

SHOWCASE WALL

Gaya Hidup Minim Plastik



METHA HERPATI
SRP/CRP/CPM

Kesadaran untuk mengurangi pemakaian plastik dalam kesehariannya sudah tumbuh sejak 2013 lalu. Sederhana, Metha Herpati (SRP/CRP/CPM) memulainya dengan mengurangi penggunaan *disposable diaper* untuk anak pertamanya dan

mengganti kebutuhan tersebut dengan *cloth*. Namun, dorongan terbesar datang April 2019 lalu, kalau PHM mengadakan *waste detox challenge*. Yang kemudian membawa gaya hidup Metha berubah, tidak hanya minim plastik tapi minim sampah secara keseluruhan. "Menerapkan hidup *less is more* saya terapkan dengan melakukan beberapa tahapan ini yakni optimalisasi barang yang sudah ada, modifikasi jika perlu, sewa, barter, baru kemudian pilihan terakhir membeli. Efeknya saya jauh lebih



hemat dan terencana dalam mengatur hidup," cerita Metha.

Kini Metha sudah lekat dengan kesehariannya membawa botol minum dan wadah makanan ulang pakai sendiri, membawa kantong belanja sendiri sampai untuk berbelanja buah dan sayur hingga tidak lagi menggunakan sedotan plastik. Di rumah pun, Metha membagi sampahnya menjadi dua yakni sampah organik/sampah dapur untuk kompos dan sampah non organik yang berupaya semaksimal mungkin ia daur ulang sendiri namun jikapun tidak bisa maka akan ia kirimkan pada komunitas daur ulang. Hal ini pun terus ia tularkan terutama bagi anggota keluarga seperti anak dan asisten rumah tangga. "Untuk anak harus bertahap mulai dari mengajak langsung dan memberi contoh nyata hingga memberikan pemahaman mengapa hal tersebut penting," kata Metha.



ERISTA ANALIA
ECP/STD

Meski sudah dilakukan sejak 3 tahun yang lalu, namun Erista Analia (ECP/STD) mengaku hingga saat ini masih ditahap mengurangi penggunaan plastik sekali pakai. Berbagai cara ia lakukan untuk terus menerapkan gaya hidup ini dalam kesehariannya mulai dari membawa kantong belanja sendiri, *tumbler* dan tempat makan hingga mengurangi pembelian makanan/minuman melalui jasa *delivery/take away*.

"Masih di tahap *diet plastic* belum *zero plastic* sebab untuk beberapa hal penggunaan plastik masih sangat sulit dihindari seperti membeli makanan *take away* atau bungkus *laundry*,"

tutor Erista. Di luar hal tersebut, menurut Erista kendala lainnya yang cukup mengganjal adalah kenyataan bahwa produk dengan material yang ramah lingkungan masih sulit ditemukan dan kalau pun ada harganya terbilang cukup mahal. Walau demikian, ini tidak menyurutkan langkah Erista untuk terus menularkan gaya hidup positif ini kepada keluarganya. Cara yang ia lakukan adalah dengan terus memberikan contoh dan saling mengingatkan sehingga kesadaran bersama akan tetap tumbuh seiring berjalannya waktu.



Pempek Pak Roy

Bermula dari keinginannya menikmati sajian khas daerah asalnya dengan rasa yang tak berubah, Robert Roy Antoni (RSES SPS) kemudian memutuskan membuat pempek Palembang racikannya sendiri. Salah satu yang membuat pempek Roy menjadi primadona di kalangan entitas PHM adalah cita rasanya yang menggugah lidah. "Bahan dasar yang terbaik itu Ikan Belidah (Pipih) dan itu yang saya pakai, sausnya juga

saya racik sendiri. Semua bahan yang digunakan higienis standar PHM, tanpa pengawet dan pewarna serta datang dari bahan-bahan berkualitas," tuturnya. Nikmatnya pempek sajian Roy membuatnya kerap membuka kelas memasak pempek untuk karyawan dan para istrinya. Suatu hari nanti Roy bercita-cita memiliki restoran Palembang sendiri yang memiliki cabang tidak hanya di Kalimantan tapi juga Jakarta.



Anda mempunyai koleksi/ gaya hidup/ hobi/ karya (sketsa, puisi, *hand-drawn*, sajak, dll) unik yang ingin ditampilkan di Tabloid Energi Mahakam ? Kirimkan cerita atau karya Anda ke audrie-magdalena.napitupulu@mitrakerja.pertamina.com untuk mendapat ruang di edisi berikutnya.