

"Mimpi yang kupunya membawaku dalam sebuah perjalanan penting. Perjalanan yang lebih berharga daripada tujuan itu sendiri."

Syahrukhan,
Aktor Bollywood

EDISI KAMIS / 09 Januari 2020

LENTERA

Inspirasi Perubahan **TODAY**

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

KPK UNJUK TAJI



Komisi Pemberantasan Korupsi (KPK) kepemimpinan Firli Bahuri cs langsung mengebrak awal tahun ini dengan 2 kasus 'kacap' melalui operasi tangkap tangan (OTT). Diawali dengan Bupati Sidoarjo, Saiful Ilah, dilanjutkan dengan menyeret komisioner KPU RI, berinisial WS, dalam kasus berbeda. Pembuktian bila KPK masih bertaji.

(Baca, Hal 11)

BANYAK KORUPSI DI JATIM KHOFIFAH KUMPULKAN KEPALA DAERAH



Surabaya – Permasalahan korupsi yang terjadi di Jatim terus menjadi sorotan dari Gubernur Jatim Khofifah Indar Parawansa. Pasalnya, hampir seluruh daerah di Jatim pernah tersandung masalah korupsi yang dilakukan oleh kepala daerah ataupun pejabatnya.

Kasus korupsi yang paling gres adalah penangkapan Bupati Sidoarjo Saiful Ilah dalam operasi tangkap tangan (OTT) yang dilakukan Komisi Pemberantasan Korupsi (KPK). Abah Ipul, sapaan bupati Sidoarjo ini, ditangkap lantaran ada dugaan terlibat korupsi dalam pengadaan barang dan jasa.

Bahkan, selain dia, KPK juga mengamankan beberapa orang termasuk diantaranya pejabat dan pihak rekanan yang mengerjakan proyek.

Menyikapi masalah korupsi ini, Gubernur Khofifah akan mengumpulkan semua kepala daerah di Jatim bersama segenap unsur Pejabat Pembuat Komitmen (PPK) dalam Rapat Koordinasi (Rakor) di Surabaya, Kamis (9/1/2020). "Besok, para bupati dan wali kota kami mohon hadir. Bahkan sampai PPK (Pejabat Pembuat

Komitmen), kepala dinas, Bappeda, Sekda se-Jawa Timur kami mohon hadir," ujar Khofifah usai rapat koordinasi di Ruang VIP Bandara Internasional Juanda, Sidoarjo, Rabu (8/1/2020).

Dalam kesempatan itu, Khofifah juga akan meminta pada Ketua KPK Firli Bahuri untuk menjadi keynote speaker. Firli diminta untuk memberikan arahan bagaimana menjalankan pemerintahan yang baik, termasuk menyusun penggunaan anggaran jasa dan barang sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Untuk itu, Khofifah meminta pada semya pejabat di wilayah provinsi Jatim supaya hadir pada Rakor itu. Dengan demikian, semua akan memperoleh penguatan dalam menjalankan dan merealisasikan program tanpa mengutamakan kepentingan pribadi di dalamnya. "Harapannya, semuanya bisa mendapatkan penguatan dimana menjaga akuntabilitas pemerintah yang baik," ujar mantan Menteri Sosial itu.

Sementara itu, terkait dengan kasus yang membelit Bupati Sidoarjo Saiful Ilah, Khofifah menyerahkan semuanya pada mekanisme hukum. Terlebih lagi saat ini, KPK masih melakukan memproses kasus tersebut dengan melakukan pemeriksaan terhadap beberapa orang yang diduga terkait. "Sekarang kita menyerahkan pada aparat hukum yang sedang melaksanakan tugasnya," kata Khofifah sambung Khofifah.

Selain itu, Khofifah juga berpesan pada semua kepala daerah di Jatim supaya tetap menjaga akuntabilitas pemerintahan di daerah mereka masing-masing. Selain itu, gubernur perempuan pertama di Jatim ini juga meminta pada seluruh kepala daerah supaya tidak melakukan korupsi dan menjaga kepercayaan public. (ufi)

BUPATI MADIUN INTRUKSIKAN MINTA ADD UNTUK PENANGGULANGAN BENCANA

Madiun – Menyikapi ancaman bencana alam seiring dengan tingginya curah hujan, Bupati Madiun Ahmad Dawami meminta pada pemerintah desa untuk turut andil, yaitu dengan mengintruksikan penggunaan alokasi dana desa (ADD) untuk penanggulangan bencana alam. Menurutnya, penanggulangan bencana harus tetap dikedepankan.

Hal itu disampaikan Ahmad Dawami atau yang biasa dipanggil dengan Kaji Mbing ini di sela apel kesiapsiagaan dan simulasi penanggulangan bencana di Desa Glonggong, Kecamatan Balerejo, Kabupaten Madiun, Jawa Timur, Rabu (8/1/2020). Dia menandakan bahwa penggunaan ADD untuk penanggulangan bencana bukan hal yang baru lagi, sebab sebelumnya pada 2018 juga langkah itu sudah dilakukan.

Dalam apel kesiapsiagaan dan simulasi penanggulangan bencana melibatkan ribuan anggota Polres Madiun, Kodim 0803 Madiun dan personel Badan Penanggulangan Bencana Daerah (BPBD) Kabupaten

Madiun ini, Kaji Mbing menekankan bahwa penanggulangan persoalan kemanusiaan harus didahulukan. "Apalagi, bencana yang terjadi sampai mengancam keselamatan warga dan menelan korban jiwa," katanya.

Da;Kaji Mbing memaparkan, ada 198 desa di Kabupaten Madiun yang sudah mengalokasikan anggaran khusus untuk penanggulangan bencana alam. Hanya saja, untuk penanggulangan m e m b u t u h k a n keterpaduan antara warga dan pemerintah.

Dia juga menekankan, bahwa kesiapsiagaan warga dalam menghadapi kemungkinan terjadinya bencana harus ditanamkan sejak dini. Dengan demikian, jika nantinya terjadi bencana maka warga sudah siap siaga dan bisa mengambil sikap saat bencana terjadi.

Sebagai upaya untuk menghindari terjadinya

bencana, khususnya bencana banjir, Kaji Mbing meminta pada masyarakat bersama aparat untuk membersihkan tumpukan sampah yang menyumbat aliran sungai.

Sementara itu, Kapolres Madiun AKBP Ruruh Wicaksono menyatakan, seluruh personel Polres Madiun siap membantu pemerintah dan warga untuk penanggulangan bencana alam. (ist/han)



PETA PILKADA SIDOARJO PASCA OTT TERHADAP SAIFUL ILAH

PPP-PDIP BENTUK KOALISI MEGA BINTANG, PKB JAMIN SEMUA MASIH TERKENDALI



Sidoarjo - Peta perpolitikan dalam rangka Pemilihan Kepala Daerah (Pilkada) pasca terjaringan Bupati Sidoarjo Saiful Ilah dalam operasi rangkap tangan (OTT) Komisi Pemberantasan Korupsi (KPK) menjadi lebih jelas. Salah satunya adalah koalisi PDIP dengan PPP untuk mengusung Calon Bupati dan Wakil Bupati.

