



CHECK DIGITAL EDITION

# REKOR 555 KEMATIAN

## Jual Obat Corona di Atas HET, 5 Tahun Bui Menanti

Membaca 3 hingga 5 kabar duka dari saudara, kerabat hingga rekan kerja di grup pesan bak menjadi hal lumrah sepekan terakhir. Belum lagi, berita meninggalnya tokoh dan artis yang juga tak henti berseliweran di media massa dan media sosial. Ngeri! Tercatat Minggu (4/7) jumlah kematian akibat Covid-19 di Indonesia mencetak rekor baru yaitu sebanyak 555 jiwa. Artinya selama 24 jam terakhir, setiap satu jam ada 23 orang meninggal dunia. Ironisnya, di sisi lain malah ada beberapa pihak yang mencari keuntungan materi di tengah pandemi. Obat-obatan yang terkait corona hingga oksigen dijual dengan harga 'gila'. Pemerintah pun berupaya mencegah spekulasi dengan menetapkan Harga Eceran Tertinggi (HET). Bagi yang menjual di atas standard apalagi menimbun, maka 5 tahun bui dan denda Rp 2 miliar menanti. "Tolong renungkan, berapa orang dekat kita tiada," kata Kapolda Metro Jaya.

Baca Hal 11

### JUMLAH KEMATIAN

### COVID-19 S/D 4 JULI 2021



Total Kasus Positif

**2.284.084**

Kematian

**60.582**

Sembuh

**1.928.274**

### 11 HET OBAT TERKAIT CORONA YANG SUDAH DIATUR PEMERINTAH

1. Favipiravir 200 mg tablet Rp 22.500
2. Remdesivir 100 mg injeksi Rp 510.000
3. Oseltamivir 75 mg kapsul Rp 26.500
4. Intravenous immunoglobulin 5 persen 50 ml infus Rp 3.262.300
5. Intravenous immunoglobulin 10 persen 25 ml infus Rp 3.965.000
6. Intravenous immunoglobulin 10 persen 50 ml infus Rp 6.174.900
7. Ivermectin 12 mg tablet Rp 7.500
8. Tocilizumab 400 mg/20 ml infus Rp 5.710.600
9. Tocilizumab 80 mg/4 ml infus Rp 1.162.200
10. Azithromycin 500 mg tablet Rp 1.700
11. Azithromycin 500 mg infus Rp 95.400



**GADUH KETERSEDIAAN OKSIGEN****KEMENKES LARANG WARGA 'NYETOK'  
PADAHAL DI RS HABIS, KUDU PIYE?**

Jakarta- Sebanyak 63 pasien di RSUP Dr Sardjito, Yogyakarta, dikabarkan meninggal dampak krisis stok oksigen. Di sisi lain, Ahli Paru dari Universitas Indonesia, dr Praseno Hadi, mengatakan bagi pasien Covid-19 yang menjalani isolasi mandiri di rumah dengan aturasi oksigen 90 persen diminta segera membeli oksigen.

Berbeda, juru bicara Kemenkes dr Siti Nadia Tarmizi malah meminta masyarakat tak membeli oksigen. Kalau merasa sesak, ia meminta warga segera ke fasilitas layanan kesehatan (faskyankes). Hal ini tentu bertolak belakang dengan kenyataan bila stok oksigen di RS diakui mulai menipis.

"[Sebaiknya] tidak menyetok [oksigen] ya," kata Nadia, Minggu (4/7). Nadia mengakui saat ini pasien COVID-19 mungkin akan sulit mendapatkan ruangan di faskes. Tetapi ia menyarankan penggunaan oksigen dengan pemantauan dokter atau fasyankes yang mengawasi.

Kalau memang kondisi sesak segera ke rumah sakit. Memang mungkin tidak ada ruangan, tetapi sebaiknya pengobatan dilakukan di bawah pengawasan dokter dan fasyankes.

Harga oksigen saat ini, kalau pun ada, memang mencengangkan. Seperti yang dikatakan Joko (45) warga Depok, Jabar. "Harganya bos, enggak kira-kira," jawab dia lirih saat ditanya.

Kerabat Joko, seorang lansia, pedagang kaki lima di salah satu pasar di Depok membutuhkan oksigen. Tetapi harga tabung oksigen ukuran 1 meter saja yang biasanya hanya ratusan ribu kini jutaan rupiah. "Mau ke rumah sakit penuh, full. Jadi isoman, cari oksigen karena sesak, tapi ya harganya ini enggak karu-karuan. Stok isi ulanganya juga mesti cari sana sini, banyak yang habis, atau juga antre, Ya Allah," terang Joko.

Apa yang dialami Joko, juga dialami Rika (32) warga Kabupaten Bogor yang pontang panting mencari oksigen untuk ayahnya. Harga oksigen portabel ukuran 500 ml yang di harga normal hanya puluhan ribu, kini mencapai ratusan ribu rupiah.

Di sisi lain, Kemenkes telah menetapkan Harga Eceran Tertinggi (HET) 11 obat bagi pasien COVID-19 agar tak ada oknum yang memanfaatkan situasi dengan menaikkan harga obat. Namun Nadia mengatakan belum ada wacana untuk menetapkan batas harga tertinggi baik untuk tabung maupun isi ulang oksigen. "Sampai saat ini belum ya," tandas dia.

**33 Meninggal karena Stok Oksigen**

Terkait kasus di RSUP Dr Sardjito, pihak RS tak menampik soal adanya 63 pasien yang meninggal itu, namun tidak semuanya karena kekurangan oksigen. Kepala Bagian Hukum dan Humas RSUP Dr Sardjito Banu



Stok oksigen mulai menipis di tengah meledaknya kasus corona di Indonesia.

Hermawan mengatakan, jumlah 63 pasien meninggal tersebut adalah akumulasi dari hari Sabtu (3/7) pagi sampai Minggu (4/7) pagi. Sedangkan yang meninggal karena dampak krisis stok oksigen sebanyak 33 pasien.

"Dari data kami (Sabtu, 3/7) jam 20.00 WIB sampai (Minggu, 4/7) tadi pagi, meninggal sekitar 33 pasien, jadi 33 pasien yang meninggal karena oksigen habis," kata Kepala Bagian Hukum dan Humas RSUP Dr Sardjito, Banu Hermawan, Minggu (4/7).

Banu melanjutkan, 33 pasien yang meninggal itu pun sudah dalam kondisi tersuplai oksigen dari tabung. Mereka tak tertolong karena memang kondisinya sudah berat atau masalah klinis. "Pertama, mereka kondisinya sudah berat, kedua mereka tetap tersuplai oksigen meskipun dengan oksigen tabung. Yang meninggal karena dengan kondisi ventilator itu hanya sekitar 4 pasien. Kemudian yang meninggal itu 15 ada di UGD," jelasnya.

