, Asyura selalu menjadi momentum refleksi, ibadah, dan penguatan keimanan.

# *Salam Pamiarsa*



Masih dalam suasana Muharram tahun 1447 Hijriah bertepatan bulan Agustus juga memiliki keterkaitan dengan sejarah kemerdekaan Indonesia yang diperingati setiap tanggal 17 Agustus, dan juga memiliki kaitan dengan beberapa peristiwa penting dalam agama Islam, terutama dalam kalender Hijriah. Pada tahun 1945, proklamasi kemerdekaan Indonesia bertepatan dengan tanggal 9 Ramadhan, yang merupakan bulan suci dalam Islam. Selain itu, bulan Agustus juga meliputi bulan Muharram, bulan pertama dalam kalender Hijriah dan salah satu dari empat bulan suci dalam Islam. Kaitan Bulan Agustus dengan Sejarah Kemerdekaan Indonesia Proklamasi Kemerdekaan tanggal 17 Agustus 1945, yang merupakan hari kemerdekaan Indonesia, bertepatan dengan tanggal 9 Ramadhan 1364 H dalam kalender Hijriah.

Insyallah kita senantiasa menghargai dan menjadikan pelajaran penting dari beberapa peristiwa sebagai pengingat dan kita dapat mengambil hikmah dari perjalanan sejarah agar kita selamat dunia akhirat, Aamiin Yaa Robbal'allamiin.

**Wassalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh.**



**Penerbit**

IKPLN Cabang Cianjur  
**Pembina**

Rd. H. Adjat Sudradjat

H. Syarif Hidayat

**Pemimpin Redaksi**

H. Cecep Rachmat Mansoer

**Redaktur Pelaksana**

H. Cecep Rachmat Mansoer

**Dewan Redaksi**

Asep Mulyana, ST

H. Syarief Zein

H. R. Anda

**Disign, Editor Dan Kreator**

H. Cecep Rachmat Mansoer

**Fotographer**

H. Dendi Andreas

**Layouter**

H. Cecep Rachmat Mansoer

Asep Mulyana, ST

**Alamat Redaksi**

Sekretariat IKPLN

Jl. Dr. Muwardi No. 165 Cianjur

Kode Pos: 43211

Telpon : (0263)266222

Email : ikplncianjur@gmail.com

- Salam Pamiarsa
- Info kita UMKM series 7  
Meningkatkan Kesejahteraan
- Alun-alun Suryakencana  
Gunung gede Pangrang
- LiputannKegiatan Sosial YBM
- Keutamaan Haji Mabrur/ Mabruroh
- Pengajian Rutin Bulanan
- Renungan
- Program Rumah Sehat
- Goresan Karya Sastra
- Warta Seputar pensiunan
- Pemberian Santunan Kematian
- Kabar Kiwari, Pelepasan pegawai  
yang memasuki masa Pensiun
- Ikhtiar Sehat Jagjag Waringkas
- Kebersamaan PIKK PLN dan IKPLN
- Latber Ling Tien Kung se- Jabar di  
Cikao Park Purwakarta
- Warta Kita Forum Komunikasi  
Layanan kesehatan
- Makna Kemerdekaan dalam Islam



**“Barang siapa yang ingin diluaskan rezekinya dan dipanjangkan umurnya, maka hendaklah ia menyambung silaturahmi”**

**(Nasihat Nabi Muhammad Saw)**



# Berita Kita

IKPLN Pusat Berbagi kebahagiaan  
Meningkatkan kesejahteraan



**IKPLN** *Mempersembahkan*

## UMKM TALK SERIES-7

**RABU, 21 MEI 2025 08:00 - 11:45 WIB**

**Mengembangkan UMKM,  
Meningkatkan Kesejahteraan Pensiunan**



**GREGORIUS ADI TRIANTO**  
EVP KOMUNIKASI & TSS  
PT PLN (PERSERO)

SAMBUTAN



**SYAMSUL HUDA**  
KETUA UMUM  
IKPLN

SAMBUTAN



**MOH KUKUH AMUKTI**  
MANAGER PENGELOLAAN UMKM  
PT PLN (PERSERO)



**TRAMI SOESILOWATI**  
EXPERT ECO ENZYME



**JUHANDI**  
PENSUNAN PLN

### Agenda UMKM Talk Series-7 :

1. Peluang Bantuan Modal Usaha dari Bank BRI bekerjasama dengan TJSL PT PLN (Persero)  
"Semangat Mensejahterakan Pensiunan"
2. Pembuatan Eco Enzyme oleh Trami Soesilowati  
"Selamatkan Bumi Indonesia"
3. Usaha Sukses Pensiunan PLN, Juhandi Pensiunan PLN  
"Budi daya Perikanan"



# Berita Warta Kita

Berbagi Ilmu Meningkatkan kesejahteraan



Tujuan utama UMKM Series 7 IKPLN adalah untuk memberdayakan dan mengembangkan Usaha Mikro, Kecil, dan Menengah (UMKM) di Indonesia, sejalan dengan upaya PLN dalam mendukung pertumbuhan ekonomi daerah dan nasional. Program ini juga bertujuan untuk meningkatkan daya saing UMKM, mendorong inovasi, serta mengurangi kesenjangan sosial ekonomi melalui berbagai kegiatan seperti pelatihan, pendampingan, dan akses pasar



Agenda UMKM Talk Series-7 dengan tema “ meningkatkan Kesejahteraan Pensiunan dilaksanakan secara hybrid dan diikuti oleh anggota IKPLN seluruh Indonesia. Sambutan EVP Komunikasi & TJSI PT PLN (Persero) Bpk Gregorius Adi Trianto melalui Zoom yang menyambut baik dan mendukung kegiatan UMKM bagi anggota IKPLN

