



HARIAN UNTUK UMUM  
TERBIT SENIN - JUMAT  
12 Halaman

E-mail redaksi@lenteratoday.com

Redaksi 031-87854491

Iklan 031-87854491

Kantor Redaksi

Jl. Rungkut Asri Utara VI no  
26 Surabaya

# GIBRAN MENGINCAR SOLO?



Meski banyak tuduhan dinasti politik, banyak juga yang mendukung langkah anak Presiden Jokowi ini.

Menjelang detik-detik pelantikan Joko Widodo menjadi Presiden Indonesia 2019-2024 pada Minggu, 20 Oktober 2019, berita hangat juga datang dari sang putra sulung, Gibran Rakabuming Raka. Pengusaha martabak manis ini masuk bursa calon Wali Kota Solo dalam Pilkada Solo 2020.

Partai Kebangkitan Bangsa (PKB) misalnya, mengaku siap mendukung pencalonan Gibran. Syaratnya, visi dan misi Gibran harus berlandaskan kepentingan rakyat. "PKB sangat siap dukung, mau resmi partai maupun independen," kata Ketua DPP PKB Daniel Johan, Rabu (9/10).

"Yang penting visi dan komitmen Mas Gibran semakin mengangkat kesejahteraan dan kebudayaan masyarakat. Pesantren dan ekonomi masyarakat kecil juga diperhatikan," imbuh dia.

Sebelumnya, Partai Solidaritas Indonesia (PSI) Solo siap mengumpulkan KTP jika putra sulung Presiden Joko Widodo (Jokowi) itu terpaksa maju Pilkada Solo via jalur independen. Karena meskipun sudah menjadi 'kader banteng', tetapi nama yang disodorkan PDI

Perjuangan (PDIP) Solo ke DPD Jateng dan DPP di Jakarta justru Achmad Purnomo-Teguh Prakosa.

Untuk maju sebagai calon independen, Gibran membutuhkan sekitar 35.870 dukungan. Jumlah tersebut merupakan syarat 8,5 persen jika dihitung dari daftar pemilih tetap (DPT) Kota Solo pada Pemilu 2019, yaitu 421.999 orang.

"Kami PSI siap menggalang dukungan. Kami targetkan 40 ribu KTP, jumlah aman kalau nanti saat verifikasi ada yang tidak sesuai," kata satu-satunya legislator DPRD Kota Solo dari PSI, Antonius Yogo Prabowo, di kawasan Ngarsopuro, Solo.

Diketahui, Gibran Rakabuming Raka niat jadi politisi. Dia mengatakan alasannya terjun ke dunia politik tidak ada hubungannya dengan sang ayah. Gibran pun telah mendaftarkan diri menjadi anggota PDIP. Namun untuk Pilwali Solo belum ada kepastian apakah dia mendaftar atau tidak.

Langkah putra pertama Presiden Jokowi, Gibran Rakabuming, menatap



## Anak Jokowi Daftar Walkot Solo, Ini Deretan Bisnis Gibran

Putra sulung Presiden Jokowi, Gibran Rakabuming raka resmi mendaftarkan diri menjadi anggota PDIP sekaligus Bakal Calon Walikota Solo. Sebelum terjun ke dunia politik, Gibran Jauh lebih dulu menekuni bisnisnya di industry kuliner.

**Katering Chilli Pari** pesanan catering pertama 50 orang. Omzet >50 miliar per bulan

**Martabak Markobar** Jumlah outlet saat ini 33 outlet di Indonesia. Omzet 1 juta perhari

**Minuman Goola**, modal 70 miliar dari Alpha JWS Ventures

**Restoran Mangkok Ku**. Kolaborasi bersama Chief Arnold Poernomo dan Adik Kaesang Pengarep

**Makan dan minuman Instan "Siap Mas"** kolaborasi dengan Kaesang Pengarep

**Aplikasi Kerjaholic** kerjasama dengan Leoard Hidayat, Josh Ching, Michael, Daniel Hidayat

(Baca, Hal 11)



Seminar Internasional Hari Jadi Ke-74 Prov. Jatim

## Dongkrak Ekspor, Jamhadi Usul Perda Industri Kreatif hingga Sentra Khusus

**SURABAYA-** Seminar Internasional dengan tema "Merajut Peluang dan Strategi Ekspor Produk Jawa Timur Menembus Pasar Internasional" diselenggarakan di Diamond Room, Grand City Convex Surabaya, pada Rabu 9 Oktober 2019. Direktur KADIN Institute, Jamhadi, hadir sebagai narasumber bersama dengan H Kinoshita (Chairman Japan Indonesia Business Association), dan beberapa narasumber lainnya.

Seminar ini diselenggarakan Biro Administrasi Perekonomian dalam rangka Hari Jadi ke-74 Provinsi Jawa Timur. Jamhadi yang jadi narasumber dari KADIN Institute atas delegasi La Nyalla Mahmud Mattalitti memaparkan materi peluang dan strategi produk Jawa Timur menembus pasar ekspor.

Dalam kesempatan yang dihadiri sejumlah pengusaha dan asosiasi ini, Jamhadi menyebutkan ada beberapa tantangan yang dihadapi pengusaha Jawa Timur untuk bisa ekspor. Tantangan itu diantaranya meningkatnya ketidakpastian dunia, seperti perang dagang dan anti globalisasi, brexit, harga komoditas menurun, peran WTO dipertanyakan,

penerapan Special Agricultural Safeguard Measures (SSG) oleh Filipina terhadap kopi instan asal Indonesia, dan standarisasi produk serta kampanye negatif terhadap produk unggulan Indonesia.

Tantangan lainnya ialah belum kompetitifnya produk Jawa Timur, baik dari sisi kualitas ataupun kontinuitas. Maka itu, Jamhadi menyebutkan beberapa strategi agar produk dari pengusaha Jawa Timur bisa menembus pasar internasional.

"Strateginya ialah meningkatkan produk manufaktur berstandar ekspor melalui pemberdayaan IKM/UKM dan substitusi industri yang kompetitif termasuk support modal diantaranya perbankan dan IPO," ujar Jamhadi melalui paparannya.

Jamhadi yang juga CEO PT Tata Bumi Raya ini kembali menyebutkan strategi lainnya, yaitu investasi untuk produk ekspor PMDN & FDI yang berorientasi ekspor banyak mendapat kemudahan, erediannya KEK & Industrial Park dengan pola sewa, mengontrol neraca barang secara periodic, mengelola impor dengan lebih baik.