Banu menambahkan, pada pukul

03.40 WIB tadi, truk oksigen liquid pertama sudah masuk dan mengisi tabung utama, sehingga oksigen sentral di RSUP Dr Sardjito sudah berfungsi kembali. Disusul truk kedua pada pukul 04.45 WIB masuk pula mengisi tabung sentral oksigen.

Untuk diketahui, pemerintah melalui Kementerian Kesehatan sudah mengimbau pasien COVID-19 tanpa gejala dan saturasi oksigen 95 persen sebaiknya menjalani isolasi mandiri. Lantas bagaimana jika sedang isolasi mandiri tiba-tiba saturasi oksigen turun di bawah 95 persen atau sekitar 90 persen?

Ahli Paru dari Universitas Indonesia, dr Praseno Hadi, menuturkan, jika pasien Covid-19 memiliki saturasi oksigen 90 persen, maka secepatnya dia harus mendapatkan bantuan oksigen.

"Kalau nanti penderita ada warga kita yang sakit dan saturasi oksigen Ya kurang dari 90, maka segeralah beli oksigen ya kemudian tidur tengkurap

miring kanan atau miring kiri," kata Praseno dalam konferensi pers, Minggu (4/7).

Namun sebelum memutuskan membeli oksigen, Praseno memberikan tips agar oksigen pasien COVID-19 yang sedang menjalani isolasi mandiri tetap stabil. "Caranya coba tidur tengkurap, secara berkala, lakukan setengah sampai 1 jam, dilakukan berulang-ulang. Tujuannya untuk distribusi oksigen di dalam paru jadi lebih merata," ucap dia. "Kalau usaha itu kita tidak bisa lakukan maka mau tidak mau kita harus beli oksigen, upayakan oksigen," tambah dia.

Lebih lanjut, Praseno mengatakan jika tidak ada tabung oksigen, maka pasien itu harus segera dirujuk ke rumah sakit agar kondisinya tidak semakin memburuk. "Kalau tidak bisa juga, mau tidak mau harus dirujuk ke rumah sakit. Itu sedikit trik untuk masyarakat Indonesia bagaimana mengatasi sesak napas dalam menghadapi pandemi Covid-19," tutup dia. (ist)



# PEMERINTAH IZINKAN WNA 'FULL VACCINE' MASUK, DPR DESAK LARANGAN PENUH

Jakarta - Menteri Koordinator Bidang Kemaritiman dan Investasi Luhut Binsar Pandjaitan menegaskan bahwa terhitung sejak Selasa, 6 Juli 2021 besok, seluruh Warga Negara Asing (WNA) yang masuk ke Indonesia wajib mengantongi kartu atau bukti vaksin. Namun, menurut DPR RI pemerintah harusnya menutup penuh pintu bagi pengunjung asing demi keselamatan masyarakat.

"Efektivitas dari kebijakan ini penting untuk diperhatikan, supaya pemberlakuannya hanya sekali saja dan tidak berdampak negatif yang cukup dalam terhadap berbagai sektor. Oleh karenanya, selama pemberlakuan PPKM Darurat saya meminta kepada Pemerintah agar mengambil langkah tegas dengan melarang WNA masuk ke Indonesia, dengan alasan berwisata maupun bekerja," tutur Wakil Ketua DPR RI Sufmi Dasco Ahmad, Minggu (4/7).

Diberitakan sebelumnya, sebanyak 20 tenaga kerja asing (TKA) asal Cina tiba di Bandara Internasional Sultan Hasanuddin, Sulawesi Selatan, Sabtu (3/7) malam. Kedatangan mereka menuai sorotan di tengah penerapan PPKM Darurat di wilayah Pulau Jawa dan Bali.

Kepala Dinas Tenaga Kerja dan Transmigrasi (Disnakertrans) Sulsel, Darmawan Bintang membenarkan kedatangan para pekerja asal Cina. Mereka akan bekerja di smelter PT Huadi Nickel Alloy Indonesia di Kabupaten Bantaeng, Sulsel. Petugas Disnakertrans telah dikerahkan untuk melakukan pendataan. "Staf Pengawasan Disnakertrans Sulsel masih mencari informasi terkait pemanfaatan TKA tersebut serta hal-hal lain berkaitan

dengan izin-izin mereka," ucapnya.

Untuk diketahui, pemerintah memang tidak menutup total pintu bagi WNA. "Seluruh WNA yang ke Indonesia, mulai 6 Juli 2021, harus menunjukkan kartu vaksin (fully vaccinated) dan hasil PCR negatif Covid-19 sebelum bisa masuk Indonesia," ujar Menko Luhut dalam keterangan tertulis, Minggu (4/7).

Pengecualian sertifikat vaksin, kata dia, diberikan kepada diplomat dan kunjungan pejabat asing setingkat menteri sesuai dengan praktik hubungan diplomatik yang juga diterapkan negara lain.

Sementara itu, untuk WNI yang akan masuk ke Indonesia namun belum mengantongi kartu vaksin, tutur Luhut, harus terlebih dahulu menunjukkan PCR negatif Covid-19 sebelum kedatangan. Setelah dikarantina dan terbukti negatif Covid-19, mereka akan langsung diberikan vaksin.

"Aturan karantina, baik bagi WNA maupun WNI, akan menjalani karantina selama 8 hari dengan dua kali test PCR, yaitu saat kedatangan dan pada hari ketujuh," kata Juru Bicara Kemenko Marves Jodi Mahardi.

Ihwal batas karantina selama delapan hari, Jodi berujar hal itu sesuai arahan Kementerian Kesehatan. Perimbangannya, antara lain dibutuhkan pengetahuan masa karantina pelaku perjalanan internasional sebagai bentuk peningkatan kewaspadaan menghadapi variant of concern.

Selain itu, median inkubasi virus SARS-CoV-2 varian Delta dan Alpha adalah empat hari. Maka, masa karantina delapan hari berarti men-



Sebanyak 20 TKA asal Cina tiba di Bandara Internasional Sultan Hasanuddin, Makassar, Sabtu (3/7/2021) malam.

cakup dua kali lipat median masa inkubasi virus tersebut. Karantina 8 hari dilakukan dengan kombinasi entry & exit testing RT-PCR yang dilakukan pada saat pelaku perjalanan tiba dan diulang pada hari ketujuh.

Selanjutnya, entry testing dilakukan untuk mendeteksi sedini mungkin potensi penularan dari pelaku perjalanan. Exit testing dilakukan pada hari ketujuh untuk menunggu masa inkubasi virus, sebagai antisipasi virus belum terdeteksi pada tes pertama.

