

H A R I A N

**LENTERA**Inspirasi Perubahan **TODAY**HARIAN UNTUK UMUM  
TERBIT SENIN - JUMAT  
12 HalamanE-mail redaksi@lenteratoday.com  
Redaksi 031-87854491  
Iklan 031-87854491  
Kantor Redaksi  
Jl. Rungkut Asri Utara VI no 26  
Surabaya

EDISI SENIN / 20 Juli 2020

Yang fana adalah waktu, Kita abadi : memungut detik demi detik, merangkainya seperti bunga sampai pada suatu hari kita lupa untuk apa. "tapi yang fana adalah waktu bukan?" tanyamu. Kita abadi

Sapardi Djoko Damono,  
Seorang sastrawan

# ALERT! KINI COVID LEBIH MEMATIKAN

Angka kematian harian Corona di Indonesia per 19 Juli 2020 mencatatkan rekor terbanyak yakni 127 jiwa. Sehingga total kumulatif menjadi 4.143 kasus meninggal. Makin mematikannya virus Covid-19 juga tergambar dari kondisi global, sudah ada 600.000 lebih orang merenggang nyawa akibat wabah ini. Berdasarkan olahan data dari Worldometer, saat ini kasus kematian akibat corona melonjak hampir 4 kali lipat dibandingkan 3 bulan lalu. WHO menggarisbawahi aturan dasar pasca virus ini dipastikan menular lewat udara (airborne). Agar tak tertular pastikan hindari keramaian, jaga jarak dan hindari ruang tertutup dengan ventilasi buruk. Catat ya Slur!

Baca Hal 11

## 6 Tipe Virus Corona Berdasarkan Gejalanya

(King's College London)

### Tipe 'Flu-like' tanpa demam

Gejala: Sakit kepala, penciuman berkurang, nyeri otot, batuk, sakit tenggorokan, nyeri dada, tanpa demam.

### Tipe 'Flu-like' dengan demam

Gejala: Sakit kepala, penciuman berkurang, batuk, sakit tenggorokan, suara serak, demam, nafsu makan berkurang.

### Gastrointestinal

Gejala: Sakit kepala, penciuman berkurang, nafsu makan berkurang, diare, sakit tenggorokan, nyeri dada, tanpa batuk.

### Tipe parah tingkat satu, fatigue

Gejala: Sakit kepala, penciuman berkurang, batuk, demam, suara serak, nyeri dada, fatigue atau kelelahan..

### Tipe parah tingkat dua, kebingungan

Gejala: Sakit kepala, penciuman berkurang, nafsu makan berkurang, batuk, demam, suara serak, sakit tenggorokan, nyeri dada, fatigue, kebingungan, nyeri otot.

### Tipe parah tiga, perut dan pernapasan

Gejala: Sakit kepala, penciuman berkurang, nafsu makan berkurang, batuk, demam, suara serak, sakit tenggorokan, nyeri dada, fatigue, kebingungan, nyeri otot, sesak napas, diare, nyeri lambung

## UPDATE PERKEMBANGAN VIRUS CORONA

	KASUS POSITIF	SEMBUH	MENINGGAL DUNIA
<b>INDONESIA</b>	<b>86,521</b>	<b>45,401</b>	<b>4,143</b>
<b>Seluruh Dunia</b>	<b>14,292,005</b>	<b>8,031,031</b>	<b>602,157</b>

Update : 19 Juli 2020 Pukul 15.42 PM

Sumber : Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Johns Hopkins



Pemkot Surabaya gencar menanam umbi-umbian di lahan kosong miliknya untuk mengantisipasi stok pangan saat pandemi Covid-19

## KEDAULATAN PANGAN SURABAYA, PEMKOT GENCAR TANAM UMBI-UMBIA

Surabaya- Pandemi Covid-19 yang belum memperlihatkan tanda-tanda penurunan jumlah infeksi membuat Pemerintah Kota (Pemkot) Surabaya menyiapkan program kedaulatan pangan. Walikota Surabaya Tri Rismaharini mengatakan ini sebagai bentuk antisipasi jika sewaktu-waktu kebutuhan beras di Kota Pahlawan tak mencukupi.

Salah satu yang dilakukan adalah menanam makanan pendamping beras. Seperti ketela pohon, ketela rambat, tales, sukun, pisang dan sebagainya. Sehingga ke depan diharapkan masyarakat tak hanya mengonsumsi beras sebagai makanan pokok sehari-hari

"Saya juga belajar ini bagaimana makanan beras ini bisa dicampur. Kami juga membuat resep mie dari talas, mie dari ketela pohon, mie dari ketela rambat. Sehingga nanti warga mungkin bisa memakan makanan yang selain beras, bisa yang lain," kata dia di Balai Kota Surabaya, dikutip Minggu (19/07).

Apalagi, kata dia, dalam satu bulan kebutuhan beras warga di Surabaya itu sekitar 16.682.060 kilogram. Jika ke depan kebutuhan beras ini tidak segera diantisipasi, ia khawatir hal ini dapat berdampak kurangnya bahan pangan di masyarakat. Terlebih di masa pandemi seperti saat ini. "Jadi karena itu kita siapkan (program kedaulatan pangan)," jelasnya.

Meskipun begitu, Walikota Risma

berharap kebutuhan beras di Kota Surabaya mencukupi. Jadi langkah ini dilakukannya sebagai bentuk antisipasi. Untuk itu, ia mengaku, telah melakukan penanaman di beberapa titik lokasi dengan memanfaatkan lahan kosong yang dimiliki Pemerintah Kota (Pemkot) Surabaya.

"Kita akan tanami juga di Balai Kota, nanti lahan-lahan ini akan kita tanami padi, tales, selain itu kita juga tanam di bekas tanah ganjaran (Bekas Tanah Kas Desa). Kita sudah tanam pisang, sukun, padi, ketela rambat, talas," katanya.

Di samping itu, walikota perempuan pertama di Surabaya juga menjalin kerjasama dengan beberapa pihak yang memiliki lahan kosong atau tak terpakai. Nah, lahan-lahan itu kemudian dimanfaatkan sebagai lokasi penanaman. "Jadi kita sudah tanam di lahan-lahan kosong itu. Kita juga pakai alat berat untuk nyemprotnya, ada mobil PMK, mobil tangki air. Ada di beberapa tepi sungai juga kita tanami," ungkap dia.

Bahkan, pihaknya mengaku telah menjalin kerjasama dengan Surabaya Hotel School (SHS) untuk membuat resep olahan makanan dari berbagai macam bahan pangan itu. Ini dilakukan agar orang tua maupun anak-anak di Surabaya mau mengonsumsi makanan selain beras. "Kita sudah membuat resep, kita kerjasama dengan SHS membuat makanan dari macam-macam ini. Sehingga nanti anak-anak mau untuk memakan ini. Seperti mie dari talas, terusmochi," terangnya.

Beberapa umbi-umbian yang telah ditanam di beberapa tempat itu rupanya juga telah siap untuk dipanen. Di antaranya, yaitu

ketela pohon, ketela rambat, tales, hingga pisang. "Kita sudah mulai menanam mungkin ketela pohon 1,5 bulan yang lalu itu sudah 1 meter. Terus ketela rambat, ubi jalar dan pisang," tuturnya.

Sebelumnya, Kepala Dinas Ketahanan Pangan dan Pertanian (DKPP) Kota Surabaya Yuniarto Herlambang mengungkapkan, sejak 28 Mei 2020 pihaknya telah gencar melakukan penanaman berbagai bahan pangan. Hal tersebut sesuai dengan arahan Walikota Risma untuk memanfaatkan lahan kosong sebagai tempat urban farming. "Sesuai perintah Ibu Walikota untuk memanfaatkan lahan yang kosong milik pemkot untuk meningkatkan ketahanan pangan," kata Herlambang.

