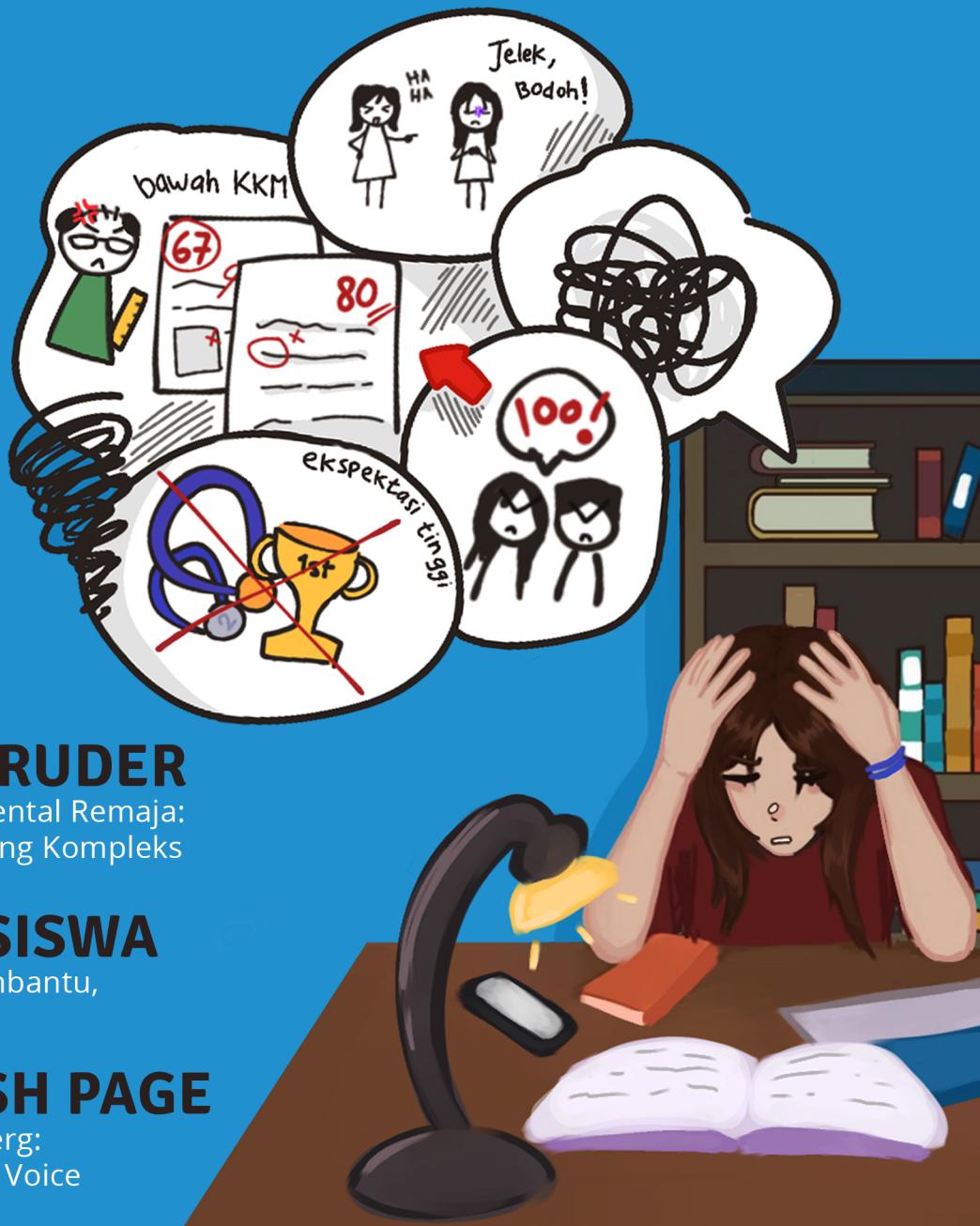


ESPEELSA

KESEHATAN MENTAL REMAJA



KATA BRUDER

Kesehatan Mental Remaja:
Hal Krusial yang Kompleks

OPINI SISWA

Stres Itu Membantu,
Asal...

ENGLISH PAGE

Greta Thunberg:
The Climate's Voice

ESPEELSA



Dear warga Espeelsa,
Kita bertemu lagi. Pada edisi kali ini, Majalah Espeelsa mengangkat tema tentang kesehatan mental remaja. Masalah kesehatan mental remaja merupakan isu yang perlu menjadi perhatian seiring kondisi yang semakin mengkhawatirkan.

Data dari *Indonesia National Adolescent Mental Health Survey* (I-NAMHS) yang diambil pada 2022 menunjukkan bahwa satu dari tiga remaja Indonesia dalam rentang usia 11-17 tahun mengalami gangguan mental dalam kurun waktu 2021-2022. Angka ini terbilang besar karena itu berarti mencapai 15,5 juta orang. Hal ini menunjukkan betapa seriusnya masalah ini.

Pada edisi kali ini akan dibahas apa yang menjadi faktor penyebab stres pada remaja dan apa saja yang bisa dilakukan untuk menghadapi hal tersebut. Pembahasan mengenai hal ini bisa ditemui di rubrik *Laporan Utama*,

Kata Kita, Opini Siswa, dan Renungan.

Selain itu, tentu ada banyak informasi lain yang bisa dijumpai kali ini. Di rubrik *Musik*, ada bahasan tentang Vocaloid yang sedang menjadi tren. Ada juga info tentang panda merah yang lucu dan menggemaskan di rubrik *Pengetahuan*. Profil teman dan ekskul yang berprestasi juga bisa ditemukan di rubrik *Espeelsa Berprestasi*. Seperti biasa, kami juga menampilkan ulasan buku, album, dan film yang mungkin bisa menemani para pembaca menikmati masa libur sekolah.

Redaksi Majalah Espeelsa juga mengucapkan terima kasih untuk kiriman tulisan dari teman-teman. Kami menantikan lebih banyak lagi karya-karya kreatif teman-teman di edisi mendatang. Kami juga menantikan kritik dan saran kalian agar Majalah Espeelsa dapat tampil lebih baik lagi. Nantikan terus kehadiran kami ya!

Berkah Dalem.



ESPEELSA

ESPEELSA 06/THN. IV/2025

Susunan Redaksi

Pelindung

Kepala Sekolah SMP Pangudi Luhur 1 Yogyakarta
Bruder Yustinus Tri Haryadi FIC, S.Pd.

Pendamping

FX. Eka Wahyu Wibawa, M.Pd.
Shinta Dewi Rahmasari, S.Pd.

Pendamping dan Editor

Sekar Ayu Dhiah K. D, S.S., M.Si.

Pemimpin Redaksi

Gabriella Audrey Livina Purnomo

Wakil Pemimpin Redaksi

Gabriella Helga Gefanda

Sekretaris Redaksi

Valentino Russel Blesly Lontaan

Redaksi

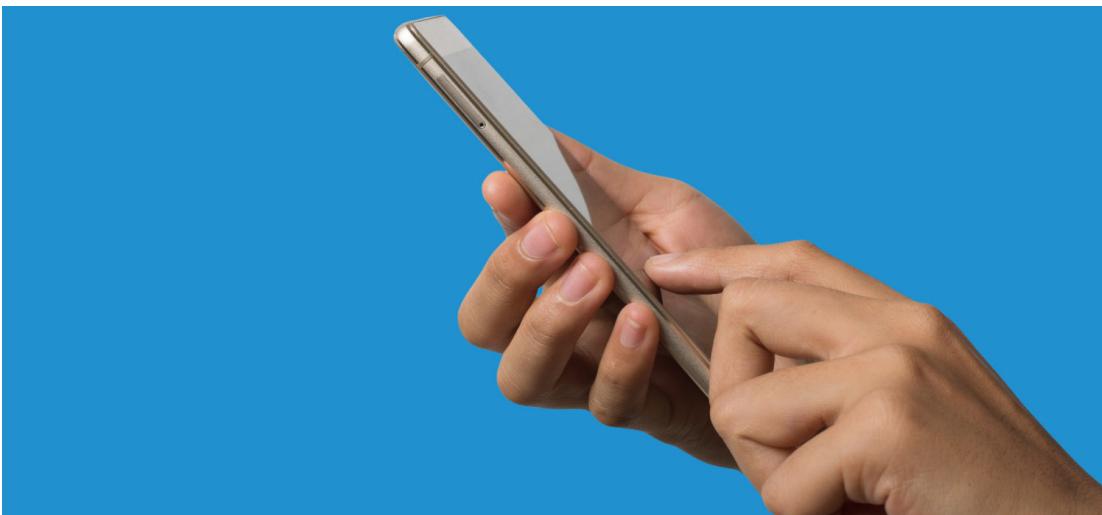
Benedicta Aurora Shane Kinanthi
Michaela Dominique Kusumaningtyas Nugroho
Elisabeth Agni Uli Saragi
Rafaela Esther Zefanya Panjaitan
Tharenia Maretta Sihombing
Alodia Pradmadiyya Sega
Mercyanda Angela Sumaryanto
Gabrielle Anindyaswari Pradnya Sopakuwa
Maria Felicia Anggita Danisvara
Teresa Eureka Maheswara
Jessica Serafina
Joshua Febrian Yudistira
Nayundra Defender Devon



DAFTAR ISI

Kontak Redaksi	4
Kesehatan Mental Remaja: Hal Krusial yang Kompleks.....	6
Hati-Hati: Bahaya Stres Berlebih Bagi Pelajar	8
Stres dan Cara Mengatasinya Ala Murid Espeelsa	11
Adu Nasib VS Adu Kasih	14
Stres di Kalangan Remaja: Meningkat tapi Ada Solusinya	15
Stres Itu Membantu, Asal...	17
Abe dan Rahasia Besarnya.....	19
Nia, Jangan Marah-Marah Ya!	21
Alodia Pradmadiyya Sega: Kebanggaan Sekolah Di Arena Berkuda	23
Espeelsa Choir: Suara Menjadi Juara.....	25
Independensa 2025	26
Arka Amaral	27

Lensa Espeelsa	30
Vocaloid: Emosi Nyata dari Suara Sintetis	32
Panda Merah	34
44 Scotland Street: Kisah-Kisah Kehidupan di Edinburgh.....	36
Pak Aris Guru Inspiratif Espeelsa	37
Dead Poets Society	39
Espeelsa Kuasai Final Junior Exhibition Games 2025.....	40
Hayao Miyazaki.....	42
Desa Penglipuran Bali: Desa Terbersih di Dunia	45
Bom dari ILLIT.....	47
VII A: Serius tapi Santai	48
Kelas IX B: Pertemanan yang Seperti Keluarga	50
VIII C: Multitalenta dan Berprestasi	51
Greta Thunberg: The Climate's Voice	53
The Night Between.....	55
But I Also Wait for You	57
Tilik Griya	58
Salam Espeelsa.....	61



KONTAK REDAKSI

Bukan Sekadar Bacaan

Majalah ini memiliki isi yang sangat menarik seputar *brain rot* dan juga informasi menarik lainnya. Tidak hanya itu, penataan gambar, pemilihan warna, dan kerapiannya juga menjadi daya tarik bagi pembaca agar tidak cepat bosan.

Saya berharap majalah ini tidak sekadar menjadi sarana bacaan semata, namun juga memberikan dampak positif bagi kehidupan kita semua ke depannya. Saya sangat senang ketika membaca majalah ini, terlebih-lebih bangga dengan tim Jurnalistik Espeelsa yang telah berjuang dengan penuh semangat untuk membuat majalah ini. *Good Job* tim Jurnalistik Espeelsa, tetap semangat.

(Hizkia Agustian Tova/IXB)

Wadah Berekspresi

Majalah Espeelsa edisi lalu terasa sangat menarik, informatif, dan relevan dengan kehidupan siswa SMP saat ini. Tema *brain rot* yang diangkat

benar-benar *up-to-date* dan dibahas dari berbagai sudut pandang—guru, psikolog, hingga opini siswa—sehingga membuat pembaca mudah memahami isu tersebut.

Majalah ini bukan hanya menjadi sumber informasi, tetapi juga wadah bagi siswa untuk berkarya, berekspresi, dan belajar berpikir kritis. Terus pertahankan semangat ini, eksplorasi lebih banyak topik menarik, dan jangan takut untuk berinovasi dalam penyajian konten. Setiap edisi yang kalian buat akan jadi rekam jejak berharga bagi warga sekolah, tetap semangat dan teruslah berkarya.

**(Diostev Dav'piello
Epsikaputra Widje/IXD)**

Mengangkat Isu Penting

Majalah Espeelsa edisi lalu sangat aktual dan relevan karena berani mengangkat isu penting seperti *brain rot* yang sangat mengancam daya pikir kritis para pelajar. Penyajiannya informatif dan menarik.

Pertahankan dan tingkatkan kualitasnya! Teruslah menyajikan isu-

isu yang mendidik, menginspirasi, dan bermanfaat agar Majalah Espeelsa bisa terus menjadi media yang mengajak siswa untuk berpikir kritis di tengah gempuran konten digital. Sukses selalu.

**(Joses Rafael Bherlyand
Rindingpadang/IXG)**

Fokus pada Solusi dan Aksi Nyata

Untuk konten dan kedalaman topik, fokuskan pada solusi dan aksi nyata yang bisa dipraktikkan murid, misalnya *challenge* mingguan. Kembangkan opini menjadi pojok debat pro dan kontra untuk meningkatkan kekritisan. Perluas rubrik profil agar lebih beragam, mencakup murid berprestasi/hobi unik, tokoh sejarah sekolah, dan alumni muda. Gunakan Infografis pada laporan utama untuk menyajikan data secara visual dan mudah dibaca.

Terkait keterlibatan pembaca, tingkatkan interaksi dua arah dengan menambah rubrik "Redaksi Menjawab" untuk merespons masukan pembaca. Maksimalkan format digital (PDF) dengan menambahkan QR Code pada rubrik ulasan musik dan film agar pembaca dapat langsung mengakses konten terkait.

(Cornelia Anindyasari, S.Pd.)

Konten Beragam

Konten yang disajikan beragam—mulai dari laporan utama, artikel budaya, profil guru, kisah alumni, kegiatan sekolah, hingga rekomendasi musik—yang menunjukkan kreativitas dan kerja sama tim jurnalistik yang sangat solid. Majalah ini bukan sekadar bahan bacaan, tetapi menjadi ruang bagi siswa untuk berkarya, berekspresi,

dan belajar berpikir kritis.

Saya bangga dan senang membaca setiap halamannya. Semoga majalah ini terus memberikan dampak positif bagi para pembacanya dan menjadi rekam jejak berharga bagi seluruh warga sekolah. Pertahankan semangat, terus eksplor topik-topik menarik lainnya, dan jangan takut berinovasi dalam menyajikan konten.

Good job Tim Jurnalistik Espeelsa—tetap semangat dan teruslah berkarya!

**(Agustinus Danish Singgih
Prabowo, S.Pd.)**

Variasi Materi yang Apik

Menurut saya, majalah ini secara cerdas dan apik mengangkat isu atau tema yang relevan dengan kehidupan remaja saat ini. Majalah Espeelsa ini menjadi media sekolah yang berbobot, kreatif, dan edukatif tentu juga menginspirasi. Salah satu contoh yang menarik dengan mengangkat sastrawan legendaris Pramoedya Ananta Toer ditambah profil alumni serta merangkum berbagai macam kegiatan dinamika di sekolah.

Majalah ini berhasil menjalankan perannya sebagai wadah ekspresi siswa sekaligus media informasi yang mengajak pembaca untuk kritis terhadap isu-isu yang mempengaruhi kemampuan belajar. Majalah ini mempunyai variasi materi yang cukup apik antara isu serius, inspiratif dan hiburan/ulasan populer. Tentu dengan adanya majalah ini kita semua bisa mengambil inspirasi untuk sekolah atau pribadi yang lebih baik.

(Suksma Jati Cahyaningrat, S.Pd.)

KATA BRUDER

Kesehatan Mental Remaja: Hal Krusial yang Kompleks

oleh Nayundra Defender Devon/IXG

Kesehatan mental remaja adalah aspek krusial yang dipengaruhi berbagai faktor, termasuk relasi di lingkungan belajar. Majalah Espeelsa meminta tanggapan Bruder mengenai pentingnya perhatian terhadap kesehatan mental remaja. Berikut kata Bruder:

Kesehatan mental pada remaja mencakup respon dan cara berpikir seseorang menanggapi "rasa" (yang diterima atau dialami oleh pikiran dan hati) dari lingkungan sekitar. Harapannya semua pihak, baik sekolah maupun orang tua juga remaja dapat menanggapinya dengan bijak dan tepat, apalagi saat menghadapi emosi negatif. Dengan demikian, hal-hal negatif bisa diselesaikan dengan komunikasi dan remaja dapat merefleksi diri guna menjaga kondisi mentalnya.

Namun, terkadang emosi remaja tidak terkontrol, menyebabkan masalah pada kesehatan mentalnya yang penuh hal negatif dan terkesan emosional dalam menanggapi "rasa" yang dialami. Hal ini membuat relasinya, terutama di lingkungan sekolah menjadi kacau.

Faktor pemicu hal tersebut bisa berbeda bagi setiap individu, begitu pula



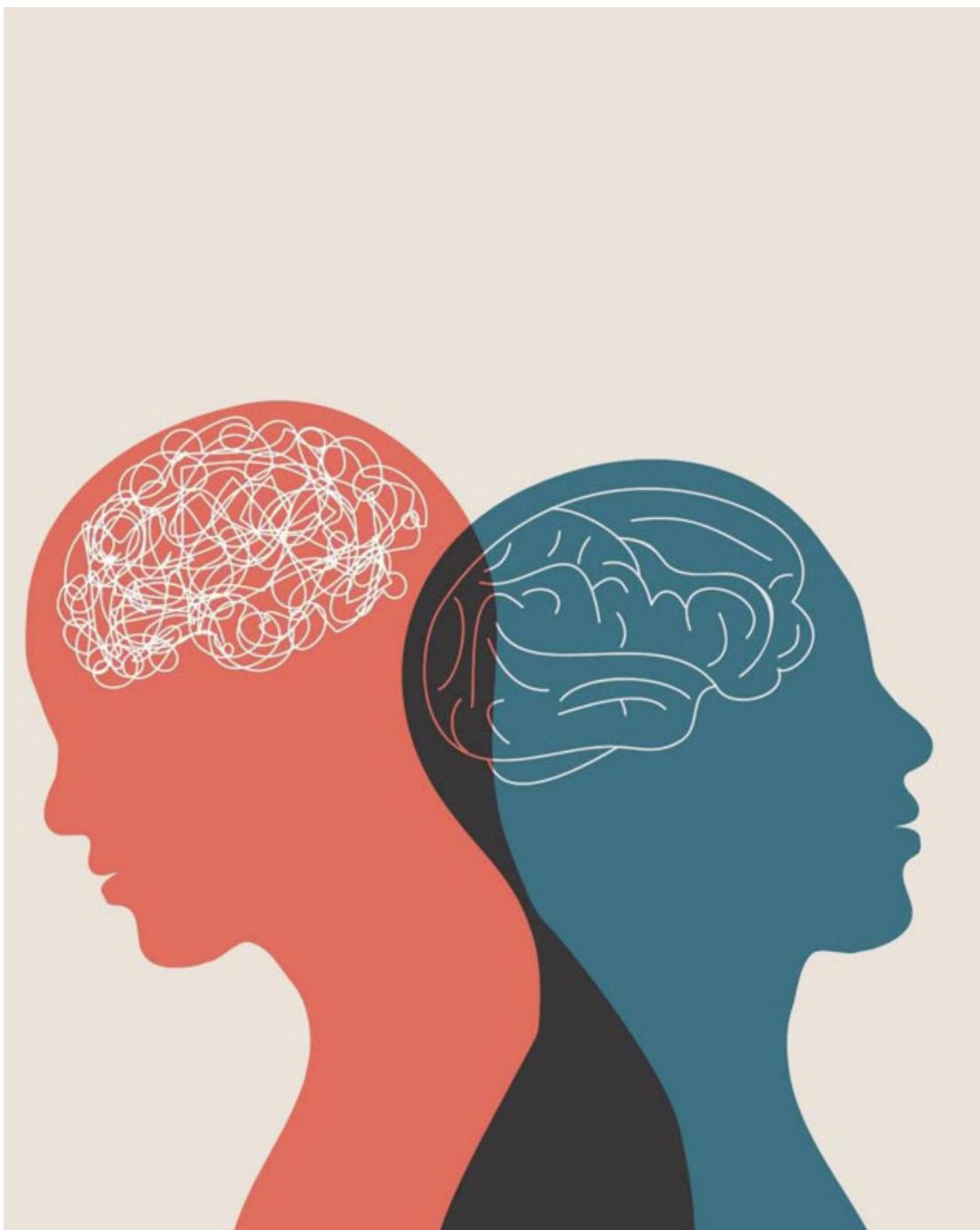
dengan reaksinya. Misalnya ego akan kebutuhan dan perhatian remaja untuk dipandang atau dihargai di lingkungan sekolah, keluarga, atau di manapun. Ego yang tinggi bisa memengaruhi kesehatan mentalnya, membuat remaja ingin menjadi yang paling unggul dan diperhatikan dibanding yang lain. Ini dapat terjadi jika kebutuhan egonya tidak terpenuhi, lalu diungkapkan dan mengganggu sekitarnya.