Pemerintah pun mengklaim kombinasi karantina dan entry-exit testing dapat mencegah penularan pasca karantina, dengan probabilitas penularan kurang dari 0,25 persen. Selain itu, pemerintah menilai implementasi karantina pelaku perjalanan perlu dilakukan dengan disiplin dan ketat, agar tidak terjadi penularan di masa karantina. (ist)



## DUGAAN PENCEMARAN GREENFIELDS

### DPRD JATIM BAKAL REKOMENDASIKAN PENUTUPAN KE GUBERNUR

BLITAR - Kasus dugaan pencemaran lingkungan PT Greenfields Indonesia di Blitar terus bergulir, Komisi D DPRD Provinsi Jawa Timur (Jatim) pun ikut angkat suara. Salah satu langkahnya dengan melaporkan kasus itu ke Wahana Lingkungan Hidup Indonesia (Walhi) Jatim. Tak hanya itu, jika tetap tak direspon pihaknya akan merekomendasikan penutupan operasional kepada Gubernur Jawa Timur.

"Jadi setelah mendapat keluhan dari masyarakat, serta berkoordinasi dengan Pemkab Blitar. Saya sebagai anggota Komisi D DPRD Provinsi Jatim yang juga membidangi pencemaran Satkernya DLH, melaporkan kepada Walhi Jatim," ujar anggota Komisi D Bidang Pembangunan DPRD Provinsi Jatim Dapil Blitar - Tulungagung, Bambang Rianto, Minggu (4/7).

Bambang menjelaskan, hasil koordinasi dengan Pemkab Blitar terkait pembuangan limbah yang dilakukan sejak Greenfields beroperasi yaitu 2018 lalu hingga sekarang, perusahaan susu tersebut dinilai tidak mau

mencari solusi. "Dalam arti tidak ada niatan baik, terkait dengan penyelesaian pencemaran ini," jelas kader dari Partai Hanura ini.

Informasi terakhir yang diterima Bambang, Bupati Blitar Rini Syarifah juga sudah melayangkan Surat Teguran Kedua kepada PT Greenfields. Perusahaan memang menyanggupi melakukan pembenahan pembuangan limbah. "Tapi kenapa sejak dulu tidak dilakukan, zaman kepemimpinan bupati yang lama. Memang seperti ini tidak ada itikad baik," tandasnya.

Dalam waktu dekat yaitu 13-14 Juli 2021 ini diungkapkan Bambang, sebenarnya ada agenda sidak Komisi D dari DPRD Provinsi Jatim ke PT Greenfields. Tapi karena adanya pemberlakuan PPKM Darurat ada imbauan tidak boleh ada kunjungan. "Sebenarnya ini kunjungan Komisi D kedua, yang pertama sekitar 2-3 bulan yang lalu ditolak masuk oleh Greenfields dengan alasan masih pandemi Covid-19. Padahal pandemi sudah lama berlangsung, jadi sebenarnya itu bukan alasan," sesal Bambang.

Setelah sidak nanti, Bambang menegaskan jika tetap tidak ada tanggapan, Komisi D akan merekomendasikan penutupan PT Greenfields kepada Gubernur Jatim atau Kementerian Lingkungan Hidup. "Sekaligus menunggu surat teguran yang ketiga, kalau tetap tidak ada niatan baik untuk penanganan pencemaran dan pembuangan limbah di sungai," tegasnya.

Bambang menyatakan Walhi sendiri merekomendasikan Pemkab Blitar untuk membuat surat teguran atau peringatan dan kini sudah terbit surat teguran kedua. "Setelah itu akan membuat laporan ke Gakkum Terkait Lingkungan Jabalnsura di Surabaya, termasuk laporan ke Gakkum yang ada di pusat atau Kementerian LH," bebernya.

Ditambahkan Bambang sebelumnya PT Greenfields juga sudah beberapa kali mendapat peringatan dari DLH Provinsi Jatim, sebagai Satker mitra Komisi D. "Intinya tidak serius dengan penanganan limbah," imbuhnya.

Seperti diberitakan sebelumnya kasus pencemaran limbah PT Green-

fields ke Sungai Genjong dan Sungai Lekso, telah berlangsung sejak 2018. Sedikitnya warga di 12 desa pada 3 kecamatan di Kabupaten Blitar, yaitu Kecamatan Wlingi, Gandusari dan Doko menjadi korban limbah PT Greenfields ini. (ais)



Anggota Komisi D DPRD Provinsi Jatim, Bambang Rianto

Foto: Istimedia

**NUSANTARATODAY****KABAR BAIK, PENYALURAN 7 JENIS BANSOS PPKM DARURAT DIPERCEPAT**

Jakarta- Pemerintah memutuskan untuk memperpanjang beragam program bantuan sosial (bansos) seiring dengan pemberlakuan pembatasan kegiatan masyarakat (PPKM) darurat Jawa-Bali mulai 3 Juli hingga 20 Juli 2021 mendatang. Harapannya dengan bansos tersebut dapat meringankan beban masyarakat selama masa PPKM darurat. Setidaknya ada 7 Bansos yang dilanjutkan.

"Mudah-mudahan paling lambat pada minggu kedua bulan Juli bansos akan bisa disalurkan ke seluruh pelosok Tanah Air kepada keluarga penerima manfaat yang membutuhkan," ujar Menteri Koordinator Bidang Pembangunan Manusia dan Kebudayaan Muhadjir Effendy dikutip Minggu (4/7).

Muhadjir menyebut, saat ini telah dilakukan sinkronisasi bansos. Hal itu melihat sasaran sejumlah program seperti Program Keluarga Harapan

(PKH) 10 juta keluarga penerima manfaat (KPM), program sembako 18,8 juta KPM, serta perpanjangan Bantuan Sosial Tunai (BST) Mei-Juni sebanyak 10 juta KPM.

Selain itu, pemerintah juga mendorong percepatan penyaluran Bantuan Langsung Tunai (BLT) dana desa kepada 5 juta KPM. BLT dana desa juga didorong untuk menambah penyaluran untuk mencapai target kuota 8 juta KPM.

Masalah data masih menjadi kendala dalam penyaluran bansos. Menteri Sosial Tri Rismaharini menyebut terdapat 3,61 juta KPM yang belum bisa disalurkan karena terhambat data. "Permasalahan seperti inilah yang perlu segera kita perbaiki sehingga penyaluran bansos bisa dilakukan dan betul-betul mencapai target," terang Risma.

Sementara itu, Menteri Keuangan



Program bantuan sosial kembali digeber saat PPKM Darurat, termasuk Bantuan Langsung Tunai (BLT) Desa dan Bantuan Sosial Tunai (BST).