Koalisi dua partai kawakan ini didedeklarasikan dalam pertemuan antara DPC PPP dengan DPC PDIP di kantor DPC PDIP Sidoarjo, Rabo (8/1/2020). Dalam pertemuan dua partai itu tercetus koalisi gerakan Mega-Bintang, yaitu sebuah koalisi antara PDIP dengan PPP yang pernah dilakukan pada pemilu dianghir masa orde baru lalu. Kali ini, gerakan yang dinamakan Gerakan Mega-Bintang Reborn bertujuan untuk memenangkan Pilkada Sidoarjo 2020.

“Mudah-mudahan dengan pertemuan ini akan memberikan kejayaan PPP dan PDIP sebagaimana pernah terjadi di tahun 1997 dan ini menjadi modal penting untuk kemenangan calon Bupati rekomendasi DPC PPP Sidoarjo DR Bahrul Amiq MM di pilkada 2020,” ujar Ketua DPC PPP Sidoarjo Zuman Malaka SH MII di kantor PDIP Sidoarjo.

Dalam kesempatan itu, DPC PPP juga mendeklarasikan DR. M.Bahrul Amiq S.Sos, sebagai calon bupati yang mereka usung. Bahrul Amiq adalah Mantan Camat di beberapa kecamatan di Sidoarjo, selain itu juga pernah menjabat sebagai Kepala Dinas Kebersihan,

dan sekarang sebagai Kepala Dinas Perhubungan Kabupaten Sidoarjo. Zuman Malaka mengatakan PPP mengusung Bahrul Amiq bukan tanpa alasan, karena Mas Amiq sudah sangat berpengalaman di birokrasi dan pemerintahan.

Tentu dengan perolehan PPP di DPRD Kabupaten Sidoarjo hanya satu kursi, maka untuk mengusung Calon bupati, PPP harus berkoalisi dengan partai lain. Maka, untuk memuluskan langkah pencalonan itu, PPP merasa tepat jika bergandengan dengan PDIP yang memiliki 9 kursi di DPRD Kabupaten Sidoarjo. Karena, syarat untuk bisa mengusung pasangan calon di Pilkada Sidoarjo setidaknya mempunyai sepuluh kursi.

Sementara itu, Bahrul Amiq mengaku jika DPC PPP meminta dirinya untuk maju dalam Pilkada Sidoarjo 2020 sebagai calon bupati. Dia yang merasa sebagai warga Sidoarjo merasa terpanggil untuk mewujudkan Sidoarjo lebih maju. Dia juga menyatakan siap mengemban dengan baik yang diamanahkan padanya itu.

“Saya juga mendaftarkan diri di DPC PDIP sebagai Bakal Calon Bupati, sudah komunikasi dengan partai berlambang banteng tersebut, PDIP Sidoarjo yang mendapatkan 9 kursi dan PPP mendapatkan 1 kursi sehingga cukup untuk maju di pilkada Sidoarjo 2020,” katanya.

“Terbukti dengan pengalaman dan prestasinya beliau, ketika menjabat sebagai Camat beberapa kecamatan di Sidoarjo, memimpin kepala Dinas di Sidoarjo, pengurus NU, dan kegiatan sosial lainnya,” tambahnya.

Sementara, Ketua DPC PDIP Sidoarjo Sumi Harsono mengatakan koalisi antara PDIP dengan

PPP dalam Pilkada Sidoarjo ini mengulang koalisi yang pernah dilakukan dulu. Dia mengakui jika Bahrul Amiq mendaftarkan diri sebagai calon bupati Sidoarjo ke PDIP. “Kami masih belum bisa memastikan (mengusung Bahrul Amiq), karena kami akan menyerahkan rekomendasi calon kepala daerah ini pada DPP,”katanya.

Sementara itu, dengan tertangkapnya Bupati Sidoarjo Saiful Ilah, peta pilkada diprediksikan juga bakal berubah. Terlebih lagi, selama ini kandidat calon yang paling kuat adalah Achmad Amir Aslichin, putradari Saiful ilah. Alasannya simple saja, yaitu karena pengaruh dari Saiful Ilah dinilai sangat kuat karena setidaknya sudah hampir 15 tahun berkuasa di Sidoarjo,

Terlebih lagi, Partai Kebangkitan Bangsa (PKB) yang selama ini adalah partai pemenang di Sidoarjo. Sementara Saiful Ilah juga menduduki kursi ketua DPC PKB Sidoarjo.

Kemungkinan perubahan peta persaingan ini juga diperkuat dengan sikap PKB yang belum memberikan keputusan siapa yang akan diusung Wakil Ketua DPW PKB Jatim, Hikmah Bafaqih mengatakan sampai saat ini DPP PKB masih belum memutuskan siapa yang akan direkomendasikan sebagai pasangan calon kepala daerah di Sidoarjo. “Masih lama, semua masih terkendali dan DPP masih belum memutuskan, kita tunggu saja, itu mekanismenya ada di DPP,” katanya. (pin/ufi)

SIAGA BENCANA, PEMKAB SIAPKAN CADANGAN RP 5 MILIAR

Blitar - Menghadapi status darurat bencana hydrometeorologi di Jawa Timur, Kabupaten Blitar yang termasuk daerah rawan bencana pemkab menyiapkan dana cadangan sebesar Rp 5 miliar.

Bupati Blitar, Rijanto merespon arahan Presiden Joko Widodo dan Gubernur Jawa Timur terkait kebencanaan. Sesuai info BMKG Juanda Surabaya menyampaikan potensi cuaca ekstrem diperkirakan antara 6-12 Januari 2020. "Kabupaten Blitar sebagai salah satu wilayah yang berpotensi adanya curah hujan dengan intensitas tinggi, disertai kilat atau petir dan angin kencang yang bisa mengakibatkan bencana hidrometeorologi," tutur Rijanto dalam sambutannya pada Apel Bersama Siaga Bencana di Kantor Bupati Blitar Kanigoro, Rabu (8/1/2020).

Terkait hal itu, Rijanto menegaskan pada seluruh elemen untuk memahami daerah rawan bencana yang telah dipetakan oleh masing-masing wilayah, mengaktifkan kembali early warning system, lakukan persiapan dan pengecekan perlengkapan penanggulangan bencana serta selalu koordinasi yang intens diantara semua pihak. "Mulai tingkat kabupaten sampai

“**Mulai tingkat kabupaten sampai ke tingkat desa/kelurahan, untuk selalu siaga dan waspada,**”

**Rijanto,
Bupati Blitar**

ke tingkat desa/kelurahan, untuk selalu siaga dan waspada,” tegasnya.