"Juga menjalin perdagangan dengan negara-negara mitra dagang baru,

memperluas ekspor ke pasar-pasar non-tradisional, meningkatkan promosi melalui Trade Expo, Business Forum dan Business Matching, menggiatkan ekspor jasa, dan memperkuat pasar luar negeri melalui etalase Jatim di KJRI Belgia, KJRI Swiss, Senior Advisor di OSAKA (Jepang), Korsel, Tianjin (RRT), termasuk upgrade Jatim Mart di Singapura," jelasnya.

Strategi lain yang disebutkan Jamhadi ialah impor bahan baku yang masih 70% dijadikan produk ekspor yang berdaya saing global, Pemda harus fokus ke hulu dan optimalkan hilirisasi produk, pertanian dan perkebunan.

"Dan perlu perhatian lagi ialah Productivity Center diperlukan untuk mengimbangi kenaikan upah yang terjadi setiap tahun. Hal ini juga untukantisipasi di era industri 4.0. Juga perlunya dibentuk Tim Task Force Peningkatan Investasi dan ekspor Jatim, unsurnya terdiri dari Pelaku usaha, Akademisi, kepelabuhanan, community, pemerintah, dan KADIN Jawa Timur sebagai leading sektor," lanjut Jamhadi menjelaskan.

Strategi lain yang disebutkan Jamhadi ialah mewujudkan sentra-sentra industri

(Baca, Hal 11)



## UK Petra Hibahkan Motif Batik di Gang Dolly

**S**URABAYA-Tiga dosen Fakultas Seni dan Desain (FSD) Universitas Kristen Petra (UKP) berhasil mendapatkan hibah sejumlah Rp 41,9 juta dari Kementerian Riset, Teknologi, dan Pendidikan Tinggi Republik Indonesia (Kemristekdikti RI). “Melalui mata kuliah Creativepreneurship dan Art and Craft di FSD, kami ingin menjadi salah satu alternatif solusi pemberdayaan warga terdampak eks-lokalisasi Dolly terutama UKM Batik”, urai Mariana Wibowo, S.Sn., MMT.

Hibah ini bernama Pendanaan Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat DRPM Kemristekdikti 2019. Ketiga dosen ini adalah Aniendya Christianna, S.Sn., M.Med.Kom., Mariana Wibowo, S.Sn., MMT, dan Poppy Firtarwentyna Nilasari, ST, MT. Sejak April 2019 setiap seminggu sekali, para dosen ini mengadakan pelatihan pada 10 orang warga eks-lokalisasi Dolly, 5 diantaranya adalah pelaku UKM Batik dan 5 lainnya adalah ibu rumah tangga yang memiliki kemauan belajar.

“Pelatihan ini menghasilkan menghasilkan 10 varian motif batik dan 8 varian desain lampu (lampu gantung, lampu meja dan lampu dinding) yang memanfaatkan batik sebagai kap lampunya”, ungkap Aniendya Christianna, S.Sn., M.Med.Kom. Motif batik yang dihasilkan memiliki varian yang khas, seperti motif kupu, daun jambu, daun jarak, dan sayur kangkung.

“Kami ingin memberikan pengetahuan dan pengembangan skill kepada pengrajin untuk berinovasi menghasilkan produk kriya maupun produk interior. Sehingga UKM di wilayah Ekslokalisasi Dolly Kelurahan Sawahan ini dapat bertahan ditengah maraknya pasar batik”, ungkap Poppy Firtarwentyna Nilasari, ST, MT. Kegiatan pelatihan ini menekankan aspek pengembangan kreativitas dalam proses perancangan desain motif batik sampai dengan desain lampu. Dengan berusaha memanfaatkan kain batik diolah menjadi berbagai varian produk yang bernilai ekonomis. (Sur)

**S**URABAYA-Pendidikan adalah salah satu point penting yang harus terus didukung, agar tercipta generasi yang memajukan bangsa. Terlebih jika pemilihan jurusan sesuai dengan peminatan yang diinginkan, serta ditambah dengan Universitas yang sesuai.

Melihat fenomena ini, SMA 2 Muhammadiyah Surabaya ingin memfasilitasi siswanya untuk memilih universitas yang diinginkan sesuai peminatan.

Edufair digelar dengan mendatangkan kurang lebih 40 kampus, baik dari perguruan tinggi negeri, swasta serta luar negeri.

“Acara ini digelar untuk memfasilitasi murid kami yang ingin melanjutkan ke jenjang pendidikan yang

lebih tinggi. Agar punya pandangan mau ke Universitas setelah lulus dari sini,” Ujar Astajab selaku kepala sekolah.

Antusias para mahasiswa bisa terlihat dari banyaknya brosur yang mereka terima, serta seringnya bertanya mengenai stand pameran yang mereka kunjungi. Salah satu siswa kelas XII Azelia Putri Suwardani, merasa membantu dengan diadakan acara ini. Palsnya dirinya masih bingung ingin melanjutkan ke Universitas yang cocok dengan jurusan yang diambil.

“Sangat membantu, karena aku sendiri masih bingung menentukan pilihann universitas sesuai dengan minatku desain grafis,” Jelasnya. (ins)



## Edu Fair, Kenalkan Jenjang Pendidikan Lebih Tinggi

**PIMPINAN REDAKSI** ARIFIN B.H ( ID Sertifikasi 13043) **REDAKTUR PELAKSANA** AGUSTINA WIDYAWATI (ID Sertifikasi 2567)  
**REDAKSI** AGUSTINA WIDYAWATI, LUTFI YUHENDI, TARMUJI TALMACSI (ID Sertifikasi 16216), JUNAIIDI (ID Sertifikasi 4175),  
RAHMAD SURYADI, ARDINI PRAMITHA,