Sri Mulyani menegaskan bahwa tidak ada masalah dalam penganggaran untuk pemberian BST. Namun, diperlukan surat dari Mensos untuk usulan perpanjangan BST bulan Mei-Juni

2021. "Saya minta ini untuk segera dikirim agar di bulan Juli ini bisa segera disalurkan sekaligus dua bulan alokasi BST. Ini tentu akan sangat membantu," jelas Sri. (ist)

**7 JENIS BANSOS PPKM DARURAT****BANTUAN PRODUKTIF UNTUK USAHA MIKRO (BPUM)**

- Juli-September alokasi anggaran sebesar Rp 3,6 triliun kepada 3 juta UMKM
- Total anggaran 2021 Rp 15,36 triliun untuk 12,8 juta UMKM.
- Hingga kuartal II-2021 terealisasi Rp 11,76 triliun untuk 9,8 juta UMKM

**PROGRAM KELUARGA HARAPAN (PKH)**

- Dianggarkan Rp 28,31 triliun untuk PKH di 2021 dengan target penerima 10 juta KPM.
- Realisasi hingga akhir Juni 2021 baru mencapai Rp 13,96 triliun dengan 9,9 juta KPM.

**BLT DESA (BERSUMBER DANA DESA)**

- Anggaran Rp 28,8 triliun di 2021 ini
- Keluarga miskin mendapatkan Rp 300.000 per KPM per bulan
- Target penerima BLT desa sebanyak 8 juta
- Baru terealisasi Rp 5,05 triliun atau 17,5 persen dari target kepada 5,02 juta KPM atau 62,7 persen dari keseluruhan target penerima.

**KARTU SEMBAKO**

- Anggaran pada 2021 Rp 42,37 triliun dengan target 18,8 juta KPM
- Realisasinya baru 15,9 juta KPM mencapai Rp 17,75 triliun hingga Juni 2021.

**KARTU PRAKERJA**

- Dialokasikan anggaran sebesar Rp 10 triliun untuk memperpanjang Kartu Prakerja
- Membuka pendaftaran bagi 2,8 juta peserta

**BANSOS TUNAI (BST)**

- Dianggarkan Rp 6,1 triliun untuk memperpanjang program BST
- Diberikan ke 10 juta masyarakat yang tidak mampu yang belum menerima bantuan Program Keluarga Harapan (PKH) dan kartu sembako.

**DISKON TARIF LISTRIK**

- Subsidi listrik untuk rumah tangga dengan

golongan daya 450 VA sampai dengan 900 VA akan diperpanjang hingga September 2021.

- Program diskon listrik hingga September 2021 ini dianggarkan sebesar Rp 1,91 triliun

**FASKES KEWALAHAN, LAPANGAN TEMBAK SURABAYA JADI RS LAPANGAN**

Petugas menyiapkan Lapangan Tembak di Kedung Cowek, Kecamatan Bulak menjadi RS Lapangan untuk menampung ledakan pasien corona di Surabaya.

**S**URABAYA- Ledakan kasus Covid-19 terus terjadi di Indonesia, termasuk Surabaya. Fasilitas Kesehatan (Faskes) di Kota Pahlawan inipun sudah tak kuat lagi menampung pasien. Bahkan, Asrama Haji Sukolilo yang digunakan untuk isolasi warga, kini antreannya mencapai 700 orang lebih. Pemkot Surabaya akhirnya mengambil langkah cepat dengan mengubah Lapangan Tembak di kawasan

Kedung Cowek, Kecamatan Bulak menjadi Rumah Sakit (RS) Lapangan.

"Hari ini di Asrama haji yang antre sudah 700 orang. Sehingga hari ini juga kita membuat tempat untuk Rumah Sakit Lapangan isolasi mandiri, seperti di Asrama Haji itu," kata Walikota Surabaya Eri Cahyadi, Minggu (4/7).

Nantinya, di tempat itu juga akan ditempatkan tenaga kesehatan. Di lokasi tersebut, setidaknya ada 4 tempat yang sangat luas dan bisa dijadikan lokasi perawatan pasien Covid-19.

"Jadi dari depan pintu masuk, dari bawah itu akan ada tempat IGD. Setelah itu baru dimasukkan ke kamar-kamar. Insyallah hari ini kita siapkan semuanya dengan mengerahkan semua Satgas. Kita siapkan tempat tidurnya dan semuanya. Senin (5/7)

semoga sudah bisa dioperasikan RS lapangan di lapangan tembak ini, semoga bisa bermanfaat," tegas dia.

Eri juga mengaku merasa tidak tega ketika melihat warga Surabaya yang terpapar Covid-19. Ia tidak ingin ada warga Surabaya yang sulit mendapatkan pelayanan kesehatan terbaik. Untuk itu pihaknya memastikan apapun akan dilakukan untuk kepentingan warga Surabaya. "Semua yang dimiliki oleh Pemkot akan kita manfaatkan untuk melayani warga, termasuk gedung ini," ujarnya.

Ia juga memastikan, yang akan dirawat di RS lapangan itu adalah pasien OTG atau gejala ringan, karena khusus yang sudah sesak nafas dan parah akan langsung dirawat di rumah sakit. Sedangkan yang masih gejala ringan bisa dirawat di tempat tersebut.

"Kalau isolasi di tempat ini kan bisa dipantau oleh dokter, karena di sini nanti juga akan ada dokter, yang paling penting itu. Berbeda kalau isolasi

mandiri di rumah, kan tidak ada dokter. Sehingga tidak bisa dipantau dan itu yang mengkhawatirkan," imbuhnya.

Eri juga memastikan, kapasitas rumah sakit yang sedang disiapkan itu sekitar 500 lebih. Namun, jumlah itu masih dihitung kembali, karena saat ini sedang dilakukan penataan. Diketahui masih ada beberapa ruangan yang bisa dipergunakan juga. "Tapi nanti kita pastikan lagi dengan bed jumlahnya berapa, nanti insyallah kita pastikan, tapi dayaampungnya sekitar 500 lebih," pungkasnya.

Sementara itu, Rumah Sakit Lapangan Indrapura (RSLI) melalui relawan pendampingan pada Program Pendampingan Keluarga Pasien Covid-19 (PPKPC) mengadakan screening donor plasma konvalesen, Minggu (4/7/2021). Hal ini dipicu semakin tingginya permintaan plasma konvalesen ke PMI Surabaya yang jumlahnya mencapai lebih dari 300 permintaan setiap hari. (Ard)

# DIKLAIM AKURASINYA 98%, KEMENKES: TES KUMUR SUDAH KANTONGI IZIN EDAR

Jakarta - Sesuai rekomendasi WHO, tes swab nasofaring dan orofaring (PCR dan Antigen) yang menjadi standar tes Covid-19. Di Indonesia tes kumur untuk mendeteksi corona yang diinisiasi oleh GSI Lab dan Biofarma menjadi perbincangan hangat di tengah masyarakat.