Sedangkan untuk lokasi penanaman, mulai dari rusun, bantaran sungai hingga Bekas Tanah Kas Desa (BTKD). Setidaknya ada puluhan titik lokasi yang telah ditanami. Yakni, Bantaran Sungai Jambangan, Bantaran Sungai Kebon Agung, Kecamatan Jambangan, BTKD Jambangan, persil 12 RW BTKD Kelurahan Kebraon, BTKD Menanggal Timur, Dukuh Menanggal, BTKD Kelurahan Jeruk, BTKD Kebraon dan BTKD Sumberejo.

Bahkan, Herlambang menyebut, penanaman bahan pangan itu juga dilakukan di Taman Hutan Raya (TAHURA) dan Kebun Raya Mangrove (KRM). Selain itu pula di Halaman Taman Surya Balai Kota Surabaya juga ikut ditanami ratusan ketela rambat dan ribuan batang padi. "Masing-masing wilayah beragam yang ditanam. Ada yang ketela rambat, ketela pohon, pohon pisang, bahkan ada juga ketiganya ditanam di sana," pungkasnya. (ist,ard)



Salah satu Puskesmas Pembantu (Pustu) di Kota Blitar

## SEMINGGU ADA 18 POSITIF CORONA BARU, PEMKOT BLITAR SIAPKAN 3 SAFE HOUSE

House, untuk mencegah terjadinya penularan Covid-19," tutur Hakim, Minggu (19/7).

Dijelaskan Hakim saat ini sudah tahap persiapan penentuan lokasi dan perlengkapannya, karena rencananya Safe House ada satu di tiap kecamatan. "Jadi nanti di Kota Blitar ada 3 Safe House, untuk isolasi mandiri bagi warga yang tidak memenuhi syarat isolasi di rumahnya," jelas pria yang juga menjabat Kepala Bakesbangpol BPD Kota Blitar ini.

Nanti bersama dinas terkait, lanjut Hakim diantaranya Dinkes akan cek lokasi dan persiapan. Termasuk menyiapkan tenaga kesehatan dan relawan, yang bertugas di Safe House. "Sebab berbeda dengan rumah karantina di Rusun 511 Jl. Sumba, dimana nantinya mengarah pada pemberdayaan masyarakat melalui Kampung Tangguh," paparnya.

Sedangkan lokasi yang akan digunakan untuk Safe House tersebut, akan

menggunakan Puskesmas Pembantu (Pustu) yang ada di 3 kecamatan di wilayah Kota Blitar. Namun pastinya Pustu yang mana, sedang dalam pembahasan gugus tugas ungkap Hakim.

Ditambahkan Hakim selain Pustu juga menyiapkan RSUD Mardi Waluyo untuk penanganan, jika memungkinkan juga akan digunakan untuk Safe House. "Pengoperasian Safe House secepatnya akan dilakukan, kalau bisa Senin (20/7)," imbuhnya.

Sesuai data dari Gugus Tugas Penanganan Covid-19 Kota Blitar, dalam seminggu terakhir sejak Senin (13/7) – Sabtu (19/7) memang terjadi penambahan kasus positif Covid-19 cukup signifikan yaitu sebanyak 18 orang. Sehingga total kumulatif kasus positif Covid-19 di Kota Blitar 30 orang, terdiri dari 11 sembuh, 17 dirawat dan 2 meninggal. Didominasi dari OTG yang terkonfirmasi positif, dari hasil Swab Test. (ais)

Blitar - Adanya tambahan 18 kasus positif terkonfirmasi Virus Corona (Covid-19) selama seminggu terakhir di Kota Blitar. Hal ini mendorong Pemkot Blitar melalui Gugus Tugas Percepatan Penanganan Covid-19 berinisiatif menyiapkan 3 Safe House.

Disampaikan Sekretaris Gugus Tugas Percepatan Penanganan Covid-19 Kota Blitar, Hakim Sisworo jika saat ini sedang disiapkan tempat isolasi mandiri atau Safe House, untuk warga yang tidak mempunyai tempat isolasi sesuai persyaratan. "Maka disiapkan Safe

**PASTIKAN RUU CIPTAKER UNTUK KESEJAHTERAAN RAKYAT, DPR TERIMA KRITIK**

JAKARTA – Rancangan Undang-Undang atau RUU Omnibus Law kembali menjadi topik pembicaraan setelah demo kelompok buruh. Mereka menyampaikan rasa kecewa karena pembahasan RUU Cipta Kerja terkesan tertutup. Sejak awal, kontroversi RUU Omnibus Law yang membahas cipta kerja muncul karena pasal yang dianggap tidak memihak kalangan buruh.

Wakil Ketua Badan Legislasi (Baleg) Willy Aditya mengklaim, Rancangan Undang-Undang Cipta Kerja (RUU Ciptaker) akan dirancang guna memastikan kesejahteraan rakyat. Dia mengatakan, produk hukum diadakan untuk mengantisipasi dinamika ekonomi global.

"RUU Cipta Kerja yang kami bahas di DPR ini untuk rakyat Indonesia seutuhnya," kata Willy Aditya dalam keterangan, dikutip Minggu (19/7).

Politikus Nasdem ini mengatakan, RUU tersebut dibahas demi menarik investasi, membuka lapangan kerja dan terwujudnya kesejahteraan rakyat. Lanjutnya, RUU juga bisa menjadi instrumen hukum untuk mendorong ekonomi Indonesia di tengah penurunan ekonomi global. "Kesempatan strategis dan peluang pembangunan yang bisa diambil Indonesia harus dapat dimanfaatkan maksimal," katanya.

Willy menyinggung unjuk rasa menentang RUU tersebut adalah hal yang wajar dalam demokrasi. Anggota komisi I DPR ini mengatakan, kritik terhadap RUU Ciptaker merupakan catatan positif

dalam proses pembuatan kebijakan.

"Siapa pun yang punya kritik dan catatan atas RUU Cipta Kerja silahkan datang berikan secara tertulis kepada DPR. Sama-sama kita bangun negeri ini," katanya.

Seperti diketahui, RUU Ciptaker atau Omnibus Law kini sedang dalam bahasan DPR dan pemerintah. Namun, legislatif dan eksekutif sepakat untuk sepakat mencoret bahasan isu ketenagakerjaan produk hukum tersebut.

Rancangan Undang-Undang Cipta Kerja (Ciptaker) dinilai menjadi kebutuhan Indonesia untuk mengantisipasi dinamika global. RUU Ciptaker dibutuhkan demi menarik investasi, membuka lapangan kerja dan terwujudnya kesejahteraan rakyat.

Beberapa pasal yang dinilai merugikan buruh diantaranya penggunaan tenaga outsource atau alih daya. Berbeda dengan UU Nomor 13 tahun 2003, tenaga outsource bisa digunakan di berbagai bidang termasuk proses produksi. Namun nasib pekerja outsource akan rawan ketidakpastian dan mungkin minim perlindungan.

"Hubungan kerja antara perusahaan alih daya dengan pekerja buruh yang dipkerjakannya didasarkan pada perjanjian kerja waktu tertentu atau perjanjian kerja waktu tidak tertentu. Perlindungan pekerja/buruh, upah dan kesejahteraan, syarat-syarat kerja serta perselisihan yang timbul menjadi tanggung jawab per-



Wakil Ketua Badan Legislasi (Baleg) Willy Aditya

usaha alih daya," tulis RUU Cipta Kerja pasal 66 ayat satu dan dua.