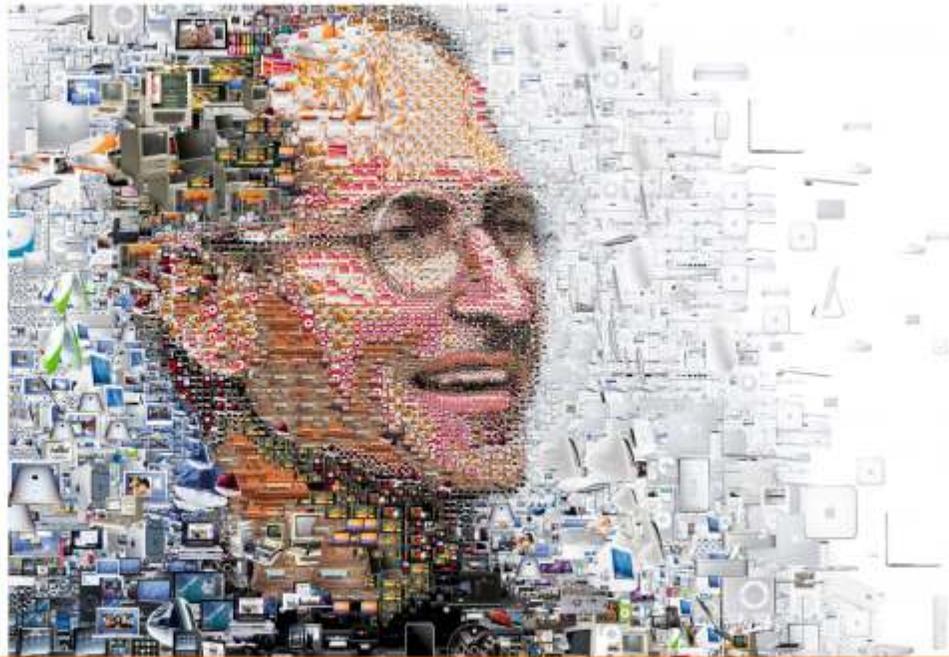
**PIMPINAN PERUSAHAAN** TARMUJI TALMACSI, **DIREKTUR BISNIS DAN KOMERSIAL** SUPARTI, SH, MM  
**MANAGER HRD** SUHARDIMAN EKO PRASETYO, **SEKRETARIS** ISTIDHA NUR AMANAH

**DESAIN GRAFIS** PAULUS IVAN SEPTIANUS DAKOSTA, KIKI AMALIA GUYEN  
**ALAMAT REDAKSI** JL. RUNGKUT ASRI UTARA VI/26, TELP 03187854491

**PENERBIT** PT MEDIA HEBAT INSPIRASI INDONESIA  
**NIB** 91205006801134

**HARGA IKLAN** RP 30.000/ MM/ KOLOM.

# 5 PRODUK KEKINIAN WARISAN STEVE JOBS



Apple menjadi salah satu raksasa teknologi hingga saat ini. Nama Steve Jobs merupakan kunci kesuksesannya. Warisan produknya pun hingga kini masih menjadi andalan masyarakat.

**D**elapan tahun sudah Apple ditinggal sang pendiri, Steve Jobs. Jobs meninggal dunia pada 5 Oktober 2011 pada usia akibat kanker pankreas yang cukup lama dideritanya. Di tangan Jobs, Apple menjelma menjadi perusahaan raksasa yang tak bisa dipandang sebelah mata.

Semasa hidupnya, pada saat menjabat sebagai karyawan dan CEO Apple, Jobs tercatat ikut berjasa menelurkan beberapa produk Apple, baik yang sukses maupun yang gagal di pasaran. Berikut ini sepuluh produk kekinian yang dibidani oleh Steve Jobs:

## 1. iMac (1998)

Saat Jobs kembali pada tahun 1996, Apple sedang 'tenggelam' seiring dengan menurunnya pangsa pasar PC. Desain radikal iMac menjadi langkah pertama yang mengangkat Apple dari keterpurukan. Perangkat ini didesain sedemikian rupa mirip sebuah gelembung (bubble) dengan bahan plastik berwarna biru yang di dalamnya terdapat monitor dan komputer dalam satu kesatuan. iMac sangat mudah digunakan dan menyadarkan orang betapa bergunanya teknologi internet. Tak hanya itu, iMac membuat banyak orang menginginkannya sebagai komputer rumah pertama mereka.

## 2. iPod (2001)

Perangkat ini bukan pemutar musik digital pertama yang dilengkapi hard drive, tetapi merupakan yang pertama untuk ukuran tersukses. Ekspansi Apple ke ranah perangkat elektronik portabel membawa pengaruh yang sangat luas. Kesuksesan iPod membuka jalan untuk mempersiapkan music store iTunes dan iPhone.

## 3. iTunes Store (2003)

Sebelum iTunes Store ada, membeli musik digital merupakan hal yang sangat menjengkelkan. Orang lebih memilih

melakukan pembajakan karena lebih mudah. Toko musik digital Apple hadir dengan membawa segala kemudahan dan koleksi album musik dari berbagai label. Pada tahun 2008, iTunes menjadi peritel musik terbesar di Amerika Serikat.

## 4. iPhone (2007)

Smartphone milik Apple ini menghadirkan pengalaman yang sama dengan apa yang ada di Macintosh untuk personal computing dengan kelebihan, yaitu sebuah smartphone yang sangat mudah digunakan. Saat ini, Apple telah menjelma menjadi vendor paling untung di seluruh dunia sebagai vendor smartphone. Tak hanya itu, iPhone menjadi patokan/dasar dari semua smartphone yang ada saat ini.

## 5. iPad (2010)

Sebelum iPad hadir, banyak perusahaan, termasuk Apple, telah membuat komputer tablet, tetapi tak satu pun yang sukses. Akhirnya, iPad yang menjadi pendobrak dan mengubah perspektif sebuah komputer tablet serta menambah sebuah kategori baru dalam penggunaan komputer.

**Mana produk karya Steve Jobs yang paling Anda sukai? (ist)**



## Ternyata Tidur Siang Cegah Penyakit Berbahaya

Terkadang orang mengabaikan pentingnya tidur siang, meski hanya sekadar 1-2 jam. Dengan cara yang tepat, tidur tengah haripun bisa menghindarkan kita dari beberapa penyakit berbahaya.

**T**erkadang beberapa orang sering merasa mengantuk selepas jam makan siang. Namun, banyak pula yang merasa sulit atau tidak terbiasa tidur siang. Padahal, tidur pada siang hari dapat memberikan sederet manfaat bagi kesehatan.

Orang yang melakukan tidur siang terkadang dianggap sebagai sosok yang malas atau kurang antusias dalam bekerja, namun hal itu tidak sepenuhnya benar. Justru tidur pada siang hari dapat meningkatkan produktivitas seseorang.