Para ahli mengembangkan alat PCR namun dengan metode kumur. Mengutip dari Instagram @gsilab.id, nantinya sang pengguna PCR hanya diminta untuk berkumur dengan larutan khusus sebanyak tiga kali lalu letakkan air yang dikumur di dalam sebuah wadah yang akan diteliti. Hasil dari tes kumur ini diklaim punya akurasi 93 hingga 98 persen. Tes ini juga aman untuk anak-anak di atas 3 tahun.

Juru Bicara Kemenkes dr Siti Nadia Tarmizi meluruskan, tes kumur ini bukanlah jenis tes baru. Kumur-kumur adalah sebuah cara baru untuk mengambil spesimen tanpa melalui nasofaring. Lebih mudahnya, ini adalah tes tanpa harus colok hidung.

Nadia melanjutkan, spesimen yang didapat dari berkumur-kumur ini nantinya akan diperiksa melalui mesin PCR. "Ini bukan tes yaa tapi cara mengambil spesimen untuk kemudian diperiksa di mesin PCR. Kalau kemarin itu pakai swab (nasofaring) sekarang pake metode tidak swab tapi kumur," ujar Nadia, Minggu, (4/7).

Nadia menegaskan, tes kumur ini sudah melewati serangkaian uji lab sehingga kini telah mengantongi izin edar. Untuk saat ini, tes kumur bisa dilakukan di GSI Lab Kuningan dan Cilandak, Jakarta Selatan.

Direktur Jenderal Kefarmasian dan Alat Kesehatan Kemenkes Arianti Anaya mengatakan PCR kumur buatan dalam negeri telah memenuhi standar dari

Badan Kesehatan Dunia (WHO). Kemenkes menurutnya juga telah mengeluarkan izin edar PCR kumur Bio Saliva pada 1 April 2021 bernomor KEMENKES RI AKD 10302120673.

"Ini kan produk inovasi baru dan kita sangat mendukung. Kalau memang hasil validasi ulang ternyata produk inovasi ini bagus, tentu akan menjadi pertimbangan dalam pengambilan kebijakan testing dan tracing di masa pandemi," katanya.

Arianti mengatakan saat ini pihaknya masih melakukan uji validasi kembali untuk memastikan sensitivitas dan kestabilan produk PCR kumur.

Meski diklaim akurat, Kepala Bidang Penanganan Kesehatan Satgas Covid-19 Alexander K Ginting menyebut bahwa tes kumur ini belum masuk rekomendasi WHO.

Ia melanjutkan, WHO masih menetapkan tes swab nasofaring dan orofaring sebagai standar tes COVID-19. Sejumlah penelitian juga menemukan bahwa tes swab nasofaring atau tes colok hidung memberikan hasil yang lebih bisa diandalkan.

Karenanya, Alex menyebut penggunaan tes kumur sebagai alat deteksi COVID-19 masih harus diteliti lebih lanjut. "Belum direkomendasikan dan perlu uji lab pembandingan yang ditunjuk oleh WHO," tutupnya.

## Deteksi 10 Varian Corona

Sebelumnya, Sekretaris Perusahaan Bio Farma Bambang Heryanto merinci 10 varian tersebut di antaranya adalah varian B.1.617.2 (Delta), B.1.617.1 (Kappa), B.117 (Alpha), B.1351 (Beta), P.1 (Gamma), B.1525 (Eta), B.1526 (Iota), B.1466.2 (varian Indonesia), B.1.427/29 (Epsilon), dan

varian C.37 (Lambda).

"Sampai saat ini belum ada produk alat uji covid-19 di Indonesia yang dapat mendeteksi 10 varian mutasi covid-19," kata Bambang. Bambang mengatakan PCR kumur Bio Saliva telah mendapatkan izin edar dari Kementerian Kesehatan pada 1 April 2021 dengan Nomor KEMENKES RI AKD 10302120673.

Ia juga menyebut PCR kumur dapat berkontribusi meningkatkan kapasitas tracing nasional. Sebab, bisa mendeteksi hingga angka CT 40 dengan tingkat sensitivitas hingga 93,57 persen.

Selain itu, PCR kumur tersebut bisa diberikan kepada anak-anak sampai lansia. Proses pengambilan sampel PCR kumur pun terbilang praktis sehingga, memungkinkan pengambilan sampel dalam jumlah yang sangat besar tanpa perlu menambah tenaga medis. "Hal ini menjadikan Gargle-PCR sebagai alternatif selain gold standard Swab Nasofaring-Orofaring menggunakan PCR Kit yang memiliki sensitivitas hingga 95 persen," terang dia.

Ada dua titik yang menyediakan tes kumur itu, yakni di GSI Lab Cilandak yang beralamat di Jl. RA Kartini Nomor 34, Cilandak, Jakarta, serta di GSI Lab Sintesa Kuningan yang beralamat di Jl. Setiabudi Selatan No.17, Lapangan Parkir Menara Duta. Biaya tes PCR kumur dihargai Rp799 ribu per orang. Hasil tes keluar di hari yang sama jika tes dilakukan sebelum pukul 12.30 WIB.

Merespons hal ini, ahli biologi molekuler dari Universitas Yarsi Ahmad Rusdan Utomo, PhD menyebut tes kumur adalah inovasi yang menjanjikan. Hal ini karena tes kumur lebih

## LANGKAH-LANGKAH PCR KUMUR



nyaman dilakukan dari swab nasofaring.

Jika dibandingkan dengan tes ludah yang sempat digunakan, Ahmad menyebut bahwa tes kumur atau gargle lebih akurat. Ia juga mengatakan bahwa tes kumur lebih tinggi sensitivitasnya ketimbang menggunakan ludah.

"Kalau tes sebelumnya menggunakan ludah, tapi sensitivitasnya agak rendah sekitar 30-40 persen. Tapi inovasi tes kumur atau tepatnya gargle nampaknya lebih tinggi sensitivitasnya," ujarnya. (ist)

## FAKTA TENTANG BIO SALIVA

1. Diklaim mendeteksi hingga 10 varian COVID-19, yaitu:

- B.1.1.7 (Alpha)
- B.1.351. (Beta)
- P.1 (Gamma)
- B.1.617.2 (Delta)
- B.1.617.1 (Kappa)
- B.1.525 (Eta)
- B.1.526 (Iota)
- B.1.466.2 (varian Indonesia)
- B.1.427/29 (Epsilon)
- C.37 (Lambda).