Rijanto berpesan pada masyarakat agar waspada terhadap dampak bencana yang terjadi seperti banjir, tanah longsor dan puting beliung. Seluruh elemen masyarakat termasuk relawan harus kompak mengantisipasi bencana dan ketika terjadi bencana.

"Masyarakat juga memanfaatkan media sosial seperti grup whatsapp, jika terjadi bencana atau untuk bisa menghubungi hotline PUSDAI.OP BPBD Kabupaten Blitar di nomer 082231311717," imbuhnya.

Sementara itu Ketua DPRD Kabupaten Blitar, Sutwito mengatakan terkait dana untuk penanganan bencana telah disiapkan dana cadangan sebesar Rp 5 miliar dalam APBD 2020 ini. "Jika memang kurang dan kebutuhannya mendesak, akan ditambah lagi melalui APBD Perubahan," ungkapnya. (ais)



DAERAH RAWAN BENCANA

RAWAN BENCANA LONGSOR

Kecamatan

Garum, Nglekok, Gandusari, Doko, Wlingi, Kesamben, Selorejo, Bakung dan Wates

RAWAN BENCANA BANJIR

Kecamatan

Sutojayan dan Kademangan

RAWAN BENCANA PUTING BELIUNG

Kecamatan

Udanawu, Wonodadi, Srengat, Garum, Talun, Wlingi, Kesamben dan Selorejo

KONSTRUKSI KAWASAN WISATA CIMORY AKHIRNYA AMBRUK, BELASAN MOTOR RINGSEK

Pasuruan - Kekawatiran terjadinya bencana di kawasan wisata Cimory Dairy Land di Kecamatan Prigen Kabupaten Pasuruan akhirnya terbukti. Konstruksi bangunan dinding penahan tanah pada areal lahan parkir ambrol dan menimpa deretan sepeda motor.

Tidak ada korban luka maupun korban jiwa dalam bencana tersebut. Meski demikian, setidaknya ada sekitar 11 sepeda motor pekerja bangunan yang ringsek tertimpa material konstruksi tersebut.

Menurut seorang karyawan Cimory, Samsul, peristiwa ini terjadi saat hujan turun. Tanpa diketahui penyebabnya, tiba-tiba konstruksi bangunan tersebut ambrol dan menimpa sepeda motor.

"Tidak ada tanda-tanda konstruksi bangunan ini akan ambruk. Mungkin karena tanahnya tergerus air hujan," kata Samsul.

Pihak manajemen Cimory, Sofyan, mengaku belum mengetahui penyebab ambrolnya konstruksi pagar dan konstruksi penahan dinding tersebut yang diperkirakan mencapai 20 meter. Menurutnya, konstruksi tersebut diperuntukkan guna perluasan lahan parkir.

Potensi terjadinya bencana ini sudah menjadi perhatian sejumlah pihak. Pada rapat dengar pendapat di DPRD Kabupaten Pasuruan akhir Desember lalu, Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Perizinan Terpadu, menyebut ada ketidaksesuaian site plan pembangunan kawasan wisata Cimory. Dinas Cipta Karya juga telah meminta kepada manajemen Cimory untuk melakukan perkuatan pada sejumlah konstruksi bangunan dan mengajukan perubahan IMB.

Temuan ketidaksesuaian site plan ini melengkapi belum dikantonginya dokumen perizinan Analisa Dampak Lingkungan dan Lalu Lintas (Amdal Lalin) oleh manajemen Cimory.



Sayangnya, Satpol PP Kabupaten Pasuruan hanya memberikan teguran atas kealpaan manajemen Cimory.

Tidak dimilikinya dokumen Amdal Lalin ini sangat berdampak pada arus lalu lintas di kawasan wisata Tretes tersebut. Pada saat liburan akhir pekan, terjadi kemacetan panjang pada dua lajur dari Prigen hingga Pandaan.

Meski telah dilakukan rekayasa lalu lintas, simpul kemacetan masih saja terjadi. Penumpukan kendaraan justru terjadi di sekitar pemukiman penduduk. Luberan parkir diluar kawasan wisata semakin menambah kemacetan arus lalu lintas. (oen)

Xiaomi Banderol Murah Jam Pintar Barunya



Xiaomi resmi merilis jam pintar barunya. Watch Color namanya, punya layar bundar dan dibanderol murah. Tertarik?

Jam pintar ini punya diameter 47 mm. Layarnya menggunakan AMOLED berukuran 1,39 inch. Resolusi 454 x 454 pixel dengan kerapatan 326 ppi. Agar menjaga dari goresan, Xiaomi melapisi bagian layar dengan Gorilla Glass 3.

Kendati namanya Watch Color, bodi jam pintar ini tidak warna-warni. Xiaomi membuatnya berwarna black, gold dan silver. Namun disediakan enam pilihan warna strap. Ditambah lagi ada 110 pilihan tema yang dapat disesuaikan dengan gaya si pengguna.

Dibekali baterai 420 mAh yang diklaim mampu memberikan daya selama 14 hari. Watch Color pun diklaim tahan air hingga kedalaman 50 meter. Xiaomi turut memberikan fitur Bluetooth 5.0, GPS, GLONASS dan NFC. Selain itu disertakan sensor untuk memantau

fitnes, detak jantung dan tidur. Semua kemampuan tadi dapat ditebus dengan harga 799 yuan atau sekitar Rp 1,5 juta.

Raja Teknologi

Untuk menyongsong masa depan teknologi yang cerah, Xiaomi pun tak tanggung-tanggung mengalokasikan investasi sebesar 50 miliar Yuan atau setara Rp 99,6 triliun tahun ini.

Selain untuk mendanai teknologi di produk massalnya, dana tersebut akan dipakai Xiaomi untuk mengembangkan Artificial Intelligence (AI), Internet of Things (IoT), dan 5G yang berpotensi terus berkembang ke depannya. Adapun pundi-pundi Rp 99,6 triliun itu untuk dipakai dalam jangka waktu lima tahun.

Hal itu diumumkan oleh Chief Executive Xiaomi Lei Jun dalam akun medsosnya. Namun, ia tak merinci secara spesifik porsi

investasi itu ke masing-masing sektor.