Untuk mengatasi masalah kesehatan mental remaja, solusi relevan yang sekolah lakukan adalah membuat remaja melihat kembali dirinya guna mengolah pribadi. Misalnya dengan kegiatan refleksi, rekoleksi, retret atau doa, juga berdinamika agar para remaja saling menjaga kesehatan mentalnya.

Espeelsa berusaha menjadi wadah bagi siswa mengembangkan kemampuan dirinya, baik secara akademik maupun kualitas kepribadian. Landasan iman yang baik dan kuat juga akan turut berpengaruh pada kesehatan mental siswa.

Kita manusia tidak pernah sempurna terutama terkait mental karena memiliki keterbatasan yang berbeda-beda. Tetapi dengan dinamika, khususnya di Espeelsa, diharapkan

dapat saling melengkapi dan sama-sama belajar dari keterbatasan tersebut. Dengan demikian kesehatan mental terutama remaja bisa tetap terjaga. **E**



LAPORAN UTAMA

Hati-Hati: Bahaya Stres Berlebih Bagi Pelajar

oleh Benedicta Aurora Shane Kinanthi/VII A, Gabriella Audrey Livina Purnomo/VIII A, & Alodia Pradmadiyya Sega/VIII F

Stres adalah hal yang umum terjadi di kalangan pelajar, namun jika berlebihan dapat memicu gangguan kesehatan mental. Yuk, kenali apa itu stres, dampak, dan cara mengatasinya!

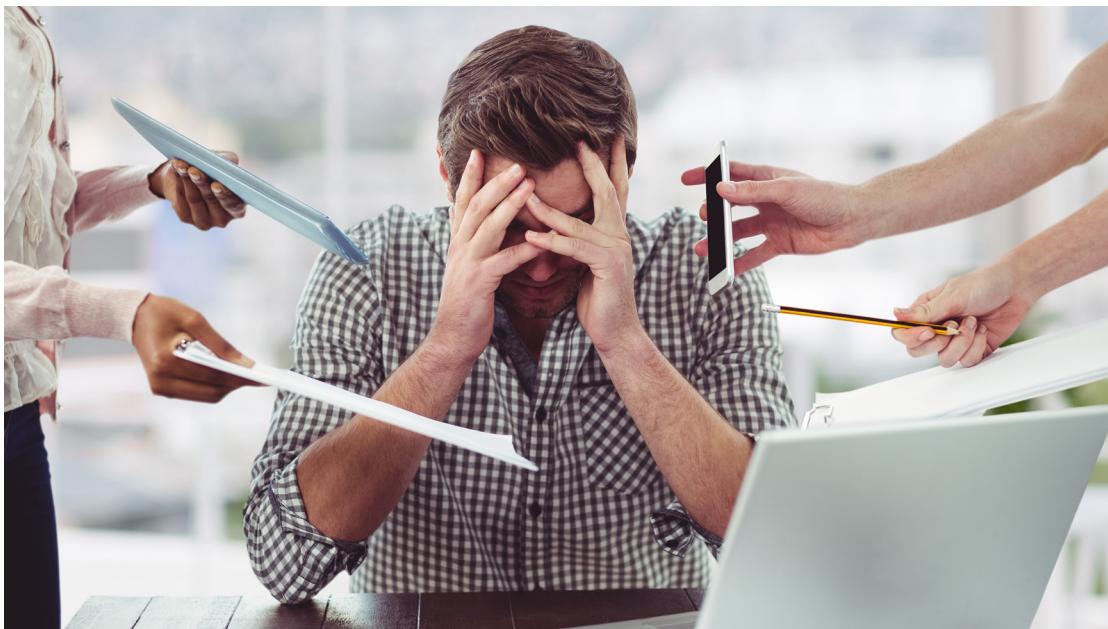
Stres adalah hal yang umum dan sering terjadi dalam hidup kita. Jurang yang lebar antara harapan dan kenyataan sering membuat kita stres. Tuntutan dan harapan dari diri sendiri, orang lain, lingkungan sekitar, keluarga, maupun standar-standar dari media

sosial juga dapat memunculkan reaksi stres di dalam diri kita.

Di tengah kesibukan sehari-hari, seperti sekolah dan berbagai macam aktivitas lainnya lainnya, kita sering lupa mengenali kondisi diri sendiri. Tanda-tanda kelelahan dan stres itu berbeda pada setiap orang. Itu sebabnya kita perlu mengenali kondisi diri kita, baik di level fisik, pikiran, dan perasaan. Kita juga perlu menyadari bahwa stres, baik fisik maupun mental tidak hanya terjadi pada orang dewasa. Hal yang sama juga bisa terjadi pada anak dan remaja.

Perubahan perilaku adalah teriakan minta tolong

Hendra Sigalingging, S.S., M.Hum., dosen Prodi Studi Humanitas di Universitas Kristen Duta Wacana (UKDW) menjelaskan bahwa sebenarnya banyak anak mengalami stres sejak usia dini. Penyebab stres pada anak ada bermacam-macam. Salah satu yang



mendorong anak menjadi stres adalah kondisi lingkungan yang tidak supportif.

Beberapa anak takut dimarahi, merasa tidak boleh mengeluh, atau terbiasa dibandingkan. Di era digital, media sosial juga ikut menjadi faktor penyebab stres. Persoalannya, anak sering kali tidak tahu bagaimana menceritakannya. Mereka belum memahami cara mengekspresikan emosi, sehingga tekanan yang mereka rasakan sering tersimpan diam-diam.

Meski tidak bisa menjelaskan secara verbal, sebenarnya anak menunjukkannya lewat perubahan perilaku. Misalnya, anak jadi mudah marah, menarik diri dari lingkungannya, susah tidur, atau tiba-tiba mogok sekolah. Perubahan kecil pada sikap anak adalah cara mereka meminta bantuan. Orang dewasa di sekitarnya lah yang harus lebih peka.

Itu sebabnya penting bagi keluarga dan guru untuk menyediakan ruang aman bagi anak agar mereka berani bercerita tanpa takut dihakimi. Masalah stres pada anak sering tidak terlihat, tetapi sangat nyata. Ketika anak merasa didengar dan dimengerti, mereka belajar bahwa emosi bukan untuk disembunyikan, melainkan dibagikan.

Hal yang senada juga diungkapkan oleh Ibu Yulia Citra Mustikasari, S.Pd., atau yang lebih akrab disapa Ibu Citra, salah satu guru Bimbingan Konseling di SMP Pangudi Luhur 1 Yogyakarta. Dari kasus-kasus yang ditanganinya di Espeelsa, terlihat bahwa siswa-siswi tampak belum dapat mengenali dirinya sendiri, apa yang dirasakan maupun apa yang ada dalam pikirannya. "Misalnya, ketika ditanya 'bagaimana

perasaanmu hari ini?', hanya dijawab dengan 'biasa saja,'" jelas Ibu Citra.

Dari perundungan hingga *self harm*

Namun, ketika digali lebih dalam terlihat ada beberapa yang umumnya menjadi persoalan. "Anak-anak sering mengeluh tentang kondisi pertemanan, masalah di rumah, ataupun soal pelajaran," Kata Ibu Citra. Menurut beliau, kondisi pertemanan yang dikeluhkan biasanya hubungan yang tidak baik antar teman yang mungkin akan memicu perundungan, seperti mengejek fisik dan lainnya.

Sementara, masalah di rumah yang umumnya dihadapi siswa adalah ketidakhadiran keluarga. Hal ini bisa terjadi karena beberapa hal, misalnya karena kedua orang tua sibuk bekerja atau orang tua yang berpisah. Kondisi seperti ini membuat anak stres yang kemudian melampiaskannya dalam berbagai bentuk. Ada yang bentuknya positif, misalnya dengan belajar dan berprestasi, tapi ada juga yang bentuknya negatif, misalnya dengan melakukan perundungan.

Dinamika belajar di kelas juga bisa memicu stres. Tugas yang banyak, baik secara individu maupun kelompok, kesulitan menerima materi pembelajaran, atau merasa tidak nyaman dengan teman-temannya bisa menjadi sumber stres bagi siswa.

Stres pada siswa yang tidak segera ditangani mungkin akan bermanifestasi menjadi hal lain yang lebih membahayakan. Misalnya saja melakukan *self harm*, kabur dari rumah, atau bahkan sampai berpikir untuk mengakhiri hidup.



Selama mendampingi siswa, Bu Citra pernah menemukan kasus *self harm*. Pada kasus *self harm*, pelakunya merasa puas jika tubuhnya tersakiti. Mereka menganggap hal tersebut sebagai pelampiasan dari kondisi mereka.

Untuk menghadapi kasus seperti ini, pihak sekolah akan melibatkan beberapa pihak, antara lain wali kelas, guru BK, guru mata pelajaran, orang tua, dan teman-teman siswa tersebut. Selain konseling dari sekolah untuk siswa, orang tua juga akan diberikan pengertian tentang kondisi yang dihadapi. Bila perlu sekolah juga akan bekerja sama dengan psikolog untuk menanganiinya.

Mengelola stres adalah kunci
Stres bisa jadi bukan hal yang dapat dihindari, tetapi kita bisa belajar

mengelolanya agar tidak memberikan dampak buruk, baik pada fisik maupun mental. Menurut psikolog Stella Vania Puspitasari, M. Psi., secara umum ada dua metode untuk meredakan stres. Metode pertama, fokus pada tugas (*problem focus coping*), misalnya dengan belajar mengatur waktu, prioritas, membuat *mind map*, membuat tabel, dan lain sebagainya.

Metode ini bermanfaat untuk mengelola sumber stres yang harus segera diselesaikan karena berkaitan dengan tenggat. Salah satu penyebab stres pada era ini adalah kesibukan yang sangat padat. Keterampilan mengelola waktu, ekspektasi, dan energi menjadi salah satu kuncinya.

Metode kedua, fokus kepada perasaan (*emotional focused coping*), misalnya berolahraga, latihan relaksasi, melakukan hobi, dan lain-lain. Metode ini lebih cocok dipakai untuk hal-hal yang tidak melibatkan tenggat.

Kehidupan kita hari ini yang serba cepat sering kali membuat kewalahan. Kita menjadi sulit memilah mana yang harus menjadi prioritas, karena segalanya jadi terasa harus segera diselesaikan. Belum lagi membanjirnya informasi yang membuat pikiran kita semakin hiruk pikuk.

Untuk itu kita perlu belajar melihat situasi dengan hati yang tenang. Memberikan diri kita ruang sepi sejenak agar dapat melihat sesuatu lebih jernih. Dan ingatlah selalu bahwa meminta bantuan orang lain ketika kita mulai merasa kewalahan bukan sesuatu yang memalukan. **E**

KATA KITA

Stres dan Cara Mengatasinya Ala Murid Espeelsa

oleh Benedicta Aurora Shane Kinanthi/VII A,
Gabriella Audrey Livina Purnomo/VIII A, &
Alodia Pradmadiyya Sega/VIII F

Sebagai seorang pelajar, tekanan yang paling berat umumnya adalah tekanan akademik. Namun, perlu cara untuk mengatasinya supaya tidak berlebih. Yuk, simak cara mengatasi stres ala teman-teman kita!

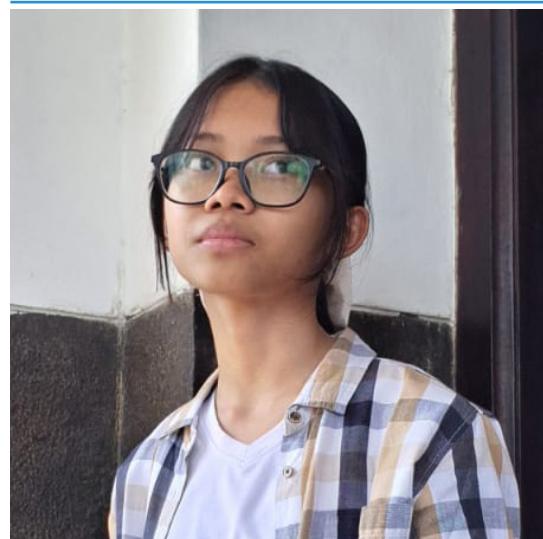


**Flavia Domitilla Alverna
Kurniawan/IX A**

Aku pernah mengalami stres karena belajar untuk ujian. Hal yang aku lakukan saat sedang stres cukup sederhana, yaitu dengan beristirahat, mendengarkan musik, atau bercerita dengan teman-temanku. Menurutku, pendidikan literasi emosi itu sangat

perlu, supaya kita bisa mengontrol emosi yang kita rasakan dengan baik.

Aku cukup sering mengalami stres. Namun, meskipun merasa stres, tapi aku tidak memiliki gangguan kesehatan secara mental. Aku sering cerita dengan orang terdekatku, tapi mereka kadang *support*, atau kadang malah membandingkan atau menghakimi. Aku lebih nyaman untuk bercerita jika mereka adalah orang-orang terdekatku.



Josephine Cahya Joanita/IX B

Beban akademik seperti tugas yang cukup banyak dan menumpuk adalah hal yang bisa bikin aku stres. Kalau sedang stres, aku biasanya *scrolling* media sosial sebagai hiburan. Tapi menurutku itu bukan kebiasaan yang tepat karena sebaiknya selesaikan dulu permasalahan yang membuat stres baru setelah itu mencari hiburan.

Aku pribadi sebenarnya jarang merasa stres atau depresi karena selalu berusaha berpikir positif dan menjalankan hidup sebaik mungkin. Aku pun sering bercerita. Saat bercerita pada orang yang tepat, mereka

akan memberi reaksi yang baik dan dapat membantu kita menyelesaikan persoalan. Aku merasa cukup nyaman bercerita dengan orang yang ku anggap baik, atau dekat dan dapat dipercaya.



Jessica Atika Putri/VIII F

Aku pernah mengalami stres karena masalah keluarga. Aku sering sekali mengurung diri di dalam kamar walaupun aku sadar bahwa itu adalah perilaku yang sangat tidak baik untuk kesehatan emosiku. Untungnya, aku memiliki teman-teman yang siap mendengarkan. Aku sering sekali curhat kepada mereka, dan saran-saran yang mereka berikan membuatku merasa lebih nyaman dan didukung.



Lavan Prabaswara/VIII F

Tentunya semua manusia pernah mengalami stres, termasuk saya. Saya sendiri pernah mengalaminya baik karena masalah akademik maupun hal-hal lainnya. Saat sedang merasa tertekan, saya kadang pergi keluar rumah bersama teman untuk mencari kesenangan.

Menurut saya, pendidikan literasi emosi sangatlah penting, apalagi di masa remaja di mana kita masih belajar untuk memahami, mengenali, dan mengendalikan emosi. Dengan kemampuan tersebut, setiap individu dapat meningkatkan kesehatan

mental dan membangun hubungan pertemanan yang lebih sehat.



Clara Alicia Aura Latisha VII/A

Semua orang dapat mengalami stres, bisa karena beban pelajaran, pergaulan sosial, atau hal lainnya. Saya yang juga pernah mengalami stres. Untuk mengatasinya saya memilih bercerita pada teman atau curhat di Al. Agar tidak stres saya juga mengurangi hal-hal negatif seperti menjauhi saling sindir dan tidak *overthinking*. Kita perlu menerapkan hal yang positif seperti

berbicara dengan teman yang baik-baik, dan juga selalu berdoa agar kita dekat dengan Tuhan.



Angela Adventa Krisdiana/VII A

Aku pernah mengalami stres karena kondisi pertemanan, bahkan cinta. Awalnya aku tak tahu harus bagaimana karena aku tidak punya teman, kehilangan arah, dan sendirian. Semua orang menjelaskan aku hanya karena aku dekat dengan teman laki-laki. Untungnya orang tuaku selalu ada untukku. Aku curahkan semua kepada mereka, dan mereka yang memberikan jalan keluarnya untukku. Aku juga mempunyai jalan keluar lain, seperti berdoa atau melakukan hobiku, *dance* agar aku tidak merasa stres lagi. **E**

RENUNGAN

Adu Nasib VS Adu Kasih

oleh Gabriella Helga Gefanda/IXB

Kadang hidup terasa seperti ajang adu nasib, siapa yang paling kuat, paling sabar, atau paling menderita. Pernahkah kamu merasa begitu? Disitulah Tuhan mengajak kita berhenti membandingkan, dan mulai melihat bagaimana kasih-Nya hadir dalam perjalanan kita.

Masa remaja adalah masa yang membingungkan. Kadang, kita bahkan tidak bisa paham apa yang kita sendiri rasakan. Rasa-rasanya semua salah, semua bikin kesal, semua tidak pas. Keluarga, teman, dan orang-orang terdekat yang tadinya lingkungan paling menyenangkan bisa tiba-tiba berubah menjadi *nggak cool* lagi.

Belum lagi kalau membuka media sosial, sepertinya semua orang kelihatan keren, hebat, seru. Kemudian kita mulai membandingkan diri kita dengan orang lain, orang yang bahkan tidak kita kenal di dunia nyata. Belum lagi beban pelajaran yang dari waktu ke waktu mungkin terasa berat. Pelan-pelan stres merambat naik, membuat hari-hari kita terasa berat seperti sedang memikul beban ratusan ton.

Ketika beban yang membuat hati sesak menumpuk, kita ingin berbagi cerita. Tapi yang kita hadapi tidak jarang



adalah permainan adu nasib. "Ah, *lo sih* belum seberapa. *Gue dong...*" menjadi potongan kalimat yang mungkin sering kita dengar, atau malah kita ucapkan kepada teman yang sedang curhat. Kalimat yang lain yang juga sering kita dengar adalah "banyak-banyak bersyukur lah. Kamu ini beruntung *loho*, banyak orang lain lebih susah."

Kalimat-kalimat tersebut bukan hal yang ingin didengar orang-orang yang batinnya sedang sesak dipenuhi rasa sedih, kalah, juga kecewa. Kita hidup di dunia yang keras, penuh tekanan dan persaingan. Saat ada teman yang bercerita, dalam

menghadapi pergumulan orang lain, iman seharusnya menuntun kita untuk bersikap lembut, bukan menghakimi, bukan menyalahkan.

Hal ini seturut dengan apa yang ada pada ayat dalam Alkitab Yohanes 13:34-35. "Aku memberikan perintah baru kepada kamu, yaitu supaya kamu saling mengasihi; sama seperti Aku telah mengasihi kamu demikian pula kamu harus saling mengasihi. Dengan demikian semua orang akan tahu, bahwa kamu adalah murid-murid-Ku, yaitu jikalau kamu saling mengasihi."

Ingat-ingatlah ayat ini ketika suatu saat temanmu datang dengan beban berat di hatinya. Dunia ini memang kejam dan dingin, tapi kita tidak perlu seperti itu. Kita bisa memilih untuk mengasihi teman kita, mendengar keluh kesahnya dengan tulus, dan memberi pelukan hangat untuk sekadar mengingatkan bahwa dia tidak sendiri, bahwa masih banyak yang menyayanginya, dan bahwa hidup ini meski berat, tetap layak dijalani. 



WAWANCARA

Stres di Kalangan Remaja: Meningkat tapi Ada Solusinya

oleh Joshua Febrian Yudistira/IXG

FX. Eka Wahyu Wibawa, M.Pd. atau yang sering disapa Pak Eka merupakan Wakil Kepala Sekolah bidang kesiswaan yang sekaligus juga mengampu mata pelajaran IPS di SMP Pangudi Luhur 1 Yogyakarta. Pada Majalah Espeelsa edisi kali ini, beliau membagikan pengalaman dan pendapatnya terkait stres di kalangan remaja yang tampaknya kian meningkat.

Menurut Bapak seberapa besar tingkat stres di kalangan siswa di sekolah kita saat ini?