2. Melewati uji validasi selama 7 bulan, Nusantics bekerja sama dengan instansi yang direkomendasikan Kemenkes RI, termasuk:

- Fakultas Kedokteran (FK) Universitas Diponegoro
- Rumah Sakit Nasional Diponegoro (RSND)
- Rumah Sakit Umum Pusat Dr. Kariadi (RSDK)

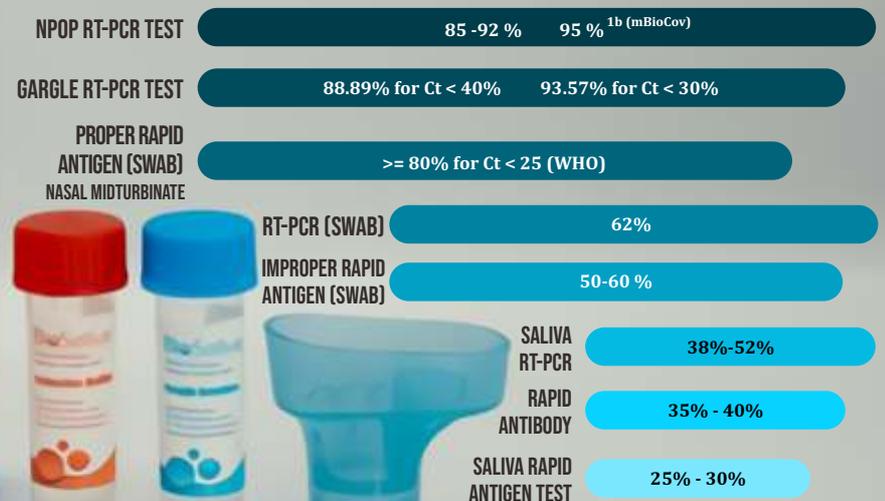
3. Bio Saliva telah mendapatkan izin edar dari Kementerian Kesehatan (Kemenkes) RI. Tertanggal 1 April 2021, Bio Saliva memiliki nomor izin edar (NIE) AKD 10302120673.

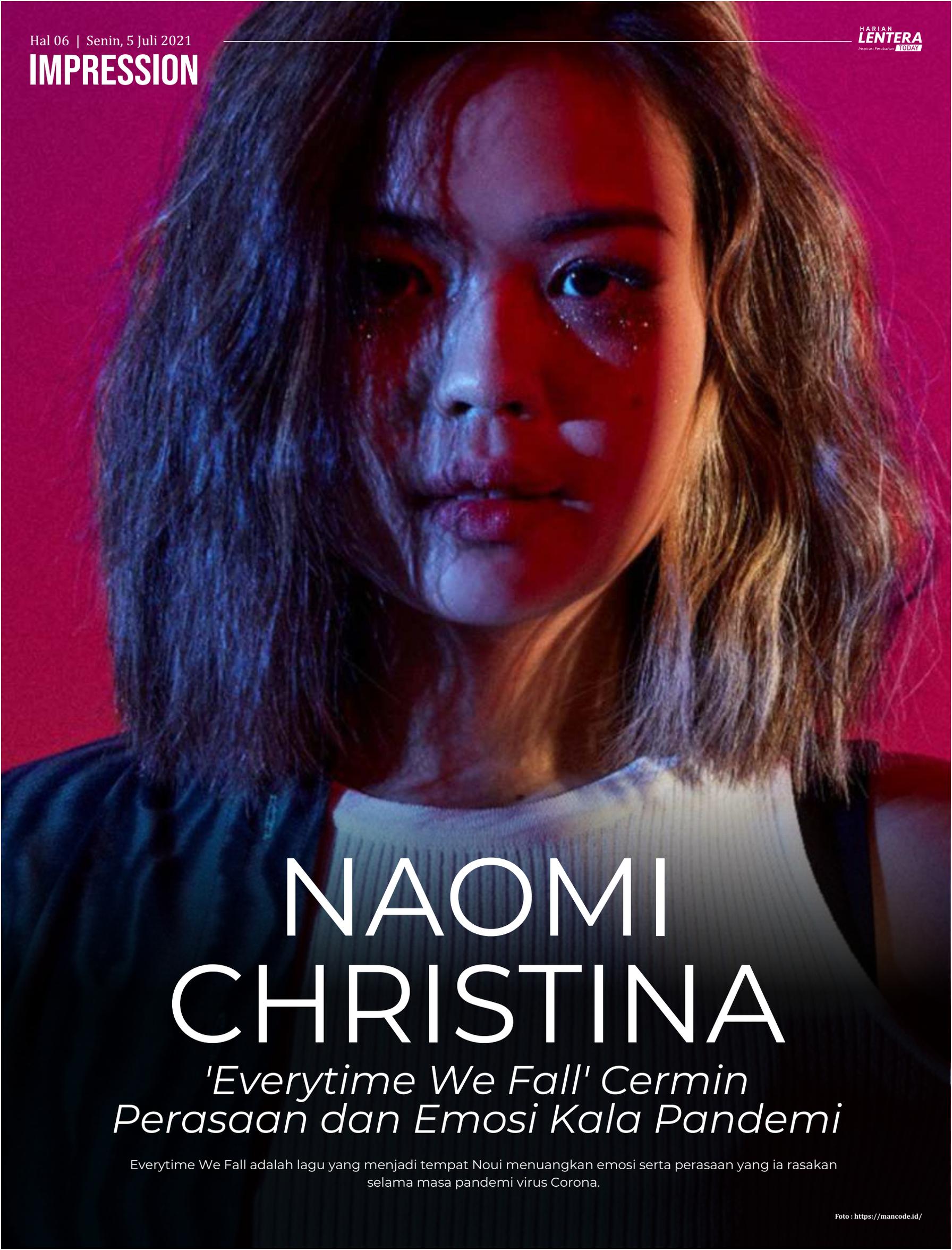
4. Bio Saliva dijual dengan Rp 799 ribu.



Produk Bio Saliva yang dikembangkan Biofarma dan diklaim efektif mendeteksi 10 varian corona.

## TINGKAT SENSITIVITAS AKURASI TEST COVID-19





# NAOMI CHRISTINA

*'Everytime We Fall' Cermin  
Perasaan dan Emosi Kala Pandemi*

Everytime We Fall adalah lagu yang menjadi tempat Noui menuangkan emosi serta perasaan yang ia rasakan selama masa pandemi virus Corona.

**N**aomi Christina atau yang dikenal dengan nama panggung Noui belum lama ini merilis single berjudul *Everytime We Fall*. Lagu itu menjadi single keduanya setelah *Neptune's Tune* sekaligus lagu pertama yang menandai bergabungnya ia di *Wonderland Records*.

Dalam lagu itu, Noui bekerja sama dengan Heiakim yang selama ini kerap memproduksi lagu-lagu bersamanya.

Menurut Noui, *Everytime We Fall* adalah lagu yang menjadi tempat dirinya menuangkan emosi serta perasaan yang ia rasakan selama masa pandemi virus Corona. Ia menuliskan rasa sepinya karena dirinya, yang kini bermukim di Singapura seorang diri, harus menghadapi hari-hari di masa pandemi ketika berada jauh dari rumah.