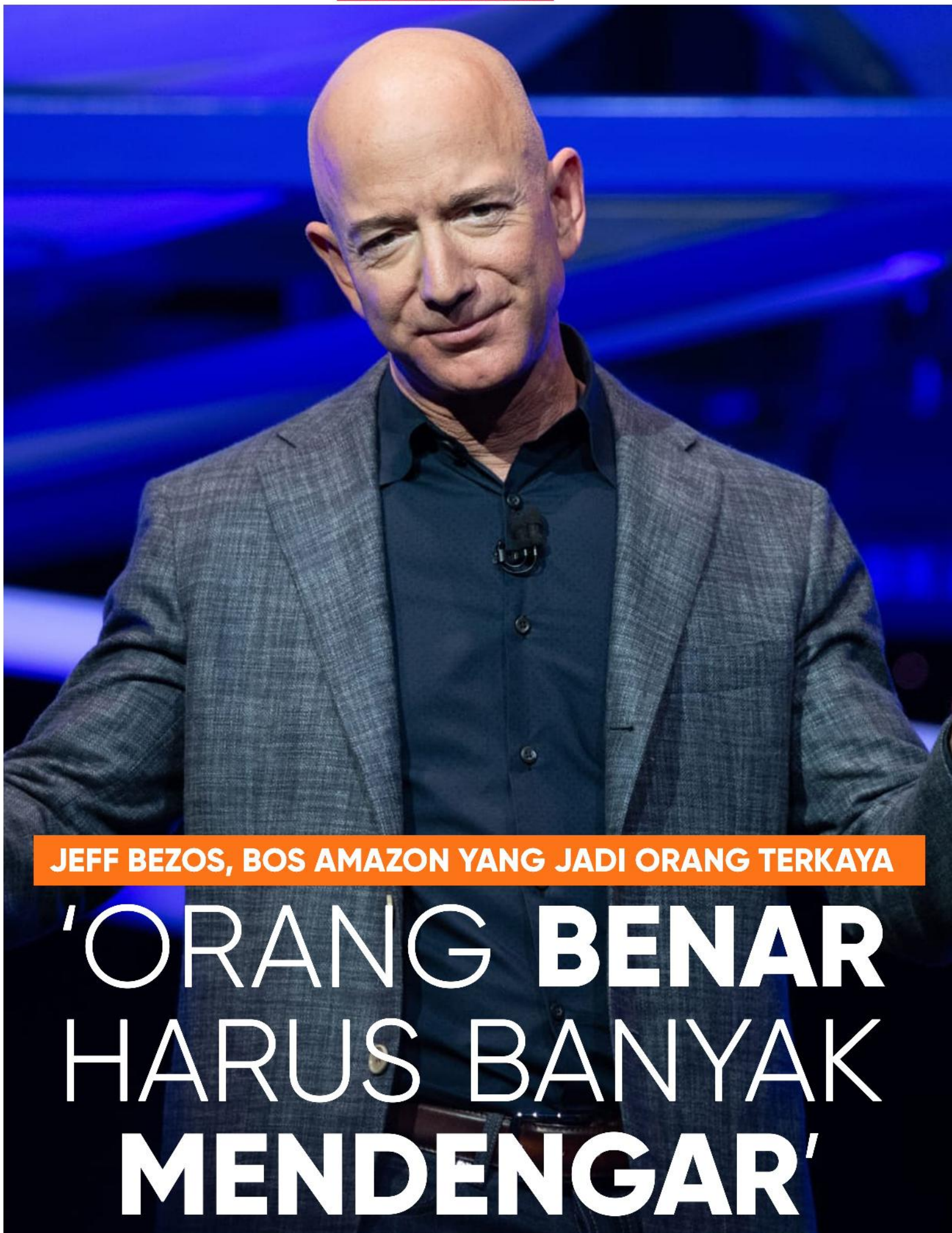
"Kita perlu meningkatkan kemampuan yang kita miliki dalam AIoT dan dapat menjadi pemenang dengan mutlak dalam era kecerdasan buatan seperti sekarang ini," ucapnya dikutip dari Reuters.

Lei Jun juga mengungkapkan adanya peningkatan investasi yang digelontorkan Xiaomi dalam mengembangkan teknologi terkini, seperti yang disepakati sejak tahun lalu untuk menginvestasikan 10 miliar Yuan untuk lima tahun.

Di pasar, Xiaomi memang terkenal sebagai merek ponsel yang 'merusak harga' karena menghadirkan smartphone terjangkau kepada konsumen. Tak hanya ponsel pintar, perangkat smart TV dan barang elektronik lainnya juga turut digarap oleh vendor satu ini.

Belakangan, Xiaomi dihadapi persaingan pasar yang ketat di dalam negeri, khususnya berhadapan dengan Huawei yang menguasai pangsa pasar smartphone sebesar 42% di negeri Tirai Bambu ini pada kuartal ketiga 2019.(ins)





JEFF BEZOS, BOS AMAZON YANG JADI ORANG TERKAYA

'ORANG BENAR
HARUS BANYAK
MENDENGAR'

Meski banyak masalah menerpanya, pendiri sekaligus CEO Amazon, Jeff Bezos masih memegang posisi teratas sebagai orang terkaya di dunia. Dia mengantongi kekayaan bersih sekitar USD115 miliar atau Rp1.574 triliun. Mantap jiwa!

Semakin tinggi pohon, semakin besar pula angina menerpa. Itulah yang dialami Bezos saat ini. Bosa Amazon tersebut diperkirakan akan kehilangan posisi teratas sebagai miliarder terkaya karena mengalami perombakan pada bisnis sehingga memengaruhi keuangannya.

Apalagi, dia juga tengah melakukan penyelesaian perceraian dengan istrinya, Mckenzie Bezos. Mantran istrinya memegang sejumlah saham Amazon, sekitar 4% atau ditaksir berjumlah USD37 miliar atau Rp506 triliun.

Melansir CNN, Bill Gates sempat menggulingkan posisi Bezos pada November 2019 lalu setelah laba keuntungan Amazon turun hampir 28% ,sementara saham Microsoft melonjak 48%. Namun, saham Microsoft tidak bertahan lama di puncak. Bill Gates

sendiri mengantongi kekayaan bersih USD96,5 miliar atau Rp1.321 triliun.

Meski sedang diterpa masalah, Amozon tetap bergerak ke depan. Perusahaan ini memiliki 14 prinsip yang menjadi etos kerjanya. Menurut Jeff Bezos, dari ke-14 prinsip tersebut, ada satu etos kerja Amazon yang mengejutkan banyak orang.

"Pemimpin yang baik dan benar memang banyak. Tapi tidak akan selalu benar setiap saat. Jadi saya pikir penting latihan supaya kamu bisa lebih sering mendengar," kata Bezos. Menurutnya, untuk menjadi orang yang benar harus lebih banyak mendengar. Dengan demikian akan banyak masukan dan mengubah pikiran.