Dalam beberapa tahun terakhir siswa mengalami perubahan mencolok



dalam cara bersosialisasi maupun belajar, yang sayangnya ikut memicu meningkatnya stres. Kesehatan mental remaja semakin menjadi perhatian penting di lingkungan belajar, terutama di SMP Pangudi Luhur 1 Yogyakarta.

Apakah bapak melihat perubahan perilaku siswa dari tahun ke tahun?

Oh, ya itu jelas. Tekanan sosial, pertemanan yang tidak selalu berjalan mulus, hingga perubahan pola belajar memberi dampak besar pada keseharian mereka. Situasi ini diperberat oleh lingkungan digital yang makin tak terpisahkan dari hidup remaja. Media sosial yang seharusnya menjadi ruang ekspresi, justru malah melahirkan tekanan baru lewat perbandingan diri, komentar negatif, hingga kasus *cyber bullying* yang dialami sebagian siswa.

Apa yang menjadi pemicu utama stres di kalangan remaja?

Hal yang menjadi pemicu utama itu biasanya kondisi emosional yang belum stabil sehingga membuat

remaja cenderung bereaksi berlebihan. Hal ini membuat masalah kecil dapat meluas menjadi konflik sosial maupun penurunan motivasi belajar. Inilah pentingnya pembiasaan refleksi, komunikasi yang sehat, serta pendampingan dari orang dewasa yang peka.

Apakah sekolah memiliki kegiatan yang membantu mencegah stres di kalangan remaja?

Ya, Setiap hari setelah selesai pelajaran ada refleksi, lalu ada kegiatan retret untuk kelas IX, lalu dinamika kelompok, dan pendampingan spiritual untuk membantu siswa mengolah batin dan membangun ketahanan mental.

Apa pesan Bapak untuk siswa-siswi yang sedang mengalami stres?

Selalu berpikir positif, salurkan energi ke kegiatan atau hobi yang menyenangkan, serta mendekatkan diri pada Tuhan. Beranikan diri untuk mencari bantuan pada orang yang tepat, seperti guru BK, kepala sekolah, atau orang tua. 



OPINI SISWA

Stres Itu Membantu, Asal...

oleh Benedicta Aurora Shane Kinanthi/VIIA

Stres itu membantu remaja tumbuh lebih kuat dan cerdas, asal syarat-syaratnya terpenuhi. Apa saja sih syaratnya?

Mendengar kata stres kita sering langsung merasa itu adalah kondisi yang membahayakan. Padahal sebenarnya stres tidak selalu identik dengan hal yang buruk. Tahukah kamu bahwa stres pada remaja justru bisa membuat kita berkembang dan belajar.

Ternyata stres membantu para remaja untuk belajar menghadapi tantangan, mengatasi masalah, merespon dunia yang terus berubah di sekitar kita, serta mengantisipasi hal-hal

yang mungkin muncul di masa depan.

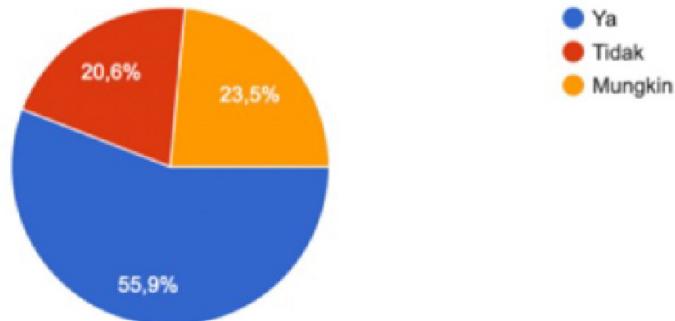
Bagi remaja, perjumpaan dengan teman-teman baru di sekolah baru, tugas-tugas sekolah yang bertambah, ujian yang harus dihadapi, atau lomba yang diikuti itu bisa menjadi sumber stres. Riset sederhana yang dibuat oleh *Majalah Espeelsa* di lingkungan SMP Pangudi Luhur 1 Yogyakarta dengan responden siswa kelas VII dan VIII menunjukkan hal senada.

Dari riset tersebut, didapati sebanyak 55,9% mengakui pernah mengalami stres. Hanya 20,6% yang menyatakan tidak pernah mengalami stres. Faktor penyebabnya beragam mulai dari cemas yang berlebih, *overthinking*, hingga tugas-tugas sekolah yang sangat banyak.

Masa remaja adalah masa yang sering membingungkan buat kita para remaja. Kenapa? Karena pada saat memasuki masa remaja bukan hanya fisik kita saja yang berubah, otak kita juga mengalami perubahan seiring dengan perubahan hormon pada masa

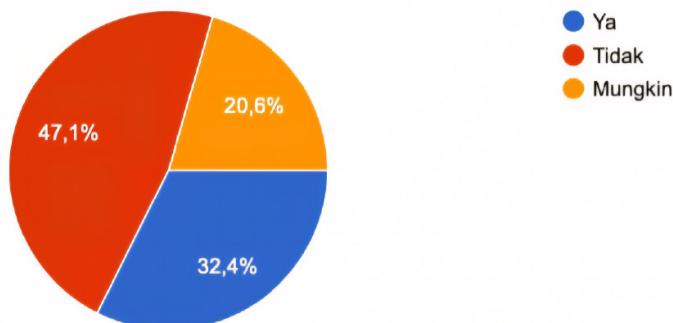
APAKAH KALIAN PERNAH STRESS DI SEKOLAH?

34 jawaban



APAKAH KAMU PERNAH MERASAKAN INGIN MELAWAN ATAU MEMBERONTAK ORANG TUA?

34 jawaban



ini. Hal tersebut membuat kita lebih rentan terhadap stres. Reaksi terhadap stres juga bisa berbeda-beda.

Ketika stres dikelola dengan baik dan remaja berada dalam lingkungan yang suportif, hal tersebut tidak akan menimbulkan masalah yang membahayakan. Hal tersebut justru bisa menjadi rangsangan untuk belajar lebih baik.

Keadaan bisa berubah menjadi masalah yang mengancam ketika stres

Kita juga perlu peka pada perubahan fisik maupun mood diri sendiri. Kalau sekiranya stres yang kita alami terasa begitu memberatkan hingga menyebabkan kesakitan pada fisik, misalnya jadi susah makan, sulit tidur, atau gejala fisik lainnya, maka segeralah meminta bantuan kepada orang lain.

terjadi berkepanjangan dan remaja berada dalam lingkungan sosial yang tidak aman. Misalnya, remaja mengalami perundungan di sekolah, mengalami *cyber bullying*, mengalami kekerasan fisik maupun mental di rumah, atau tidak mendapat kasih sayang dan perhatian yang cukup dari keluarga.

Untuk itu, kita perlu dukungan dan bantuan lingkungan di sekitar kita agar kita bisa belajar menghadapi dan mengelola stres dengan baik. Kehadiran lingkungan pertemanan yang sehat dan lingkungan sekolah serta keluarga yang suportif mutlak dibutuhkan.

Kita juga perlu peka pada perubahan fisik maupun mood diri sendiri. Kalau sekiranya stres yang kita alami terasa begitu memberatkan hingga menyebabkan kesakitan pada fisik, misalnya jadi susah makan, sulit tidur, atau gejala fisik lainnya, maka segeralah meminta bantuan kepada orang lain. Kita bisa minta bantuan kepada orang tua atau guru. Tidak perlu malu atau takut. **E**



CERPEN

Abe dan Rahasia Besarnya (Beda Orang bagian 2-habis)

oleh Jessica Serafina/IXB dan Gabriella
Helga Gefanda/IXB

“**G**ue Abe,” pesan Bea yang membuat Adhisty terkejut. Matanya berkaca-kaca, jari-jarinya gemetar saat mengetik, “*Lu udah gila? Gue udah percaya sama lu.* Ternyata siapapun di internet *nggak bisa*

dipercaya.” Ia tak pernah menyangka kata-kata seperti itu keluar darinya. Rasa kecewa menguasainya, bagaimana mungkin sikap manis Bea selama ini ternyata cuma ulah teman SD laki-laki yang sejak dulu membenci idolanya? Benar-benar menggelikan.

Sepanjang hari itu, ia melamun, mengingat semua curahan hati yang pernah ia lontarkan pada Bea. Sedih, kecewa, dan malu bercampur seperti bubur yang kelamaan terendam sampai kerupuknya lembek. “Nak, makan dulu, buburnya keburu dingin,” tegur Bunda. Adhisty masih terjebak dalam imajinasinya, memikirkan ribuan alasan Abe memalsukan identitas dan bersikap manis di media sosial. Di sisi lain, ia tetap penasaran, benarkah Pak Rahmat pemilik akun “Rambutanxyz” yang membenci idolanya?

Hari berlalu, rasa kecewa masih mengaduk di hatinya. Pikiran itu seakan menenggelamkannya ke dunia lain, meski ia tetap menjalani rutinitas. Ada ganjalan yang terus menghantui, kehilangan, kesepian, dan malu setiap mengingat Bea yang dulu paling mengerti pergumulannya. Dulu ia ingin sekali bertemu Bea, tapi bagaimana lagi? Bea adalah Abe. Hatinya makin tercabik saat menyadari Taylor Swift takkan pernah tahu keberadaannya di belahan dunia ini. Mengapa ia membela Tay-Tay mati-matian? Dan betapa konyolnya menuduh ketua RT sebagai *haters* Taylor Swift. Perlahan, Adhisty malah mulai menyalahkan dirinya sendiri.

Sore hari, desa tempat tinggal Adhisty mengadakan festival desa tahunan, musik dangdut mengalun,

banyak stan jajanan, dan aroma makanan berhamburan. Meski hatinya masih kusut, Adhisty memutuskan datang agar pikirannya tak terus berputar tentang Bea. Di antara kerumunan, Adhisty melihat sosok yang familiar. Laki-laki berkaos hitam, rambut pendek agak berantakan, dan langkah yang sok dingin. Abe! Si pemalsu identitas menyebalkan itu.

Abe berjalan mendekatinya, menggenggam dua jus mangga favorit Adhisty. "Eh," sapanya berlagak santai. Adhisty berusaha mengabaikan, sudut matanya menatap dari atas sampai bawah. "Kenapa *lu*? Kangen sama Bea ya?" tanyanya sambil menaikkan sebelah alis, menyodorkan jus mangga kepada Adhisty.

Senyum jahilnya membuat Adhisty makin naik pikam. Adhisty meringis, menahan rasa campur aduk yang muncul lagi. "Prak!" jus mangga itu tak sempat tergenggam dan jatuh. Mereka jadi pusat perhatian di sana, "Kenapa *lu* harus pura-pura jadi *cewek sih*, Be? Kenapa bohong? *You think it's funny?*"

Senyum Abe memudar dalam sekejap, ia mengernyit. Cahaya lampu festival yang berkedip-kedip memantul di matanya yang sendu. "*G*-gue cuma *pengen* dekat lagi," lanjut Abe. Suaranya mengecil. "*Pengen* *lu* percaya lagi sama *gue*. *Pengen* *lu* curhat."

Kata Abe, ia menyamar menjadi perempuan supaya Adhisty merasa aman bercerita dengannya. Tiba-tiba, bapak-bapak berbatik merah dengan sandal Swallow menghampiri mereka "Ada apa ini? Dek ini lagi festival lho! Kasihan itu bapak-bapak lagi pentas jadi *dicuekin*." Dugaan Adhisty benar, bapak

itu adalah Pak Rahmat.

"Pak *apaan sih*? *Udah* cukup deh Bapak ganggu saya di X, di sini *nggak* usah," jawab Adhisty dengan ketus. Pak Rahmat kebingungan, ia bahkan tidak tahu apa itu aplikasi X. "Lho dek... X *ki apa tho*? Bapak *nggak* tahu," katanya polos.

"Eh?" Adhisty tercengang, dan Abe menunduk sambil gugup. Tiba-tiba terdengar bunyi notifikasi yang sangat Adhisty kenal, notifikasi aplikasi X. Adhisty menangkap suara itu, tapi ternyata sumbernya bukan dari Pak Rahmat melainkan dari ponsel lain yang Abe buru-buru sembunyikan di saku belakang. "Abe... itu suara *notif* *lu* ya?" tanya Adhisty, suaranya lelah.

"*Nggak*?! *Gue*... *gue* cuma..." kata Abe panik. "*Lu* nyembuniin apa lagi?" potong Adhisty.

Abe yang sudah tidak tahu mau beralasan apa lagi, akhirnya dia jujur. "*Gue* sebenarnya akun... @Rambutanxyz. *Gue* sengaja buat akun palsu biar *lu* cerita sama *gue* lagi. Kalau *gue* jadi diri *gue* sendiri, *lu* pasti cuek. Jadi *gue* bikin akun *haters* biar *lu* makin percaya sama Bea... *Gue* salah *banget*, Dhist."

Pak Rahmat melongo. "Ya ampun, anak-anak zaman sekarang bikin akun *fake-fake gini...*" Adhisty menghela nafas panjang, "Bodoh *lu*," kata Adhisty kepada Abe, suaranya bergetar. Abe tersenyum kecil. "*Gue* tahu, *maafin* *gue* ya Dhist."

Mereka akhirnya duduk di pinggir lapangan festival, lampu warna-warni berkedip di atas kepala. Setelah bicara panjang, marah Adhisty mulai mencair. Ia sadar, meski caranya salah besar, Abe sebenarnya rindu dengan persahabatan mereka dulu. Di akhir

hari, mereka pulang sambil tertawa kecil, malu-malu tapi lega. Untuk pertama kalinya setelah bertahun-tahun, Adhisty dan Abe berjalan berdampingan lagi, tidak sebagai Bea

dan Adhisty, tidak sebagai @Rambutanxyz dan fans berat Taylor Swift, tapi sebagai dua orang sahabat yang akhirnya jujur dan saling memahami. **E**



CERPEN

Nia, Jangan Marah-Marah Ya!

oleh Mercyanda Angela Sumaryanto/VIIIG

“Anak-anak, saya kasih PR untuk mengerjakan buku paket halaman 61-67 ya.” Tepat sebelum bel sekolah berdering, Pak Guru telah memberikan murid-

muridnya pekerjaan rumah yang cukup banyak. Sepulang sekolah, Nia, salah satu siswanya Pak Guru, mengirimkan pesan di saluran WhatsAppnya, “Pak guru kalau *ngasih* tugas *nggak ngotak!*”. Banyak yang setuju dan menjawab Nia bahwa mereka malas dan tidak bakal mengerjakan tugasnya Pak Guru.

Namun, Nia tetap berusaha mengerjakan tugas yang diberikan. Walaupun banyak yang perlu dikerjakan ditambah soalnya cukup susah, lebih baik mendapatkan nilai yang rendah

daripada tidak mendapat nilai sama sekali.

Selesai mengerjakan, Nia mengecek ponselnya dan melihat bahwa jam sudah menunjukkan pukul 12 malam. Nia berpikir, "Waduh.. capek banget. Kapan ya ada hari yang tidak membuatku begadang?".

Keesokannya, Pak Guru memberikan tugas yang lebih susah dari hari-hari sebelumnya. Kali ini, ia meminta muridnya untuk mengerjakan tugas dengan kelompok yang akan ditentukan oleh Pak Guru. Nia merasa senang bahwa dia tidak perlu memanggul beban yang sangat berat sendiri. Perasaan itu hanya muncul sementara, karena Nia dimasukkan ke dalam kelompok yang terkenal dengan kemalasannya. Kebetulan ia dipilih Pak Guru sebagai ketua kelompok. Ia berharap hasil kerjanya maksimal.

Nia berkumpul dengan kelompoknya. Awalnya mereka tenang, diam, dan memperhatikan petunjuk dari Pak Guru. Setelah itu, mereka bukannya berdiskusi, tetapi malah berbicara dan tertawa terbahak-bahak dengan kelompok sebelah. Nia menenangkan diri dengan menarik nafas panjang, menghembuskannya, lalu ia berdiri dan berteriak, "Sst! Kalian diam dan duduk dengan tenang".

Nia membagikan tugas untuk dikerjakan setiap anggota. Kelompok Nia masih kurang kondusif dan mereka terlalu santai mengerjakan tugasnya. Di dalam hati, ia merasa kesal dengan anggota kelompoknya. Untung saja, sebentar lagi jam pelajaran selesai dan Nia dapat beristirahat sebelum melanjutkan

bagian yang belum dikerjakan.

Rasa lelah yang dimiliki Nia membuatnya langsung melemparkan diri ke kasur yang empuk dengan sarung bantal dan selimut bermotif lucunya begitu sampai di rumah. Rasa yang menenangkan membuat Nia terlelap, lalu terbangun karena ia mendapat mimpi buruk tentang kelompoknya yang lupa mengerjakan tugas yang sudah dibagikan.

Ia menyadari bahwa ia belum melakukan apa-apa sebelum tidur. Kelompoknya tidak ada yang mau membantu mengerjakan dan Nia lupa mandi. Menyadari itu membuat jantung Nia berdebar kencang. Mulai dari tangan, kaki, hingga seluruh tubuh Nia bergetar. Ia tidak tahu mau melakukan apa terlebih dahulu, semua pilihan yang dimilikinya sungguh penting. Kasurnya yang nyaman tidak mampu menenangkan Nia.

Nia teringat kata-kata guru BK-nya, bahwa ketika ada masalah lebih baik menceritakan kepada orang yang berhubungan dekat. Saat itu, Nia sedang berada di kamarnya, maka ia akan berbicara kepada orang tuanya tentang masalah yang sedang dialami.

"Mama, Papa, Nia boleh minta bantuan *nggak*? Dari kemarin guruku *ngasih* tugas yang berat, terus kelompokku *nggak* bisa diatur. Nia capek, *gimana* ya biar kelompokku bisa *nurutin* Nia? Tadi Nia *marahin*, tapi mereka *kayak nggak* niat bekerja."

Orang tua Nia tersenyum mendengar cerita anaknya. "Kalau kelompokmu malas-malasan ya jangan dipaksa, Nak. Jangan mudah putus asa cuma karena tugasnya banyak. Itu yang

membuatmu jadi stres, karena niatmu untuk mengerjakan masih rendah," jawab Ibu Nia.

Ayahnya melanjutkan kata-kata Ibu, "Benar kata ibumu. Sebaiknya Nia minta maaf dulu ke anggota kelompokmu, lalu diskusikan pembagian tugasnya dengan baik, *nggak* usah sampai marah-marah ya, Nak".

Mendengar nasihat dari orang tuanya, Nia menyadari kesalahannya. Ia memeluk ibu dan ayahnya sembari mengucapkan terima kasih. Melalui grup WhatsApp, Nia meminta maaf kepada anggota kelompoknya karena memaksa mereka dengan teriakan. Tidak lama setelah dikirim, anggota kelompok Nia menjawab pesannya dengan meminta maaf juga, karena telah membuat Nia marah dan tidak

mengerjakan tugas walau sudah dimarahi oleh Nia.

Kelompok Nia kembali berdamai, lalu Nia mengingatkan kembali bagian yang perlu dikerjakan kepada setiap anggota. Nia mulai merasa lega. Sebelum melanjutkan bagiannya Nia ingat bahwa ia harus mandi.

Selang beberapa jam, Nia dan anggota kelompoknya sudah menyelesaikan tugasnya. Nia lebih puas dengan tugas kali ini, karena dapat diselesaikan tanpa harus begadang sampai tengah malam. Esoknya, kelompok Nia mendapat nilai yang baik dalam tugas yang diberikan Pak Guru. Mulai hari itu, ketika Pak Guru memberikan tugas yang terlihat susah, Nia akan mengerjakan tugasnya terlebih dahulu sebelum mengeluh. 

ESPEELSA BERPRESTASI

Alodia Pradmadivya Sega: Kebanggaan Sekolah Di Arena Berkuda

oleh Elisabeth Agni Uli/VIIIA

Bersama kudanya, ia meraih prestasi di tingkat nasional. Ia pantang menyerah, karena pemenang ada pecundang yang mencoba lagi dan lagi.

Alodia Pradmadivya Sega, atau yang dikenal dengan nama panggilan Alo, siswi kelas VIIIF, adalah murid yang disiplin. Di usianya

yang masih remaja, Alo tidak hanya aktif di lingkungan sekolah, tetapi juga berhasil menorehkan prestasi di cabang olahraga berkuda. Ia membuktikan bahwa bakat jika dipadukan dengan kerja keras, dapat meraih pengakuan di kancah nasional.

Olahraga yang ditekuni Alo adalah menunggang kuda, sebuah cabang olahraga yang menuntut ketepatan, keharmonisan, dan kontrol emosi antara joki dan kudanya. Komitmen Alo untuk mencapai kesempurnaan inilah yang membawanya bertanding dalam seri kompetisi bergengsi: FEI Djiugo Next Adventure pada Juli 2025.