## Keindahan Alun-alun Suryakencana, yang menyimpan mistis



### Alun-alun Suryakencana, Cantik tapi Menyimpan Mistis

Alun-alun Suryakencana merupakan padang savana nan luas di Taman Nasional Gunung Gede Pangrango (TNGGP). Area ini terdapat hamparan rumput liar, taman edelweiss, sungai, dan tanda puncak Gede sudah dekat. Tempat ini berada di ketinggian 2.750 mdpl. Biasanya, di sinilah para pendaki mendirikan tenda. Selain itu, Alun-alun Suryakencana memiliki banyak hal menarik lainnya,

1. Tempat tumbuh bunga abadi Alun-alun Suryakencana menjadi tempat favorit bagi para pendaki di Gunung Gede Pangrango. Sebab, view savana yang ciamik, dan bunga abadi.

Bunga abadi tersebut adalah bunga edelweiss. Bunga langka tersebut ternyata banyak tumbuh di sini dan dapat dilihat oleh para pendaki. Namun yang perlu diingat, para pendaki tidak diperbolehkan memetik bunga tersebut ya.



Spot kemping terbaik Alun-alun Suryakencana juga menjadi salah satu spot terbaik untuk kemping di Gunung Gede Pangrango.

Hal tersebut karena lokasinya yang cukup tinggi namun tidak terlalu ekstrim.

Selain itu, Alun-alun Suryakencana memiliki luas sekitar 50 hektar. Selain itu, tempat ini terdapat sumber mata air, sehingga bisa memenuhi kebutuhan pokok para pendaki.

### 3. Punya kisah sakral

Di balik keindahan Alun-alun Suryakencana, ternyata tempat ini pun menyimpan kisah mitos yang berkembang. Masyarakat setempat percaya bahwa tempat tersebut merupakan kediaman Raden Haji Suryakencana dan terdapat kerajaan gaib.

Raden Suryakencana merupakan anak dari pernikahan Raden Aria Wira Tanu atau yang lebih dikenal Dalem Cikundul (pendiri Cianjur) dengan seorang putri jin yakni Dewi Arum Sari.

Dari pernikahan Dalem Cikundul dengan putri dari raja Jin Islam saat bertafakur di daerah Subang itu, lahir beberapa anak. Ada yang menyebutkan dua, ada punya yang mengatakan lebih. Tapi yang lebih dikenal dua, yakni Raden Suryakencana dan Sukaesih.

Kemudian, Raden Suryakencana ditempatkan oleh kakeknya yakni Syeh Zubaedi di Gunung Gede Pangrango, sedangkan adiknya di Gunung Ciremai. Cerita tersebut diwariskan turun-temurun dan membuat warga Cianjur mempercayai tempat tersebut bersemayam Raden Haji Suryakencana atau Eyang Suryakencana.

Bahkan, masyarakat Cianjur meyakini juga Eyang Suryakencana kerap hadir di saat perayaan hari jadi Cianjur.

Warga Cianjur mempercayai keberadaan Eyang Suryakencana di Gunung Gede dan saat digelar tradisi kuda kosong, Suryakencana menaiki kuda tersebut.

Masyarakat juga percaya bahwa di kawasan tersebut berdiri megah 24 leuit atau tempat penampungan padi dan 25 pohon kelapa secara berjajar. Adanya Raden Suryakencana dan kerajaan gaib itu membuat warga Cianjur menjadikan-nya sebagai tempat yang sakral dan suci.

Hingga kini, kawasan Alun-alun Suryakencana dianggap sebagai salah satu kawasan yang suci dan dilarang melakukan hal yang di luar norma sosial di sini.



## LIPUTAN KEGIATAN SOSIAL YBM PLN UP3 CIANJUR



Kepedulian YBM PLN Cianjur bulan Dzulhijjah dalam suasana Idul Adha dalam “program Tebar Berkah Daging” di Kp. Panumbangan Rt/Rw. 003/004 Desa Majalaya Kecamatan Cikalong Kulon Kabupaten Cianjur dengan jumlah penerima sebanyak 100 kepala keluarga, Semoga Allah SWT senantiasa memberikan keberkahan bagi Muzakim YBM.



Pemberian Bantuan Fasilitas Gerobak Usaha UMKM bagi 4 (empat) orang penerima yang betul membutuhkan sebagai sarana penunjang usaha masyarakat di wilayah Cianjur.

Penyerahan diserahkan langsung oleh Manager PLN UP3 Cianjur didampingi Para Pengurus YBM PLN UP3 Cianjur. Semoga bermamfaat dan berkah bagi penerimanya, Aamiin Yaa Robbal'allamiin.



## LIPUTAN KEGIATAN SOSIAL YBM PLN UP3 CIANJUR

Kegiatan Berbagi dengan anak Yatim di Panti Asuhan dan Ponpes Al-Hidayah Desa Cilangkap Kecamatan Tanggeung Cianjur Selatan di laksanakan bertepatan dengan 20 Muharam 1447 H, semoga Allah memberikan keberkahan bagi para Muzaki YBM PLN





# Keutamaan haji Mabrur atau Mabruroh

Keutamaan haji mabrur atau mabruroh adalah dijanjikan surga. Haji mabrur adalah haji yang diterima Allah SWT, dan tidak ada balasan yang pantas baginya selain surga. Haji mabrur juga diartikan sebagai haji yang pelaksanaannya sesuai dengan tuntunan syariat, bersih dari dosa dan kemaksiatan, serta memberikan dampak positif pada kehidupan setelahnya. Berikut adalah beberapa keutamaan haji mabrur :

- **Dijanjikan Surga :**  
Sebagaimana sabda Rasulullah SAW, "Haji mabrur tidak ada balasan yang pantas baginya selain surga".
- **Penghapus Dosa :**  
Haji mabrur dapat menghapuskan dosa-dosa yang telah lalu, sebagaimana bayi yang baru lahir.