Itanya saja, kata Bezos, hal tersebut lebih mudah dikatakan daripada dilakukan. Sebab kebanyakan orang mencari informasi untuk memperkuat keyakinan mereka saat dihadapkan dengan pendapat yang bertentangan. Oleh karena itu, orang yang benar melakukan yang sebaliknya.

Kemudian untuk menjadi seorang pemimpin

harus bisa melihat kemampuan dari berbagai sudut pandang dan memahami gambaran yang lebih besar."Hidup itu rumit, dunia ini rumit. Terkadang kamu mendapatkan data baru, dan kamu berubah pikiran. Terkadang kamu tidak mendapatkan data baru, dan kamu hanya menganalisis ulang situasi dan kamu menyadari itu lebih rumit daripada yang awalnya kamu pikirkan, dan kamu berubah pikiran," kata Bezos.

Meskipun penting untuk menjadi benar, Bezos menunjukkan bahwa ada kalanya juga salah. Menurutnya, kamu tidak akan mencapai sesuatu yang penting jika kamu tidak keras kepala pada visi.

"Tapi kamu harus fleksibel tentang detail karena kamu harus eksperimental untuk mencapai sesuatu yang penting, dan itu berarti kamu akan banyak salah. Kamu akan mencoba sesuatu dalam perjalanan kamu ke visi itu, dan itu akan menjadi hal yang salah, kamu harus membuat cadangan, mengambil kursus koreksi, dan coba lagi," kata Bezos.(ist)





Rutin Olahraga Bisa Cegah Kanker, **SEMANGAT!**



Kanker termasuk salah satu penyakit yang mematikan. Tahukah kamu bahwa penyakit kanker bisa dicegah dengan banyak bergerak dan berolahraga?

Banyak faktor-faktor yang dapat menyebabkan kanker, seperti makanan, lingkungan, dan gaya hidup tidak sehat. Seperti dikutip dari Today, menurut penelitian yang di publikasikan dalam Journal of Clinical Oncology, banyak berolahraga dan bergerak bisa mengurangi risiko penyakit kanker.

Umumnya, orang dewasa dianjurkan untuk melakukan aktivitas sedang, seperti, jalan cepat atau berkebun selama 2,5 hingga 5 jam seminggu. Selain itu, bisa juga dengan melakukan aktivitas yang lebih berat seperti jogging, berlari, berenang, lompat tali atau hiking selama 2,5 jam seminggu.

Penelitian yang dilakukan oleh para peneliti dari American Cancer Society, National Cancer Institute, dan Harvard T.H. ini melibatkan 755 ribu lebih pria dan wanita sebagai responden. Para responden tersebut berusia antara 32 hingga 91 tahun. Dalam penelitian ini, para responden diminta untuk melaporkan aktivitas fisik di waktu luang mereka selama kurang

lebih satu dekade atau 10 tahun. Selanjutnya para peneliti akan mengamati dan melihat apakah para responden tersebut berpeluang untuk terkena 15 jenis kanker berbeda.

Hasil dari penelitian ini mengatakan bahwa melakukan aktivitas dan berolahraga sesuai dengan yang dianjurkan dapat mengurangi risiko terkena tujuh jenis kanker. Ketika aktif bergerak, baik pria maupun wanita, risiko terkena kanker ginjal berkurang hingga 17 persen, kanker hati hingga 27 persen, dan mieloma hingga 19 persen.

Untuk pria, meningkatkan intensitas bergerak dan berolahraga terbukti dapat mengurangi risiko kanker usus hingga 14 persen. Sedangkan untuk wanita, banyak melakukan aktivitas fisik terbukti dapat mengurangi risiko kanker payudara hingga 10 persen dan kanker endometrium non-Hodgkin hingga 18 persen.

Penelitian lain dari National Cancer Institute pada 2016 juga menemukan bahwa orang yang



sering berolahraga memiliki peluang lebih kecil untuk terserang kanker kandung kemih, kerongkongan, paru-paru, dubur, dan perut. Selain itu, olahraga juga bisa mencegah beberapa penyakit lain, seperti penyakit jantung dan diabetes tipe 2, serta terbukti dapat meningkatkan mood dan kualitas tidur.

Jadi jangan ada alasan lagi untuk mager alias malas gerak ya di 2020 ini. Jadikan rutin olahraga sebagai resolusi di 2020. Tentu saja untuk memiliki hidup yang sehat dan terbebas dari segala penyakit, selain berolahraga dan melakukan aktivitas fisik, mengatur pola makan juga diperlukan. Banyak mengonsumsi makanan sehat seperti sayur dan buah juga bisa membuat tubuhmu menjadi lebih bugar.(ins)



Gretchen Ho

JURNALIS CANTIK FILIPINA BAKAL BAWA OBOR OLIMPIADE 2020

Jurnalis cantik asal Filipina, Gretchen Ho, mendapat kesempatan istimewa dalam hidupnya. Panitia Olimpiade Tokyo 2020 memberi kepercayaan kepada Ho untuk membawa obor (Torch Relay) Olimpiade Tokyo 2020.



Wanita 29 tahun ini akan ambil bagian dari estafet obor Olimpiade Tokyo 2020 yang dimulai dari Fukushima. Mantan atlet voli timnas Filipina yang kini bekerja sebagai jurnalis TV setempat, mengonfirmasi hal itu lewat media sosialnya.

"(Membawa obor Olimpiade, red) seperti ini adalah impian bagi setiap atlet," tulis Ho di laman media sosial Twitter.

Selain Ho, panitia Olimpiade Tokyo juga melibatkan korban bencana gempa dan tsunami Jepang untuk ikut ambil bagian dalam Torch



Relay. Pria yang tidak disebutkan namanya itu adalah seorang ayah yang kehilangan putrinya (12 tahun) akibat bencana Tsunami.

Sekadar informasi, panitia Olimpiade Tokyo 2020 dan IOC sengaja memilih Fukushima sebagai titik awal pawai obor Olimpiade (Torch Relay) sebagai simbol kebangkitan usai bencana tersebut. Harapannya, semangat Olimpiade bisa ambil bagian dalam membangun kembali semua yang hancur di wilayah tersebut.

RI Ingin Jadi Tuan Rumah

Sementara itu bagi Indonesia, Olimpiade Tokyo 2020 menjadi ajang promosi agar terpilih menjadi tuan rumah Olimpiade 2032. Pemerintah bersama dengan National Olympic Committee (NOC) Indonesia berencana agar mencari promisi kepada negara lain agar bisa terpilih menjadi tuan rumah Olimpiade.

Salah satunya dengan memanfaatkan Olimpiade Tokyo 2020 sebagai ajang promosi. Akan ada Indonesia Village di Tokyo yang sudah mendapat

izin dari NOC Jepang.