Biasanya orang berpikir tidur siang hanya bermanfaat untuk bayi, anak-anak, lanjut usia, atau yang sedang sakit. Namun, ternyata berbagai manfaat tidur siang juga dapat memengaruhi tubuh secara positif pada orang dewasa.

Namun perlu diingat, Anda sebaiknya tidak terlalu lama tidur di siang hari. Apabila tidur hingga 3 jam, dikhawatirkan akan kesulitan tidur pada malam hari, alias insomnia. Lantas apa saja manfaat tidur siang?

### **Meningkatkan Daya Ingat Otak**

Manfaat tidur siang mampu meningkatkan daya ingat pada otak, hal ini sangat baik bagi orang lanjut usia (lansia). Semakin meningkatnya umur, biasanya daya ingat mereka cenderung menurun.

Bagi anak-anak, tidur siang dapat meningkatkan kinerja otak dalam mengingat sesuatu. Hal ini penting bagi anak-anak, karena mereka belajar dan mungkin menghafal setiap pelajaran yang didapatkan selama di sekolah. Sebuah penelitian dari Universitas Delaware dan Universitas Pennsylvania di Amerika Serikat menyatakan manfaat tidur siang dapat meningkatkan kepintaran seseorang.

### **Mencegah Penyakit Jantung dan Stroke**

Manfaat tidur siang lainnya yaitu mampu mencegah penyakit jantung. Jika Anda memaksakan bekerja sedangkan mata mengantuk, jantung akan berdetak lebih kencang. Selain itu, apabila Anda memaksakannya dengan meminum kopi

atau minuman energi yang mengandung kafein, tentunya akan semakin berakibat buruk.

Anda dianjurkan untuk beristirahat sejenak, walaupun hanya 20-40 menit setiap harinya. Kebiasaan itu akan mencegah Anda dari risiko penyakit jantung serta stroke.

### **Menghindari Diabetes**

Kurang tidur dapat membuat Anda kelebihan hormon kortisol dalam tubuh. Kortisol adalah hormon yang dilepaskan dalam tubuh ketika sedang stres. Kelebihan kortisol dapat meningkatkan intoleransi glukosa dan lemak perut, melemahkan sistem otot dan kekebalan tubuh. Oleh karena itu, Anda perlu melakukan tidur siang supaya tidak terserang diabetes.

Tidur pada siang hari akan mengurangi tingkat hormon pertumbuhan dan testosteron pada tubuh. Efek dari kelebihan hormon ini akan merusak dan dapat menyebabkan diabetes dan penyakit jantung jika Anda kurang tidur. (ist)



# Titik Winarti

## Sang Pemberdaya Kaum Difabel

Reporter  
**WIDYAWATI**

*BAGI WARGA JAWA TIMUR, TERUTAMA KAUM DISABILITAS, NAMA TITIK WINARTI TENTU TAK ASING LAGI PERJUANGANNYA MENJADI 'IBU' RATUSAN DIFABEL BERHASIL MENCETAK GENERASI YANG MEMILIKI SKILL, SEBAGAI BEKAL HIDUP MEREKA DI TENGAH KETERBATASAN FISIK. TAK HANYA TUNA DAKSA, KINI TITIK MENDAPAT AMANAH BARU YAITU PENYANDANG KETERBATASAN MENTAL.*

Suasana ramai obrolan dan mesin jahit berpadu saat memasuki rumah di Jl. Sidosermo Indah II/5, Surabaya. Tiara Handycraft, begitu papan nama yang digantung di depan pintu. Candaan diiringi instruksi dari Titik—begitu sapaannya—membuat sekitar 6 orang yang sedang membuat tempat tissu tetap semangat mengerjakan tugas masing-masing.

Ada yang berbeda dan luar biasa dari para pekerja di usaha kecil ini. Mereka mayoritas merupakan penyandang disabilitas, tuna daksa. Totalnya ada 15 tuna daksa yang saat ini membantu Titik dalam menggerakkan usahanya di bidang kerajinan tangan, khususnya produk olahan tekstil. “Mereka memang mengalami keterbatasan fisik. Tapi jangan salah hasil karya mereka berkualitas, rapi dan penuh kreasi,” ujar peraih Upakarti tahun 2014 ini.

Sejak awal merangkul tuna daksa untuk UKM nya, Titik berpegang pada prinsip bahwa kualitas produk adalah utama. “Jangan membeli karena kasihan, tapi karena kualitasnya. Insyallah pasar langgeng dan teman-teman tuna daksa lebih senang karena mereka tidak dipandang sebelah mata,” ujarnya. Diawal usahanya, Titik mengaku tidak pernah terbersit keinginan untuk mengkhususkan merekrut tenaga kerja dari kalangan difabel.

Sejak awal merangkul tuna daksa untuk UKM nya, Titik berpegang pada prinsip bahwa kualitas produk adalah utama. “Jangan membeli karena kasihan, tapi karena kualitasnya. Insyallah pasar langgeng dan teman-teman tuna daksa lebih senang karena mereka tidak dipandang sebelah mata,” ujarnya. Diawal usahanya, Titik mengaku tidak pernah terbersit keinginan untuk mengkhususkan merekrut tenaga kerja dari

kalangan difabel.

Bisnis Tiara Handycraft ini berawal dari hobi. “Tahun 1995, saya pinjam modal 500 ribu dari Koperasi Setia Bhakti Wanita. Lalu, saya belikan alat jahit. Saya mulai rekrut beberapa karyawan. Ternyata tahun 1998, banyak karyawan saya yang keluar. Bisnis saya sempat turun. Mungkin bukan suatu kebetulan, ada satu-dua penyandang disabilitas yang datang ke rumah saya, minta pekerjaan, karena mereka sulit diterima kerja di tempat lain. Sungguh, saya salut dengan semangat mereka. Akhirnya, saya putuskan untuk merekrut karyawan yang tuna daksa.

Dari satu-dua, lalu berkembang menjadi puluhan,” tutur wanita yang juga pernah meraih penghargaan International Visitor Leadership Program bertajuk ‘Women and Entrepreneurship’ dari USA itu.

Akhirnya dia berpikir bagaimana cara membantu para tuna daksa menghasilkan nafkah. Cara yang saat itu terpikir adalah memberikan mereka ketrampilan dan ilmu yang dimilikinya. Titik mengajarkan menjahit, menyulan dan lain-lain sesuai kemampuan mereka. Diceritakannya, ada salah satu penyandang disabilitas yang tidak memiliki jari, tapi saat diajari cara membordir dan menyulam hasilnya luar biasa. "Tahap awal saya tanya dan melihat kemampuan mereka dalam melakukan kegiatan sehari-hari. Ada yang cacat tangannya, tapi bisa makan, bahkan pegang jarum. Dari situ baru dikembangkan skill dan pengetahuannya," cerita ibu dengan 5 putra ini.