- **Mendapat Kebaikan :**  
Seorang haji mabrur akan dimudahkan dalam melakukan kebaikan, baik selama ibadah haji maupun setelahnya.
- **Mendapat Keberkahan :**  
Haji mabrur membawa keberkahan dalam hidup, baik bagi individu maupun lingkungannya.
- **Menjadi Contoh :**  
Haji mabrur menjadi contoh teladan bagi orang lain untuk meningkatkan kualitas ibadah dan kehidupan.  
Perbedaan Mabrur dan Mabruroh:  
Secara bahasa, mabrur dan mabruroh memiliki makna yang sama, yaitu haji yang diterima. Namun, secara istilah, mabrur digunakan untuk laki-laki yang telah melaksanakan haji, sedangkan mabruroh digunakan untuk perempuan yang telah melaksanakan haji.

Pengajian Rutin dilaksanakan setiap hari kamis di Mesjid PLN UP3 Cianjur



Dilanjutkan acara Sertijab Jajaran Managemen Baru PLN UP3 Cianjur





# RENUNGAN

Di masa tua, menurut Islam, seseorang sebaiknya lebih fokus pada ibadah, memperbanyak amal shaleh, mempererat hubungan dengan keluarga dan sesama, serta mempersiapkan diri untuk kehidupan akhirat. Ini termasuk menjaga shalat tepat waktu dan khusyuk, memperbanyak amalan sunnah, membaca istighfar dan bertaubat, serta berbakti kepada orang tua dan menyambung silaturahmi.

Ulasan lengkapnya adalah :

- **Memperbaiki Ibadah Wajib :**  
Memperbaiki kualitas shalat, menjaganya tepat waktu dan khusyuk, serta menghindari hal-hal yang diharamkan dalam Islam.
- **Memperbanyak Amalan Sunnah :**  
Mengerjakan amalan-amalan sunnah seperti shalat sunnah, puasa sunnah, membaca Al-Quran, berdzikir, dan bersedekah.
- **Memperbanyak Istighfar dan Taubat :**  
Memohon ampunan atas segala dosa yang telah diperbuat dan bertekad untuk tidak mengulanginya di masa depan.

- **Berbakti kepada Orang Tua :**

Menghormati dan menyayangi orang tua, merawat mereka dengan baik, serta mendoakan mereka.

- **Menjaga Silaturahmi:**

Mempererat hubungan dengan keluarga, teman, dan kerabat, serta menyambung tali persaudaraan.

- **Mempersiapkan Diri untuk Akhirat :**

Memperbanyak amal jariyah yang pahalanya terus mengalir, seperti membangun masjid, pesantren, atau wakaf Al-Quran, serta memperbanyak doa dan dzikir.

- **Mengembangkan Hobi dan Keterampilan :**

Mengisi waktu luang dengan kegiatan yang bermanfaat, seperti membaca, menulis, berkebun, atau kegiatan lain yang disukai.

- **Menjaga Kesehatan :**

Memperhatikan pola makan, olahraga teratur, dan memeriksakan kesehatan secara berkala.

- **Merencanakan Keuangan :**

Mempersiapkan diri secara finansial untuk menghadapi masa tua, termasuk menyusun rencana keuangan dan mengelola harta dengan bijaksana.

- **Menerima Penuaan :**

Menerima kenyataan bahwa penuaan adalah bagian alami dari kehidupan dan mengisi masa tua dengan kegiatan yang bermakna. Dengan menjalankan amalan-amalan tersebut, diharapkan seorang muslim dapat menjalani masa tua dengan bahagia, tenang, dan penuh keberkahan, serta meraih husnul khatimah (akhir yang baik) di dunia dan akhirat.

# Program Rumah Sehat



Alhamdulillah Program Rumah Sehat bantuan untuk ex bencana dan usulan rumah sehat dari YBM tahun 2025 sudah bisa dilaksanakan :



Kondisi rumah tinggal Ibu Elya khulsum Jd Tjetjep Teddy Zaenudin Nipen, 5374135L

1. Ibu Elya Khulsum Jd. Alm.  
Bpk.Tjetjep Teddy Zaenudin  
Nipen. 5374135L  
Alamat. Kp Cikole 003/002  
Desa Maleber Kec. Karang  
tengah kabupaten Cianjur.

Semoga membuat rasa nyaman,  
bahagia dan penuh keberkahan,  
Aamiin Yaa Robbal' allamiin.



Dalam pelaksanaan pekerjaan



BANTUAN PROGRAM  
YBM PT. PLN (PERSERO)  
BANTUAN RUMAH SEHAT  
PENSUNAN PLN CIANJUR

# Program Rumah Sehat



Alhamdulillah **Program Rumah Sehat** usulan rumah sehat mendapat bantuan dari YBM tahun 2025 dan sudah bisa dilaksanakan :

## 1. Bpk. Ujang Rusmana

Nipen. 5981075L

Alamat. Kp Tanah lapang 003/004  
Desa Maleber Kec. Karang tengah  
kabupaten Cianjur.