Perlu diketahui, FEI (Fédération Équestre Internationale) adalah badan tertinggi yang menetapkan standar global dalam olahraga berkuda.



Berpartisipasi dan meraih gelar di ajang FEI menunjukkan bahwa kemampuan Alo mulai dikenal di tingkat nasional.

Bulan Juli 2025 menjadi momen bersejarah bagi Alo. Dalam rangkaian kompetisi Djiugo Next Adventure, ia berhasil mendapatkan tiga gelar sekaligus, membuktikan kemampuan bersaing di berbagai level kelas:

1. Juara 3 Prelim FEI Djiugo Next Adventure.
2. Juara 4 Prelim FEI Djiugo Next Adventure.
3. Juara 2 Elementary Djiugo Next Adventure.

Pencapaian ini sangat luar biasa, terutama ia meraih posisi teratas dalam kelas Prelim FEI, bersaing dengan para atlet yang sudah

berpengalaman. Alo tidak hanya berhasil mewakili nama baik sekolah, tetapi juga menunjung tinggi standar atlet remaja Indonesia.

Dalam sesi wawancara, Alo membagikan kunci di balik kesuksesannya. Alo selalu latihan berkuda dan juga pantang menyerah, terutama saat ia mempersiapkan diri untuk lomba. Setiap kali Alo mendapatkan juara, ia tidak langsung puas karena mengingat bahwa masih ada orang yang lebih tinggi di atasnya.

Alo juga menambahkan *quotes* yang selalu dipegangnya, yang membuat ia bangkit dari setiap kegagalan kecil di arena, "*A winner is a loser that tries again.*" Seorang pemenang adalah pecundang yang mencoba lagi. **E**

ESPEELSA BERPRESTASI

Espeelsa Choir: Suara Menjadi Juara

oleh Rafaela Esther Zefanya Panjaitan/VIIIB dan Michaela Dominique Kusumaningtyas Nugroho /VIIIA

Paduan suaranya Espeelsa keren sekali, sudah sering juara. Kok bisa ya? Yuk kita simak lebih lanjut!

Espeelsa menjadi wadah banyak peminat ekstrakurikuler. Espeelsa Choir (Paduan Suara) merupakan salah satu contohnya. Kita tentu sering menyaksikan pada acara atau momen tertentu ada paduan suara atau koor yang terdiri dari banyak anggota menyanyikan satu lagu dengan merdu. Meski suara mereka berbeda-beda,

namun bisa disatukan menjadi satu suara yang memukau dan memiliki ciri khas tersendiri. Nah Espeelsa Choir pun tidak kalah merdunya.

Espeelsa Choir penuh dengan murid-murid yang antusias dengan bakat-bakat dan hobi mereka. Mereka bersemangat dalam mengembangkan kemampuan ini menjadi prestasi. Setiap kali ada jadwal untuk latihan, murid-murid datang tepat waktu penuh dengan semangat. Sebelum mulai latihan mereka akan berdiskusi dan menghafalkan lirik-lirik dan partitur lagu bersama. Dengan angkatan baru, suasana Espeelsa Choir menjadi lebih ramai karena murid-murid bersemangat untuk memasuki ekstrakurikuler ini.

Mengikuti ekstrakurikuler ini tidak semudah itu /ho! Ada banyak aturan di Espeelsa Choir yang harus dipatuhi, seperti tidak boleh minum es, makan



yang berminyak-minyak, terutama menjelang lomba. Murid-murid saat bernyanyi tidak dibolehkan memakai suara tenggorokan dan harus memakai suara perut.

Jika ingin mencapai nada tinggi murid-murid wajib menggunakan *head voice*. Anggota Espeelsa Choir rajin latihan setiap pulang sekolah, bahkan begitu rajinnya hingga mereka berkumpul di rumah pelatih mereka untuk latihan sampai malam jika lomba sudah dekat. Terbayang betapa lelahnya, kan?

Namun, semua kerja keras Espeelsa Choir terbayarkan saat dua tim dari Espeelsa Choir meraih juara dalam

kompetisi tingkat D. I. Yogyakarta. Tim 2 dengan konduktor Christina Anindya Kartika IXG berhasil meraih juara 1. Sementara Tim 1 dengan konduktor Irene Akhila Andra Putri Sena VIID menyabet juara 2.

Espeelsa Choir tidak hanya menang karena latihan saja, tetapi juga berkat persahabatan yang mereka bangun selama perjalanan. Mereka mulai sebagai mitra paduan suara tetapi berakhir menjadi pertemanan yang tidak akan dilupakan. Dengan kerja keras, mereka membangun kelompok yang bisa disebut keluarga. Selamat kepada teman-teman Espeelsa Choir atas semua kemenangan yang diraih! 

SEPUTAR ESPEELSA

Independesa 2025 Perayaan Hari Kemerdekaan Khas Espeelsa

oleh Valentino Russel Blesly Lontaan/IXB

Tidak lama sejak dimulainya tahun ajaran 2025/2026, diadakan kegiatan ikonik bernama Independensa di SMP Pangudi Luhur 1 Yogyakarta. Kegiatan ini diadakan menjelang hari ulang tahun ke-80 Republik Indonesia, tepatnya pada Jumat, 15 Agustus 2025. Kegiatan ini berlangsung dari pukul 09.35 WIB sampai pukul 14.00 WIB yang dimulai dengan pembukaan MC kemudian disambung sambutan dari Bruder Kepala Sekolah.

“Seperti yang sudah disampaikan oleh teman kita, bahwa pagi ini, kita



akan bersama-sama membangun sebuah kekompakan, membangun sebuah kebersamaan sebagai komunitas, bagian dari sekolah kita, dan juga bagian dari bangsa kita," kata Bruder dalam sambutannya.

Dalam kegiatan yang dilakukan di lingkungan sekolah ini diadakan berbagai lomba, antara lain E-Sport, LCCKR (Lomba Cerdas Cermat Kebangsaan Remaja), Pos Kemerdekaan, dan Pos Estafet. Lomba

E-Sport dibagi menjadi lomba *Mobile Legends: Bang Bang* dan *Free Fire*.

Lomba Pos Kemerdekaan dibagi menjadi dua bagian yang secara keseluruhan terdiri dari delapan cabang lomba. Berbeda dengan lomba Pos Kemerdekaan, lomba Pos Estafet hanya terdiri empat cabang lomba. Kegiatan ini ditutup dengan pengukuhan paskibra, kemudian peserta didik kembali ke kelas. 

Arka Amaral

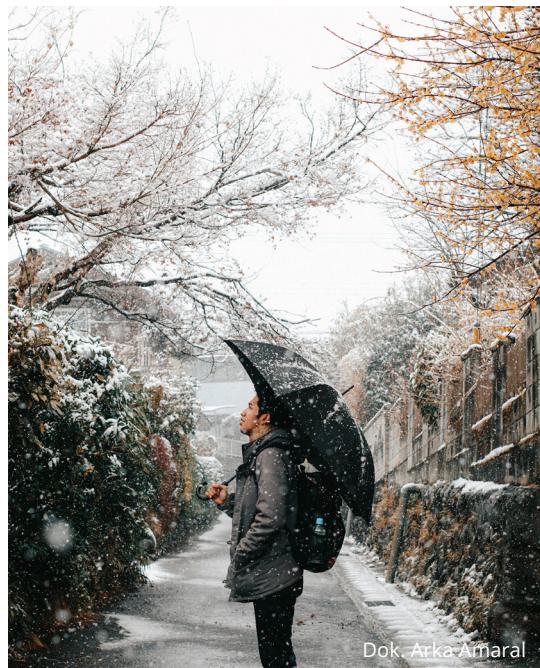
Menjadi Fotografer adalah Ikigai

oleh Sekar Ayu

Sudah lebih dari satu dekade sejak ia lulus dari Espeelsa, tapi hingga kini kehangatan persahabatan di masa SMP masih terus dirasakannya.

Arka Amaral adalah fotografer di belakang foto-foto konser Rumah Orkestra Jogja atau liputan-liputan *event* milik InJourney. Ia adalah salah satu fotografer muda Jogja yang namanya mulai dikenal. Tapi tahukah kamu bahwa Arka adalah alumni Espeelsa?

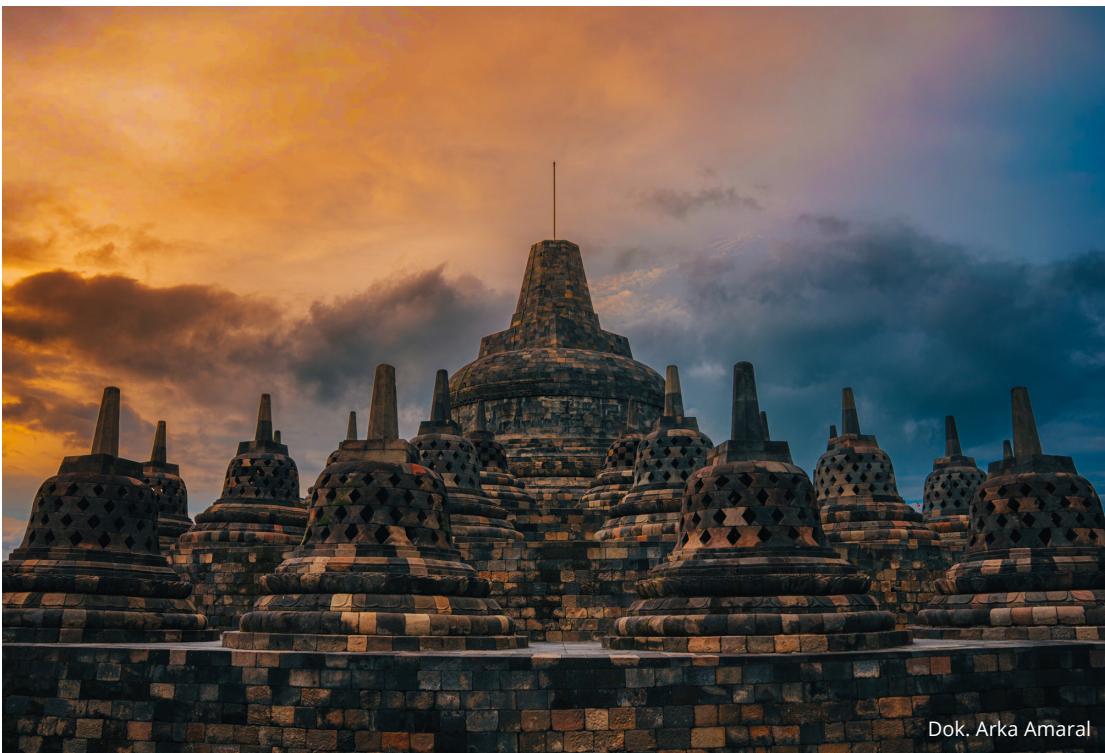
Arka, begitu ia akrab disapa, lulus dari Espeelsa pada 2014 silam. Saat itu meski dia sudah menguasai beberapa teknik dalam fotografi, termasuk teknik *panning shot*, tapi menjadi fotografer belum terlintas dalam benaknya. Ia justru mempelajari tata boga di SMK 6 Yogyakarta, kemudian melanjutkan ke jurusan teknik boga, Fakultas Teknik Universitas Negeri Yogyakarta.



Dok. Arka Amaral

Di sana ia belajar dengan tekun bahkan sampai pergi ke negeri sakura untuk magang di sebuah perusahaan kue bernama Domremy selama dua setengah tahun pada 2020. Namun, nasib membawa Arka pada karir yang berbeda, meski tidak asing baginya.

Pulang dari Jepang pada tahun 2022, ia memutuskan untuk menjadi fotografer profesional. Tentu hal



Dok. Arka Amaral

ini tidak terjadi dalam satu malam. Fotografi bukan hal baru bagi cowok kelahiran Yogyakarta, 29 April 1999 ini. Keluarga besarnya menekuni dunia fotografi dan multimedia.

“Eyangku, omku, dan kakakku semua berkarir di bidang fotografi dan multimedia. Jadi aku dari kecil akrab dengan kamera. Dulu kalau kami berlibur ke pantai atau tempat lain, kamera selalu ada dalam bawaan kami. *Nggak* cuma satu, bisa ada empat kamera yang dibawa. Dan aku sudah mulai ikut-ikut belajar motret sejak aku kecil, *ngikutin* kakakku,” kisahnya.

Memotret selalu menjadi hobi bagi pemilik nama lengkap Raden Timotius Arka Vieira Do Amaral ini. Hasil fotonya sering mendapat pujian dan bukan sekali dua kali orang-orang memberi ide untuk menjadi fotografer

profesional. Ide ini mulai ia pikirkan secara serius ketika magang di Jepang, hingga akhirnya pada 2022 ia pulang ke Jogja dan memutuskan untuk menjadi fotografer profesional sambil merampungkan kuliahnya. Ia diwisuda pada 2024 lalu.

Meski sudah meraih gelar sarjana di bidang teknik boga, Arka tetap yakin meniti karir sebagai fotografer. Bagi anak kedua dari lima bersaudara ini, menjadi fotografer adalah *ikigai*. Fotografi adalah irisan antara apa yang ia sukai, apa yang ia kuasai, apa yang dunia di sekitarnya butuhkan, dan apa yang bisa ia hasilkan. “Aku *nggak* pernah capek motret, karena aku senang mengerjakan ini,” katanya.

Ketika ditanya apa pencapaian yang menjadi kebanggaannya, ia menjawab dengan malu-malu. “Aku bangga bisa

menjadi fotografer InJourney dan bisa memotret *prewedding* di Jepang," begitu katanya. Sebagai informasi InJourney adalah *holding* BUMN yang bergerak di sektor aviasi dan pariwisata Indonesia.

"Dari banyak fotografer saya bisa terpilih untuk menjadi fotografer InJourney adalah sebuah kebanggaan buat saya, meski saat ini statusnya masih fotografer lepas. Sementara untuk foto *pre-wedding* di Jepang itu saya bangga bisa membawa klien saya ke sana. Kalau saya bisa membawa mereka ke Jepang, saya yakin saya bisa membawa orang-orang ke tempat-tempat lain di Indonesia yang tidak kalah indahnya," jelas Arka.

Arka kini telah sukses menapaki karirnya sebagai fotografer, tapi dia tidak pernah melupakan persahabatan dengan teman-temannya di Espeelsa. "Kalau ada yang tidak pernah aku

lupakan dari masa-masa sekolah di Espeelsa, maka itu adalah persahabatan. Sampai sekarang aku masih sering kumpul-kumpul sama teman-teman SMP. Dan sampai sekarang pun kalau kumpul-kumpul ya *nggak* ada yang berubah. Masih seru," tuturnya dengan antusias.

Untuk adik-adiknya di Espeelsa, Arka berpesan untuk mencari teman sebanyak-banyaknya. Karena teman-teman yang baik akan menjadi harta yang berharga di masa depan. "Cari teman sebanyak-banyaknya. Di masa depan kita bisa saling membantu. Kita tidak pernah tahu siapa yang akan membantu kita saat kesulitan. Aku sering dapat informasi tentang pekerjaan dari teman-temanku. Jadi, berbuat baiklah pada siapapun dan carilah teman sebanyak-banyaknya," katanya menutup perbincangan. 



Dok. Arka Amaral

Lensa Espeelsa

oleh Valentino Russel Blesly Lontaan/IXB

Satu semester kembali berlalu. Kita menutup bersama semester satu dari tahun ajaran 2025/2026. Banyak

sekali memori indah di semester ini, terutama dalam hal perjalanan. Tidak lupa, gelombang pertama pendaftaran sekolah juga hadir di semester ini. Mari mengenang kembali beberapa memori yang sudah kita lewati dengan penuh dengan suka-cita dan canda-tawa. 



Studi Banding Pengurus OSIS Espeelsa ke SMP Kolese Santo Yusup 1 Malang



Retret Kelas IX di Rumah Retret Syalom





Studi Wisata Kelas VIII ke Bali



Kegiatan SPMB



MUSIK

Vocaloid: Emosi Nyata dari Suara Sintetis

oleh Tharenia Maretta S./VIIIC

Musik Vocaloid menjadi salah satu fenomena musik digital paling populer di kalangan remaja. Banyak remaja yang mulai mengenal karakter *vocaloid* seperti Hatsune Miku, Kagamine Len, atau produser-produser seperti DECO*27 dan PinocchioP. Tapi...apa sih yang membuat genre ini begitu disukai?

Pernah nggak, kalian mendengar lagu yang suara penyanyinya terdengar unik, seperti manusia, tetapi aslinya bukan? Itulah dunia Vocaloid! Genre musik digital yang kini menjadi semakin populer di kalangan remaja.

Vocaloid mulai dikenal pada

tahun 2004 ketika Yamaha merilis perangkat lunak *music synthesizer* ini. Produk ini sendiri merupakan hasil pengembangan Yamaha bersama The Music Technology Group di Pompeu Fabra University, Barcelona. Vocaloid memungkinkan mengubah teks menjadi lagu. Pada perjalannya Vocaloid menghasilkan sebuah tren baru di dunia musik.

Dari sekadar teknologi suara sintetis, Vocaloid telah berkembang menjadi fenomena musik dan budaya yang punya komunitas penggemar besar di seluruh dunia. Kira-kira, apa sih yang bikin musik Vocaloid jadi favorit banyak orang?

1. Kreatif dan bebas bereksperimen

Salah satu alasan Vocaloid digemari adalah karena kebebasan kreatifnya. Para produser bisa membuat lagu dengan gaya apapun tanpa batasan, mulai dari pop, rock, electronic, sampai



lagu-lagu emosional dan kompleks.

Karena suaranya berasal dari program, produser bebas membuat nada-nada ekstrem yang sulit dinyanyikan manusia. Hasilnya? Musik Vocaloid jadi terdengar unik, segar, dan punya ciri khas tersendiri.

2. Cerita yang kuat dan penuh emosi

Jangan salah, walau penyanyinya digital, lagu-lagu Vocaloid justru terkenal punya cerita dan makna yang dalam. Banyak lagu Vocaloid mengangkat tema kehidupan remaja, persahabatan, perjuangan, kesehatan mental, hingga fantasi.

Setiap lagu seperti punya dunianya sendiri, lengkap dengan alur, karakter, dan emosi yang menyentuh pendengarnya. Inilah alasan mengapa banyak orang merasa begitu *relate* dengan musik Vocaloid.

3. Visual yang memikat

Musik Vocaloid *nggak* cuma soal lagu, tapi juga tentang visualnya yang begitu menarik. Dari karakter seperti Hatsune Miku, Kagamine Rin & Len, Megurine Luka, hingga GUMI, semuanya punya desain yang khas dan ikonik.

Video musik Vocaloid pun sering

dibuat dengan gaya animasi yang unik, dengan berbagai tema atau estetika. Visual inilah yang membuat banyak orang tertarik dan akhirnya jatuh cinta dengan lagunya.

4. Budaya internet dan komunitas kreator

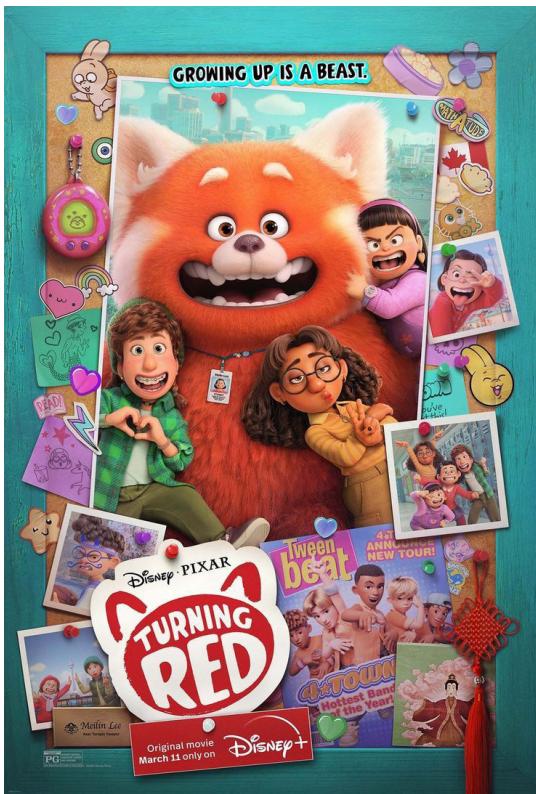
Vocaloid tumbuh bersama internet. Lagu-lagunya banyak ditemukan lewat YouTube, TikTok, atau platform musik lainnya. Bahkan, banyak tren yang muncul dari musik Vocaloid, mulai dari video edit, *dance*, sampai filter TikTok.