Seiring berkembangnya waktu, hingga saat ini sudah ada 800 orang alumni Tiara Handycraft. Rata-rata 60% bergabung dengan usaha sejenis lain, 35% membuka usaha sendiri dan sisanya kembali ke keluarga. Bagi Titik, bukan seberapa besar omzet yang didapatkan, tapi seberapa banyak manfaat yang bisa diberikan untuk sesama.

Terkait diskriminasi bagi kaum disabilitas yang berujung pada sulitnya mendapatkan hak untuk bekerja menurut Titik diskriminasi harus diperjuangkan bukan hanya sekadar diprotes. "Di perjuangkan dengan meningkatkan kualitas hidup mereka. Walau mereka dengan keterbatasan, kehidupan mereka tidak

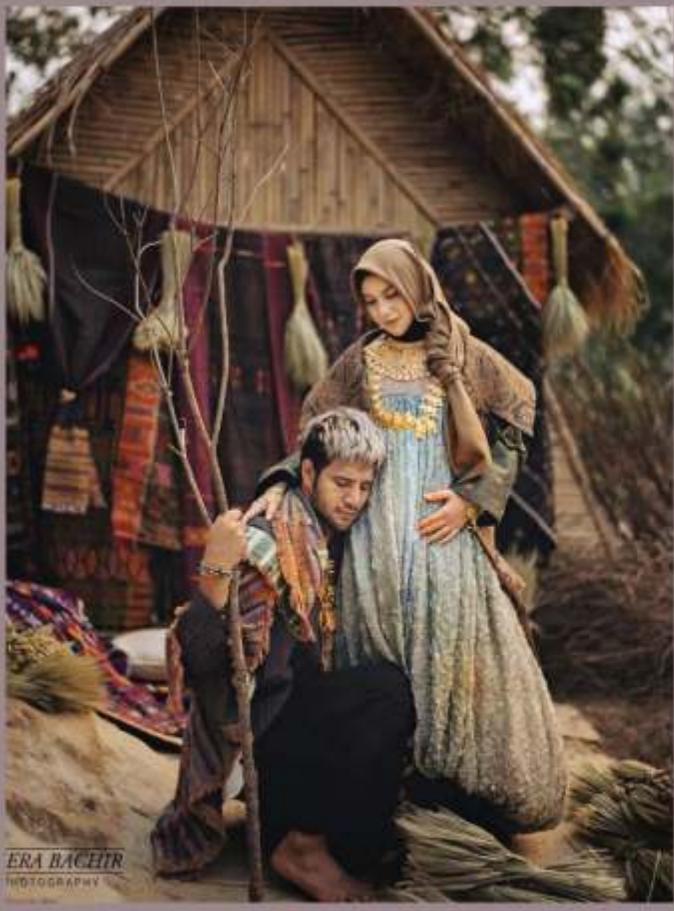
boleh terbatas. Meningkatkan kualitas skill mereka sehingga layak mereka bertanding dengan yang normal," tuturnya.

Titik berharap Pemprov Jatim memberikan perhatian lebih ke Panti Tuna Daksa yang ada di Pasuruan. Sebab, panti tersebut menjadi jujugan para penderita tuna daksa di Jawa Timur sebelum mereka melanjutkan ke panti yang ada di Solo maupun Cibinong. "Di panti Pasuruan mereka berkumpul berbagi beban. Nah yang perlu juga dilakukan adalah menyiapkan mereka menjadi pekerja tangguh seperti layaknya orang normal sesuai tuntutan zaman. Jadi skill yang diberikan memang harus up to date," jelasnya.



## Kenali Gejala Mirror Syndrom, Pemicu Meninggalnya Bayi Ibel

Saat terjadi kenaikan badan berlebihan dalam waktu singkat, ibu hamil wajib waspada terhadap kelainan yang diderita janinnya. Segera konsultasilah ke dokter.



Pasangan selebriti Irish Bella dan Ammar Zoni sedang dirundung duka. Pasalnya, bayi kembar yang sedang dikandung Bella meninggal dunia dalam kandungan berusia 7 bulan, Minggu (6/10) malam.

Bella kerap mengalami pendarahan dan bahkan hingga harus dirawat di rumah sakit. Selain pendarahan, Bella juga mengaku alami kontraksi yang membuat perutnya terasa tegang.

Meninggalnya janin dalam kandungan secara medis disebut sebagai stillbirth. Penyebab meninggalnya bayi kembar pasangan artis ini disebut karena kelainan Mirror Syndrome yang diderita Irish Bella. Kelainan tersebut menyebabkan bayi kembar mengalami kondisi Twin-to-twin transfusion syndrome (TTTS). Artinya, pembuluh darah dua janin kembar itu berhubungan, sehingga salah satu janin 'memberi' darah kepada janin kedua.

TTTS bisa mengakibatkan komplikasi ke ibu, salah satunya mirror syndrome yang merupakan keadaan ketika janin mengalami hydrops (bengkak seluruh tubuh) yang menyebabkan ibu juga mengalami kondisi yang sama.

Namun pada ibu, kondisi ini

bisa disertai preeklamsia atau toxemia kehamilan, kelainan atau gangguan progresif yang ditandai kehadiran protein dalam urine serta tingginya tekanan darah. Dokter yang menangani Irish Bella, Gatot Abdurrazak mengatakan, kondisi yang dialami artis peran Irish Bella sangatlah langka. "(Mirror Syndrome jarang terjadi). Boleh dicek di Google," katanya. Di Indonesia sendiri rumah sakit yang bisa menangani pasien ibu hamil dengan kondisi seperti itu juga tak banyak.

Dikutip dari id.theasianparent.com, Mirror syndrome merupakan istilah lain untuk sindrom Ballantyne atau triple edema. Kondisi ini terjadi pada kehamilan saat janin memiliki kelebihan cairan yang tidak normal dan ibu Hamil mengalami preeklamsia, suatu bentuk hipertensi atau tekanan darah tinggi.

Sebenarnya ada beberapa gejala yang bisa diwaspadai, terutama bagi para calon ibu yang sedang dalam masa kehamilan pertamanya.