Semoga bagi pemilik rumah Sehat bisa membuat rasa aman dan nyaman, bahagia dan penuh keberkahan, Aamiin Yaa Robbal' allamiin.



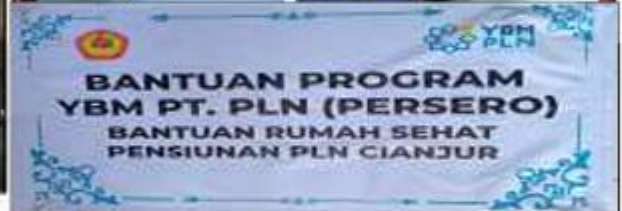
Dalam Pelaksanaan Perbaikan



Kondisi Rumah Bpk Ujang Rusmana



Setelah Perbaikan





# Goresan Karya Sastra

Coretan ringan kang Cecep RM

## DOA YANG SELALU AKU PANJATKAN

Alhamdulillah perjalanan ini masih aku lalui dengan sukacita  
Setiap saat bercengkrama dengan anak, cucu dan keluarga tercinta  
Menikmati kebersamaan dengan kerabat dan saudara  
Merajut silaturahmi bersama rekan seperjuangan dan teman setia

Syukur nikmat ini alangkah tak terhingga  
Tuhan sungguh penyayang semua umatnya  
Kalau mata ku pandang sekeliling buana  
Anugrah Illahi jelas terhampar indah dan nyata

Kebahagiaan ini tak bisa diungkap lewat kata  
Terkadang dalam keheningan suasana senja  
Aku sering termenung syukuri sisa usia  
Sungguh nyata, doa orangtua mengiringi langkah kita

Bersyukur sampai hari ini bisa berdoa bagi orang-orang tercinta  
Kedua orang tua dan keluargaku yang sudah berada di alam sana  
Semoga kami selamat dunia akhirat dan bisa menatap penuh bahagia  
Yaa Allah, lindungi dan kabulkan doa dan keinginan kami semua



## **BERSERAH DAN TETAP ISTIQOMAH**

Memang harus punya tujuan dan tekad, jalan mana yang akan dilalui  
Berserah, awali langkah dengan kalimat Bismillah rekatkan direlung hati  
Niat yang tulus dan jujur dari lubuk hati harus terpatri menyatu dalam diri  
Jalan terbentang memberi pilihan hanya naluri yang menjadi saksi abadi

Langkah telah ku pacu mencoba tegar berharap tak salah pilihan  
Namun gejalak hati bercampur bisikan godaan mengaburkan tujuan  
Kadang fatamorgana menebar warna menyilaukan pandangan  
Sering diri ini menerawang kadang terdiam mengharap pertolongan

Petuah orang tua kembali mengiang dengan belaian cinta kasih sayang  
Menuntun mengingatkan jalan pilihan kebaikan penuh keberkahan  
Dalam kegelapan langkah harus tegap berlari menyinglar halangan  
Tetap berdoa ingat keluarga dan kita adalah imam yang jadi panutan

Tuhan Maha Penyayang umatnya kita harus yakin dan berserah diri  
Jalani petunjuk kebenaran yang tertuang dalam kandungan Kalam Illahi  
Tetap tulus berjalan tanpa henti walau banyak cobaan menimpa diri  
Ujian jadikan semangat hidup untuk meraih kebahagiaan indah yang hakiki



# Warta Seputar Pensiunan



**Inna lillaahi Wa Inna Ilaihi Rooji'uun**

Telah berpulang ke Rahmatulloh, anggota keluarga besar IKPLN Cabang Cianjur :



Nama : H. MOCHAMAD SUKRIYA  
Nipen : 5379101L  
Hari : Sabtu  
Tanggal : 17 Mei 2025  
Alamat : Jl. Stekmal 002/015  
Kelurahan Pamoyanan Cianjur.

*“ Allahummaghfirlahu warhamhu wa'aafihi wa'fu'anhu,  
waakrim nuzulahu wawasi'madkholahu waghsil huu bilmaai  
wast-tsalji walbarodi “.*

**Semoga almarhum meninggal dalam keadaan Husnul Khotimah,  
diterima iman, Islam dan amal ibadahnya, diampuni segala khilap  
dan dosanya ditempatkan ditempat yang Mulia disisi Allah SWT,  
Kepada keluarga yang ditinggalkan diberikan kesabaran, ketabahan  
dan keikhlasan. Aamiin Yaa Robbal ' Aalamiin**



# Warta Seputar Pensiunan



**Innaa lillaahi Wa Innaa Ilaihi Rooji'uun**

Telah berpulang ke Rahmatulloh, anggota keluarga besar IKPLN Cabang Cianjur :



Nama : TATANG Bin H.HARMAMI  
Nipen : 4767040L  
Hari : Jum'at  
Tanggal : 06 Juni 2025  
Alamat : Kp. Kuta Wetan 002/007  
Ds. Wangunkerta Cugenang Cianjur.