Komunitasnya sangat aktif, ada yang membuat *fanart*, *cover*, *remix*, hingga animasi. Karena semua orang bisa berkontribusi, Vocaloid jadi ruang kreatif bersama yang terus berkembang.

5. Mood booster dan teman belajar

Banyak remaja mendengarkan Vocaloid sebagai penambah semangat. Lagu-lagu ceria seperti karya-karya DECO*27 atau PinocchioP bisa bikin suasana hati lebih cerah.

Sementara lagu yang lebih pelan dan emosional sering menjadi teman saat belajar, menggambar, atau hanya ingin menenangkan diri. 



PENGETAHUAN

Panda Merah

Si Pemalu yang Menggemaskan

oleh Jessica Serafina/IXB

Pernahkan kalian melihat hewan kecil berbulu merah yang mirip rakun, tapi juga mirip kucing? Yap, itulah panda merah. Hewan unik yang sering bikin orang salah kira!

Banyak yang mengira panda merah masih satu keluarga dengan panda raksasa yang hitam-putih itu. Padahal, mereka berbeda lho! Panda merah justru lebih dekat dengan rakun. Bentuk tubuhnya kecil, ekornya panjang bergaris, dan bulu merah

kecokelatannya membuatnya terlihat seperti karakter yang keluar dari film animasi.

Panda merah yang memiliki nama latin *Ailurus fulgens* ini hidup di daerah pegunungan yang sejuk di Nepal, India, Bhutan, Myanmar, dan Tiongkok. Mereka suka tinggal di pepohonan tinggi, karena memang pandai memanjat. Makanan kesukaan mereka adalah bambu, meski sesekali mereka juga makan buah dan serangga. Sifatnya pemalu dan lebih aktif saat sore hari.

Salah satu hal menarik dari panda merah adalah cara mereka "berkomunikasi". Mereka sering berdiri dengan dua kaki untuk terlihat lebih besar saat merasa terancam. Selain itu, panda merah memiliki dua aroma khas utama: aroma menyengat dari kelenjar duburnya yang digunakan sebagai tanda teritorial dan untuk membela diri saat tertekan, serta aroma berminyak seperti kasturi yang dikeluarkan dari pori-pori di pangkal kakinya untuk menandai wilayahnya.

Keunikan panda merah juga sempat menginspirasi film Disney Pixar *Turning Red*, di mana tokoh utamanya, Mei Lee, berubah menjadi panda merah raksasa saat emosinya memuncak. Meski versi filmnya dibuat lebih besar dan lebih *fluffy*, karakteristik lucu dan ekspresif itu diambil dari panda merah yang memang dikenal menggemaskan dan suka memanjat.

Sayangnya, panda merah terancam punah karena hilangnya habitat, perburuan, dan fragmentasi habitat, yang telah menyebabkan penurunan populasi yang signifikan. Sama seperti banyak spesies unik lainnya, panda

merah membutuhkan perhatian kita agar tetap bisa hidup di alam bebas.

Panda merah adalah bukti bahwa hutan menyimpan makhluk penuh keunikan yang sering tidak kita sadari. Dari gaya hidupnya yang

lucu, hingga inspirasi filmnya, hewan kecil ini layak mendapat lebih banyak perhatian. Mengenal hewan seperti ini bisa membuat kita lebih peduli pada kelestarian alam dan makhluk hidup yang tinggal di dalamnya. **E**



ULASAN BUKU

44 Scotland Street: Kisah-Kisah Kehidupan di Edinburgh

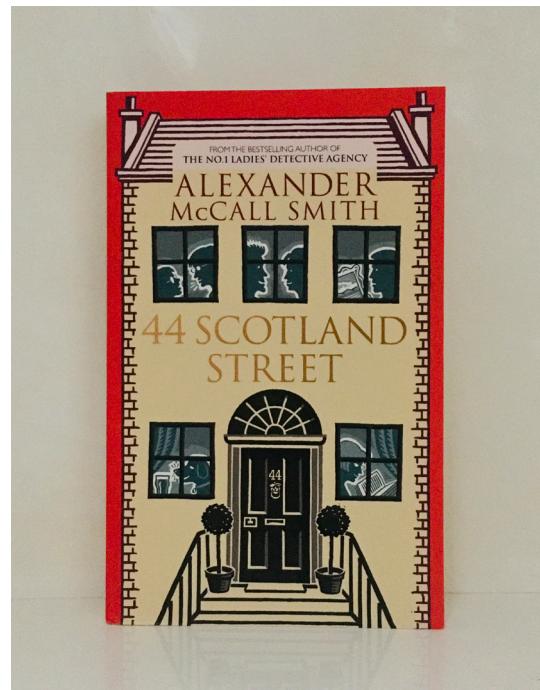
oleh Tharenia Maretta Sihombing/ VIIIC

Judul : 44 Scotland Street
Jumlah halaman : 326 hlm.
Penerbit : ABACUS
Penulis : Alexander McCall
Smith

Apakah kalian pernah mendengar tentang buku *44 Scotland Street*? Atau pernah dengar tentang Alexander McCall Smith? McCall Smith, penulis asal Skotlandia ini dikenal dengan karya-karyanya yang ringan dan penuh kehangatan. Salah satu karyanya yang paling digemari adalah *44 Scotland Street*, yang pertama kali terbit pada 2005 dalam bentuk cerita berseri dan akhirnya disatukan dalam bentuk novel.

Buku ini mengambil latar di Scotland Street, sebuah jalan di kota Edinburgh. Pembaca diajak mengikuti kehidupan para penghuni apartemen nomor 44 yang masing-masing memiliki karakter yang unik dan persoalannya sendiri-sendiri. Layaknya genre *slice of life*, McCall Smith menyajikan kisah yang sederhana, namun terasa begitu dekat dan menghibur.

Salah satu tokoh yang paling menarik perhatian adalah Bertie Pollock, seorang anak laki-laki



berusia enam tahun dengan ibu yang sangat dominan dan ambisius. Bertie hanya ingin menjadi anak kecil biasa, bermain, memiliki teman, dan menjalani hidup tanpa jadwal terapi atau kelas tambahan yang berlebihan. Namun, ibunya justru menuntutnya menjadi "sempurna" menurut standar yang dibuatnya sendiri. Kisah Bertie yang lucu sekaligus mengharukan ini menjadi salah satu daya tarik utama buku ini.

Tapi, tak hanya Bertie, ada juga Bruce, seorang pria tampan dengan rasa percaya diri berlebihan, Pat, mahasiswa tahun jeda yang sedang mencari arah hidupnya, hingga Domenica, seorang antropolog eksentrik yang bijak dan penuh humor. Masing-masing tokoh memiliki kisah yang saling bersinggungan, menambah warna dan dinamika di 44 Scotland Street.

Cerita-cerita dalam buku ini awalnya dimuat secara bersambung di surat kabar *The Scotsman*, sehingga bab-babnya pendek, ringan, dan mudah dibaca. Gaya penulisan McCall Smith yang hangat dan penuh ironi halus membuat pembaca menikmati keseharian para karakter tanpa merasa bosan. Ilustrasi yang terdapat dalam buku ini pun membuat kisah ini terasa makin hidup.

Novel ini cukup cocok untuk kalian

yang membutuhkan bacaan yang santai, menghibur, dan terasa dekat dengan kehidupan sehari-hari. Meski tidak penuh konflik besar, kisah-kisah kecilnya memberikan kehangatan di tengah rutinitas sehari-hari.

Jadi, kalau kalian sedang mencari buku ringan dengan karakter-karakter unik dan humoris, *44 Scotland Street* dapat menjadi pilihan yang menyenangkan! 

PROFIL GURU

Pak Aris Guru Inspiratif Espeelsa

oleh Mercyanda Angela Sumaryanto/VIII G dan Tharenia Maretta Sihombing/VIII C

Menjadi guru bukan cita-cita awalnya, tapi pada akhirnya beliau menggeluti profesi ini selama lebih dari 30 tahun.

Benediktus Aris Siswanta, S. Pd., atau yang sering disapa Pak Aris adalah guru Ilmu Pengetahuan Alam sekaligus guru tertua di SMP Pangudi Luhur 1 Yogyakarta saat ini. Kelahiran Semarang, 21 November 1965 ini mengajar di Espeelsa semenjak tahun 2016.

Pak Aris mulai menjadi guru pada tahun 1992. Saat itu, Pak Aris masih menjadi guru honorer. Baru tiga tahun setelahnya, pada tahun 1995 ia diangkat menjadi guru tetap. Tapi tahu nggak sih, sebenarnya menjadi guru

bukan cita-cita Pak Aris.

Dulu sebelum memutuskan menjadi guru, Pak Aris bercita-cita menjadi montir. Tapi sayang orang tuanya tidak memberi restu. Di perjalanan beliau memutuskan jadi guru. Salah satu alasannya memilih menjadi guru karena waktu itu Pak Aris tidak mempunyai biaya kuliah.

Beliau memilih jurusan Ilmu Pengetahuan Alam dan hingga kini pun mengajar mata pelajaran IPA. Menurutnya Ilmu Pengetahuan Alam memiliki hubungan yang dekat secara langsung dengan kehidupan sehari-hari kita. Perhitungan-perhitungan yang menggunakan matematika juga sebenarnya memiliki kaitan dengan kejadian-kejadian sosial.

Setelah menyelesaikan pendidikannya, Pak Aris mendaftar menjadi guru. Ia mendaftar ke beberapa sekolah sekaligus. Pada saat yang nyaris bersamaan, beliau diterima di sekolah-sekolah tersebut. SMP Pangudi Luhur 1 Yogyakarta adalah salah satu yang menerimanya. Pada akhirnya Pak Aris memilih mengajar di Espeelsa, karena tempatnya dinilai dekat dan dapat



menopang kehidupan Pak Aris dan keluarganya.

Sekian lama mengajar di Espeelsa banyak pengalaman yang sudah dialami Pak Aris. Menurut Pak Aris, dulu belum banyak yang berminat menjadi siswa di Espeelsa. Alasannya bermacam-macam, antara lain karena lokasi sekolah yang dirasa jauh. Namun, hal ini berubah setelah sekolah berpindah lokasi. Pelan tapi pasti jumlah siswa Espeelsa semakin bertambah.

Salah satu hal yang Pak Aris suka dari mengajar di Espeelsa adalah pertemuannya dengan murid-murid.

Menurut Pak Aris mengajar murid-murid Espeelsa selalu seru. "Selain rekan-rekan guru yang seru, murid-murid Espeelsa juga selalu punya daya juang yang tinggi," begitu kata beliau.

Sekarang Pak Aris telah memasuki masa pensiun. Masa kerjanya di Espeelsa akan segera berakhir. Beliau akan purna tugas pada Desember 2025. Jadi saat ini adalah masa-masa akhir Pak Aris mengajar di Espeelsa. Mari kita menikmati masa ini selama Pak Aris masih mengajar di Espeelsa! Terima kasih Pak Aris sudah bersama kami selama ini. **E**

Review Film

Dead Poets Society

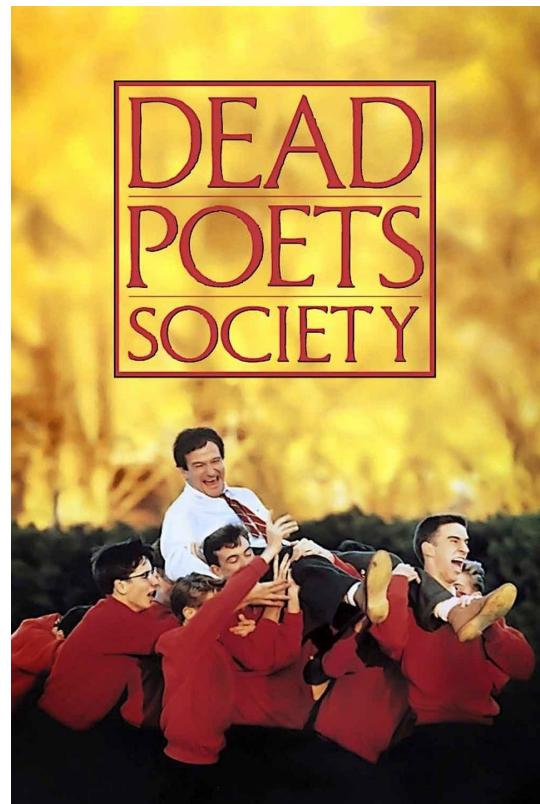
oleh Gabrielle A. P. Sopakuwa/VIIIIH

“Carpe diem. Seize the day, boys. Make your lives extraordinary.”

Di antara banyak film yang mengangkat cerita tentang sekolah, *Dead Poets Society* yang dibintangi oleh mendiang Robin Williams ini bisa dibilang salah satu yang paling menarik. Film yang disutradarai oleh Peter Weir ini meraih banyak penghargaan, antara lain *Best Film* pada British Academy Film Awards tahun 1990 dan *Best Original Screenplay* pada 62nd Academy Awards tahun 1989.

Film ini bersetting di Welton Academy, sekolah asrama khusus laki-laki yang sangat disiplin dalam peraturan sekolah maupun metode pengajarannya. Neil Perry, Todd Anderson, Knox Overstreet, Charlie Dalton, Steven Meeks dan Gerard Pitts adalah siswa-siswi sekelas yang tidak ada niat untuk saling mengenal satu sama lain. Namun, situasi berubah ketika mereka bertemu dengan John Keating, guru bahasa Inggris mereka.

John Keating yang juga alumni dari Welton adalah guru yang sangat pengertian, peduli, dan suportif. Namun, cara Pak Keating mengajar berbeda dengan kebanyakan guru di sekolah tersebut. Lewat sebuah frasa bahasa latin *“carpe diem”* yang berarti *seize the day*, ia mendorong murid-muridnya hidup sesuai mimpi dan



harapan mereka sendiri.

Melalui hal-hal sederhana seperti berjalan dengan ritme sendiri di halaman sekolah, membuat puisi dari imajinasi siswa di kelas, dan banyak lagi, Pak Keating membuat siswa bebas berpikir dan mengalami hal-hal sendiri. Metode pengajaran Pak Keating membuat siswa lebih penasaran dan lebih tertarik dalam pelajarannya.

Saking tertariknya, siswa-siswi Pak Keating mulai mencari tahu siapa sebenarnya guru mereka tersebut. Sumber paling mudah untuk mencarinya jelas buku tahunan. Dari buku tahunan tersebut, mereka menemukan ternyata Pak Keating adalah anak *“bermasalah”* saat bersekolah di Welton. Ia juga adalah

salah satu pendiri perkumpulan bernama *"Dead Poets Society"*.

Dari sana Neil Perry dan teman-temannya sepakat untuk menghidupkan kembali Dead Poets Society dan menyapa Pak Keating dengan *"Oh, captain, my captain"*. Dari sana kehidupan sekolah mereka mulai berubah menjadi lebih seru, hidup, tapi juga mulai mengundang masalah.

Film ini cocok untuk kalian yang suka film yang seru dengan paduan

kesenangan dan kesedihan yang seimbang. Film ini mungkin akan membuatmu merenungi kembali apa-apa yang kita inginkan dalam hidup. Kamu juga mungkin akan mulai tertarik membaca puisi, karena ternyata berpuisi bersama Pak Keating itu seru sekali.

Hanya saja film ini mengandung *trigger warning*, berupa isu *suicide*. Jadi, kalau teman-teman merasa kurang nyaman dengan isu tersebut, film ini bisa dilewatkan saja. **E**



Liputan Luar

Espeelsa Kuasai Final Junior Exhibition Games 2025

oleh Alodia Pradmadiya Sega/VIII F)

Energi, team work, dan teriakan suporter, semua ikut meramaikan pertandingan basket kali ini. Tim

Espeelsa tampil dengan penuh percaya diri! Simak keseruannya di artikel berikut!

Babak Final Junior Exhibition Games antara tim basket putri Espeelsa dan Budi Utama berlangsung dengan seru dari awal. Dengan dukungan dari para murid Espeelsa dan kakak-kakak SMA Pangudi Luhur, suasana di dalam GOR UNY sangat ramai. Begitu

pertandingan dimulai, Budi Utama langsung tancap gas dan akhirnya dapat menutup kuarter pertama dengan unggul tiga angka.

Meskipun tertinggal, Espeelsa tetap tenang dan mulai membaca kesalah-kesalahan kecil lawan yang akhirnya membuka peluang besar bagi mereka. Masuk kuarter kedua, Espeelsa berubah total.

Monica Gabriella yang sebelumnya belum terlihat panas, mulai menunjukkan performa terbaiknya. *Dribble*-nya yang lincah dan gerakannya yang cepat terus menambahkan poin demi poin untuk memutarbalikkan keadaan. Sementara itu Hollyvia Dominique berhasil mengamankan *rebound* demi *rebound*, memberikan kesempatan kedua untuk Espeelsa.

Pada kuarter ketiga dan keempat, Espeelsa betul-betul tak terbendung.

Budi utama mulai terlihat kesulitan memasuki set *play* dan akhirnya banyak melakukan *turn over*. Hasilnya, Budi Utama hanya mencetak 6 poin di dua kuarter terakhir, sementara Espeelsa terus menambah poin hingga akhirnya dapat menutup pertandingan dengan skor 49-24.

Monica menjadi bintang dengan 23 poin dan 6 *steal*, sedangkan Hollyvia berhasil mencetak *double-double* 11 poin dan 12 *rebound*. Monica dan Hollyvia, bersama dengan semua anggota tim basket putri Espeelsa yang mempunyai koordinasi kerja sama yang baik, mentalitas yang tak mudah goyah, dan permainan yang disiplin, telah mengharumkan nama sekolah di pertandingan kali ini. Mereka berhasil membawa Espeelsa meraih kemenangan yang sangat membanggakan. **E**





TOKOH

Hayao Miyazaki

Dewa Animasi dari Jepang

oleh Maria Felicia Anggita Danisvara/VIIIH & Teresa Eureka Maheswara/VIIIH

Ia punya banyak julukan. Ada yang menyebutkan dewa animasi Jepang, ada juga yang menyebut Disney-nya Jepang. Apapun itu, Hayao Miyazaki telah menorehkan warna sendiri dalam dunia animasi, bukan hanya di Jepang, tapi juga dunia.

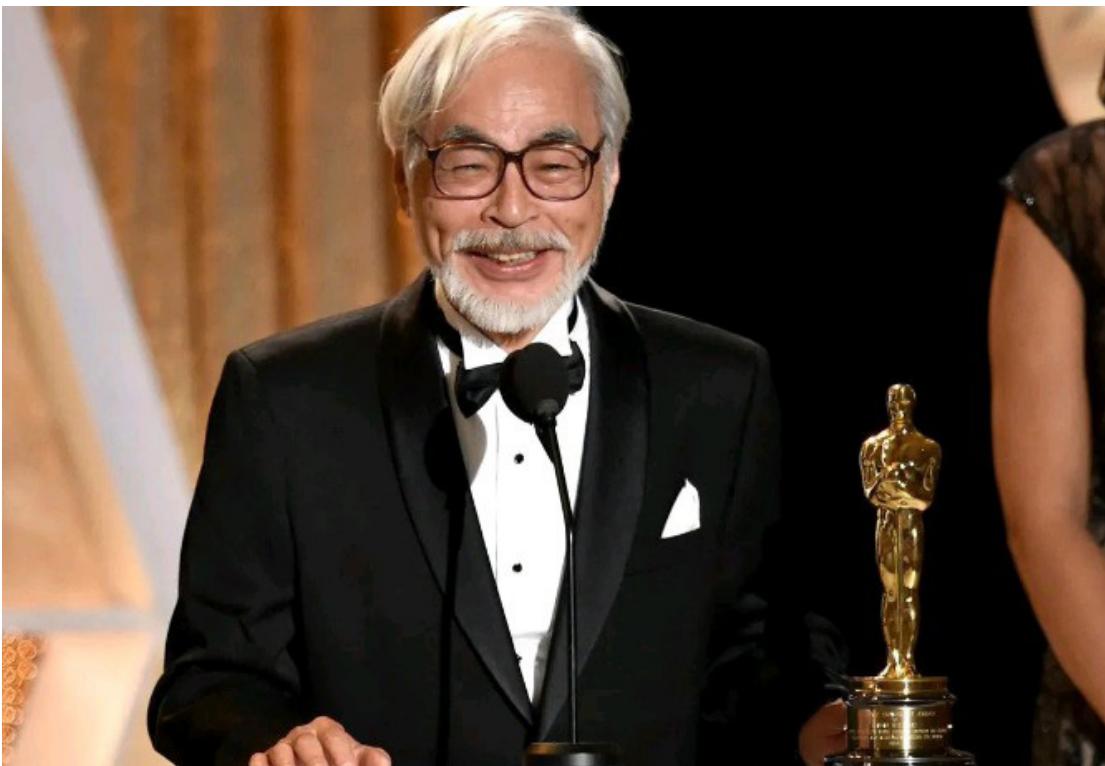
Hayao Miyazaki adalah salah satu animator paling terkenal di dunia. Karya-karya animasinya yang berada di bawah bendera Studio Ghibli menjadi film-film favorit banyak orang. Sebut saja *Spirited Away*, *My Neighbor Totoro*, *Princess Mononoke*, *Howl's Moving*

Castle, *Ponyo*, *Kiki's Delivery Service*, dan masih banyak lagi.