"Dari mulai nulis lagu ini waktu itu lagi masa-masa quarantine. Aku tinggal sendiri di Singapura, ini negara orang, dan banyak kesedihan lah ya dari pas tinggal sendiri itu. Jadi cara aku buat mengusir kesedihan itu caranya buat lagu dan *Everytime We Fall* itu salah satu lagu yang inspirasinya datang dari kesedihan itu," cerita Noui,

Selain menulis untuk menuangkan perasaannya, lewat lagu tersebut, Noui juga berharap, ketika pendengarnya

merasakan hal serupa, mereka tidak lagi merasa sendirian. "Buat nenangin diri sendiri. Aku berharap bisa kalau ada orang-orang yang ada di posisi (sama dengan) aku (mereka merasa), 'Oh I'm not alone,'" jelas dia.

Proses penggarapan *Everytime We Fall* dikerjakan Noui bersama Heiakim. Dirinya kemudian melakukan rekaman di kediamannya di Singapura. Hasil rekaman tersebut kemudian dikirim ke Tanah Air secara daring.

"Proses penggarapan lagunya itu awalnya aku buat lagu rekamnya di handphone kan. Itu lagu ada di iPhone kayak tiga bulanan, belum ada niat untuk produksi. Dulu pas kerja sama sama Heiakim udah lah produce, kami feature. Akhirnya *Wonderland* dateng, in a big picture kan dan pick up the song. Jadi aku ngerekamnya di rumah, dikirim suaranya ke Indonesia lewat email," ungkap Noui.

#### Animator di Singapura

Selain bermusik, Noui sebenarnya sehari-hari bekerja sebagai animator di Singapura. Dirinya mengaku berniat mendalami musik karena dunia tersebut masih berkaitan dengan pekerjaan sehari-harinya.

Dalam merintis kariernya sebagai musisi sekaligus menjalani pekerjaannya sebagai animator, Noui pun tidak merasa

kesulitan dalam membagi waktu.

"Justru karena bagi aku karena itu sangat berkaitan. Cara membagi waktu, aku kerja di sini tuh dari jam 10 sampe jam 7 (malam), kerja animasi. Itu kayak kerja office biasa. Tapi ya setelah jam 7 bisa ngapain aja, itu di musik biasanya. Write music. Bisa juga nulis lagu di tengah-tengah kayak lunch break kalau ada inspirasi nulis," tuturnya.

Sebelum menjadi musisi dan mengeluarkan lagu karyanya, Noui telah lama tertarik pada musik. Dirinya kerap menulis lagu untuk menuangkan isi hatinya. Noui mengaku dirinya adalah sosok yang tertutup dan kerap sulit bercerita pada orang lain. Maka setiap kali ia merasakan sesuatu, dia lebih suka untuk bercerita melalui lagu.

Bahkan menurut Noui, musik dapat membantunya keluar dari kesedihan ketika tengah dirundung masalah serius. "Kalau nulis lagu itu memang sistem aku buat keluar dari depression," ungkap Noui. "Mungkin itu gara-gara salah satu alat buat aku berkomunikasi, aku bukan ekstrovert. Jadi rada susah buat aku menumpahkan perasaan dalam kata-kata kalau cuman berbicara. Buat lagu itu way for me to immortalize my feelings and to see what I go from there. Bukan nulis diary tapi nulis lagu," kisah dia.

Terkait pilihan membuat nama panggung, menurut Noui, dirinya tidak

ingin mencampurkan musik dengan kehidupan pribadi. "Sebenarnya gara-gara Naomi Christina buat personal aja kali ya, soalnya kalo musik itu persona yang mau aku bangun kan. Jadi kalau pake nama Naomi kurang cocok ya rasanya," tuturnya.

Dirinya tidak langsung menemukan nama Noui sebagai nama panggung. Sebelumnya, ia sempat bermusik di balik nama Naoe. "Ditanya mau mengubah nama atau nggak, dipikir-pikir iya sih, ubah saja," ucapnya.

Ketika memutuskan untuk mengubah nama, dirinya pun langsung memikirkankan nama apa yang akan ia gunakan. Noui muncul ketika ia tengah bercakap-cakap dengan seorang temannya yang berbicara dalam bahasa Prancis. Ia pun terinspirasi dari ungkapan "Oui" yang berarti "iya".

Rupanya, setelah ia mencari tahu, Noui juga bisa berarti sesuatu yang baru dalam bahasa Latin. "Aku dapet Noui itu sebenarnya aku dapetnya pas ngobrol sama temen, terus dia ngomong pakai bahasa Prancis jadi oui, oui gitu. Terus kayaknya aku bisa nambahin N depannya jadi Noui. Habis pembicaraan itu aku lihat di Google artinya apa, tapi nggak ada. Terus pas sesudah itu, jadinya jadinya keluar ada artinya noui bahasa Latin artinya baru. Something new," kisahnya. (ist)

## Lirik Lagu

# Everytime We Fall

Noui ft. Heiakim

are you afraid of dawn? it  
breaks

my soul confides in the beauty  
of your mind  
and the low tides, the sunrise  
we'll hold each other tight  
for today there's no tomorrow  
for today there's no tomorrow

and we fall, we fall  
fallin for it all  
theres no place I'd rather be  
no words can get to me

and we fall, we fall  
fallin for it all  
theres no place I'd rather be  
no words can get to me

it don't matter where you are  
I'll be the lover you're the star  
now i wonder what you dream

when we're away, i'm falling  
deep

at the low tides, the sunrise  
we'll hold each other tight  
for today there's no tomorrow  
for today there's no tomorrow

and we fall, we fall  
fallin for it all  
theres no place I'd rather be  
no words can get to me

are you afraid of love? it fades  
still searching for place for  
more  
and so we'll hide beyond the  
day  
to hold each other tight  
for today there's no tomorrow  
for today there's no tomorrow



**FAMILY**

# MOOD BOOSTER, KOMBINASI WARNA INI UNTUK KAMAR MINIMALIS

Pemilihan warna cat pada kamar tidur harus dipertimbangkan dengan baik. Sebab, salah-salah bisa tak hanya memperburuk ruangan, tetapi juga suasana hati atau mood. Sebab tak hanya membuat ruangan

semakin berwarna, tetapi mengaplikasikan cat di kamar tidur juga bisa meningkatkan suasana hati seseorang. Dilansir dari berbagai sumber, berikut ini kombinasi warna untuk kamar tidur kecil.

Foto : <https://www.pexels.com/>

## Cokelat dan krem

Cokelat dapat tampil elegan jika digunakan dalam jumlah terukur. Gunakan dalam jumlah sedang agar tidak "membangjiri" ruangan. Untuk alternatif lainnya, aplikasikannya di salah satu dinding agar menjadi titik fokus atau menggunakannya untuk aksesoris di beberapa furnitur di kamar tidur.