*“ Allahummaghfirlahu warhamhu wa'aafihi wa'fu'anhu,  
waakrim nuzulahu wawasi'madkholahu waghsil huu bilmaai  
wast-tsalji walbarodi “.*

Semoga almarhum meninggal dalam keadaan Husnul Khotimah, diterima iman, Islam dan amal ibadahnya, diampuni segala khilap dan dosanya ditempatkan ditempat yang Mulia disisi Allah SWT, Kepada keluarga yang ditinggalkan diberikan kesabaran, ketabahan dan keikhlasan. Aamiin Yaa Robbal ' Aalamiin



# Warta Seputar Pensiunan



**Innaa lillaahi Wa Innaa Ilaihi Rooji'uun**

Telah berpulang ke Rahmatulloh, anggota keluarga besar IKPLN Cabang Cianjur :



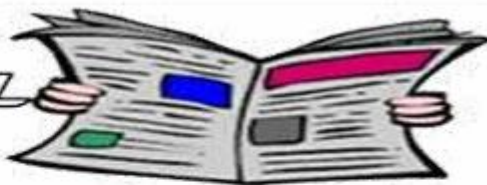
Nama : Hj. HAMIDAH  
Istri Bpk. H. Ekam kamaludin  
Nipen : 6184151L  
Hari : Kamis  
Tanggal : 03 Juli 2025  
Alamat : Perum. Joglo Cianjur.

*“ Allahummaghfirlahaq warhamha wa'aafihi wa'fu'anha,  
waakrim nuzulaha wawasi'madkholaha waghsil huu bilmaai  
wast-tsalji walbarodi “.*

Semoga almarhumah meninggal dalam keadaan Husnul Khotimah, diterima iman, Islam dan amal ibadahnya, diampuni segala khilap dan dosanya ditempatkan ditempat yang Mulia disisi Allah SWT, Kepada keluarga yang ditinggalkan diberikan kesabaran, ketabahan dan keikhlasan. Aamiin Yaa Robbal ' Aalamiin



# Warta Seputar Pensiunan



**Innaa lillaahi Wa Innaa Ilaihi Rooji'uun**

Telah berpulang ke Rahmatulloh, anggota keluarga besar IKPLN Cabang Cianjur :



Nama : ENTJEP SUPARDI  
Nipen : 5070038L  
Hari : Minggu  
Tanggal : 13 Juli 2025  
Alamat : Kp. Gintung 001/008  
Ds. Mangunkerta Cugenang Cianjur.

*“ Allahummaghfirlahu warhamhu wa'aafihi wa'fu'anhu,  
waakrim nuzulahu wawasi'madkholahu waghsil huu bilmaai  
wast-tsalji walbarodi “.*

Semoga almarhum meninggal dalam keadaan Husnul Khotimah, diterima iman, Islam dan amal ibadahnya, diampuni segala khilap dan dosanya ditempatkan ditempat yang Mulia disisi Allah SWT, Kepada keluarga yang ditinggalkan diberikan kesabaran, ketabahan dan keikhlasan. Aamiin Yaa Robbal ' Aalamiin

**Pemberian Santunan kematian  
Kepada ahli waris keluarga pensiunan  
yang meninggal dunia**



Penyerahan Santunan kematian Amanah dari YPK PLN Pusat dan dari YBM PLN Cianjur diberikan kepada keluarga Almarhum :

1. H. Moch. Sukriya / Nipen.5379101L
2. Tatang / Nipen. 4767040L
3. Aliyas / Nipen. 6680185P
4. Entjep Supardi / Nipen. 5070038L



Hj. Lia Yuliawati

# Kabar Kiwari

Rekan kita yang memasuki masa Purnakarya Bulan Juli 2025



Pelepasan pegawai yang memasuki masa pensiun Hj. Lia Yuliawati & pemberian cinderamata



Alhamdulillah sahabat kita Hj. Lia Yuliawati telah lulus dengan selamat dalam mengemban bakti dan amanah, menyelesaikan pengabdian kepada Negara, bangsa dan Perusahaan, Selamat menikmati saat indah, berkumpul bersama keluarga dengan penuh rasa svukur dan keberkahan. Aamiin Yaa Robbal 'aalamiin.



## IKHTIAR SEHAT Jagjag Waringkas

### Mamfaat Jeruk lemon dan madu untuk kesehatan



Sumber : Hello sehat

Madu dikenal sebagai pengganti alami gula, sedangkan lemon merupakan buah jeruk yang punya khasiat untuk menangkal racun. Jika kedua bahan ini digabungkan, terdapat manfaat yang baik untuk kesehatan. Berikut penjelasannya.

#### 1. Menurunkan berat badan

Manfaat air Jeruk lemon dan madu yang pertama ialah dapat menurunkan berat badan.

Menurut penelitian *Journal of Ayurveda and Integrative Medicine* mengonsumsi madu dan lemon dapat menghancurkan lemak. Selain itu, madu dan lemon juga dapat membuat Anda merasa kenyang lebih lama sehingga asupan kalori harian makin sedikit.

Agar lebih terasa khasiatnya, sebaiknya imbangi dengan olahraga teratur dan pola makan sehat.

#### 2. Mencegah penyakit ginjal

Lemon dan madu juga bermanfaat untuk mencegah penyakit ginjal. Pasalnya lemon kaya akan asam sitrat yang mencegah pembentukan batu ginjal.

Asam sitrat membantu mengikat kalsium dalam urine,



## IKHTIAR SEHAT Jagjag Waringkas

sehingga mengurangi jumlah kalsium yang tersedia untuk membentuk batu ginjal. Sementara itu, madu memiliki sifat antibakteri dan antiradang yang dapat melawan infeksi, termasuk infeksi yang terkait dengan penyakit ginjal.

### 3. Mencegah infeksi saluran kemih

Madu memiliki fungsi antibakteri dan bisa membunuh kuman penyebab infeksi.

Lemon sendiri merupakan sumber vitamin C. Jenis vitamin ini bersifat asam yang dapat mengubah pH urine menjadi lebih asam.