Aturan upah bagi pekerja juga dikritisi. RUU Omnibus Law memuat pasal terkait aturan pengupahan yang banyak ditentang kalangan pekerja. Aturan ini dinilai sangat berpihak pada kalangan pengusaha dan memandang buruh tak lebih dari mesin produksi. "Upah ditetapkan berdasarkan satuan waktu dan/atau satuan hasil," tulis RUU Cipta Kerja pasal 88 B.

Selain itu, RUU Omnibus Law mengubah ketentuan upah minimum yang akan diterima buruh. Sebelumnya dalam Peraturan Pemerintah (PP) Nomor 78 Tahun 2015, penetapan upah dilakukan provinsi serta kabupaten/kota. (ist)

**KETUA DPRD SURABAYA: COKLIT MEMASTIKAN TAK ADA PEMILIH SELUNDUPAN**

SURABAYA - Adi Sutarwijono Ketua DPRD Surabaya berharap pencocokan dan penelitian (coklit) data pemilih yang dilakukan KPU Kota Surabaya 15 Juli sampai 13 Agustus 2020 bisa benar-benar mencakup warga yang mempunyai hak suara dalam Pilkada Kota Surabaya, 9 Desember 2020.

"Pendataan pemilih oleh KPU Kota Surabaya adalah untuk memastikan tidak ada pemilih selundupan nantinya saat Pilkada 9 Desember 2020. Kita juga tidak ingin ada warga yang punya hak suara, tapi tidak terdata. Kita tidak ingin Pilkada di Surabaya tercederai oleh berbagai kecurangan. Karena kecurangan akan mengkhianati demokrasi dan dengan sendirinya mengingkari suara rakyat," ujar Adi dalam keterangan yang diterima, Minggu (19/7).

Adi mengatakan, semua warga Surabaya yang memenuhi syarat untuk memilih sudah seharusnya tercatat sebagai pemilih. Agar mereka terfasilitasi dengan baik dalam pemberian suara. Sehingga partisipasi pemilih sangat tinggi dalam Pilkada 9 Desember 2020.

"Saya Sabtu kemarin sudah didatangi Petugas Pemutakhiran Data Pemilih (PPDP), dan diverifikasi. Rumah saya ter-

diri 4 pemilih: saya, istri, dan dua anak. Disaksikan Nur Syamsi Ketua KPU Kota Surabaya, PPK, dan aparat Bawaslu Kota Surabaya," kata Adi.

Adi mengapresiasi kerja KPU Kota Surabaya yang menjalankan kegiatan Coklit dengan standar ketat protokol kesehatan, di tengah pandemi Covid-19. Bahkan, dia mendapat laporan kalau seluruh Petugas Pemutakhiran Data Pemilih (PPDP) harus dirapid test dulu, kemudian memakai masker, face shield dan bersarung tangan.

"Dalam situasi sulit, KPU berserta jajarannya dan Bawaslu tetap bergerak demi terselenggaranya Pemilu yang demokratis, bersih, jujur dan adil. Kami mengapresiasi," katanya.

Adi tidak ingin ada warga yang punya hak suara tapi justru tidak terdata apalagi sampai terjadi kecurangan yang menciderai Pilkada Surabaya 2020. "Kecurangan akan mengkhianati demokrasi dan dengan sendirinya mengingkari 'suara rakyat adalah suara Tuhan,'" lanjutnya.

"Kita percaya pada proses demokrasi yang akan melahirkan pemimpin baru Kota Surabaya, menyusul akan berakhirnya masa bakti Wali Kota Tri Rismaharini



Adi Sutarwijono Ketua DPRD Surabaya didatangi petugas Coklit ke rumahnya untuk keperluan pemutakhiran data pemilih di Pilkada Surabaya 2020

dan Wakil Wali Kota Whisnu Sakti Buana, pada Februari 2021," katanya.

Dalam Pilkada Surabaya 2020 nanti diharapkan lahir pemimpin baru yang bisa melanjutkan pembangunan kota, yang lebih maju dan menyejahterakan masyarakat, sebagaimana yang telah dikerjakan Risma, sejak 2010.

"Bu Risma telah membawa pembangunan Kota Surabaya di track yang benar, membuat kota ini semakin maju dan berwajah manusiawi, bahkan membawa ke orbit internasional," lanjut Adi yang juga Ketua DPC PDI Perjuangan Surabaya ini. (ist)

## NEW NORMAL, PEMPROV JATIM INCAR WISATAWAN DOMESTIK

Surabaya- Pemerintah Provinsi (Pemprov) Jawa Timur menasar calon wisatawan domestik untuk mendorong industri pariwisata pada masa tatanan kenormalan yang baru (new normal). Gubernur Jawa Timur, Khofifah Indar Parawansa mengatakan tatanan normal baru memberikan harapan bagi industri pariwisata Jatim untuk bangkit setelah terpuruk karena Virus Corona.

Selama fase tersebut, Jatim bakal lebih agresif mengincar wisatawan domestik untuk memulihkan sektor pariwisata, terutama Kawah Ijen dan Kawasan Bromo Tenger Semeru (BTS). "PR kita adalah menarik sebanyak-banyaknya turis domestik namun dengan sejumlah per-syaratan ketat. Karena jangan sampai ini menimbulkan persoalan baru," kata Khofifah dalam siaran pers yang diterima redaksi, Minggu (19/7).

Ia menyebut selama pandemi, terjadi penurunan drastis terhadap angka kunjungan wisata di Jatim. Jumlah wisatawan mancanegara (wisman) ke Jatim turun dari 17.047 kunjungan pada Juni 2020 menjadi 0 kunjungan pada Juni 2020.

Sementara pergerakan jumlah wisatawan domestik, hingga Juni 2020 diketahui menurun hingga 79 persen jika dibandingkan Juni 2019 lalu. Pada Juni 2019 lalu, jumlah wisatawan domestik

mencapai 44,4 juta orang, sementara Juni 2020 jumlahnya melorot hingga 9,4 juta.

"Sektor pariwisata menjadi salah satu sektor yang sangat terdampak akibat pandemi ini. Tidak cuma tempat wisatanya saja, tapi juga instrumen pendukung lain seperti hotel, tempat oleh-oleh, pelaku UMKM, transportasi wisata, dan lain sebagainya," paparnya.

Khofifah mengatakan, Jawa Timur saat ini dalam masa transisi menuju normal baru. Beberapa destinasi wisata sudah mulai beroperasi meski jumlah pengunjung dibatasi hanya berkisar 10 - 20 persen dari kapasitas maksimum.

Objek wisata yang kembali beroperasi, lanjut dia, diwajibkan menerapkan protokol kesehatan atau tata cara pencegahan virus corona (Covid-19). Pemprov Jatim terus berupaya meyakinkan publik bahwa penanganan virus corona ini dilakukan dengan baik. "Kami berharap kuartal ketiga 2020 pandemi ini bisa teratasi seluruhnya sehingga promosi wisata bisa kembali dilakukan dan angka kunjungan wisata bisa meningkat," tuturnya.

Khofifah menambahkan, Pemprov Jatim tidak mematok target tertentu terhadap angka kunjungan wisata. Menurutnya, yang terpenting saat ini adalah pemulihan ekonomi masyarakat dengan



Perayaan Kasada di Gunung Bromo pekan lalu menerapkan protokol kesehatan terkait Pandemi Covid-19

protokol kesehatan yang harus dijaga.

Sementara itu, Kepala Dinas Pariwisata dan Kebudayaan Jatim, Sinarta mengatakan ada beberapa daerah di Jatim yang menyatakan kesiapannya kembali membuka tempat wisata setelah tutup akibat wabah Covid-19. Di antara yang menyatakan siap adalah Kabupaten Banyuwangi, Kota Batu, Kabupaten Pacitan, dan Blitar.