Banyak orang menjuluki Miyazaki sebagai *godfather of animation* karena ia menampilkan kisah yang dalam dengan karakter yang kompleks dan menekankan pada kemanusiaan dan hubungan manusia dengan alam. Hal tersebut dipadukan dengan gambar animasi yang indah, detail, dan unik. Ini membuat karya-karya Hayao Miyazaki tampak berbeda dengan yang lain.

Hayao Miyazaki lahir di Tokyo pada 5 Januari 1941 sebagai anak kedua dari empat bersaudara. Ayahnya bekerja sebagai direktur perusahaan pesawat "Miyazaki Airplane" pada masa Perang Dunia II, sementara ibunya merupakan seorang animator.

Masa kecilnya ia habiskan secara berpindah-pindah akibat pengeboman saat Perang Dunia II di Jepang. Di masa perang, Miyazaki memulai sekolahnya



sebagai pengungsi pada tahun 1947. Ia berpindah sekolah dasar sebanyak tiga kali. Setelah lulus sekolah dasar, ia mulai bercita-cita menjadi seorang seniman manga.

Miyazaki lulus dari Universitas Gakushuin pada tahun 1963 dengan gelar di bidang ilmu politik dan ekonomi. Begitu lulus, ia memulai karir sebagai animator pemula di Toei Animation yang mempertemukannya dengan Isao Takahata yang kelak akan menjadi partner membangun Studio Ghibli pada 15 Juni 1985.

Salah satu filmnya yang sangat berpengaruh di masa awal Hayao berkarir adalah *Nausicaä of the Valley of the Wind*. Film ini tayang pada 11 Maret 1984. Hayao menulis versi manga kemudian membuat film animasinya berdasarkan manga tersebut. Film

ini adalah kolaborasi pertama dari banyak sekali kolaborasinya bersama musisi Joe Hisaishi dalam *music scoring*. *Nausicaä of the Valley of the Wind* sukses menjadi *box office* dengan pendapatan sebesar 1.48 miliar yen. Film ini menguatkan reputasi Hayao sebagai seorang animator.

Setelah Studio Ghibli berdiri Hayao menghasilkan banyak karya yang kita kenal hari ini. *My Neighbor Totoro* dirilis pada tahun 1988 dan sukses besar secara komersial, *Kiki's Delivery Service* ditayangkan pada tahun 1989 dan memenangkan *Anime Grand Prix* dengan penjualan tiket sebanyak 2,6 juta.

Spirited Away dirilis pada 2001 dan menjadi karya pertamanya yang memenangkan Piala Oscar. Film ini memenangkan *Academy Award for Best Animated Feature* pada tahun 2003.

Menyusul kesuksesan tersebut, ia kembali menghasilkan film memukau seperti *Howl's Moving Castle* (2006), *The Wind Rises* (2014), dan *The Tale of the Princess Kaguya* (2015) yang semuanya mendapat pujian internasional.

Film-film animasi Hayao tidak hanya estetik secara visual, tapi juga dalam secara makna. Hayao tidak segan-segan menunjukkan sikap politiknya pada isu sosial lewat karya-karyanya. Misalnya saja lewat film *Princess Mononoke* ia menyuarakan tentang kerusakan lingkungan oleh manusia atau kritiknya terhadap perang yang ia suarakan dalam film *Howl's Moving Castle*, *Porco Rosso*, maupun *The Wind Rises*.

Hayao juga dikenal sebagai feminis dengan tokoh-tokoh perempuannya yang kuat. Nausicaä, San, Sophie, Chihiro, Kiki, Ponyo, adalah sederet tokoh-tokoh perempuan dalam film Hayao dengan karakter yang kuat dan berani.

Pada tahun 2013 di usia 72 tahun, Hayao memutuskan pensiun membuat film di Studio Ghibli meski ia tetap terlibat dalam Museum Ghibli. Tapi sepertinya ia memang tidak bisa diam. Pada 2023, ia *comeback* dengan karya *The Boy and the Heron*.

Tidak tanggung-tanggung, karya ini langsung menyabet Piala Oscar di *96th Academy Awards* dalam kategori *Best Animated Feature*. Dan itu menjadikan Hayao sebagai sutradara tertua yang mendapatkannya sekaligus sutradara Jepang pertama yang menang dua kali dalam kategori tersebut. Saat ini dikabarkan Hayao sedang menggarap film yang baru.

Dari Hayao Miyazaki kita belajar bahwa usia hanya angka. Kita bisa terus berkarya selama niat dan semangat itu tidak pernah padam. Berkarya lah dengan hati dan segenap usaha karena karya yang tulus akan menemukan penggemarnya sendiri. 





DESTINASI

Desa Penglipuran Bali: Desa Terbersih di Dunia

oleh Rafaela Esther Zefanya Panjaitan /VIIIB dan
Michaela Dominique Kusumaningtyas Nugroho /VIIIA

Ternyata ini yang membuat Desa Penglipuran begitu menarik untuk dikunjungi!

Di Bali ada sebuah desa yang sangat terkenal. Desa ini menjadi salah satu destinasi wisata di Bali. Keindahan alam, keaslian arsitektur, serta budaya masyarakatnya yang masih terjaga menjadi daya tarik desa ini. Di samping itu, ternyata desa ini juga dinobatkan sebagai desa terbersih di dunia.

Desa ini bernama Penglipuran. Terletak di Kabupaten Bangli, sekitar

45 kilometer dari Denpasar, Desa Penglipuran menawarkan kehidupan pedesaan Bali yang masih asli. Para wisatawan bisa belajar banyak dari Penglipuran, selain tentunya bisa memanjakan mata dengan suasana alam yang menyegarkan.

Keindahan Tata Ruang dan Arsitektur Desa

Saat memasuki Desa Penglipuran, pengunjung bisa langsung merasakan ketenangan yang ada di desa ini. Jalan utama di tengah desa lurus memanjang, dihiasi deretan rumah-rumah tradisional Bali yang bentuknya seragam dan rapi.

Rumah-rumah di Desa Penglipuran dibangun dengan konsep Tri Hita Karana, yaitu prinsip keharmonisan antara manusia dan Tuhan, manusia dengan sesama, serta manusia dengan alam. Konsep inilah yang membuat seluruh tata ruang desa terlihat sangat teratur, asri, dan penuh pepohonan,

menjadikannya tempat yang nyaman untuk berjalan-jalan dan menikmati suasana Bali yang begitu khas.

Selain keindahan tata ruangnya, Desa Penglipuran juga menawarkan banyak pengalaman menarik bagi pengunjung. Wisatawan bisa mencoba kuliner lokal, melihat langsung aktivitas warga, hingga mempelajari nilai-nilai adat yang masih dijalankan dengan konsisten. Di setiap rumahnya, ada banyak oleh-oleh khas Bali yang dibeli. Oleh-oleh itu berupa pakaian tradisional, kerajinan tangan, serta makanan dan minuman.

Kalau datang pada musim hujan, kita tidak perlu khawatir kalau sewaktu-waktu hujan mengguyur. Di sana banyak rumah-rumah yang menyewakan payung. Desa ini juga terkenal sebagai lokasi yang nyaman untuk berjalan kaki karena bebas polusi kendaraan bermotor di area utamanya. Jadi, kalau di kota kita dibuat sesak oleh asap knalpot, di sini paru-paru kita bisa

gembira menikmati udara segar bebas polusi.

Taati aturan agar nyaman

Namun, untuk berkunjung ke desa ini, kita perlu mematuhi beberapa aturan, termasuk aturan berpakaian. Para wisatawan yang datang berkunjung disarankan memakai pakaian sopan dan tertutup, terutama ketika berada di area pura. Pengunjung umum juga tidak diperbolehkan masuk ke area kuil atau *"inner sanctum"*. Selama berada di desa ini juga kita diharapkan menjaga sikap dan perilaku. Jadi, tidak bisa sembarangan ya.

Desa Penglipuran dibuka untuk para pengunjung setiap hari, mulai pukul 08.00-18.30 WITA. Untuk masuk ke desa kita perlu membeli tiket masuk yang lokasinya berada di loket depan gerbang desa. Harga tiket masuk per orang bervariasi, mulai dari Rp 15.000 yang bisa dibayar secara tunai maupun melalui QRIS. Pengunjung



yang membawa kendaraan juga akan dikenai biaya parkir mulai dengan harga Rp 2.000.

Jika tidak mempunyai alat transportasi, tidak perlu khawatir, karena kita bisa menyewa kendaraan untuk datang ke Desa Penglipuran. Kita bisa memilih menyewa motor atau mobil. Biayanya bervariasi, tergantung dari mana kita akan berangkat. Misalnya, menyewa mobil harian dari

Ubud ke Desa Penglipuran biasanya akan dikenai biaya sekitar Rp 250.000.

Dengan suasana yang tenang, lingkungan yang terawat, dan budaya yang tetap hidup di tengah perkembangan zaman, Desa Penglipuran menjadi pilihan tepat bagi siapapun yang ingin merasakan sisi Bali yang lebih asli, sejuk, dan tertata. Kalau berlibur ke Bali jangan lupa mampir ke Desa Penglipuran ya! 

REVIEW ALBUM

Bom dari ILLIT

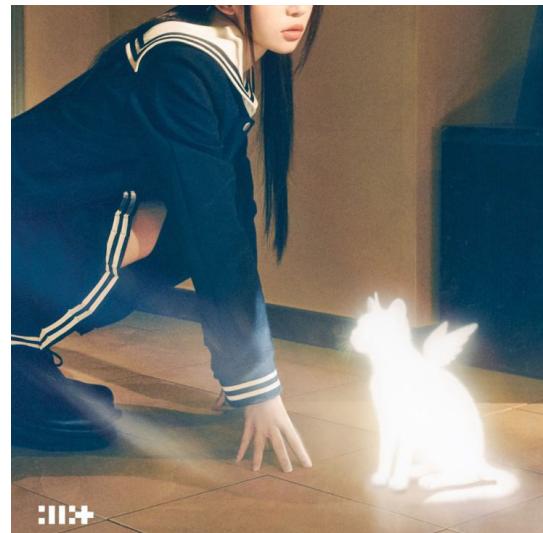
oleh Jessica Serafina/IXB

ILLIT kembali hadir dan melempar *bomb* untuk pencinta K-pop. Imut, energik, dan magis. Mereka siap bikin pendengarnya meledak.

Grup K-pop pendatang baru, ILLIT, kembali menarik perhatian dengan mini album ketiga mereka yang berjudul *bomb. bomb*. *bomb* adalah mini album ketiga dari grup K-pop ILLIT yang dirilis pada 16 Juni 2025 oleh BELIFT LAB.

Album ini berisi lima lagu, yaitu *little monster*, 빌려온 고양이 (Do the Dance) sebagai lagu utama, *jellyous, oops!*, dan *밤소풍* (night picnic). Melalui album ini, ILLIT ingin menunjukkan sisi baru mereka sekaligus menegaskan identitas musik khas yang menggabungkan nuansa imut, energik, dan magis.

Secara musikal, *bomb* memadukan berbagai gaya seperti pop, dan *lo-fi* yang menciptakan suasana bervariasi



— mulai dari lagu pembuka *little monster* yang kuat dan *catchy*, hingga lagu penutup, *night picnic* yang lembut dan santai. Lagu utama 빌려온 고양이 (Do the Dance) menjadi sorotan dengan melodi ceria dan produksi yang berkualitas.

Kelebihan utama *bomb* terletak pada suaranya yang segar dan berwarna. ILLIT berhasil memadukan berbagai gaya musik seperti *synthpop*, *dance-pop*, dan *lo-fi* dengan produksi yang matang. Setiap lagu punya karakter tersendiri, membuat album

ini menyenangkan untuk didengar dan cocok bagi penggemar pop ceria.

Namun, karena sifatnya yang ringan, *bomb* terasa kurang mendalam dari segi lirik dan emosi. Beberapa lagu terdengar repetitif dan tidak terlalu berkesan setelah didengarkan. Mini album *bomb* milik ILLIT telah meraih sejumlah penghargaan di tangga lagu Billboard, termasuk debut di posisi ke-171 pada Billboard 200, posisi ke-2 di tangga lagu World Albums, dan posisi ke-8 di Top Current Album Sales. Selain itu, album ini juga mencetak rekor penjualan tertinggi

dalam satu hari di Hanteo untuk grup, dengan 326.117 kopi terjual di hari pertama.

Dengan gaya khas yang penuh semangat dan suasana lagu "*magical girl*", ILLIT berhasil mempertahankan daya tarik mereka sekaligus menampilkan sedikit pembaruan. Album ini cocok *banget* buat kamu yang suka musik pop ceria dan *easy listening*. Kamu bisa mendengarkan lagu dari album terbaru ILLIT di Spotify, Youtube, Apple Music, atau platform musik yang lainnya. Selamat mendengarkan! 

SEPUTAR KELAS

VII A: Serius tapi Santai

oleh Benedicta Aurora Shane Kinanthi/VII A

Kelas ini selalu meriah dengan canda dan tawa. Tapi waktu belajar suasana langsung berubah serius. Serius tapi santai.

Kami adalah kelas VIIA. Kami menamakan kelas kami 7Authentic. Nama ini dipilih karena nama ini cocok mewakili kami sebagai pribadi yang otentik, berani jujur menjadi diri sendiri dan memegang nilai-nilai yang dianut, tanpa harus berpura-pura menjadi orang lain. Kelas 7Authentic berisi 32 orang dan mereka punya prestasinya masing-masing.

Wali kelas kami adalah Pak Victor yang juga guru Bahasa Jawa kami.

Beliau sangat sabar menghadapi kami yang sering *ngeyel*. Ia tidak bosan-bosannya mengingatkan kami dengan lembut. Saat mengajar Pak Victor juga sangat sabar mengingat banyak siswa di kelas kami yang berasal dari kota yang tidak berbahasa Jawa, seperti Jakarta.

Kegiatan belajar di kelas setiap hari membuat kami semua pelan-pelan saling mengenal. Namun, kegiatan Rekoleksi kelas VII lalu memberi kami kesempatan untuk berinteraksi dan berdinamika lebih dekat. Kami belajar, berbincang, bercanda, juga berbagi.

Dari 32 orang siswa kelas VIIA ada beberapa teman yang menarik untuk diceritakan. Misalnya Clara Alicia Aura Latisha. Dia adalah anak yang sangat terkenal di kelas kami. Dia pintar bahasa Inggris, jago matematika, sekaligus bisa menari. Hebat *banget deh* Alicia.

Selain Alicia, ada Mikhael Surya Wibowo. Dia adalah wakil ketua kelas

7Authentic. Dia memiliki sifat yang tegas dan disiplin. Mikha, begitu ia sering disapa sering bertanya di kelas ketika pelajaran. Ia juga tidak ragu memberi jalan keluar kepada teman-teman yang merasa kesulitan tapi malu bertanya.

Ada juga Divo Elcesia Munthe. Dia adalah orang yang selalu membuat kelas tertawa dengan lawakannya. Teman lain yang juga menarik adalah Georgius Leonard Talarmin. Dia siswa yang aktif membantu teman-teman di kelas kalau ada kesulitan. Ia selalu membuat *jokes* ketika *mood* temannya sedang tidak baik. Berkat leluconnya, teman-teman yang tadinya murung bisa tersenyum kembali.

Selain itu ada Giovanny Aguel yang sama seperti Divo bisa membuat kelas menjadi meriah dengan canda dan tawa. Saat kegiatan rekoleksi Gio membantu teman menggoreng sosis tapi sayangnya saat ia sibuk bercanda, sosisnya malah gosong. Saat tidak menemukan piring untuk makan ia tanpa ragu-ragu makan menggunakan wajan yang sudah tidak terpakai. Ada saja akal Gio.

Dengan teman seperti mereka, kelas VIIA selalu meriah. Tapi kami juga tetap serius dalam hal akademik lho. Motto kami adalah "lima detik fokus, lima hari tertawa". Pokoknya semua serius tapi santai. 





SEPUTAR KELAS

Kelas IX B: Pertemanan yang Seperti Keluarga

oleh Valentino Russel Blesly Lontaan/IX B

Pada awalnya, pertemuan ini terasa asing. Namun, seiring berjalananya waktu, setelah banyaknya pengalaman bersama, kelas ini terasa lebih dari sekadar teman.

Di awal perjalanan, kelas IX B tentunya terasa asing. Banyak wajah baru bagi semua orang. Mungkin hanya satu atau dua yang dikenal. Tidak lama sesudah MPLS, warna-warna pada kelas ini mulai

terlihat. Perlahan-lahan kami mulai akrab dengan satu sama lain.

Kelas ini terdiri dari 36 siswa, 20 orang laki-laki dan 16 orang perempuan. Wali kelas IX B adalah Ibu Cornelius Anindiyasari, S.Pd. atau yang sering dipanggil Miss Anin. Miss Anin mengajarkan kami untuk selalu menjaga kebersihan. "Jangan sampai ada sampah di kelas ini ya Dek," begitu kata-kata itu sangat sering diucapkan oleh Miss Anin.

Ada enam orang yang menjadi pengurus inti kelas, yaitu Hizkia sebagai ketua kelas dan Ella sebagai wakilnya, dua sekretaris, yaitu Oneil dan Kamila yang selalu mengingatkan jadwal, serta dua bendahara, yaitu Dhea dan Allura yang sigap soal keuangan kelas. Anak-anak kelas IX B banyak yang aktif dalam organisasi sekolah. Ada empat orang

yang menjadi pengurus OSIS dan dua orang dalam Dewan Penggalang yang juga menjadi Pramuka Garuda.

Selama tiga tahun bersama, banyak kenangan indah yang diukir bersama. Mulai dari kegiatan rekoleksi saat kelas VII dulu sampai yang terbaru, retret di Rumah Retret Syalom. Dari sekian banyaknya dinamika bersama, *study tour* saat kelas VIII adalah yang paling berkesan bagi kami. Karya tulis mungkin bukan bagian yang paling menyenangkan, namun berwisata bersama teman-teman ke luar pulau sungguh terasa menyenangkan.

Dua kegiatan lain yang juga terasa sangat berkesan adalah kemah kelas VIII dan retret. Saat kemah, cuaca memang tidak bisa ditebak. Hari yang awalnya panas bisa tiba-tiba berubah menjadi hujan. Di tengah kondisi itu, kami semua saling bantu. Jika ada regu di kelas ini perlu bantuan, regu lain sigap menolong. Ini bukti nyata

pertemanan yang solid di kelas ini.

Entah mengapa, setiap tahun ajaran ada yang keluar atau bergabung dengan kelas ini. Saat kelas VII, salah satu teman kami bernama Andro pindah ke Malang. Kemudian pada semester berikutnya, kami mendapatkan teman baru, yaitu Jova. Kejadian yang sama terulang kembali saat kelas VIII. Teman kami Zellova pindah ke Jerman. Saat kelas sembilan, jumlah kelas kami kembali menjadi 36 dengan hadirnya Kanaya. Kami tidak tahu juga apakah angkanya akan terus 36 sampai lulus nanti.

Dari awal yang asing hingga menjadi keluarga di sekolah, perjalanan kelas IX B membentuk persahabatan yang kuat. Walaupun ada teman kami yang sudah tidak di kelas ini, kami tetap berkomunikasi dengan mereka. Kelas ini sungguh mencerminkan nama kelasnya sendiri, B untuk *Bravo!* 

SEPUTAR KELAS

VIII C: Multitalenta dan Berprestasi

oleh Tharenia Maretta Sihombing/VIII C

Berisi 32 orang siswa, anak-anak kelas VIII C kaya dengan berbagai potensi dan bakat. Yuk, kenalan dengan mereka!