Urine yang asam menciptakan lingkungan yang kurang bersahabat bagi bakteri penyebab infeksi saluran kemih untuk berkembang biak.

dan madu membantu membersihkan saluran kencing.

### 4. Meningkatkan sistem imun

Manfaat madu dan lemon lainnya yaitu dapat meningkatkan sistem imun.

Madu mengandung senyawa antioksidan dan yang dapat melawan radikal bebas dalam tubuh. Madu juga bersifat antibakteri dan antivirus sehingga mencegah infeksi. Lemon juga kaya akan vitamin C yang berperan dalam produksi dan fungsi sel-sel kekebalan tubuh. Artinya, vitamin C dapat membantu tubuh melawan berbagai penyakit dan menjaga kesehatan secara keseluruhan. Sering minum campuran lemon dan madu membuat tubuh lebih bugar karena dapat meningkatkan imunitas tubuh.



## IKHTIAR SEHAT Jagjag Waringkas

### 5. Meningkatkan kesehatan saluran pencernaan

Madu memiliki sifat antimikroba yang dapat membantu melawan bakteri dan mikroorganisme berbahaya dalam saluran pencernaan. Madu juga mengandung prebiotik, yaitu jenis serat yang dapat menjadi makanan bagi bakteri baik dalam usus. Kandungan dalam lemon yaitu vitamin C berperan penting dalam menjaga kesehatan dan fungsi saluran pencernaan. Vitamin C membantu dalam proses penyembuhan luka dan memperkuat dinding usus.

### 6. Meningkatkan kesehatan jantung

Manfaat lainnya dari lemon dan madu yaitu meningkatkan kesehatan jantung. Hal ini karena madu mengandung antioksidan yang melindungi sel-sel jantung dari kerusakan akibat radikal bebas.

jantung dan menyebabkan peradangan, yang berkontribusi pada perkembangan penyakit jantung.

Lemon dapat membantu mengurangi tekanan darah, terutama jika digunakan sebagai bagian dari pola makan yang sehat. Tekanan darah tinggi adalah faktor risiko utama untuk penyakit jantung dan stroke.

### 7. Mencegah kanker

Kelebihan radikal bebas dalam tubuh dapat merusak sel dan meningkatkan risiko terkena kanker. Untuk mencegahnya, Anda dapat minum campuran madu dan lemon. Vitamin C yang ada pada lemon dan antioksidan yang ada pada madu dapat mencegah kerusakan sel akibat radikal bebas.

Kerusakan sel inilah yang berkontribusi pada peningkatan risiko munculnya penyakit kanker.



## Liputan Kegiatan Silaturahmi

# Ibu-ibu IKPLN Cabang Cianjur



Kebersamaan PIKK IKPLN Cabang Cianjur dari masa ke masa tetap kompak merenda kasih ikatan kekeluargaan yang harmonis dan senantiasa terjalin walau kondisi sudah banyak berjauhan dan tidak berada di Cianjur, namun setiap ada acara pertemuan rutin tetap merajut persaudaraan seperjuangan, semoga abadi.



## Kebersamaan PIKK PLN dan Ibu2 IKPLN Cianjur



Kegiatan PIKK Bulan Juni 2025 lokasi di Kebon Aki Nini Kp. Gombong Cianjur, dengan acara rutin Silaturahmi, arisan, Demo Smoothies, hiburan dan Edukasi bertanam sayuran secara Hidroponik oleh pemilik Kebon Aki Nini.



# Kabar Kiwari

**PENYIMPULAN KELUARGA PENGUNJUNG LITERNESGARA  
[ RPLN ]  
SARANG JAWA BARAT**

SEKRETARIAT : PLN UD JAWA BARAT JL. ASA APRIKA No. 52 BANDUNG  
TELEPON / FAX : 022 - 4230747  
E MAIL : rpln@pln@gmail.com  
BBWA : BANK MANDIRI, NO. REKENING : 130-00-801275-6

Tempat : 120/RPLN 028/VI/2025  
Lampiran : 1  
Halaman : 1  
Tanggal : Sabtu, 27  
Revisi No. :  
SPK Koordinasi dan (Pusat)  
PT. PLN (Persero)  
Unit Insani (Divisi)  
Jl. Ase Afrika No. 52  
Bandung

Sebelum masuk dan RPLN Pusat untuk membantu mengorganisir. Bekerja kreatifitas pada Penemuan maka kami Anggotanya RPLN ditunjuk untuk mengikuti Simak Terpadu Ling Tien Tung (LTT) secara nasional. Untuk itu kami akan melaksanakan Latihan Bersama Terpadu Ling Tien Tung (LTT) di RPLN Jawa Barat untuk persiapan dan pelaksanaan, yang akan kami lakukan pada:

Waktu : 1 Hari  
Tempat : 25 Juni 2025  
Daftar : 200 orang perwakilan RPLN Perwakilan.

Untuk itu kami menghimbau pimpinan RPLN untuk mengorganisir LTT. Kami mohon bantuan Bapak untuk dapat mempersiapkan ke RPLN UD Jawa Barat dan bentuk dan penempatannya diutamakan terimakasih.