"Dari hasil koordinasi dengan kabupaten/kota, sampai hari ini sudah ada 111 daya tarik wisata yang sudah kembali buka. Kami berharap dengan dibukanya objek-objek wisata di Jatim, ekonomi masyarakat dapat bisa segera pulih, tetapi protokol kesehatan merupakan kewajiban pokok," tambah Sinarta.

## 70% KASUS DARI OTG, PEMKAB BLITAR UBAH GEDUNG LEC JADI TEMPAT ISOLASI

Blitar - Kekhawatiran adanya Orang Tanpa Gejala (OTG) bisa menjadi pembawa Virus Corona (Covid-19) terbukti, sehingga Pemkab Blitar menyiapkan tempat isolasi khusus. Dengan mengubah Gedung Local Education Center (LEC) Blitar di Kecamatan Garum, menjadi tempat karantina OTG dengan penjagaan ketat TNI-Polri.

Juru Bicara Gugus Tugas Percepatan Penanganan Covid-19 Kabupaten Blitar, Krisna Yekti menyampaikan dengan adanya lonjakan kasus positif Virus Corona (Covid-19) di Kabupaten Blitar yang signifikan, sehari ada tambahan 34 orang. "Maka gugus tugas bersama tiga pilar bergerak cepat, menyiapkan lokasi isolasi," ujar Krisna, Minggu (19/7).

Lebih lanjut dijelaskan Krisna tempat isolasi ini dikhususkan untuk Orang Tanpa Gejala (OTG), yang ditemukan dari hasil tracing dan hasil Swab Test nya dinyatakan positif. "Agar tidak tercampur dengan pasien positif lain, yang memiliki penyakit," jelasnya.

Adapun lokasi yang disiapkan yaitu Gedung LEC Blitar di Kecamatan Garum, dengan kapasitas 48 orang. Dimana sejak Sabtu (18/7) kemarin telah dilakukan persiapan di lokasi, yaitu melengkapi fasilitas tempat tidur dan saran pendukung lain-

nya. "Ini bentuk gerak cepat gugus tugas bersama tiga pilar (TNI-Polri), dalam mencegah penyebaran Covid-19 di Kabupaten Blitar," tandasnya.

Karena memang sesuai data, tambahan kasus positif terbanyak seperti yang terjadi pada Jumat (17/7) lalu. Dari 34 kasus, 70 persennya atau 24 kasus berasal dari OTG dan sisanya 10 kasus atau 30 persen dari PDP.

Sesuai update data sampai Sabtu (18/7) kemarin, perkembangan Covid-19 di Kabupaten Blitar tercatat Orang Dalam Pemantauan (ODP) 1.054 orang, Pasien Dalam Pengawasan (PDP) 103 orang dan Positif Terkonfirmasi 93 orang. Dengan sebaran pada 18 kecamatan, dari total 22 kecamatan di Kabupaten Blitar.

Secara terpisah Kapolres Blitar, AKBP Ahmad Fanani Eko Prasetya mengatakan sesuai hasil evaluasi bersama Gugus Tugas Percepatan Penanganan Covid-19, dengan adanya lonjakan kasus Covid-19 sebanyak 34 kasus dalam sehari. "Maka disepakati adanya ruang isolasi mandiri di LEC Blitar, kami dari TNI-Polri siap mendukung langkah tersebut dengan melakukan pembersihan lokasi isolasi mandiri bagi OTG ini," ujar AKBP Fanani.

Alasan lain kenapa disediakan lokasi isolasi mandiri khusus OTG ini, karena



Gedung Local Education Center (LEC) Blitar di Kecamatan Garum yang dijadikan tempat isolasi OTG

dikhawatirkan jika masyarakat melakukan isolasi mandiri di rumah masing-masing bisa menularkan kepada yang lain.

Adapun mekanisme yang akan diterapkan di lokasi isolasi khusus OTG ini, jika ada kasus warga yang positif Covid-19 dari OTG akan dijemput oleh petugas dari gugus tugas dan dibawa kesini. "Tetap menerapkan protokol kesehatan, kemudian di periksa dan di evaluasi untuk menentukan tindakan lanjutan," terang perwira dengan melati dua dipundak ini.

Ditambahkan AKBP Fanani di depan gerbang akan disiagakan penjagaan dari TNI-Polri, untuk mencegah agar OTG yang diisolasi tidak berkeliaran kemana-mana pungkasnya.(ais)

## BAHAS KEMAMAN SIBER PILKADA 2020, HACKER 'ZOOOMBOMBING' SERANG PERLUDEM

Jakarta- Diskusi Publik Keamanan Siber Teknologi Pilkada 2020 yang diadakan Perkumpulan untuk Pemilu dan Demokrasi (Perludem) disusupi oleh peretas atau hacker. Tiba-tiba peretas tersebut mencoret-coret slide show milik Anggota Bawaslu M. Afifuddin. Aksi peretasan di tengah diskusi menggunakan aplikasi Zoom itu kemudian dikenal dengan istilah Zoombombing.

Sebelum Afifuddin, tak ada gangguan apapun pada diskusi tersebut. Kala itu, Komisioner Komisi Pemilihan Umum (KPU) Viryan Azis memaparkan presentasinya terlebih.

Pada durasi 1 jam 41 menit, terlihat slide yang dipaparkan affifudin mulai diserang hacker sehingga timbul coret-coretan berwarna biru seperti gambar alat vital pria. Kemudian timbul lagi coretan lainnya berwarna merah dan kuning. "Nah, ini saya enggak tahu coretan-coretan bagaimana caranya kok bisa banyak gini ya?" kata Afifuddin, Minggu (19/7).

Setelah itu, layar diskusi berubah menjadi merah total. Lalu muncul lagi coretan warna putih dan warna kuning yang menyerupai alat vital. "Luar biasa diskusi ini kita bahas siber langsung diserang, enggak

bisa saya operasikan ini," kata Afifuddin. Setelah itu sempat terdengar jelas suara wanita sekitar empat detik.

"Ada Zoombombing kita nih. Ayo tolong diremove teman-teman," timpal Direktur Perludem, Titi Anggraini, menindaklanjuti ulah hacker itu

Setelah aksi peretasan tersebut, penyelenggara acara berusaha untuk menghapus sang peretas. Lebih lanjut, penyelenggara menyarankan agar Afifuddin menghentikan share screen saat melakukan presentasi. Peretasan sempat berhenti setelah Afifuddin menghentikan share screen.

Namun penyelenggara kemudian meminta Afifuddin untuk menghidupkan kembali share screen karena penyelenggara mengklaim telah mengeluarkan peserta dari diskusi virtual. Nyatanya saat Afifuddin menyalakan share screen, coretan-coretan peretas kembali muncul.

"Wah jadi grogi berbicara siber ini, jadi berkeringat. luar biasa diskusi ini, kita sedang bahas serangan siber, kita yang diserang," kata Afifuddin usai diserang hacker saat diskusi.

Istilah Zoombombing adalah serangan



yang dilancarkan hacker berupa gangguan dari luar yang membajak konferensi video dengan mengirim gambar-gambar tidak senonoh atau ujaran kebencian disertai ancaman.

Pakar keamanan siber dari CISSRec, Pratama Persadha mengatakan aplikasi konferensi video memiliki celah pelanggaran privasi. Salah satu celahnya adalah host maupun pihak ketiga bisa memantau kegiatan pengguna saat konferensi video.