Hallo Espeelsa!
Kami dari kelas VIII C, bersama wali kelas kami Bu Indri yang

selalu sabar menghadapi tingkah laku kami sehari-hari. Apakah teman-teman ingin mengenali siswa-siswi VIII C lebih lanjut? Kalo mau, mari kita kenalan!

Yang pertama Alexa, yang hobi main piano dan taekwondo, selain itu dia juga jago melawak! Kedua, ada Keven yang suka bermain badminton dan cukup akrab dengan guru-guru. Ketiga, Vano, anak futsal yang tidak pernah kehabisan semangat! Keempat, ada Cilla yang selain pandai dalam bahasa Inggris, ia juga jago fotografi. Kelima, Arthur yang pandai dalam banyak hal seperti *coding*, renang, catur, menggambar, dan fotografi. Selain itu, dia juga sangat aktif dalam hal-hal



berbau akademik dan sejarah.

Keenam, ada Nindya yang lembut hati dan mahir dalam seni, seperti tari, bermain biola, hingga menggambar. Ketujuh, Mahija yang memiliki hobi dalam olahraga seperti berenang dan basket. Namun di sela-sela kegiatan itu, ia sama seperti Arthur yang sangat aktif dalam akademik. Selanjutnya, ada Dana yang jahil tapi cukup pandai dalam berenang dan memasak.

Di kelas kami juga ada yang jago *dance lho*, yaitu Lala! Huh, capek juga ya kita berhitung! Sudah sampai kesepuluh *nih* kita, ada Laudy, kakak OSIS kami yang pintar dalam desain dan musik. Selanjutnya, ada Abel yang selalu berenergi dalam berolahraga seperti voli dan *cheerleading*. Sementara itu Renza,

yang sama seperti Lala, juga sangat jago dalam *nge-dance*!

Hosa, yang walaupun pendiam, cukup terampil dalam menari dan memasak. Ada juga Rafa, juara karate kelas kami yang humoris dan santai. Wah, ada lagi *nih* kakak OSIS di kelas kami, yaitu Jasmine yang berbakat dalam *dance* dan renang! Berikutnya ada Elkan, jahil tetapi humoris dan suka fotografi.

Setelah itu ada Tasya, selalu ramah dan semangat dalam tari. Lalu, ada Abi yang pendiam sekaligus lucu dan pandai *coding*. Sedangkan ketua kelas kesayangan kami, Astria memiliki beberapa hobi, seperti memasak, bermain musik, dan menggambar. Dia juga orang yang sangat kritis, jujur, dan bertanggung jawab. Ada juga Melani

yang cukup berpotensi dalam hal-hal yang menyangkut musik, seperti menyanyi dan bermain instrumen.

Hm, lagi dan lagi nih ada murid yang minat dalam kegiatan berenang, kali ini adalah Milka yang juga hebat menari. Ia selalu berhasil membuat suasana kelas semakin riang. Habis itu, ada Adit, pemain bola dengan selera humor yang gelap.

Sama seperti Adit, Keano dan Davin juga pemain bola. Bedanya selera humor mereka ringan dan rasa percaya dirinya juga kuat. Setelah para pemain bola, ada pula Costha, atlet basket kami yang cukup usil, tetapi selalu menjadi juara di lapangan! Hm, mumpung kami lagi bahas soal basket, ada lagi nih atlet basket di kelas kami, Sean, yang selalu santai, tetapi serius dalam olahraga dan akademik

Wah kita sudah sampai pada murid ke-28, bentar lagi selesai *nih!* Murid ke-28 adalah Krisna. Ia suka

bermain badminton dan cukup kalem dalam segala suasana. Setelah itu ada Roxy yang berbakat dalam menari dan bermain drum dan piano. Lalu, ada Shinta yang mempunyai humor tegas dan potensi dalam bidang tari. Selanjutnya, ada Thare, yang sangat menyukai *public speaking* dan cukup tertarik pada semua hal berbau akademik. Nah, terakhir, ada Theo yang mahir desain dan fotografi!

Oh iya, sepertinya ada yang belum kami kenalkan *nih*. Baru-baru ini kami kedatangan siswa baru Di bulan Oktober lalu, Mark bergabung dalam kelas kami. Sejauh ini, ia bisa beradaptasi dengan baik dengan lingkungan barunya. Mark cukup jago berbahasa inggris dan juga sangat tangkas dalam matematika.

Jadi, *gimana nih* teman-teman? Sekarang sudah lebih kenal kan dengan siswa-siswi VIII C? Semoga setelah ini teman-teman bisa melihat betapa beragam dan berbakatnya kelas kami! 

ENGLISH PAGE

Greta Thunberg: The Climate's Voice

oleh Mercyanda Angela S./VIIIG

When others only dare to whisper about the climate crisis, Greta Thunberg comes upfront and leads the movement to save the earth.

The problem of climate change has been unsolved for quite a while, and not many seem to realise

the negative effects it could cause. As global warming levels rise, then so will climate change, but is that really what matters?

The issue lies within those who'd care to take action, and it appears that there are very few who do. I've seen some people who fought against it although the most they've done is to spread awareness or that they are not brave enough to protest, and that's why Greta Thunberg stands out from other world-caring protesters.

Greta Thunberg is an environmental activist who addresses the problem regarding politics and



climate change. She is well known for her speeches and critique to the world leaders for their inaction against climate change, not to mention her efforts to spread awareness about our

earth's current situation since she first learnt of climate change.

Greta Thunberg was born in the city of Stockholm, Sweden, January 3rd 2003. Learning about climate change

since childhood had changed her habits that contributed to the global warming increase. From that moment she became more interested in climate change, and even got her family to become vegans, used solar energy for daily life and even stopped flying because of its contribution to global warming.

Later, she got depressed because barely any action was done to prevent global warming that could cause climate change. Around that time she was diagnosed with autistic spectrum disorder.

Greta Thunberg has some amazing feats. Did you know that she skipped school to protest a school strike for climate, inviting many people to join only within a few days? She had protested against climate change and other problems, it even reached to a climax that she received many invitations to speak of climate change.

What's great about it is that her speeches have influenced people from all around the world, some even call it 'The Greta Effect'. She's also won a lot of awards such as the 2019 Person of the Year by Time Magazine and the

Amnesty International's Ambassador of Conscience Award.

Her bravery to stand against the world leaders caught both positive and negative attention from many people. Some call her controversial or problematic, but also inspirational. Throughout the years she has inspired a lot of people to be brave enough to protest and not give up easily.

Even until recently, she's still active in protesting, though was detained and deported from Israel because of her involvement in aiding the people of Gaza along with other activists, she has not given up in raising awareness.

People have their own opinion, so not everyone will have the same views as Greta Thunberg. Some see her as a really controversial person, and some think that she is a great example of an activist. She has protested against climate change and our current political situations, even receiving negative and hateful comments from people who don't agree with her. But even so, her motivation brought her to continue protesting. From her, we've learned to never give up no matter how much effort is done. 

ENGLISH PAGE

The Night Between

oleh Yohanes Maria Vianney Kenzie Anargya/IXB

Luke had always considered himself an ordinary high-schooler. He wasn't perfect; he cut corners on homework now and then, and he could

be sarcastic when he felt like it but he wasn't what teachers whispered about in the staff room either. What set him apart, though no one else knew it, was how much he enjoyed keeping secrets. There was something intoxicating about holding a truth no one else could even guess.

One morning, as he was getting ready for school, the news anchor's



urgent tone caught his attention. A bold headline flashed across the screen:

"VIGILANTE KNOWN AS "THE GANGBUSTER" SOUGHT BY AUTHORITIES"

Luke paused mid-bite of his cereal, watching as grainy footage of a dark-clad figure darted through shadows. Reporters speculated, officers warned the public to stay alert. Luke only blinked, expression unreadable.

Later that day, he found his best friend, Phill, at his locker.

"Dude, you see the news?" Luke asked casually. "They're saying The Gangbuster's wanted now."

Phill's eyes widened. "Man, that guy is crazy. Imagine being out there at night, fighting actual gangs? He's gonna get himself killed."

Luke just shrugged, offering a practiced laugh.

The rest of the week slipped by as if nothing had changed, classes, cafeteria jokes, late-night gaming, the usual rhythm of normal life. At least, normal on the surface.

Saturday night, as Luke was finishing some leftover pizza and half-watching TV, his phone buzzed. Phill's name lit up the screen.

"Hey," Phill said, sounding nervous.

"Uh... any chance I could stay at your place next week? Things at home are kinda rough right now."

Luke softened. "Yeah, of course. You're always welcome."

"Thanks, man. Oh and I'm not gonna be a target to the gangbuster, am I? Since he's near your place."

Luke smiled faintly, unseen through the phone. "No, I don't think so, you're not a gang member, are you?"

"No I'm not" Phill replied "Then you're safe" Luke reassured him.

After they hung up, Luke stood in

silence for a moment. Then, without a word, he walked out the back door and crossed the yard to the old shed.

He flicked on the single hanging bulb.

The light buzzed to life, revealing rows of motorcycle helmets, reinforced jackets, spare wheels, tools, and custom built exhausts. Everything is clean. Organized. Prepared.

Luke's secret stared back at him from every shelf and hook.

He wasn't just fascinated with The Gangbuster.

He was The Buster. 

ENGLISH PAGE

But I Also Wait for You (The Sun Also Waits)

oleh Felicia Pramudita Wahyuningtyas /VIIIA

A poet likes to think I'm the sun and she's the moon

Well, that doesn't mean I disagree I do like her perspective, but then *Would she always be the one who waits?*

Matter the fact, she doesn't know me that much

We became closer than ever Oh well, I thought I'm the only one who wait for it
Yes, I also wait (even though I'm the Sun)

The sun also waits for the moon when it's time for solar eclipse

Or maybe that's what I thought

Maybe they would wait for each other (I hope so)

Maybe she thought I only seek the Earth
But I also trying to find *the moon*
I want share my light for her
So that she can shine for the night,
Many people like to stay up late to see the moon shine, right?



BASA JAWA

Tilik Griya

(Bagian 2)

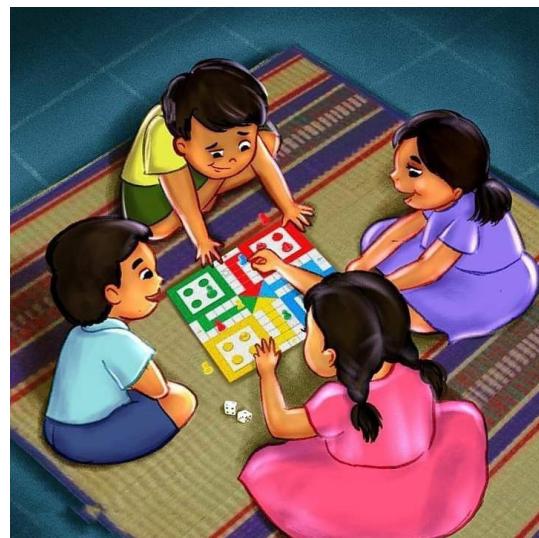
oleh Fransisca Lorentika Wijaya/IXE

Dina kui Lili tangi esuk banget amarga srengenge sumunari ing pasuryan, griyane Mbah Sapin kui iseh tradisional banget lan marai srengenge gampang nyambangi ing njero omah. Lili ora kulina keno srengenge esuk-esuk amarga kamare mesti peteng ndedhet ora keno srengenge seko njaba.

“Halih, ora kepenak tenan to bobok neng kene.” Lili langsung tangi karo ngucek-ngucek mriplate, biasane bocah kui tangi jam 7 nanging sak iki jam 5 wes tangi nyambi sambat. Lili langsung mangkel lan jengkel amarga jam turune dadi kurang, ora kulina tangi esuk dadi sebabe Lili mangkat sekolah mesti kesusu.

Bocah kui langsung medun seko kasur, ndelok neng njobo ngomah seng wes rame wong mulai ngalor-ngidhul berkegiatan. “Kok sregep men,” batine Lili bar weruh ana bocah-bocah sing mlaku wes nganggo seragam bareng kanca-kancane. Bocah-bocah kui nyat kudu mangkat isuk neng sekolah amarga kudu mlaku lan nunggu bis kang mangkat paling esuk dewe ben ora telat.

“Nduk!” Mbah Sapin nimbali Lili seko mburi ngomah, Lili banjur mlaku ing sumber suara. Jebul Mbah Sapin sampaun wungu seko jam 3 yaiku pas srengenge urung ngetok, Lili seng iseh ngantuk mlaku nyedhak ing simbahe seng lagi ngonceki kacang.



“Esuk-esuk kok wes rame banget to, mbah?” Lili lungguh ing sandhinge Mbah Sapin, bocah kui mriplate iseh abot banget marai mung iso meneng karo dingklak-dingkluk sirahe. Mbah Sapin namung nguyu karo ngonceki kacang hasil panene seng mengko bakal didol ing pasar. “Jenenge wae ning ndeso, nduk. Yah mene yo wes kudu sregep ngopo-ngopo ojo ngantri telat lan ojo ngantri ndelah” ngendhikane Mbah Sapin.

“Mau nggih ana cah SD yah mene sampun mangkat sekolah, mbah. Menapa do ora ngantuk yo?” Lili kethok gumun lan bingung, amarga ing omahe Surabaya yah mene iseh sepi opo meneh Lili sing lagi turu jam 1 bengi, mesti tangine awan mepet jam mlebu sekolah.

“Bocah-bocah kui kudu mlaku lan nunggu bis sing mangkate paling esuk, yen ketinggalan bis sing mangkate paling esuk mesti telat tekan ing sekolahe, nduk,” Mbah Sapin njelaske marang putune seng gumun karo kebiasaane bocah-bocah ing Gunungkidul.

Sak durunge srengenge rawuh

bocah-bocah ing kono wes kudu melek, banjur padha siap-siap sekolah lan nggawe bakal kanggo dimaem ing sekolah pas jam istirahat. Biasane jam 5 bocah-bocah sing padha sekolah kui langsung mangkat neng arah dalan gede nganggo nyegat bis bareng kancakancane. Bis seng teko nggih mesti wes kulina karo jam mangkate bocah-bocah. Seko iseh cilik para pelajar Gunungkidul mesti wes dikulinake mangkat sekolah dewe, amarga seko isuk bapak lan ibune kudu wes mangkat kerja neng kutha utawa ing sawah.

Krungu opo seng dijelaske Mbah Sapin Lili mung manthuk-manthuk karo ngampet ngantuk. Lili arep lanjut turu, nanging dipengeng mbahe. "Ojo bobok meneh, nduk. Gek ayo obah, metu dilit rawung karo tanggane," pesene Mbah Sapin pas Lili mlaku ing kamare amarga arep nglanjutake turu. Lili namung mlaku ora nggagas ngendhikane simbah, bocah kui nyat angel dikandhani lan kudu ngunggu karepe dewe.

Srengenge wes ngadhek ing nduwur kono, cahyane wes padhang jingleng nanging Lili iseh merem ing kamare. Padahal sak iki wes siang banget, Mbah Sapin mung isa gedhek-gedhek saben ngungak ing kamare putune amarga Lili turu koyo wong semaput. Bocah kui sakjane ora kesel nanging nyat wegah tangi amarga ora ana kegiyatan, timbang tingak-tinguk Lili milih merem kepenak turu ing kamare.

Ujuk-ujuk ana suara gemrudug bocah-bocah seng podo peplayon ing ngarep omahe Mbah Sapin. Mbah Sapin nyat salah siji wong tua kang disenengi akeh bocah-bocah ing desa kui, dadine latar utawa ngarep omahe Mbah Sapin

sing jembar banget lan asri kulina dinggo dolanan karo bocah-bocah. Mbah Sapin genah seneng lan sumeh mben akeh bocah-bocah sing dolanan ing plataran griyane amarga marai rame.

"Mbah Sapin, Lili teng pundi?" Bocah kang rambute di kepang lan pasuryane sing sumeh iki mlaku nyedhaki Mbah Sapin sing lenggah ing kursi ngarep omahe. Sopo meneh nek udu Dina, yaiku bocah pertama seng ngajak Lili kenalan lan ngrangkul Lili pas wong tuane Lili pamit tindhak kerja ing Semarang wingi. "Mlebu wae, nduk. Gugahen kae Lili iseh turu ora tangi-tangi ket mau," ngendhikane Mbah Sapin marang Dina sing lenggah ing ngandhape utawa ngisore Mbah Sapin. Uggah-ungguhe Dina pancen becik banget, bocah kui paling ngulinake uggah-ungguh marang wong tua.

Dina mesam-mesem banjur ngadhek mlaku ing njero ngomahe Mbah Sapin, bocah kui arep ngugah kancane yaiku Lili seng iseh betah turu ket esuk. "Lili! Amit nuwun sewu." Dina mbukak pintu jati tuwa kang dadi ciri khas omah jaman mbiyen. Dina mlaku alon-alon nyedhaki, bocah kui sakjane gumun kok isa Lili iseh turu nganti jam 11 siang ngeneki. Padahal ing njaba wes padhang jingleng, rame bocah bengak-bengok lan peplayon. "Li.." Dina njawel sikile Lili, nanging bocah kui tetep urung tangi. Dina mung isa gedhek-gedhek gumun, dijawel nganti peng telu iseh ora obah.

"Semaput?" Gatra ujuk-ujuk ngetok seko jendela kayu sing ana ing kamare Lili, Dina mung gedhek-gedhek nanging pasuryane ketok wedi kaya wong panik. "SEMAPUT TENAN?" Wisnu melu-melu ngetok banjur mbengok seko mburine

Gatra. Lili seng krungu uwong mbengok langsung gragapan tangi amarga bocah kui kaget ujuk-ujuk uwes ana Dina, Gatra lan Wisnu ning cedhake, pie ora kaget? Lili lagi turu nanging pas buka mata wes ana wong telu sing nginum ing kamare.

"Aman, Li! Santai wae, aku Dina," Lili bablas ambekan abot banget. Jenenge wong tangi turu mesti gragapan ndelok ujuk-ujuk ing sandhinge wes rame. Nanging Dina, Gatra lan Wisnu namung mesam-mesem amarga ndelok Lili kaget. Pasuryane Lili langsung ora kepenak yaiku ketok nesu lan jengkel banget, Dina lan kanca-kancane langsung wedi. Lili ketok galak yen lagi

jengkel ngunu kui, nanging sakjane bocah kui pancen galak.

"Duh! Nganu Mbah Sapin sendika dhawuh ing aku kanggo ngugah kowe, Li," Dina bablas njelaske ning Lili supaya bocah kui ora nyelot jengkel. Lili mung gedhek-gedhek gumun karo kriyip-kriyip mriplate, bocah kui banjur medhun saka kasure kaya ora nggateke omongane Dina. Dina bablas keweden, ora kepenak amarga ora sengaja ngganggu turune Lili. "Lha, kowe ki ngapa mbengok?" Gatra nyenggol pundhake Wisnu sing mbengok marai Lili tangi turu bablas jengkel.

Bersambung...



Salam Espeelsa

Dari: Alomani

Untuk: Dylan Lim

Pesan: I have crush on you, ya, aku suka kamu, aku bingung gimana ngungkapin nya, aku nggak peduli kamu mau nerima atau nolak, aku cuman mau ngungkapin nya, aku sudah suka kamu dari Agustus

Dari: Kyran

Untuk: Gerald

Pesan: Hei, kamu sebagai cowok termasuk cantik, bukan ganteng

Dari: anonim

Untuk: ninoo G26

Pesan: semangat terus bess

Dari: Anonymous

Untuk: Alexander Mahendra Dewa

Wibowo 8A/01

Pesan: Terimakasih my bro

Dari: pengagummu

Untuk: kak daniel

Pesan: di bumi, selalu ada seseorang yang hanya bisa dikagumi, tapi tidak bisa dimiliki.

Dari: Kanaya Syafa Adoria Setiawan kelas 7 F

Untuk: Sekolah

Pesan: Sekolah bisa lebih berkembang dan murid murid nya semakin berprestasi

Dari: -

Untuk: adit 8c

Pesan: hiai aditt, semangat ya sekolahnya, semangat juga jalanin hari

hari mu, kalo ada apa apa cerita ke aku ya. jangan dipendem sendiri nanti makin cape, byebye

Dari: siapaaa yaa?

Untuk: Elkan 7F

Pesan: CIEEE MASUK TIM INTI, SEMANGAAT YAA BADMINTONNYAA

Dari: -

Untuk: Bona 7B

Pesan: Kamu lucu sekali, ayo kenalan!