"Kami sudah berkoordinasi dengan IOC (International Olympic Committee) dan NOC Jepang bahwa nanti di Tokyo kita akan membangun Indonesia village," kata Ketua Umum NOC Indonesia, Raja Sapta Oktohari.

"Rencananya di sana kita akan memperlihatkan gambaran Indonesia di tahun 2032. Kami cukup percaya diri dan Insha Allah Olimpiade 2032 ada di Indonesia. Kami tinggal menjaga ritme tersebut," tutur Okto. Indonesia pun berusaha bisa meloloskan banyak atlet ke Olimpiade Tokyo 2020. Beberapa pelatih top untuk beberapa cabang olahraga akan direkrut.

"Kami akan membawa pelatih-pelatih top dunia untuk melatih kontingen kami ke Olimpiade 2020. Sekaligus Olimpiade nanti kami bakal kampanye siapa kami untuk tuan rumah Olimpiade 2032" ucap Menpora Zainudin Amali.(ins)



MIX & MATCH TUXEDO, CANTIK YANG MASKULIN

Siapa bilang tuxedo hanya untuk kaum pria. Wanita pun kini bisa melakukan mix and match dengan beragam style unik dan fashionable. Seperti gaya para selebriti Hollywood wanita yang bisa kita contek ini.

Berbicara tentang fashion memang tidak ada habisnya, kini industri fashion giat memberikan inovasi terbarunya dihadapan publik tanpa membatasi gender antara pria maupun wanita, contohnya Tuxedo.

Dulu, mengenakan suit alias setelan bukanlah hal mudah bagi wanita. Pada 1930an, artis Marlene Dietrich menjadi satu-satunya wanita yang berani mengenakan tuxedo. Awalnya, pakaian tersebut dikenakan lantaran ia memerankan karakter pria dalam film Morocco.

Ternyata, ia nyaman mengenakan busana tuxedo. Dietrich kemudian memilih busana tersebut sebagai gaya busana sehari-hari. Ia menyewa seorang penjahit khusus untuk membuat beragam model busana. Marlene merasa tuxedo dan pantsuit ialah busana yang tepat untuk melindungi bentuk bahunya yang lebar.

Di era ini, makin banyak wanita yang juga memilih gaya androgini tersebut. Scarlett Johansson misalnya tampil seksi dan menawan dalam koleksi designer kenamaan Tom Ford's Spring 2019. Pemeran Black Widow ini tampil dalam fan event yang diadakan oleh Picturhouse pada saat peluncuran film Avengers: Endgame.

Tidak banyak yang menyangka bukan, jika Tuxedo ini dirancang begitu apik oleh designer yang bertujuan untuk memberikan kesan seksi dan memukau dikenakan oleh sang bintang.

Aktris dan juga aktivis Shailene Woodley juga tak kalah seksi dan keren saat menghadiri sebuah acara red carpet dengan mengenakan asymmetric tux dress with wrap-around shoes serba hitam rancangan Jonathan Simkhai.

Tidak harus berwarna hitam, kesan feminin dan semi formal juga dikenakan oleh Blake Lively dalam balutan tuxedo pantsuit soft pink dan ditambah dengan dasi berwarna putih rancangan Ralph Lauren Collection.

Dalam memilih tuxedo salah satu yang penting diperhatikan adalah bahan. Ada bahan yang kaku, hingga yang lebih fleksibel. Tapi memang bahan tuxedo yang lebih kaku, sebaiknya kamu pilih jika ingin memilih tuxedo untuk tampilan kantor yang profesional. Tuxedo dengan bahan fleksibel bisa kamu pakai untuk gaya yang lebih kasual.

Tapi kuncinya adalah memilih bahan tuxedo dengan tekstur permukaan yang lembut. Selain itu, kamu juga harus memilih bahan tuxedo yang mampu menyerap keringat sehingga kamu



akan nyaman memakainya saat beraktivitas.

Jumlah kancing pada tuxedo juga jadi aspek penting dalam pemilihan. Jika kamu tahu, jumlah kancing pada tuxedo juga menjadi aspek penting dalam pemilihan. Untuk perempuan gemuk, jika ingin mengenakan tuxedo, ada baiknya untuk memilih kancing tuxedo yang lebih sedikit. Tuxedo wanita dengan kancing berjumlah tiga buah akan sangat pas untukmu. Tuxedo wanita yang satu ini akan membuatmu tampak lebih ramping.

Sedangkan kamu yang memiliki tubuh mungil dan tergolong perempuan dengan bentuk tubuh perire, disarankan untuk memilih tuxedo atau jas wanita dengan kancing penuh. Tampilan dijamin akan tampak trendi, dan maksimal deh!(ins)

UTANG

Kejutan disajikan KPK membuka tahun ini. Komisioner Komisi Pemilihan Umum Wahyu Setiawan dalam operasi tangkap tangan, Rabu (8/1). Ini menjadi OTT kedua, setelah sebelumnya KPK melakukan OTT di Jawa Timur dengan menangkap Bupati Sidoarjo Saiful Ilah, Selasa (7/1) malam.

"Iya tadi siang KPK ada giat OTT kepada yang diduga seorang komisioner KPU bernisial WS," kata Wakil Ketua KPK Nurul Ghufroon.

Pernyataan serupa juga disampaikan oleh Ketua KPK Firli Bahuri. Firli mengatakan, KPK menangkap pemberi dan penerima suap dalam OTT tersebut. "Pemberi dan penerima suap kita tangkap. Komisioner KPU atas nama WS," ujar Firli.

Firli belum menyampaikan kasus apa yang melatari OTT itu. KPK memiliki waktu 1x24 jam untuk melakukan pemeriksaan awal terhadap mereka yang terjaring OTT. Setelahnya KPK akan mengumumkan status hukum dari mereka.

Untuk OTT Bupati Sidoarjo, seperti diketahui dilakukan Selasa (7/1) malam di area Pendopo Kabupaten. Pihak-pihak yang terjaring OTT KPK tiba di Polda Jatim sekitar pukul 23.26 WIB. Saiful Ilah menjalani pemeriksaan sekitar 6 jam lamanya. Kemudian, sekitar pukul 04.30 WIB, Saiful Ilah dibawa menuju bus untuk selanjutnya pemeriksaan lanjutan di lakukan di Gedung Merah-Putih KPK, Jakarta. Menurut keterangan total ada 11 orang yang sudah diamankan dalam OTT terkait proyek pengadaan barang dan jasa.

OTT ini yang pertama setelah Firli Bahuri dilantik Presiden Joko Widodo (Jokowi) pada Desember 2019 lalu. Ada kejanggalan yang timbul karena dalam aturan baru yaitu Undang-Undang Nomor 19 Tahun 2019 KPK memerlukan izin dari Dewan Pengawas (Dewas) KPK untuk melakukan penyadapan. Namun ternyata penyadapan terkait OTT terhadap Bupati Sidoarjo Saiful Ilah dilakukan KPK sebelum Dewas KPK dilantik.