Bahkan celah selanjutnya adalah tamu tak diundang bisa ikut ke rapat tanpa undangan bermodalkan tautan rapat online. "Saat para pengguna melakukan konferensi video ada kemungkinan host maupun pihak ketiga memonitor kegiatan pengguna, dan orang asing ikut dalam rapat tanpa diundang, populer dengan nama zoom bombing," kata Pratama. (Ist)

## NASDEM TURUNKAN 11 REKOM UNTUK JATIM, JEMBER BELUM

Surabaya - DPP Partai Nasdem sudah memberikan rekomendasi untuk 11 pasangan bakal calon yang bakal bertarung dalam Pilkada Serentak 2020 di Jawa Timur (Jatim). Jember sendiri termasuk daerah yang belum mendapat rekomendasi dari NasDem

Koordinator Bidang Pemenangan Pemilu Jawa 4 (Jatim) DPP Nasdem, Dossy Iskandar mengatakan rekomendasi untuk delapan daerah lain akan berikan pada Agustus 2020. "Dari 19 daerah Pilkada, memang masih ada beberapa daerah yang belum mendapat rekomendasi. Prinsipnya, semua sudah rampung. Tapi ada mekanisme partai yang harus dilalui," kata Dossy kepada dikutip Minggu (19/7).

Untuk Jember Dossy mengatakan rekomendasi Nasdem belum tentu akan diberikan lagi ke petahana Bupati Jember, Faida. "Sudah ada hasil survei yang akan dilaporkan ke DPP. Rekomendasi belum pasti akan ke Bu Faida lagi," lanjutnya. Menurut Dossy, banyak faktor yang harus ditimbang. Selain survei, Partai Nasdem juga mendengarkan aspirasi dari berbagai pihak.

Sebelumnya, Ketua Umum Garda Pemuda (GP) NasDem, Prananda Surya Paloh, memaparkan capaian politik yang telah diraih GPND setelah sembilan tahun berdiri. Menurutnya, setelah melewati dua kali Pemilihan Umum (Pemilu) GPND berhasil meraih suara rakyat.

"Saya boleh berbangga, setelah meng-

ikuti dua periode Pemilu, kader GPND mampu memenangkan suara rakyat dengan berhasil duduk di kursi legislatif," kata Prananda dalam perayaan HUT ke-9 GPND di Jakarta, Sabtu (18/7).

Dikatakan Prananda, selama dua periode dirinya memimpin GPND ada 8 orang kader aktif berhasil duduk di DPR RI, 19 orang di DPRD Provinsi dan 124 kader duduk di kursi DPRD Kabupaten Kota. "Ini prestasi membanggakan bagi kita semua, yang mungkin belum ada organisasi sayap partai politik lain yang mampu mencapai prestasi ini," imbuh pria yang juga Anggota DPR RI tersebut.

Untuk itu, Prananda mengatakan pada Pemilihan Kepala Daerah (Pilkada) Serentak tahun 2020 yang akan datang, GPND harus memanfaatkan momentum tersebut untuk menguatkan posisinya sebagai organisasi partai politik Partai NasDem. "Saya melihat Pilkada 9 Desember di 270 daerah ini, kader GPND harus ikut ambil bagian dan mengkapitalisir momentum pilkada untuk penguatan di setiap daerah," imbuhnya.

"Atas nama Ketua Umum Garda pemuda NasDem dan Ketua Bappilu Partai NasDem saya mengintruksikan kader GPND untuk terlibat aktif dalam memenangkan setiap pasangan calon yang diusung Partai Nasdem, Baik sebagai tim sukses maupun saksi," ujar dia.

Selain itu, Dia juga meminta kepada



### 11 REKOM NASDEM UNTUK PILKADA 2020 DI JATIM

- |  |                      |
|--|----------------------|
| 1. Machfud Arifin                        | (Pilwali Surabaya)   |
| 2. Raharto Teno - M Hasjim Ashari        | (Pilwali Pasuruan).  |
| 3. Ipuk Fiestiandani - Sugirah           | (Pilbup Banyuwangi). |
| 4. Ipong Muchlissoni                     | (Pilbup Ponorogo)    |
| 5. Ony Anwar - Dwi Rianto                | (Pilbup Ngawi).      |
| 6. Gagarin                               | (Pilbup Pacitan).    |
| 7. Fandi Ahmad Yani - Aminatun Habibah   | (Pilbup Gresik)      |
| 8. Ikhtina Fatmawati - Muhammad Al-Barra | (Pilbup Mojokerto).  |
| 9. Rijanto - Marhaenis                   | (Pilbup Blitar).     |
| 10. Sanusi - Didik Gatot                 | (Pilbup Malang).     |
| 11. Hanindhito Pramono - Dewi Maria      | (Pilbup Kediri).     |

seluruh kader GPND untuk mengembangkan data keanggotaan secara digital. "Saya Intruksikan kepada DPW ataupun DPD GPND untuk menjemput bola mendata keanggotaan," pintanya.

Dia mengatakan, sebagai Ketua Bappilu DPP Partai Nasdem, dirinya mengaku diberi target oleh Ketua Umum Partai Nasdem untuk memenangkan paling kurang 100 kursi di DPR RI. "Ini bukan pekerjaan mudah, tapi saya yakin dan percaya, jika kader GPND solid dan punya dedikasi, militansi dan progresif maka target itu bukanlah mimpi belaka," ujar dia. (Ist)



*Alice Walton*

**WANITA PALING TAJIR DI AS  
SUKA NAIK MOBIL MURAH**

**A**nak pemilik WalMart, Alice Walton telah dinobatkan sebagai orang terkaya dunia urutan ke sembilan. Alice Walton menjadi satu-satunya wanita yang masuk jajaran 10 orang terkaya di dunia.

Itu berarti, Alice adalah wanita terkaya di Bumi saat ini.

Wanita kelahiran 7 Oktober 1949 ini disebutkan Forbes memiliki harta kekayaan mencapai 57,9 miliar dolar AS (Rp853 triliun). Alice lahir dengan nama lengkap Alice Louise Walton, orang tuanya ialah pendiri WalMart, Sam Walton dan Helen Walton.

Saudara laki-lakinya, Jim Walton juga masuk daftar orang terkaya dunia urutan ke delapan berkat warisan Walmart yang diperolehnya.

Meski Alice juga mewarisi kekayaan dari orang tuanya, ia tidak bergabung ke perusahaan keluarga seperti Jim dan Rob Walton. Meski demikian, bukan berarti Alice tidak pernah bekerja.

Alice lebih memilih untuk menekuni hobinya di bidang seni. Sejak usia 10 tahun, Alice telah menyisihkan sebagian uang sakunya untuk dapat membeli sebuah lukisan Picasso dengan judul 'Blue Nude'.

Sejak tahun 1970 pula ia sudah menghiasi dindingnya dengan berbagai lukisan karya pelukis ternama seperti Andy Warhol, Norman Rockwell dan Georgia O'Keefe.

Bahkan pada 2011, Alice telah

membuka sebuah Museum di Arkansas, AS dengan Nama 'Crystal Bridges Museum' yang menjadi rumah bagi koleksi seninya yang bernilai 500 juta dolar AS (Rp7,3 triliun).

Museum seni tersebut menyimpan banyak koleksi seni mahal di dunia. Misalnya seperti karya-karya Andy Warhol dan Georgia O'Keefe yang bernilai puluhan juta dolar.

Koleksi-koleksi dan acara yang berhasil ia gelar membuat reputasinya sebagai kolektor seni berubah menjadi expert.

Dikutip dari alicewalton.org, dia mendirikan Art Bridges, sebuah yayasan nirlaba yang bermitra dengan sejumlah lembaga untuk menyediakan akses lebih luas terhadap seni di Amerika lewat sejumlah proyek dengan melibatkan banyak komunitas.