Dari: kiann

Untuk: sofia

Pesan: HAI SOFII SEMANGAATT YAA BUATT JALANINN AKTIVITAS MUUU, kalo adaa apaa apaa cerita ke aku, ceritain hari harimu gimanaa, aku disini selalu disini(semoga bisa ak bales dengan baik. mwahh intinya smgt sof

Dari: -

Untuk: rafael 8H

Pesan: hii raf, semangat ya jalanin hidupmu, klo ada apa apa crita ke temen temenmu jgn dipendem, cerita ke ak juga gapapa, jangan canggung ya! bye

Dari: -

Untuk: Caroline Keona Angel P 7G

Pesan: HAI, SEMANGAATT YAAA SEMOGAA KAMUU BISA MAKIN BERKEMBAANGG, LAKUIIN APA YANG KAMUU MAU!! #15HARI

Dari: Abigail

Untuk: Keianna

Pesan: Kuat itu bukan nggak nangis, tapi tetap berdiri walau sakit

Dari: #TeaJusGulawBatu

Untuk: Temen aku donkk
Pesan: DEMI UNKE kadang aku mikir you tu itu tu udah kaya t-rex Gede banget eyyy pengaruhnya, kuat banget support-nya, dan kalo ga ada kamu mood ku downnn. DEMI UNGER BGT, aku bersyukur banget ada kamuu di hidup ku. Kamu jangan pernah ilang-ilang lagi ya, aku butuh kamuh buat tetep waras & slebew

Dari: Vio

Untuk: My friends 7G

Pesan: For my friends of 7G, thankyou udah mau support aku dari masa MPLS sampe sekarang ini. Aku bersyukur banget punya teman yang saling peduli satu sama lain, karena ga semua orang bisa ngertiin satu sama lain. Aku bangga punya teman yang ga mandang fisik satu sama lain. Ya, emang kita beda beda.. Beda sifat, beda gaya, dll. Aku cuma mau kalian berkembang untuk menghargai orang lain, mau berteman dengan semua orang, dan yang terakhir adalah tidak ada bullying lagi di kelas kita. Thankyou

Dari: Tererereret

Untuk: Crush aku

Pesan: Hey hey, i luv you

Dari: Nayaka Darryl Alexander/7B

Untuk: Orang tua

Pesan: Makasih ya papa mama, udh senantiasa mendidik aku, merawat aku hingga titik ini, maaf ya papa mama, kalau Darryl ada salah, ya wajar, Darryl kan masih anak anak. Tapi sekali lagi, makasih ya papa mama, I LOVE YOU

Dari: stefani tujuheF!

Untuk: nailong

Pesan: jangan perna takut buat

ngomong kalo ngga suka atau ga nyaman samaa aku yaa,jangan tiba' ngejauh atau ngambek soalnya nggaa enak banget hihii

Dari: Odreeeyyyy

Untuk: Ellaaaaaaaa

Pesan: HAAAI my twin, bestie, other half. Kenapa sihh kita harus beda satu tahun..

Makasi yaaa udah mau jadi temen baik aku, jadi temen seperjuangan aku, pokoknya semua deh. Banyak-banyak foto plisss buat kenangan. Semangat terus Ella, may God bless you always, ailavyu!!!

Dari: Dan Yap

Untuk: Orang yang ku cintai dan ku sayangi

Pesan: Semoga selalu menyayangiku dan mencintai ku dan nggak pernah berhenti sayang bersama. Kau rumah terbaik bagiku dan orang itu adalah keluarga ku

Dari: miongloyisimut!

Untuk: clara 7F

Pesan: clar ily clar, makasi banyaaa uda maw nemenin aku disaat apapun ituu. aio temenan teruuss sampai tuwaak! (^O^)

Dari: manio

Untuk: Audrey A'27

Pesan: UDAH KELAS 8 AJA KITA BANGG, dan kita masih melekat seperti 2 kertas dikasih superglue walaupun kita beda kelas :>, sehat-sehat yaa, lop yuuu (as ur bsf)

Dari: inigo

Untuk: abel 9A

Pesan: sebenarnya aku masih suka sama kamu cuma malu aj

Dari: Justin bieber

Untuk: My fineshaiyt

Pesan: I love you so much pls notice me

Dari: Ada dehh

Untuk: Buat kamu yang paling topp

Pesan: Hai kamu tau ga sih kamu tuh yang buat aku jadi semangat buat menjalani hari kayak waktu aku lagi bad mood senyummu itu lho buat aku hepii. Terus jadi diri kamu sendiri yaaa karena kamu paling Topp !!

Dari: Rahasia

Untuk: Yang baca ini

Pesan: Halooooooo sehat selalu ya semangat terus

Dari: your future

Untuk: keonho

Pesan: senyummu manis banget, melebihi sukralosa

Dari: Evra Maundri

Untuk: Regina dan orang tua

Pesan: 1 orang tua terima kasih mama papa udah merawat ku sampai sekarang aku mau mengucapkan terima kasih kepada mama dan papa udah merawat ku hingga sekarang
2 Regina
reg makasih ya udah mau jadi temen yang baik dan semoga kita bisa akrab terus yaa makasih

Dari: ??

Untuk: Alvaro 7G

Pesan: Just making sure you know,

someone out there really has feelings for you.

Dari: anonim

Untuk: Banyu 7D

Pesan: Hai Banyu makasih ya udah jadi teman aku yang asik

Dari: ??

Untuk: Hanjra 8F

Pesan: thanks, you're one of the reasons my days feel brighter. I hope you always find comfort too, wherever you are.

Dari: Gerta

Untuk: Keluarga

Pesan: To my family, aku mau kalian semua bahagia, sehat, dan selalu dalam lindungan Tuhan. I love you...

Dari: rapaelaw

Untuk: micha & milka

Pesan: ai miss yu so mac , semoga pertemanan kita tetep kuat dan kita bisa semakin deket lagi kaya pas sd di depannya walaupun sekarang udah beda kelass

Dari: Chellia

Untuk: Rafaela 8B

Pesan: Raf said she'll bomb my house if I didn't fill this gfrom :(

Dari: Sebastian Bagas Adibrata/7C

Untuk: Wildan Janu Purwanto/7C

Pesan: Wil, mabar epep yok. Kapan kapan kita bakal ngalahin semua musuh yang ada di epep. Sama kalo ke kantin, istirahat 1 kita langsung ke bu Sum ya. Buat nongkrong bareng.

Dari: anonymous

Untuk: k9g

Pesan: how do you get over someone
who was never yours?

Dari: Microsoft

Untuk: Rafaela & milka

Pesan: Ayo main lagi miss yours u mach
mach, kangen jalan-jalan di perumahan

Milka sama jajan

Dari: -dhisa

Untuk: -Teman teman yang paling

berkesan (Ava 7H,Lois 7F,Bella

7G,Monica Thirza,Quinza Aleysia)

Dan teman teman ku yang
sekarang(walaupun belum terlalu
berkesan)

Pesan: Terimakasih telah selau ada
untukku,selalu setia kepada ku,dan
menyayangiku sepenuh hati

Dari: ...

Untuk: elkan.

Pesan: look around you, there are people
waiting for you. Mine-Taylor Swift

Dari: ???

Untuk: tim jurnalistik espeelsa

Pesan: kaliann kerenn bangett,
semangattt <33

Dari: Mbrr

Untuk: Yang ngedit/yang lihat

Pesan: Hewan apa yang taat lalu lintas?

Unta-makan keselamatan

Susu, susu apa yang selalu telat?

Susu kedelai

Dari: ...

Untuk: vigesh/slamet 7g

Pesan: semangat terus yaa!

Dari: Orang Gemoi

Untuk: Nares 7H

Pesan: haii naress, semangatt teruss
yaa, nek ada apa² ceritaa ke akhuuuwu,
semoga kita bisa selalu menjadi duo
gemoi yaahkk :D

Dari: Orang Gemazh

Untuk: Ibet 7G

Pesan: helaw ibetzz, kita hrs tetap
menjadi besty yah, walaupun beda kelas
:P

Dari: Devan

Untuk: Uli

Pesan: Kamu tau gak kalo kamu disukai

Dari: Orang Imut

Untuk: Kayla 7G

Pesan: HAIII MIKAA, SEMANGATT TERUSS
YAA, KALAU ADA MASALAH KAMU BISA
CERITAA SAMA AKUU!!!

Dari: Devan

Untuk: Onel

Pesan: Woy bayar uang kas

Dari: Orang Lucu

Untuk: Gurat 7B

Pesan: hy rat, smgt yh, nek ada apa²
cerita ke temen² superhero yahkz, bakal
kita dengerin koq, kita kasih solusi juga,
siapa tw membantu yekanz

Dari: Richardo

Untuk: Anonymus

Pesan: Semoga sehat selalu dan makin
pintar

Dari: oredy pernah ga redy

Untuk: Icha F'27

Pesan: HAAAIIII bestie aku, other half

ku juga. Ga kerasa udah 10 tahunan kita temenan, semoga awet ibarat kertas yang kena lem paling kuat di bumi, love you so much as my best friend, may God bless you always!!!

Dari: audrey kelas pojok
Untuk: Athena
Pes: HAAIII ATHENA my bubub, my close friend, my best friend. Jadi kangen momen pertama ketemu pas ldk, gabisa lipat sleepingbag wkwkwk. May God bless you always then, love you so muchhhh!!!

Dari: Anonymous
Untuk: Bintang
Pes: Pas Kamuu ansamble keren banget

Dari: matcha lovers
Untuk: sesorang
Pes: hai? gimana kelas baru nya udah terbiasa belum sama lingkungan yang baru

Dari: anonymous
Untuk: Pak Hari
Pes: terima kasih pak Hari, karena pak hari, saya lebih semangat untuk belajar matematika

Dari: gendis
Untuk: nelakk
Pes: sehat-sehat yah sayangkuh, jangan dengerin kata orangg, besok-besok gua kepangin lagi nel

Dari: gendis
Untuk: naress
Pes: jangan suka sedih sedih yah bes, sabar juga yea kalo gua kadang nganyeli

jehehehhe

Dari: gendis
Untuk: tata, kaila, gisyell
Pes: selalu bahagia yaa

Dari: fans
Untuk: Daniel 9F!
Pes: manis banget oit

Dari: someone
Untuk: kak dinu 9E
Pes: haii kak, semangat terus ya buat basketnya dan menjalani tugas sebagai dewan penggalang

Dari: Jonathan Utama
Untuk: Fernando Utama
Pes: Jangan pernah menyerah

Dari: miong
Untuk: kenzie 9G
Pes: alo kak

Dari: anonymous
Untuk: Allura Savanah Ratu / Kelas 9-B
Pes: "Make each day count by setting specific goals to succeed, then putting forth every effort to exceed your own expectations." (Les Brown)

Dari: *
Untuk: Kak Esrya 9A
Pes: senang bisa kenalan dengan kakak di masa SMP kuuu

Dari: Noel 7B
Untuk: Para osis
Pes: Halo OSIS Espeelsa
Salam hangat untuk seluruh pengurus dan anggota OSIS SMP Pangudi Luhur 1 Yogyakarta!

Terima kasih sudah menjadi teladan dan penggerak bagi teman-teman semua. Semoga selalu kompak, kreatif, dan menjadi inspirasi bagi sekolah.

Pesannya

"Teruslah berjuang memberikan yang terbaik untuk sekolah dan teman-teman. Jadilah pemimpin yang rendah hati, penuh semangat, dan membawa perubahan positif bagi Espeelsa!"

Dari: Anonymous

Untuk: Maxi 7F

Pesan: Hi Maxi apa kabar? Semoga sehat. Aku mau bilang terima kasih untuk menjadi teman ku di tahun ini. Aku senang mengobrol dengan mu walau cuman basa basi bentar doang, aku senang berteman bersama mu walau kadang² km ngeselin eheh. Aku nggak tau kl kamu seneng berteman sama aku karena aku aneh tetapi ya mau gimana lagi, walau mungkin km nggak suka berteman bersama aku, aku tetap senang berteman bersama mu. Makasih Max untuk berteman bersama ku.

Sincerely -30 (that's the hint!)

Dari: Sophie ELLENA Nugroho

Untuk: Nara Dinta 7F

Pesan: Hai Narr apa kabar? Semoga sehatt, aku mau bilang terima kasih untuk ada buat aku pas aku sedih, senang, dll. Kamu shabat pertama ku yang baik dan selalu ada buat ku, mungkin aku aneh di mata mu dan aku minta maaf. Aku seneng ngobrol sama kamu, makan bareng sama kamu dll. Dan janlupa aku ada buat kamu jugak, no matter what happens I'll be here for you. Sekali lagi terima kasih Nara buat menjadi sahabat terbaik ku <3

With love -Sophie
#tehjusgulabatue

Dari: Sophie Ellena Nugroho

Untuk: Arimbi 7F

Pesan: Hai bii, apa kabar kamu? Semoga sehat dan baik, aku mau bilang terima kasih untuk menjadi sahabat ku. Aku seneng menggambar dengan mu walaupun aku masih belajar menggambar, aku seneng bareng sama kamu karena kamu baik, ceria, dll. Terima kasih buat menemani ku saat aku perlu temen, walaupun di mata mu aku aneh tetapi kamu masih mau menjadi sahabat ku. Terimakasih ya Arimbi untuk selalu ada buat aku. <3

With love -Sophie

Dari: aib

Untuk: Deborah Nataneila Viorenza (7H)

Pesan: Deb makasih ya atas segala suport selama ini, terutama akhir-akhir ini.

Semenjak merasakan pilu, aku jadi sadar bahwa kebahagiaan bisa didapatkan dari hal-hal sederhana.

Aku belajar bahwa menyapa adalah hal yang penting.

Dulu aku menganggapnya "alay", namun kamu mengajarkan bahwa menyapa adalah bagian dari usaha dalam mempertahankan relasi.

Jadi inget waktu kelas 1, Alena menghampiri aku bersama kamu mengajak untuk menjadi sahabat....

Dari: soang

Untuk: Teresia Faldina Eka Putri Imania (7C)

Pesan: Halo temann!!!

Sudah lama rasanya semenjak hari itu...

Masih ingatkah kamu, saat aku memberitahumu bahwa aku kesepian walau di sekolah baik-baik saja.
 Masih ingatkah saat kamu memberikan aku kado ulang tahun berupa pulpen, stiker, notebook tororo?
 Masih ingatkah kamu, saat membuat cireng keasinan?
 Masih ingatkah saat kita membuat pancake?
 Masih ingatkah saat bersepeda lalu kamu kelelahan?
 Masih ingatkah saat kamu memberikan aku coklat saat valentine karena aku tak dapat satupun?
 Masih ingatkah saat selesai acara kelulusan, aku memberimu setangkai bunga?
 Aku masih mengingatnya sampai saat ini.
 Aku telah memulainya, aku akan bertahan sampai garis akhir.
 Jangan bosen temenan sama aku yaaa.

Dari: Michelle Alveryn Lugiyanto /7C
 Untuk: Teman² ku di Jakarta
 Pesan: Hai, teman-teman! Sudah lama kita tak berjumpa dengan kalian. Aku disini baik² aja kok, cuman agak kesepian aja sih. Mungkin kalo aku bisa milih, aku lebih mau balik ke Jakarta, aku rindu kalian. Semoga kita bisa bertemu lagi kapan hari.
 -Michelle. AL.

Dari: Anonim
 Untuk: Yang merasa
 Pesan: Sampai sekarang aku merasa anak-anak PL itu sangat unik-unik ada yang kocak, super cerdas, bahkan bikin takjub karena bisa membuat hal-hal yang tak terduga. Jujur, ada satu orang

yang menurut ku uniknya berbeda. Dia punya pendirian kuat, ambisi tinggi, dan tanpa sadar aku udah belajar banyak dari dia. Kadang aku mikir, ini beneran anak PL? Karena ya se beda itu. Aku kagum dan itu bikin aku pengen jalan bareng dia dalam konteks kehidupan biar sama-sama tumbuh. Aku sih berharap aja semoga ga selesai sampai sini doang, tapi besok mendatang banyak hal yang bisa kita lakukan. Selain itu harapanku yang lainnya semoga dia tidak mudah terseret arus sirkel dan perkembangan zaman atau (FOMO) agar dia akan terus otentik karena "dia ya dia bukan orang lain". Satu hal lagi "Teruslah mencari pengalaman dan hal positif karena itulah yang membentuk dirimu kedepannya. Mindset orang terbentuk karena pilihannya".

Dari: Cherry
 Untuk: Batista Varani Cintantya
 Arundaya PrajnaParamita (Ajna)
 Pesan: Ajna maniezzz tapi maniezzzan aku wlee
 AJNA KITA UDAH 7 TAHUN JADI
 SAHABAT....
 SMA kita bakal beda sekolah, semoga kita tetap bisa saling cerita kalau dan kalah ada waktu moge² bisa ketemuan....
 Karena kayanya di SMA nanti kita benar benar ga ada waktu untuk main bareng Na karena kamu asrama di luar dan aku di Jogja
 Tapi yang pasti perpisahan kita akan sementara, aku janji bakal datengin kamu kalau kamu Ndak ada waktu biar kita ga asing. Aku ga mau ngelepas Sahabat kaya kamu

Dari: Jessen Bellamy Patarma Napitupulu

Untuk: Rahasia

Pesan: Aku menganggap mu sebagai sahabat, tapi kayaknya persahabatan ini sudah tidak seperti dulu, bedaaa banget, aku mau biar kita bisa sedeket lagi dan bisa ngobrol bareng bareng ketawa ketawa bareng,DLL

Dari: -♡-

Untuk: ~Renza~

Pesan: Melihat mentari bersinar cerah di hadapanmu, kulihat sepanjang mata memandang disitulah kamu berada dengan tatapanmu yang penuh bak seperti bunga mawar yang bermekaran di pagi hari. Sepoyan angin timur berhembus di rambutmu bagaikan gelombang ombak laut dipagi hari. Melihat dirimu bersemi dan bermekaran, melihat seyummu dipagi hari memberikan kekuatan bagi diriku. Engkau bagikan kerumunan merpati yang berterbangan di angkasa raya. Aku ingin mencintaimu dengan sederhana dengan kata yang tak sempat diucapkan kayu kepada api yang menjadikannya abu.

“Walaupun ku merasa mungkin diriku kurang sempurna untukmu tetapi aku akan sedia menunggu kehadiranmu dalam hidupku”.

Dari: si beda kelassz

Untuk: Huga Devin Lakeswara ^^

Pesan: hahii hugaa,wkwkkw aku pemuja rahasiamuuu,aku pertama kali liat kamu tertarik bangett,aku ngerasa “dia orang pertama yang aku suka disini kah?” KAMU LUCU BGT HAHAHAAH,mata kamu,suara kamu,rambut kamu,LUCUU SEMUAAA,aku suka bgt ngeliat km ketawa,tapi engga dengan cewe lain!!

aku sering liat km bercanda sama cewe lain,aku mau cemburu gabisa mau marah gabisaaa,aku cm pengen disukain balik aja WKWKWKKKW,atau ga km tertarik aja kalo mau,BERHARAP BGT YA HAHAHAHA,gapapa aku emang ceghil :))) ooya,apa persamaan kamu sama ujian?? SALAHHH,orang sama sama buat masa depan,HAHAHA GA LUCU YA,kn yang lucu kamu,AKU HARAP KITA BISA AKRAB DENGAN BAIK YAAA,tapi aku lihat repost an tiktok km,kmu udah trtarik sama orang lain:((BUTTT IS OKAAYYY,itu hak mu ,km berhak suka sm orang lain (but i cry in my room) BERCANDAA WKAKAKAKAK,,okeeii hugaa,semoga cepat atau lambat kamu bisa ngelirik aku yaa-!! aku udah nyeritain kamu ke temen-temen aku,katanya emang lutsuuu ^^ byeee hugaaa,kapan-kapan lagi yaaaa-! :D

Dari: Samuel Kelvin Simanjuntak 8A/27

Untuk: Orang tua

Pesan: Papa, Mama,

Terima kasih atas setiap tetes keringat, doa, dan kasih sayang yang kalian berikan tanpa henti. Dari kecil hingga sekarang, kalian selalu menjadi tempatku belajar arti cinta, kesabaran, dan pengorbanan. Setiap langkahku hari ini tidak akan pernah ada tanpa kerja keras dan doa kalian yang tulus. Aku mungkin belum bisa membala semua kebaikan dan perjuangan kalian, tapi aku berjanji akan terus berusaha membuat kalian bangga. Semoga Allah selalu memberi kesehatan, kebahagiaan, dan umur panjang untuk Ayah dan Ibu. Aku sayang kalian selamanya.

“Kesuksesan berarti
melaKukan terbaik
yang kita bisa.”