Situs March of Dimes menyebutkan memang gejalanya sangat umum sehingga para calon ibu kerap mengabaikannya. Gejala seperti memar, batuk, radang tenggorokan atau rasa pusing. (Ist)

### Gejala Mirror syndrome:

- Signifikan, pembengkakan parah
- Tekanan darah tinggi
- Protein yang ditemukan dalam urin (mudah didiagnosis dengan tes urin oleh dokter)
- Kenaikan berat badan yang signifikan dan berlebihan dalam waktu singkat
- Kadang-kadang Mirror syndrome bisa diketahui lewat tes darah melalui hemodilusi (suatu kondisi di mana ada lebih banyak plasma dalam darah dan jumlah sel darah merah yang lebih rendah). Ini terjadi karena kelebihan cairan yang menumpuk di dalam tubuh.

# RONDA ROUSEY, Raup Rp 42,5 M Sekali Tanding

**M**antan superstar MMA, Ronda Rousey, menempati urutan teratas sebagai pegulat dengan bayaran tertinggi dalam satu kali tanding sepanjang digelarnya turnamen Ultimate Fighting Championship (UFC). Rousey bahkan mengalahkan sederet pegulat laki-laki seperti Brock Lesnar hingga Conor McGregor.



sepanjang digelarnya turnamen Ultimate Fighting Championship (UFC). Rousey bahkan mengalahkan sederet pegulat laki-laki seperti Brock Lesnar hingga Conor McGregor.

Melansir dari Sportbible, wanita yang kini berusia 32 tahun itu mendapat bayaran 3 juta dollar atau sekitar Rp 42,5 miliar sekali tanding. Angka tersebut ia dapat saat berhasil mengalahkan Amanda Nunes pada 2016.

Sampai saat ini, belum ada pegulat MMA yang mampu mendapatkan penghasilan melampaui Ronda Rousey.

Ronda Rousey memainkan delapan pertandingan di UFC selama tiga tahun kariernya di MMA. Sejumlah pengamat meyakini pendapatan Rousey bisa terus bertambah di UFC. Sayangnya, petarung bebas asal Amerika itu

memutuskan hijrah ke turnamen World Wrestling Entertainment (WWE) sejak Maret 2018.

Di sisi lain, bintang WWE yang tengah bersinar, Brock Lesnar, duduk di posisi kedua sebagai pegulat dengan pendapatan tertinggi dalam satu pertandingan. Lesnar mendapat bayaran 2,5 juta dolar atau sekitar Rp35,4 miliar saat berhasil mencundangi Mark Hunt pada UFC 200 tahun 2016.

Petarung bebas UFC asal Kanada, Georges St-Pierre, berada di urutan ketiga. Ia memperoleh penghasilan total 2,5 juta dolar (Rp35,4 miliar). Penghasilan itu termasuk bonus 50 ribu dollar dari penghargaan 'Performance of The Night' dan 30 ribu dollar dari sponsor.(ins)

## 10 Pegulat Termahal dalam Satu Pertandingan

1. **Ronda Rousey**  
(saat menang atas Amanda Nunes pada UFC 207 tahun 2016): **Rp42,5 miliar.**
2. **Brock Lesnar**  
(saat menang atas Mark Hunt pada UFC 200 tahun 2016): **Rp35,4 miliar.**
3. **Georges St-Pierre**  
(saat menang atas Michael Bisping pada UFC 217 tahun 2017): **Rp35,4 miliar.**
4. **Nate Diaz**  
(saat menang atas Conor McGregor pada UFC 202 tahun 2016): **Rp28,3 miliar.**
5. **Conor McGregor**  
(saat menang atas Nate Diaz pada UFC 196 tahun 2016): **Rp14,1 miliar.**
6. **Alistair Overeem**  
(saat menang atas Francis Ngannou pada UFC 218 tahun 2017): **Rp12 miliar.**
7. **Dan Henderson**  
(saat menang atas Hector Lombard pada UFC 199 tahun 2016): **Rp11,3 miliar.**
8. **Anderson Silva**  
(saat menang atas Nick Diaz pada UFC 183 tahun 2015) : **Rp11,3 miliar.**
9. **Mark Hunt**  
(saat menang atas Brock Lesnar pada UFC 200 tahun 2016): **Rp9,9 miliar.**
10. **Tyron Woodley**  
(saat menang atas Demian Maia pada UFC 214 tahun 2017): **Rp7 miliar.**

*Nenek  
55 Tahun  
Awet Muda  
Ini Rahasia Alejandra*

Menjalani hidup sehat sedini mungkin memberikan efek positif hingga jangka panjang. Buktinya Alejandra Labastida-Shapiro, nenek yang tetap tampak muda di usia lebih dari setengah abad.

**M**enjalani pola hidup sehat sejak usia 10 tahun memberikan manfaat yang sangat besar bagi seorang Alejandra Labastida-Shapiro. Kini di usia ke-55, nenek empat cucu itu tampak sangat awet muda. Bahkan tak sedikit orang yang mengira ia dan anaknya yang berusia 32 tahun sebagai kakak beradik.

Alejandra sudah rutin berlari bersama ayahnya sejak usia 10 tahun. Kini ia menjalani pola makan organik, banyak mengonsumsi bahan makanan mentah serta menggunakan obat-obatan alami dan herbal untuk mengobati sakit

dan luka. Alejandra yang merupakan seorang instruktur pilates masih rutin berolahraga demi menjaga bentuk badannya.

Menerapkan pola makan sehat secara disiplin dan menghindari makanan yang diproses dijalaninya dengan konsisten. Ia mengibaratkan tubuh sebagai kuil di mana jiwa kita bertinggal. Selama bertahun-tahun Alejandra terus berlatih untuk mengukuhkan tujuan tersebut. "Aku melatih bahwa usia hanyalah angka. Dan pandangan ini benar jika kita merawat tubuh kita dengan benar lewat gaya hidup dan pikiran-pikiran positif," ujarnya.

Alejandra berusaha menyeimbangkan latihan aktif dan waktu pemulihan. Sebelumnya ia berpikir kardio lebih dari cukup untuk menjaga tubuhnya tetap sehat. Namun, serangkaian cedera dan belajar dari format lain membuatnya belajar bahwa otot-otot memiliki kemampuan dan gerakan berbeda. Kini ia juga melatih pentingnya keseimbangan pola makan dan pandangan positif.