Selain seni, dia dikenal sebagai sosok yang dermawan. Kebanyakan yayasan keluarganya, Alice yang menjalankan. Lewat yayasan keluarganya, dia sering melakukan kegiatan amal untuk pendidikan, pengembangan ekonomi dan konservasi lingkungan.

Atas komitmennya di bidang seni dan filantropis membuatnya diganjar penghargaan. Oleh majalah TIME, dia diakui sebagai orang paling berpengaruh di dunia pada 2012. Alice juga masuk dalam daftar Hall of Fame pada 2018 lalu.

Pada 1988, Walton mendirikan

Llama Company, sebuah bank investasi di mana dirinya menjabat sebagai presiden direktur, chairwoman dan CEO.

Seiring berjalannya waktu, Alice juga bergabung dalam proyek pengembangan bandara bersama Northwest Arkansas.

Berkat itu, Alice adalah orang pertama yang memimpin Dewan Northwest Arkansas dan memainkan peran utama dalam pengembangan Bandara Regional Northwest Arkansas, yang dibuka pada tahun 1998.

Otoritas Bandara Regional Arkansas Barat Laut pun mengakui kontribusi Alice terhadap penciptaan bandara dan menamakan terminal itu Gedung Terminal Alice L. Walton. Dia dilantik ke Arkansas Aviation Hall of Fame pada tahun 2001.

Alice Walton sempat menikah dengan seorang investor bank asal Louisiana pada 1974 saat ia berusia 24 tahun. Sayangnya pernikahan tersebut tak berlangsung lama. Setelah menikah selama 2,5 tahun, Alice pun bercerai.

Meski Alice memiliki kekayaan yang berlimpah, namun kehidupannya tak berlebihan. Bahkan, dia tak gengsi mengendarai mobil murah.

Selain mengendarai mobil murah, Alice juga memilih untuk mengendarai mobilnya sendiri, tanpa sopir. Padahal dia punya banyak uang untuk memperkerjakan tak cuma satu tapi banyak sopir pribadi jika mau (Ist).



Foto : Sylvain Gaboury | Getty Images



## SURVEI: SEDIKIT BUKTI GADGET PUNYA PENGARUH BURUK PADA ANAK

**P**engaruh buruk gadget pada anak-anak memang patut diwaspadai. Tak hanya mengganggu perkembangan sosial dan emosional anak, gadget juga dikhawatirkan bisa memperburuk hubungan Bunda dan si kecil.

Menurut data yang diterbitkan *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, dilansir *Science Daily*, dalam survei dari 3.659 orang tua, hanya ditemukan sedikit

bukti bahwa gadget dapat mempengaruhi pola asuh anak-anak.

"Kami menemukan sangat sedikit bukti dan berharap data ini dapat membantu kami ke arah yang lebih konstruktif sehingga kami dapat memberikan yang terbaik terkait pengasuhan," jelas Kathryn L. Modecki, PhD, Penulis Utama dari Menzies Health Institute Queensland, Griffith University di Australia.

Berdasarkan dari temuan ini, kabar baiknya adalah Bunda sebenarnya bisa memberikan gadget pada anak-anak. Asalkan dengan aturan yang jelas, sehingga manfaat positifnya lebih besar untuk mereka.

Simak 9 tips untuk menghabiskan waktu dengan gadget bersama si kecil, yang dilansir dari laman *Psych Central* berikut ini:

### *Jauhkan*

Bunda, saat si kecil masih berada pada umur di bawah dua tahun, jauhkanlah mereka dari perangkat elektronik seperti gadget, tab, atau televisi.

### *Penggunaan Positif*

Saat ini, gadget memang memiliki fungsi yang luar biasa lho, Bunda. Jika di kecil menggunakannya untuk hal yang positif, Bunda tidak perlu merasa khawatir.

### *Awasi*

Saat Bunda memberikan gadget pada si kecil, awasi mereka agar tidak mengganggu waktu bermain dan bersosialisasi dengan teman-temannya ya, Bunda.

### *Batasi*

Terkadang saat melihat layar gadget, si kecil akan lupa waktu nih, Bunda. Nah, Bunda harus mulai tegas dengan membatasi waktu main si kecil selama satu atau dua jam per hari. Hal ini juga berlaku untuk televisi dan komputer ya, Bunda.

### *Hadiah*

Bunda, jangan pernah berpikir untuk menyingkirkan gadget dari kehidupan si kecil ya. Ini tidak mungkin terjadi, karena zaman terus berkembang. Tidak apa jika ingin menghadiahkan mereka gadget di hari ulang tahun atau penerimaan hasil rapot.

### *Komunikasi*

Bunda dan Ayah harus gunakan saat makan sebagai waktu untuk berkomunikasi dengan si kecil, nih. Bunda dan Ayah bisa tanyakan hal-hal menarik seperti, "Apa harimu menyenangkan?", atau "Adik ingat berapa biskuit yang dimakan hari ini?"

### *Berinteraksi*

Si kecil akan lebih merasa nyaman saat mereka bermain bersama Bunda atau ayah, lho. Jadi, cobalah untuk lebih berinteraksi dengan mereka secara langsung ya, Bunda.

### *Aplikasi*

Saat Bunda sudah mengambil keputusan untuk memberikan mereka gadget, carikanlah mereka aplikasi yang bermanfaat seperti permainan susun kata, matematika, sains, dan sebagainya..

### *Saat Tidur*

Saat bermain, terkadang si kecil suka ketiduran nih, Bunda. Hal yang harus Bunda lakukan adalah jauhkan gadget mereka ya, Bunda. Hal ini juga dapat mencegah si kecil terkena radiasi dari gadgetnya (Ist).



# PERKEMBANGAN TERKINI CARA MENGHUBUNGKAN SMARTPHONE ANDROID DENGAN TELEVISI

Smartphone dan televisi (TV) sejatinya adalah dua perangkat teknologi yang berbeda. Namun, berkembangnya zaman, kedua perangkat ini bisa digabungkan untuk menunjang aktivitas sehari-hari.

Televisi kini bisa dialihkan sebagai monitor untuk smartphone. Monitor ini biasanya digunakan saat presentasi, belajar, pekerjaan, atau aktivitas hiburan seperti menonton film dan bermain game. Lalu, bagaimana cara menyambung-

kan smartphone Android ke perangkat televisi?

Berikut adalah beberapa cara menghubungkan smartphone ke televisi sebagaimana dihimpun Lentera Today dari berbagai sumber (Minggu, 19/7/2020).



## MENGGUNAKAN CHROMECAST

Chromecast merupakan perangkat untuk menghubungkan ponsel Android ke televisi. Perangkat ini dikembangkan oleh Google.

Dongle HDMI dapat digunakan untuk memutar konten audio dan visual, seperti streaming musik yang ditampilkan melalui layar TV. Pengguna juga bisa mengontrolnya lewat aplikasi Google Home.

## MENGGUNAKAN CONVERTER USB TYPE-C KE HDMI

Salah satu cara yang praktis adalah menggunakan converter. Namun kekurangannya, converter seperti ini menggunakan kabel sehingga jarak antara smartphone dan televisi akan lebih terbatas.

Menggunakan converter ini sangat mudah. Cukup hubungkan ke port USB Type-C di smartphone dengan HDMI di layar televisi.

## STREAMING LEWAT APLIKASI DLNA

Jika televisi yang digunakan sudah smartTV, pengguna bisa memanfaatkan aplikasi DLNA agar smartphone dapat terhubung dengan televisi tersebut.

DLNA bukanlah sebuah nama, melainkan sebuah protokol untuk streaming. Ada sejumlah aplikasi DLNA yang tersedia di Google Play Store seperti Localcast, Plex, VLC, dll (Ist)

# Kopi Juga Bermanfaat untuk Kulit,

## APA SAJA?



Kamu mungkin mengandalkan secangkir kopi pagi untuk meningkatkan energi dan metabolisme setiap hari. Ternyata, si hitam ini juga memiliki segudang manfaat untuk kesehatan kulit.