Bandung, 27 Juni 2025  
PENYIMPULAN KELUARGA PENGUNJUNG LITERNESGARA  
(ditanda tangan oleh)

*[Signature]* *[Signature]*  
Charif Maulana (Kasubid) *[Signature]* (Berkas) (Lampiran)

**ROUNDWYN  
LATIHAN BERSAMA LING TIEN TUNG  
DI PURWAKARTA 25 JUNI 2025**

NO	WAKTU	URAIAN	PIC
1	07.00 - 07.30	Registrasi	Penitip
2	07.30 - 07.45	Pembukaan Latihan	Penitip
3	07.45 - 08.00	Latihan Bersama	Inspektur
4	08.00 - 08.30	Ujian Teori / Simak	Penitip
5	08.30 - 08.45	Simulasi Praktek	Penitip
7	08.45 - 09.30	Musik Ling Tien Tung	Penitip
8	09.30 - 09.45	Simulasi Teori Penitip	Atung Kuswardi / RPLN Pusk
9	09.45 - 09.55	Simulasi Praktis	Sita Darnita
10	09.55 - 09.58	Simulasi Arus RPLN Daerah Jabar	As Uta
11	09.58 - 09.59	Simulasi RPLN Pusat	---
12	---	Health Talk (20' 15")	Alifia Khairul Ulfah
13	09.59 - 09.59	Pembagian TUG	Sita Darnita
14	09.59 - 09.59	Ura Penerimaan	---
15	09.59 - 09.59	Info Bersama	Penitip
16	09.59 - 11.00	Awak Bekerja / Makan Seling	Asita

**PENYIMPULAN KELUARGA PENGUNJUNG LITERNESGARA  
[ RPLN ]  
SARANG JAWA BARAT**

SEKRETARIAT : PLN UD JAWA BARAT JL. ASA APRIKA No. 52 BANDUNG  
TELEPON / FAX : 022 - 4230747  
E MAIL : rpln@pln@gmail.com  
BBWA : BANK MANDIRI, NO. REKENING : 130-00-801275-6

- Timbunan:
1. General Manager Puskarta Bandung
  2. RPLN Bandung
  3. RPLN Bekasi
  4. RPLN Bogor
  5. RPLN Cimahi
  6. RPLN Cirebon
  7. RPLN Cianjur
  8. RPLN Depok
  9. RPLN Garut
  10. RPLN Karawang
  11. RPLN Majalengka
  12. RPLN Purwakarta
  13. RPLN Sukabumi
  14. RPLN Sumedang
  15. RPLN Tasikmalaya
  16. Manager UPTI Jawa Barat

**PENYIMPULAN KELUARGA PENGUNJUNG LITERNESGARA  
[ RPLN ]  
SARANG JAWA BARAT**

SEKRETARIAT : PLN UD JAWA BARAT JL. ASA APRIKA No. 52 BANDUNG  
TELEPON / FAX : 022 - 4230747  
E MAIL : rpln@pln@gmail.com  
BBWA : BANK MANDIRI, NO. REKENING : 130-00-801275-6

- Revisi No.:
1. RPLN Cabang Karita Dikribud
  2. RPLN Cabang Bandung
  3. RPLN Cabang Bekasi
  4. RPLN Cabang Bogor
  5. RPLN Cabang Cimahi
  6. RPLN Cabang Cirebon
  7. RPLN Cabang Cianjur
  8. RPLN Cabang Depok
  9. RPLN Cabang Garut
  10. RPLN Cabang Karawang
  11. RPLN Cabang Majalengka
  12. RPLN Cabang Purwakarta
  13. RPLN Cabang Sukabumi
  14. RPLN Cabang Sumedang
  15. RPLN Cabang Tasikmalaya
  16. RPLN Cabang Puskarta Bandung
  17. RPLN Cabang Admin LTT



## Latihan bersama Ling Tien Kung IKPLN Se-Jawa Barat Di Cikao Park Purwakarta

PLN Jantungnya Indonesia, IKPLN Sejahtera, Kita semua Sehat-sehat-sehat  
Ling Tien Kung Jaya-jaya-jaya

### ROUNDOWN LATIHAN BERSAMA LING TIEN KUNG DI CIKAO PARK PURWAKARTA 25 JUNI 2025

NO	JAM	URAIAN	PIC
1	06.30 - 07.00	Registrasi	Panitia
2	07.00 - 07.30	Persiapan Latihan	Panitia
3	07.30 - 08.20	Latihan Bersama	Instruktur
4	08.20 - 08.40	Istirahat / Snack	Panitia
5	08.40 - 08.45	Indonesia Raya	Panitia
7	08.45 - 08.50	Mars Ling Tien Kung	Panitia
8	08.50 - 08.55	Sambutan Tuan Rumah	MUJF Purwakarta
9	08.55 - 09.00	Sambutan Panitia	Foto Daritto
10	09.00 - 09.05	Sambutan Wakil Ketua IKPLN Daerah Jabar	Pa Chairul Iman Rani
11	09.05 - 09.20	Sambutan IKPLN Pusat	Pa Hidayat Achmad
12	09.20 - 09.50	Health Talk (2x 15')	RS Mitra Keluarga Cikarang
13	09.50 - 10.00	Pembagian TTDS	Foto Daritto
14	10.00 - 10.05	Doa Penutup	Panitia
15	10.05 - 10.20	Foto Bersama	Panitia
16	10.20 - 11.30	Acara Bebas / Makan Siang	Panitia



KELUARGA BESAR IKPLN SE JAWA BARAT



## Latihan bersama Ling Tien Kung IKPLN Se-Jawa Barat Di Cikao Park Purwakarta



Ketua IKPLN Daerah Jawa Barat  
Ismail Dwi Asmara



ketua Umum IKPLN Pusat  
Syamsul Huda



Latihan Bersama (Latber) seluruh Cabang di Jawa Barat. Sesuai dengan himbauan dari IKPLN Pusat melalui surat No. 868/03/IKPLN PUSAT/V/2025, tgl. 20 Mei 2025. Dilaksanakan Tgl 25 Juni 2025 di Cikao Park Purwakarta dengan jumlah peserta yang ikut gerak terafi Ling Tien Kung dari seluruh IKPLN Cabang di Jawa Barat berjumlah +/- 300