Semua itu membuatnya masih

melakukan beberapa aktivitas yang kebanyakan orang di usianya sudah tidak bisa lakukan. Meskipun ia mengakui perlu usaha ekstra untuk menjaga bentuk tubuh idealnya karena ia akan naik berat badan lebih mudah. "Kita adalah apa yang kita makan. Jadi, aku menghindari makanan-makanan yang diproses dan gula. Kebanyakan aku makan makanan mentah dan organik serta menghindari bahan-bahan kimia yang masuk ke tubuh, seperti obat-obatan," katanya.

Alih-alih mengonsumsi obat saat sakit, ia lebih memilih pengobatan alami dan alternatif. "Tubuh kita punya kemampuan menyembuhkan yang luar biasa," ucap Alejandra. (Ins)

**"Aku melatih bahwa usia hanyalah angka. Dan pandangan ini benar jika kita merawat tubuh kita dengan benar lewat gaya hidup dan pikiran-pikiran positif," ujar Alejandra Labastida-Shapiro.**



**GIBRAN**

Pilwalkot Solo memang jadi isu panas saat ini. Founder lembaga survei Indo Barometer M Qodari menilai pencalonan Gibran ini memang bakal riuh terbaca sebagai dinasti politik sang presiden.

"Mau nggak mau orang akan membaca seperti itu karena dinasti politik terdefinisi di mana keluarga menjadi penerus atau menjadi suksesor untuk jabatan publik, terutama kepala daerah dan kepala pemerintahan," kata Qodari.

Qodari memandang dinasti politik selalu jadi pro dan kontra. Yang pro maupun kontra punya argumen sendiri-sendiri. Pada akhirnya, menurut Qodari, dinasti politik menuntut bukti. "Siapa pun yang menjadi keluarga besar politik harus menghadapi tuduhan itu. Menurut saya, ujungnya hanya satu, sang calon harus membuktikan bahwa dia layak dengan cara menunjukkan program, tampil bagus di debat dan semuanya kembali ke masyarakat," pungkasnya.

Sebelumnya, Gibran mengaku akan menyerahkan sejumlah usaha yang dia rintis ke adiknya, Kaesang Pangarep. Hanya saja Gibran belum mau mengungkapkan alasannya beralih dari usaha kuliner ke dunia politik.

"Ya yang namanya bisnis kan bisa dijalankan orang lain, sekarang Kaesang sudah lulus, sudah bisa saya delegasikan ke Kaesang, minggu depan dia lulus," ujar Gibran ditemui dalam Jakarta Culinary Festival di Jakarta, Minggu (7/10).

Terjun ke dunia politik, Gibran mengaku tidak berdiskusi dengan sang ayah. "Tidak ada hubungannya sama Bapak (Jokowi)," ujar dia.

Ada tiga pertanyaan menggelitik mengiringi upaya Gibran Rakabuming menuju Pilwalkot Solo. "Pertama, apakah ada

kendaraan politik untuk Gibran? Jawabannya pasti ada. Ada Golkar, NasDem dan partai-partai yang senengnya kekuasaan," kata pakar politik Universitas Paramadina, Hendri Satrio, Rabu (9/10).

Pertanyaan kedua adalah kemungkinan Gibran menang di Pilwalkot Solo. Jawabannya sama, kemungkinan menang besar. "Menang mudah saya kira," kata Hendri yang juga founder lembaga survei Kedai Kopi ini.

Nah pertanyaan ketiga yang menggelitik. Yakni soal dampak manuver Gibran di jalur politik. "Pertanyaan ketiga, menguntungkan Jokowi atau tidak? Jawabannya tidak menguntungkan," ungkap Hendri.

Kenapa pencalonan Gibran tak menguntungkan Jokowi? "Kalau menang dicibir, jelas lah anak Presiden. Kalau kalah juga dicibir, masa anak Presiden kalah," jawab Hendri.

Namun di luar pertanyaan itu ada hal penting yang patut dipertimbangkan. "Yang paling penting Gibran ini akan mencatatkan Jokowi menjadi presiden pertama yang pada saat menjabat anaknya maju ke perhelatan kompetisi daerah. Jadi tinta negatif itu yang akan dicoretkan oleh Gibran," tegasnya.

PDIP Beri Keleluasaan

Sementara PDIP tetap memberikan keleluasaan bagi Gibran untuk memilih. "Serahkan keputusan kepada Mas Gibran dong. Bisa pilihan jalur independen, bisa melalui partai politik," ucap politikus PDIP Hendrawan Supratikno.

Gibran yang bahkan sudah mendaftar menjadi kader PDIP, bisa melalui beberapa pintu untuk mendaftar bakal calon Wali Kota Solo. Bisa melalui tingkat cabang sampai

pimpinan pusat. "Dalam hal PDI Perjuangan, kan bisa lewat pintu DPC (Dewan Pimpinan Cabang) PDIP Kota Solo, ketuanya Pak FX Rudyatmo, yang wali kota sekarang. Bisa melalui DPD (Dewan Pimpinan Daerah) Jawa Tengah, ketuanya Mas Bambang Wuryanto. Bisa langsung melalui pintu DPP. Jadi ada pintu," ucap Hendrawan.

Menanggapi hal itu, Ketua DPP PDI Perjuangan Puan Maharani ikut berkomentar. "Semua orang berhak dan punya hak untuk bisa mencalonkan dirinya dalam Pilkada 2020. Tapi PDIP kan punya mekanisme untuk bisa menjalankan mekanisme itu, terlebih dahulu supaya proses-proses yang ada di lapangan bisa diikuti secara baik. Jadi ya monggo saja kalau mau mendaftar," kata Puan di Kompleks Parlemen Senayan, Jakarta, Rabu (9/10).

Selain itu, putri Ketua Umum PDIP Megawati Soekarnoputri itu juga enggan menanggapi lebih jauh terkait peluang Gibran nantinya bila benar-benar resmi menjadi calon wali kota Solo. "Ya enggak tahu, daftar saja belum," ucapnya. (ist,dtc)

**SEMINAR**

khusus ekspor di masing-masing Kabupaten/Kota di Jawa Timur, dan perlu dibentuk Perda Ekonomi Kreatif untuk mendorong ekspor produk ekonomi kreatif dan menjalin perjanjian perdagangan, trade expo dan misi dagang," jelas Jamhadi, Ketua Umum Ikatan Keluarga Besar (IKBA) Untag 45 Surabaya.