**W**alaupun kopi paling banyak digunakan sebagai minuman, kopi juga mendapatkan reputasi sebagai obat alternatif untuk kulit. Berkat kandungan antioksidannya yang mengandung fenol sehingga dapat mem-

bantu melawan radikal bebas penyebab kerusakan kulit.

Faktanya, American Chemical Society telah menemukan bahwa kopi adalah sumber antioksidan paling populer di Amerika Serikat - bahkan lebih dari minuman

kaya antioksidan lainnya, seperti teh dan anggur.

Kopi juga memiliki banyak manfaat untuk kulit, salah satunya digunakan untuk masker. Melansir Healthline, berikut deretan manfaat dari Kopi:

### *Membantu mengurangi selulit*

Kopi dapat membantu mengurangi tampilan selulit pada kulit. Diperkirakan bahwa kandungan kafein dalam kopi adalah kunci untuk pengurangan selulit dengan melebarkan pembuluh darah di bawah kulit dan meningkatkan aliran darah secara keseluruhan, sehingga dapat membantu mengurangi penampilan selulit.

### *Anti-Aging*

Pengaplikasikan kopi langsung ke kulit dapat membantu mengurangi munculnya bintik-bintik kemerahan dan garis-garis halus. Faktanya, satu penelitian menemukan korelasi langsung antara minum kopi dan penurunan efek photoaging.



### *Mengandung vitamin B*

Kopi adalah sumber yang kaya vitamin B3 (niasin), berkat senyawa kunci yang disebut trigonelin. Namun, trigonelin terurai menjadi niasin setelah biji kopi dipanggang. Menurut Yayasan Kanker Kulit, niasin dapat membantu mencegah kanker kulit nonmelanoma dan mungkin mencegah pertumbuhan kulit lainnya. (Ist)

### **CARA MEMBUAT MASKER KOPI**

1. Campurkan minyak zaitun dan ampas kopi dengan perbandingan sama.
2. Oleskan masker ke wajah Anda dengan gerakan memutar.
3. Biarkan masker di antara 15 dan 60 menit. Bilas dengan air hangat.
4. Ulangi tiga kali per minggu untuk memaksimalkan hasil.

## Alert! Kini (dari hal 1)

Perkembangan penanganan Corona di Indonesia hari Minggu (19/7), mencatat dua rekor sekaligus. Juru bicara pemerintah, Achmad Yuriyanto, memaparkan hari ini jumlah pasien Corona yang sembuh dan pasien meninggal akibat penyakit tersebut berada di angka tertinggi sejak pandemi Corona mulai muncul di Indonesia.

Pemerintah melaporkan jumlah pasien sembuh hari ini adalah sebanyak 2.133 sehingga total sembuh menjadi 45.401. Jumlah ini mengalahkan rekor sebelumnya pada 17 Juli dengan kasus sembuh tercatat sebanyak 1.489 orang. Selain itu jumlah pasien meninggal dunia bertambah 127 orang menjadi 4.143 orang.

"Kita dapatkan hasil positif terkonfirmasi sebanyak 2.133 orang, sehingga akumulasi totalnya menjadi 86.521," katanya. Penambahan terbanyak dicatat DKI Jakarta sebesar 313 kasus baru. Diikuti Jawa Tengah dengan 300 kasus dan Jawa Timur sebanyak 275 kasus.

Tapi secara akumulatif, Jawa Timur tetap terbanyak yaitu ada 18.308 kasus positif. Diikuti DKI Jakarta dengan total 16.538 kasus positif.

Gugus Tugas Penanganan Covid-19 mengingatkan protokol kesehatan yang harus dijalankan ketika mengadakan rapat di kantor. Ketika rapat di kantor, harus dipastikan semua peserta dalam kondisi sehat.

"Jika akan digelar pertemuan fisik di kantor, pastikan bahwa hanya dihadiri oleh orang-orang yang tidak sakit. Pastikan kapasitas ruang itu betul-betul bisa menjamin untuk jaga jarak," ujarnya. Selain itu, Yuri mengatakan durasi rapat juga harus dibatasi. Hal lain yang juga penting adalah, saat rapat, lebih baik tidak disediakan makanan dan minuman.

Yuri mengatakan, jika ada makanan dan minuman maka peserta rapat cenderung akan melepas masker. Padahal, masker tidak boleh dilepas untuk mencegah penyebaran virus corona. "Hilangkan kebiasaan sajikan makanan dan minuman di ruang rapat," lanjut dia.

Sebelumnya, WHO sangat merekomendasikan masyarakat untuk menghindari Tiga Cs (Three Cs), yakni menghindari tempat ramai dengan banyak orang (crowded places), menghindari kontak atau berbicara dengan orang dalam jarak dekat (Close-contact settings), dan menghindari ruang terbatas dan tertutup dengan ventilasi udara yang buruk (Confined and enclosed spaces).

Sebab, menurut WHO, tempat-tempat

dengan kriteria seperti itu memudahkan virus dengan nama resmi SARS-CoV-2 untuk menyebar lebih cepat. "Risiko lebih tinggi di tempat-tempat di mana faktor-faktor tersebut tumpang tindih," tulis WHO. "Bahkan saat (aturan) pembatasan dicabut, pertimbangkan ke mana Anda akan pergi dan #StaySafe dengan menghindari Tiga Cs."

Selain aturan Tiga Cs, WHO juga menyarankan masyarakat untuk selalu menghindari keramaian, mempertahankan jarak sosial minimal 1 meter dari orang lain, membuka jendela dan pintu untuk ventilasi yang lebih baik jika memungkinkan.

Selanjutnya, menjaga kebersihan dengan sering mencuci tangan, menghindari tangan menyentuh wajah, dan tutup batuk dan bersin dengan siku. Terakhir, selalu mengenakan masker dengan benar agar droplet dan airborne yang tersebar tak terhirup hidung atau terkena mulut.

### Ancaman 'Infeksi Serial'

Sebuah studi menunjukkan seseorang dikhawatirkan bisa terinfeksi dua mutasi virus Corona dalam satu waktu. Hal ini bisa meningkatkan risiko kematian akibat Covid-19.

Peneliti dari University of California Berkeley Public Health (UC Berkeley) menyebut variasi patogen yang beredar di Eropa dan Amerika Serikat dapat menyebabkan 'infeksi serial' pada beberapa orang. Infeksi ini dikhawatirkan dapat membingungkan sistem kekebalan tubuh sehingga bisa memicu reaksi berlebihan. "Jika satu strain masih sangat lazim, situasinya tetap harus dipantau dengan ketat terutama pada mereka dengan kondisi parah dan jarak sosial harus dipertahankan untuk memastikan strain kedua tidak masuk ke dalam tubuh," tutur Lee Riley, profesor penyakit menular UC Berkeley dan penulis utama studi ini dikutip dari South China Morning Post.

Studi sebelumnya menemukan bahwa jenis mutasi SARS-CoV-2 yang banyak menyebar di masyarakat disebut D614G. Mutasi ini dapat meningkatkan stabilitas fisik protein lonjakannya dan membuatnya lebih menular.

Awalnya, mutasi ini jarang ditemukan di China, wilayah tempat pertama kali virus Corona diduga menyebar. Namun di awal bulan ini, lebih dari 70 persen sampel dalam basis data global memiliki strain ini.

Strain D614G diketahui berevolusi menjadi dua sub kelompok utama yakni strain pertama dengan satu mutasi tambahan (C14408T) dan strain lainnya dengan dua mutasi tambahan (C14408T dan G2556T).