"Penyadapannya yang lama, sebelum pelantikan Dewan Pengawas itu kan informasi yang sebelumnya, sudah lama," ucap Wakil Ketua KPK Alexander Marwata.

Dewas KPK dilantik pada 20 Desember 2019 oleh Presiden Joko Widodo (Jokowi) bersamaan dengan Pimpinan KPK yang baru. Sementara itu OTT terhadap Bupati Sidoarjo baru dilakukan KPK pada Selasa, 7 Januari 2020.

OTT KPK memang sangat berkaitan dengan penyadapan sebelumnya untuk mengetahui komunikasi berkaitan dengan transaksi yang diduga akan dilakukan penyelenggara negara. Sedangkan untuk melakukan penyadapan, KPK harus mendapatkan izin dari Dewas KPK sebagaimana tercantum dalam UU KPK baru.

Di sisi lain, Alexander mengatakan KPK sedang mengatur standar operasional prosedur atau SOP mengenai perizinan dari Dewas KPK itu. Dewas KPK sendiri sejak Senin (6/1) hingga Rabu (8/1) ini menjalani induksi atau masa pengenalan tugas-tugasnya

di KPK.

Dewas KPK sendiri mengaku tidak tahu terkait OTT tersebut. "Dewas tidak tahu," ujar Anggota Dewas KPK Albertina Ho. "Kan sudah dijawab Pak Alex (Alexander Marwata)," imbuh Albertina.

Selain itu Albertina mengaku belum tahu apakah Dewas KPK akan dilibatkan dalam gelar perkara atau ekspos terkait OTT itu. Biasanya sebelum konferensi pers terkait OTT untuk mengumumkan status tersangka, KPK akan menggelar perkara ini terlebih dulu. "Belum tahu," ucap Albertina singkat.

Namun, Menteri Koordinator Bidang Politik, Hukum, dan Keamanan (Menko Polhukam) Mahfud Md tetap meyakini ada izin dari Dewas KPK berkaitan dengan penindakan yang dilakukan KPK pada Bupati Sidoarjo itu.

"Dulu yang dikhawatirkan orang kan KPK tidak bisa lagi melakukan OTT. Karena apa? Karena di UU tersebut harus dengan izin Dewan Pengawas. Nah nanti itu bisa bocor. Nah ini ternyata tidak kan. Artinya bisa OTT dan Dewas-nya bisa cepat memberi persetujuan dan tidak bocor sehingga OTT tetap jalan," imbuh Mahfud.

Meski demikian, Mahfud MD juga meminta agar KPK tak hanya fokus mengungkap perkara kecil saja. Mahfud ingin KPK juga mengungkap kasus besar yang disinyalir merugikan keuangan negara. Mahfud mencontohkan, beberapa kasus di sektor minyak dan gas (migas) yang sebelumnya pernah dilaporkan Presiden Joko Widodo (Jokowi) ke KPK.

Mahfud tak menyebut kasus yang dimaksud. Namun, diduga kasus itu terkait dugaan suap mafia migas di Petral. Dalam kasus itu, KPK sudah menjerat mantan Managing Director Pertamina Energy

Service (PES) yang juga mantan Dirut Pertamina Energy Saving (Petral), Bambang Irianto. Dalam kasus itu, Bambang diduga menerima suap hingga USD 2,9 juta. Kasus tersebut masih dalam tahap penyidikan.

Selain KPK, Mahfud ingin pengungkapan perkara besar juga dapat dilakukan oleh penegak hukum lainnya. Seperti Kejaksaan Agung dan Polri.

DIRAGUKAN

Indonesia Corruption Watch (ICW) mengapresiasi kerja penyelidik dan penyidik KPK dalam OTT Bupati Sidoarjo Saiful Ilah. Namun, peneliti ICW Kurnia Ramadhana menyatakan, ICW justru ragu bahwa operasi tangkap tangan tersebut dilakukan atas kontribusi pimpinan KPK periode 2019-2023.

"Mesti dicatat, apakah tangkap tangan kali ini memang benar-benar dilakukan atas kontribusi pimpinan KPK baru atau sebenarnya sudah direncanakan jauh-jauh hari saat Agus Rahardjo cs masih memimpin KPK?" kata Kurnia dalam keterangan tertulis, Rabu (8/1).

Kurnia menuturkan, hal itu mesti dipertegas karena OTT Bupati Sidoarjo tersebut seolah-olah Firli Bahuri dkk bekerja seperti yang diharapkan, sekaligus bukti bahwa UU KPK hasil revisi tidak menghambat kinerja. Padahal, kata Kurnia, UU KPK yang mewajibkan adanya izin penyadapan dari Dewan Pengawas justru akan membuat proses penindakan menjadi terhambat. "Sederhana saja, bagaimana mungkin tangkap tangan akan efektif jika penyadapan memerlukan waktu lama karena harus melalui izin Dewan Pengawas," ujar Kurnia. (ist,ins)

14 KEPALA DAERAH DI JATIM TERJERAT KORUPSI

- **Almarhum Fuad Amin (Bupati Bangkalan).** Divonis 13 tahun penjara, terbukti melakukan korupsi Rp 414,224 M
- **Achmad Syafii (Bupati Pamekasan).** Divonis 2 tahun 8 bulan penjara, gratifikasi penyelewengan dana Desa Dassok sebesar Rp 250 juta.
- **Bambang Irianto (Wali Kota Madiun).** Divonis 6 tahun penjara, korupsi Pasar Besar Madiun, gratifikasi, dan pencucian uang selama periode 2009-2016
- **Taufiqurrahman (Bupati Nganjuk).** Divonis 7 tahun penjara, terbukti menerima suap Rp 1,3 M
- **Eddi Rumpoko (Wali Kota Batu).** Divonis 5,5 tahun penjara, terbukti menerima suap Rp295 juta dan 1 mobil Toyota Alphard senilai Rp1,6 M.
- **Mas'ud Yunus (Wali Kota Mojokerto).** Divonis 3,5 tahun penjara, terbukti menyuap 3 Pimpinan DPRD Kota Mojokerto.
- **Mustafa Kamal Pasha (Bupati Mojokerto).** Divonis 8 tahun penjara, Terima suap perizinan menara telekomunikasi Rp 2,75 M
- **Nyono Suharli (Bupati Jombang).** Divonis 3,5 tahun penjara, OTT di Stasiun Balapan Solo dengan barang bukti Rp 25 juta & USD 9.500
- **Mochammad Anton (Wali Kota Malang).** Divonis 2 tahun penjara, terima suap dalam pembahasan APBD Perubahan 2015
- **Muhammad Samanhudi Anwar (Wali Kota Blitar).** Divonis 5 tahun penjara, terima suap sebesar Rp1,5 M
- **Syahri Mulyo (Bupati Tulungagung).** Divonis 10 tahun penjara, kasus suap infrastruktur
- **Setiyono (Wali Kota Pasuruan).** Divonis 6 tahun penjara, terima suap terkait proyek pada Dinkop dan Usaha Mikro Pasuruan
- **Rendra Kresna (Bupati Malang).** Divonis 6 tahun penjara, terlibat kasus suap Rp 7,5 miliar
- **Saiful Ilah (Bupati Sidoarjo).** Diduga terlibat kasus korupsi pengadaan barang & jasa di lingkungan Pemkab