Jika beberapa strategi itu dioptimalkan, Jamhadi yakin banyak pengusaha Indonesia khususnya Jawa Timur bisa ekspor. Dari catatannya, nilai ekspor Jawa Timur di sektor pertanian Januari sampai Agustus 2019 sebesar USD 11,961 miliar, sektor industri sebesar USD 995,880 miliar, sektor pertambangan dan lainnya sebesar USD 45,48 miliar. Total ekspor Jawa Timur sebesar USD 13 miliar, dan impor USD 12,413 miliar. (jun)

**FEBRIADITYA**

lingkungan Pemkot Surabaya, ia dahulu pernah diterima di Kedokteran. Namun, karena orang tua dia tidak mampu, akhirnya Febri memilih menempuh pendidikan di STPDN (Sekolah Tinggi Pemerintahan Dalam Negeri) hingga menjadi pegawai di lingkungan Pemkot Surabaya. "Sebelum menjadi Kabag Humas, Febri menjabat Kepala Bidang Pengembangan Sumber Daya Satpol PP," katanya.

Sementara itu, Kabag Humas Pemkot Surabaya, Febriadhitya Prajataro menyampaikan, bahwa ia bakal banyak belajar dari sosok M Fikser yang kini menjabat

Kadinkominfo Surabaya. Sebab ia menilai, Fikser merupakan sosok yang memiliki integritas tinggi ketika menjadi Kabag Humas Pemkot Surabaya. "Karena itu nanti saya akan banyak belajar ke beliau (Fikser)," kata Febri

Sebagai diketahui, selain pernah menjabat sebagai ajudan Wali Kota Risma dan Kepala Bidang Pengembangan Sumber Daya Satpol PP Surabaya, Febri juga pernah bertugas di Dinas Perhubungan (Dishub) Surabaya. Bahkan sebelumnya, ia juga pernah bertugas di Dinas Kebudayaan dan Pariwisata (Disbudpar) Surabaya. (ist,tar)

# PEMKOT SURABAYA ROTASI DAN PROMOSI PEJABAT

"Saya tinggal satu tahun, jadi kalau saya menaikkan para pejabat, mereka adalah yang terbaik," ujar Wali Kota Surabaya, Tri Rismaharini

SURABAYA— Sebanyak 82 pejabat dan pegawai di Pemkot Surabaya mengalami rotasi dan promosi jabatan. Beberapa posisi yang kosong, kini telah terisi. Ada 53 orang yang mengalami promosi dan sisanya 29 orang dirotasi.

Berdasarkan jabatannya, ada 2 orang yang diangkat menjadi Kepala Dinas, yaitu Dedik Irianto yang sebelumnya menjabat Kepala Bagian Administrasi Pemerintahan dan Otonomi Daerah mendapatkan promosi menjadi Kepala Dinas Pemadam Kebakaran. Kemudian M. Fikser yang sebelumnya Kepala Bagian Hubungan Masyarakat, mendapatkan promosi menjadi Kepala Dinas Komunikasi dan Informatika.

Pada kesempatan itu, Wali Kota Risma memastikan bahwa para pejabat yang mendapatkan promosi jabatan merupakan pejabat yang sangat baik. Ia sadar bahwa jabatannya sebagai Wali Kota Surabaya sudah tinggal satu tahun, sehingga para pejabat yang baik dinaikkan jabatannya.

"Saya tinggal satu tahun, jadi kalau saya menaikkan para pejabat, mereka adalah yang terbaik. Kalau ada yang menyampaikan bahwa itu II.b baru, kenapa dilantik? Karena selama ini dia sudah bekerja dengan sangat baik, masuk ke pemkot pun merupakan yang terbaik," tegas Wali Kota Risma dalam sambutannya, Selasa (9/10).

Oleh karena itu, dia memastikan bahwa tidak ingin dibilang mempromosikan para pejabat dengan dasar ngawur. Sebab, dia juga ingin suatu saat



ketika sudah tidak menjabat Wali Kota Surabaya, dia ingin meninggalkan para pejabat yang mengerti dan tahu cara bekerja yang baik. "Saya ingin meninggalkan mereka yang mengerti dan mereka tahu cara bekerja yang baik," kata dia.

Bahkan, ia juga meminta kepada para pejabat yang dilantik itu untuk tidak menyakiti warga Kota Surabaya, karena Wali Kota Risma sangat mencintai warganya. Ia juga mengaku tangannya patah dan kakinya putus hanya karena saking cintanya kepada warga Kota Surabaya.

Di samping itu, ia juga menjelaskan

bahwa mungkin diantara para pejabat ada yang marah setelah kena rotasi, karena memang punya keahlian di bidang tersebut. Namun, mungkin Tuhan melihatnya berbeda, sehingga dia sangat yakin bahwa pelantikan ini tidak mungkin terjadi apabila tanpa ada campur tangan Tuhan. "Jika mungkin ada yang marah padahal punya keahlian, tolong introspeksi diri kenapa saya sampai dipindahkan, tolong introspeksi," imbuhnya. Ia juga menambahkan, para pejabat itu sangat beruntung menjadi pelayan masyarakat. Sebab, banyak di luar sana yang tidak bisa membantu masyarakat. (ist,tar)



**FEBRIADITYA  
PRAJATARA**  
Nakhoda Baru  
Humas Pemkot  
Surabaya

Usai pelantikan, Wali Kota Surabaya Tri Rismaharini mengenalkan sosok Febri sebagai Kabag Humas yang baru kepada media. "Aku awal jadi wali kota dia (Febri) jadi ajudan ku. Dia yang tahu penderitaan ku sampai awal-awal aku diturunkan (pemakzulan) dan sampai nyeberang sungai, itu dia," kata Risma kepada wartawan usai pelantikan di lantai 2 Balai Kota Surabaya, Rabu (9/10/2019).

Risma juga mengatakan, diangkatnya Febri sebagai Kabag humas bukan tanpa alasan. Menurutnya, Febri merupakan pilihan yang tepat. "Humas itu muka saya. Dari sekian yang dipilih Febri karena dia pintar anaknya. Insya Allah dia bisa. Karena dulu pernah jadi ajudan ku jadi bisa berkomunikasi," ujar Risma.

Wali Kota Risma bercerita, sebelum Febri menjadi pegawai di

(Baca, Hal 11)