Strain kelompok pertama saat ini lebih dominan di Eropa sedangkan kelompok kedua sering dijumpai di Amerika Serikat. Namun mereka justru melihat saat kedua strain menginfeksi secara bersamaan, ada kecenderungan kasus kematian memuncak dalam beberapa minggu meski sudah disesuaikan dengan faktor kematian lain. "Temuan ini meningkatkan kemungkinan bahwa orang yang tinggal di wilayah dengan prevalensi tinggi dari strain yang ada, (mereka) dapat terinfeksi secara simultan dengan setiap varian," jelas peneliti.

Penelitian lain menunjukkan, infeksi corona bisa merusak hampir seluruh sistem organ dan efeknya bertahan lama bahkan setelah pulih. Laporan terbaru menunjukkan bahwa coronavirus baru mempengaruhi paru-paru, jantung dan sistem saraf. Bahkan para peneliti juga melihat organ lain berisiko, seperti ginjal dan hati, serta bagian tubuh lainnya seperti saluran pencernaan.

"Awalnya kami memperlakukan virus ini seperti virus pernapasan lainnya seperti influenza," ahli penyakit menular dan vaksinolog UC Berkeley, John Swartzberg, MD, dikutip dari Medical Daily.

Pada paruh pertama 2020, dokter mengamati beberapa komplikasi yang persisten pada pasien COVID-19 seperti sesak napas. Selain itu diamati juga bahwa efek sitokin dari COVID-19 menargetkan sel-sel otot jantung.

Tak lama, COVID-19 juga terlihat menyerang sistem saraf pusat. Bukti menunjukkan bahwa virus dapat secara langsung mempengaruhi neuron dan menyebabkan masalah psikologis atau cacat kognitif. Komplikasi serius dari virus Corona adalah munculnya pembekuan darah. Dalam beberapa kasus, pasien muncul dengan pembekuan darah yang tidak normal. Beberapa mengalami emboli paru ketika gumpalan darah menyebar ke paru-paru. Gumpalan lainnya menyebabkan stroke yang mempengaruhi sistem pembuluh darah otak.

Kedua emboli paru dan stroke telah dikaitkan dengan kerusakan jangka panjang pada organ tersebut. Efek jangka panjang lain dari Covid-19 juga ditemukan di ginjal beberapa pasien karena kelebihan sitokin, dan di hati dan saluran pencernaan karena Covid-19 dapat mengikat reseptor mereka.

Studi terbaru juga menunjukkan bahwa COVID-19 memiliki efek unik pada anak-anak. Para peneliti menemukan bahwa beberapa pasien muda mengalami sindrom peradangan multi-sistem yang mirip dengan penyakit Kawasaki, selama dan setelah infeksi parah, yang mempengaruhi kulit, persendian, ginjal, paru-paru dan jantung serta meningkatkan risiko kematian. (ist, ins)

## IMF INGATKAN GELOMBANG KEBANGKRUTAN MENDEKAT

Jakarta- Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) melaporkan kenaikan tertinggi kasus Covid-19 global untuk secara berturut-turut, dengan total penambahan mencapai 259.848 dalam 24 jam. Dana Moneter Internasional (IMF) pun mengingatkan gelombang kebangkrutan makin mendekat. Kebijakan konkret, terutama oleh negara-negara G20 diharapkan bisa menjadi penyelamatnya.

Hal itu diungkapkan Direktur Pelaksana Dana Moneter Internasional (IMF) Kristalina Georgieva saat menghadiri pertemuan virtual menteri keuangan dan gubernur bank sentral negara-negara anggota G20 akhir pekan ini.

"Akibat dampak berkelanjutan dari pandemi Covid-19, ekonomi global menghadapi resesi yang dalam tahun ini, dengan pemulihan parsial dan tidak merata diharapkan terjadi di 2021. Di sisi lain, masih ada ketidakpastian yang besar. Untuk itu, langkah-langkah yang belum pernah diambil negara-negara anggota G20 maupun negara-negara lain akan membantu mencegah hasil yang jauh lebih buruk," ujarnya dalam rilis resmi IMF seperti dikutip, Minggu (19/7).

"Ketika kita memasuki fase berikut dari krisis, kebijakan konkret lebih lanjut diperlukan sebagaimana peningkatan kerja sama internasional. Rencana Aksi G20 adalah kunci dari upaya ini. Untuk mendukung negara-negara dalam memerangi krisis dan mencegah gelombang kebangkrutan hingga peningkatan ketimpangan, saya menekankan hal-hal berikut," lanjutnya.

Pertama, respons dari sisi kesehatan masyarakat tetap menjadi prioritas utama untuk melindungi masyarakat, pekerjaan, dan aktivitas ekonomi. Kedua, kebijakan fiskal dan moneter yang saling mendukung satu sama lain harus dilanjutkan sampai dapat keluar dari krisis.

Ketiga, kebijakan yang mendukung perubahan transformasional perlu dipersiapkan karena beberapa sektor dapat menyusut secara permanen, sedangkan sektor-sektor lain seperti digital bakal terus meluas. Keempat, negara-negara G20 perlu bersatu untuk

membantu negara-negara yang miskin dan rentan, terutama mereka yang memiliki utang dalam jumlah besar atau bergantung kepada sektor-sektor yang terpuak pandemi.

### Diprediksi AS Resesi Lagi

Seperti diketahui, Pemerintah Singapura pekan lalu melaporkan perekonomian mengalami kontraksi di kuartal II-2020. Tidak tanggung-tanggung produk domestik bruto (PDB) pada kuartal II-2020 berkontraksi alias minus 41,2% quarter-to-quarter (QtQ) setelah minus 3,3% di kuartal I-2020. Kontraksi pada periode April-Juni tersebut lebih buruk dari konsensus di Trading Economic sebesar -37,4%.

Dalam tempo dua pekan ke depan, ada satu negara maju lagi berisiko resmi mengalami resesi. Tidak tanggung-tanggung, yang akan resmi mengalami resesi adalah negara Adikuasa, Amerika Serikat (AS). Tetapi, ini bukan yang pertama kali AS mengalami resesi.

Melansir Investopedia, AS (negara dengan nilai ekonomi terbesar dimuka bumi ini) sudah mengalami 33 kali resesi sejak tahun 1854. Sementara jika dilihat sejak tahun 1980, Negeri Paman Sam mengalami empat kali resesi, termasuk

yang terjadi saat krisis finansial global 2008.

AS bahkan pernah mengalami yang lebih parah dari resesi, yakni Depresi Besar (Great Depression) atau resesi yang berlangsung selama 1 dekade, pada tahun 1930an. Tetapi pada akhirnya AS bisa bangkit mempertahankan statusnya sebagai negara dengan nilai ekonomi terbesar di dunia.

Melansir The Balance, ada lima indikator ekonomi yang dijadikan acuan suatu negara mengalami resesi, yakni produk domestik bruto (PDB) riil, pendapatan, tingkat pengangguran, manufaktur, dan penjualan ritel. Data PDB AS baru akan dirilis pada Kamis (30/7/2020) pekan depan, sekaligus menjadi peresmian resesi ke-34.

Sementara itu, empat indikator lain sudah menunjukkan akan mengalami resesi. Pendapatan warga AS bisa dilihat dari data rata-rata upah per jam yang dirilis setiap awal bulan. Data yang dirilis oleh Departemen Tenaga Kerja AS menunjukkan rata-rata upah per jam mengalami penurunan 1,2% month-on-month (MoM) di bulan Juni, di bulan sebelumnya juga turun 1% MoM, meski di bulan April terjadi peningkatan 4,7% MoM. (ist,ins)

## EKONOMI ASIA MELAMBAT