KISRUH JIWASRAYA TERINDIKASI CURANG & BISA SISTEMIK, NASIB NASABAH BURAM



Jakarta- Badan Pemeriksa Keuangan (BPK) menemukan indikasi kecurangan atau fraud pada produk saving plan dan penempatan investasi di PT Asuransi Jiwasraya (Persero). Kasus gagal bayar ini pun merupakan dalam skala besar (gigantic) dan memiliki risiko sistemik.

Kepala BPK Agung Firman Sampurna mengatakan karena besarnya kasus Jiwasraya, maka pihaknya akan mengambil kebijakan yang berhati-hati.

"Saya ingin menyampaikan, kondisi sekarang kita adalah situasi yang mengharuskan kita untuk memiliki pilihan kebijakan yang hati-hati. Di mana kasus ini cukup besar, skalanya bahkan saya katakan gigantic, sehingga memiliki risiko sistemik," kata Agung dalam konferensi pers di kantornya, Rabu (8/1).

Dalam audit tersebut, ditemukan fakta bila manajemen Jiwasraya sempat melaporkan keuangan positif pada tahun 2016. Faktanya, perseroan ternyata memanipulasi laporan keuangan.

Agung mengatakan, saat ini aparat penegak hukum sedang menginvestigasi siapa-siapa saja pihak yang bertanggung jawab terhadap kasus Jiwasraya.

"Oleh karena itu kami ambil kebijakan, masalah yang terjadi PT Jiwasraya akan kami ungkap. Mereka yang bertanggung jawab akan kita identifikasi. Yang betul-betul bersalah melakukan perbuatan pidana atau niat jahat dilakukan aparat penegakan hukum biar lah diproses penegakan hukum. Dan itu sedang dilakukan," katanya. Saat ini, kata Agung, BPK juga sedang menghitung potensi kerugian negara dari kasus Jiwasraya. Perhitungan itu diperkirakan akan memakan waktu 2 bulan.

Kementerian Badan Usaha Milik Negara (BUMN) sendiri menyebut masalah yang terjadi di Jiwasraya merupakan kejahatan kerah putih (white collar crime). Sebab

kejahatan tersebut dilakukan dengan memanfaatkan ruang dari regulasi yang sudah ditetapkan oleh otoritas terkait.

Staf Khusus Kementerian BUMN Arya Sinulingga mengatakan 'perampok' Jiwasraya ini mendapatkan keleluasan untuk memanfaatkan ruang dari banyaknya aturan yang dikeluarkan oleh Otoritas Jasa Keuangan (OJK) dan Kementerian Keuangan. Hanya profesional yang paham dengan aturan yang bisa melakukan kejahatan semacam itu.

"Ini kalau kami lihat ini kejahatan kerah putih yang profesional yang bisa bermain dari regulasi, bermain dari ruang yang diberikan oleh OJK dan Kemenkeu yang mereka mainkan di sana. Jadi keleluasan OJK dan menteri keuangan dalam pelaporan keuangan untuk mencari nasabah lalu uangnya diinvestasikan ke investasi yang ga layak. Ini sangat hebat perampoknya," kata Arya, Rabu (8/1).

KORUPSI JIWASRAYA

Di sisi lain, penyidik Kejaksaan Agung telah memeriksa 16 saksi perkara dugaan tindak pidana korupsi yang dilakukan PT

Asuransi Jiwasraya (Persero), namun belum ada pihak yang ditetapkan sebagai tersangka sampai saat ini. Tak hanya memeriksa saksi, Kejagung juga tengah menelusuri transaksi-transaksi yang jumlahnya disebut-sebut lebih dari lima ribu transaksi.

"Masih ada beberapa [saksi] yang akan diperiksa, memang ini agak lama karena kami akan membedah adanya transaksi-transaksi, melebihi lima ribu transaksi," kata Jaksa Agung ST Burhanuddin di kantor Kejaksaan Agung, Rabu (8/1)

Burhanuddin menjelaskan penyidik akan mengategorikan tiap transaksi, semisal transaksi bodong dan resmi. Pengusutan kasus dugaan korupsi Jiwasraya naik ke tingkat penyidikan sejak 17 Desember 2019, berdasar Surat Perintah Dimulainya Penyidikan Nomor 33/F2/Fd2/12 Tahun 2019. Dalam surat itu belum ada penetapan tersangka. Kata Burhanuddin, lembaganya tak mau gegabah dalam menetapkan tersangka sebelum adanya bukti-bukti yang kuat.

Sebelumnya, Ketua BPK Agung Firman sempat mengaitkan perkara Jiwasraya dengan pentingnya pendekatan risiko dalam mengelola keuangan negara di tiap kementerian dan lembaga. "Kasus Jiwasraya selain terkait masalah pidana-kriminal, tapi pada masalah di dalamnya yakni risk management. Ini penting kami jadikan pedoman dan penjaga dalam mengelola keuangan," ucapnya. (ist)

KARUT MARUT JIWASRAYA

2004	Perusahaan melaporkan cadangan yang lebih kecil daripada seharusnya, insolvency mencapai Rp 2,769 T.
2006-2007	nilai ekuitas Jiwasraya negatif Rp 3,29 T. BPK memberikan opini disclaimer untuk laporan keuangan 2006 dan 2007
2008-2009	Defisit semakin lebar
2010-2012	Melanjutkan skema re-asuransi dan mencatatkan surplus sebesar Rp 1,3 triliun
2013-2016	OJK meminta Kementerian BUMN melakukan penyehatan karena rasio pencapaian solvabilitas kurang dari 120%.
2017	OJK memberikan sanksi peringatan pertama
April 2018	OJK bersama dengan direksi JS membahas adanya pendapatan premi yang turun
Mei 2018	Pergantian direksi.
10 Oktober 2018	JS mengumumkan tidak dapat membayar klaim polis JS Saving Plan yang jatuh tempo sebesar Rp 802 miliar
2019	JS terlambat menyampaikan laporan keuangan 2018, OJK mengenakan sanksi sesuai dengan ketentuan berlaku