MAKING PEOPLE HEALTHY AND HAPPY



# Warta Kita

Forum Komunikasi Layanan Kesehatan  
APLN - IKPLN - MITRA KELUARGA  
Dilaksanakan secara Zoom Nasional 2 Juli 2025

**pln** **IKPLN** **Mitra Keluarga**

*Mempersembahkan*

**FORUM KOMUNIKASI LAYANAN KESEHATAN**  
RABU, 2 JULI 2025 09:00 - 11:00 WIB

**OPENING SPEECH**

**SUPARYANTO**  
CEO WSC  
PT PLN (PERSERO)

**RYANMAH HUDA**  
KETUA UMUM  
IKPLN

**NARA SUMBER**

**JALING PRANANTO**  
WF PELAYANAN KEMALIHATAN  
PT PLN (PERSERO)

**ZEPAL ARIFIN**  
BNR AGUSTINO-KESEHATAN  
PT APLN

**WAWANSA SUPRANTO**  
WISALAKO IKPLN  
MANAJEMEN

**DAPATKAN ODOORPRIZE MENARIK**

**zoom**







Tema HUT RI 80 2025 mengusung tajuk “Bersatu Berdaulat, Rakyat Sejahtera, Indonesia Maju”. Tema ini memiliki makna tentang harapan RI yang berusia ke-80 tahun.

Tema ini dapat digunakan berbagai elemen, dari masyarakat umum, pemerintah daerah, hingga pemerintah pusat, untuk perayaan Hari Kemerdekaan, 17 Agustus 2025.

### 3 Semboyan tema HUT RI 80 2025 :

- **Bersatu Berdaulat** : Untuk pihak kepemimpinan negara, visi ini menjunjung stabilitas bangsa, kemandirian sumber daya, dan ketahanan negara secara menyeluruh. Semangat ini tercerminkan di keseharian masyarakat melalui hal-hal yang sederhana: hidup rukun antar-warga, gotong royong dalam kehidupan sehari-hari,

dan kebebasan untuk memilih serta meraih cita-cita pribadi.

- **Rakyat Sejahtera** : Secara keseluruhan, kesejahteraan rakyat dijabarkan dengan turunnya angka kemiskinan, tumbuhnya ekonomi nasional, dan tersedianya akses yang setara untuk semua. Ini dapat dimaknai sebagai harga kebutuhan pokok yang terjangkau, pekerjaan yang stabil, dan keyakinan bahwa masa depan keluarga dapat terjamin untuk segenap rakyat Indonesia

- **Indonesia Maju** : Kepemimpinan bangsa dapat melihat kemajuan melalui daya saing global, pembangunan infrastruktur, dan tercapainya visi “Indonesia Emas”. Untuk masyarakat, kemajuan ini dicerminkan dengan adanya peluang untuk berkembang, akses pendidikan yang merata, dan rasa bangga menjadi bagian dari Indonesia.



**Bersatu Berdaulat  
Rakyat Sejahtera  
Indonesia Maju**

## **MAKNA KEMERDEKAAN DALAM ISLAM**

Dalam perspektif Islam, kemerdekaan memiliki makna yang lebih luas dari sekadar terbebas dari penjajahan fisik. Kemerdekaan dalam Islam mencakup kebebasan jiwa, pemikiran, dan kebebasan dari penghambaan kepada selain Allah. Ini berarti kemerdekaan sejati adalah keterlepasan dari hawa nafsu, syaitan, dan segala bentuk penindasan, serta kebebasan untuk menjalankan syariat Islam tanpa paksaan.

Berikut beberapa aspek kemerdekaan dalam Islam :

- **Kemerdekaan dari Penjajahan:**

Membebaskan diri dari belenggu penjajahan fisik dan segala bentuk penindasan.

- **Kemerdekaan Jiwa :**

Terbebas dari hawa nafsu, syahwat, dan pengaruh buruk lainnya yang dapat menjauhkan dari ketaatan kepada Allah.

- **Kemerdekaan Berpikir :**

Kebebasan untuk berpikir kritis, mencari ilmu, dan mengembangkan potensi diri dalam koridor ajaran Islam.

- **Kemerdekaan Berpendapat :**

Hak untuk menyampaikan pendapat, namun tetap dalam batas-batas yang sesuai dengan nilai-nilai Islam.

- **Kemerdekaan Beribadah :**

Kebebasan untuk menjalankan ibadah sesuai dengan keyakinan dan tuntunan agama tanpa paksaan.

- **Kemerdekaan Sosial :**

Kebebasan dari ketidakadilan, diskriminasi, dan penindasan dalam masyarakat, serta hak untuk hidup dengan martabat.

Dengan demikian, kemerdekaan dalam Islam bukan hanya tentang kebebasan fisik, tetapi juga tentang kebebasan spiritual dan sosial yang dilandasi oleh nilai-nilai keimanan dan ketaqwaan kepada Allah. Kemerdekaan sejati adalah ketika seorang muslim mampu menjalankan ajaran Islam dengan baik, terbebas dari segala bentuk perbudakan dan penindasan, serta bertanggung jawab atas segala tindakannya di dunia ini.



IKPLN CABANG CIANJUR

# Berwara

*Berita dan warta seputar purnakarya*



**Bersatu Berdaulat  
Rakyat Sejahtera  
Indonesia Maju**