Perlu diketahui bahwa cokelat termasuk warna pekat. Karena itu, harus dikombinasikan dengan warna yang lebih terang di sekitarnya seperti krem. Perpaduan keduanya bakal membuat tampilan kamar tidur tampak manis dan menarik.

memberikan nuansa lebih luas dan terang, sementara kuning menciptakan suasana terbuka yang dipenuhi cahaya.



## Turquoise

Aksen dinding merujuk pada teknik pewarnaan satu atau dua dinding dengan warna yang berbeda. Tujuannya adalah untuk menciptakan separasi visual atau titik yang menarik perhatian. Teknik ini bisa diterapkan pada ruangan sempit untuk menghadirkan ilusi luas di ruangan tersebut.

Warna cat kamar tidur turquoise atau juga biasa disebut dengan biru hijau ini sangat cocok untuk ruangan kecil agar terlihat lebih besar. Sama halnya dengan warna cat kamar tidur lainnya, warna cat kamar tidur biru hijau ini juga dapat memberikan suasana yang sejuk dan segar. Apalagi jika ditambah dengan kasur yang empuk, tidurmu pasti jadi lebih nyaman!



## Hijau Lemon

Jika kamu tinggal di daerah bersuhu hangat dan ruangan yang dipenuhi cahaya alami, gunakan warna cat kamar tidur hijau lemon sebagai sentuhan tropis. Walaupun jarang digunakan untuk warna cat kamar tidur, warna hijau lemon ini juga dapat membuat kamar tidur yang sempit menjadi terasa lebih besar. Warna hijau lemon juga dapat memantulkan cahaya dari matahari atau sinar lampu dengan baik sehingga akan memberikan efek ruangan kamar yang lebih terbuka.

Apabila terasa terlalu dominan, kamu bisa mengombinasikan warna hijau lemon dengan warna lain sebagai penetral seperti warna putih. Kreasikan peletakkan warna tersebut, seperti pada dinding, spre, kursi lesehan, dan area meja kerja atau belajar.



## Merah Anggur

Jika dibandingkan dengan warna cat kamar tidur lainnya, warna merah anggur



## Peach dan putih

Untuk memberikan warna cerah di kamar tidur, Anda dapat menggunakan sentuhan warna peach dan putih. Dapatkan sentuhan warna peach pada dinding kamar tidur, lalu tambahkan sedikit putih untuk mengurangi kecerahan warna. Putih juga dapat menjaga keseimbangan, sementara peach dapat meningkatkan suasana hati setiap pagi.



## Baby blue dan kuning

Warna biru dan kuning yang tenang dapat menjadi tempat peristirahatan yang terinspirasi oleh hari-hari cerah dan langit biru. Kedua warna ini memiliki warna teduh sekaligus cerah yang memberikan nuansa lebih luas di kamar tidur berukuran kecil.



## Putih dan kuning

Kombinasi warna lain adalah putih dan kuning. Perpaduan kedua warna ini dapat membuat ruangan semakin terang dan luas. Putih akan



ini memang terkesan lebih gelap. Namun, warna cat kamar tidur ini bisa menjadikan ruangan yang sempit terkesan lebih luas. Warna cat kamar tidur merah anggur ini cocok untuk kamu aplikasikan di kamar tidur yang sempit.

Coba padukan dengan warna lain, seperti warna putih atau dengan warna-warna pastel lainnya. Kamu juga bisa memadukan warna cat kamar tidur ini dengan warna abu-abu sehingga menciptakan kesan luas dan elegan sekaligus.

Tambahkan poster kanvas, tirai dan gordena berwarna kalem juga dapat memberikan kesan elegan pada ruang tidurmu. Usahakan untuk mengecat plafon dengan warna lebih cerah dari warna cat kamar tidur. Ini juga dapat menyiasati ruangan sempit sehingga plafon tampak lebih tinggi dan ruangan akan terasa lebih luas.

Nah, sekarang kamu tahu kan triknya memiliki kamar yang terkesan luas? Semua bergantung pada warna cat kamar tidur dan juga tatanan interiormu.(ist)

# KASUR 'PINTAR' PENDETEKSI GEJALA COVID-19 PEMAKAINYA

**P**roduksen kasur dari Amerika Serikat, Sleep Number, dilaporkan tengah mengembangkan kasur pintar yang bisa mendeteksi gejala COVID-19 pada pemakainya. Ini bisa dilakukan karena kasur memanfaatkan teknologi biometrik.

Gary Garcia-Molina dari Sleep Number Labs menjelaskan kasur pintar yang dikembangkan bisa memantau detak jantung, napas, gerakan, dan waktu tidur seseorang. Data yang diperoleh kemudian dibandingkan dengan data tidur dari pasien positif Covid-19.

Dalam studi yang dilakukan terhadap 122 pengguna kasur positif Covid-19, tampak ada peningkatan rata-rata detak jantung dan tarikan napas. Selain itu durasi tidur para pasien juga secara umum lebih lama, namun kualitas tidurnya lebih buruk.

Dengan data yang ada para peneliti lalu membuat model yang akan memprediksi pemburukan penyakit.

"Durasi gejala Covid yang diprediksi oleh model sama dengan durasi gejala yang dilaporkan oleh pengguna. Kami bisa memprediksi 75

Foto : linkedin.com/Sleep Number LABS



persen kasus dalam waktu lima hari gejala muncul. Ini adalah informasi penting yang mungkin bisa membantu mencegah penularan," kata Gary

seperti dikutip dari Medscape.

"Kasur ini mungkin juga bisa dipakai untuk memprediksi penyakit yang gejalanya terkait, seperti

influenza atau pilek," lanjutnya. Studi pengembangan kasur ini dilaporkan pada pertemuan SLEEP 2021. Tertarik membelinya? (ist)

## BEBERAPA PILIHAN KASUR DENGAN TEKNOLOGI CANGGIH

### 1. Deteksi dan Hentikan Dengkuran

Di tahun 2017, Select Comfort meluncurkan kasur pintar dengan nama Sleep Number 360. Kasur ini memiliki banyak fitur. Pertama, ia mampu menyesuaikan posisi tidur pengguna secara otomatis agar tidur semakin nyaman. Kedua, bisa mendeteksi dengkuran dan bisa mengangkat kepala pengguna secara otomatis agar dengkuran berhenti.

Ketiga, algoritma yang disertakan mampu menilai kualitas tidur pengguna berdasarkan detak jantung juga pernapasan. Ada juga kemampuan memberi kehangatan pada kaki yang disebut sebagai fitur utamanya. Dikutip

dari The Verge, tempat tidur ini harganya 4.000 dollar AS atau sekitar Rp 53,5 juta untuk ukuran king (180x200 cm).

### 2. Terhubung dengan Pembuat Kopi hingga Pintu

Situs penggalang dana asal Amerika Serikat, Indiegogo Inc., memperkenalkan sebuah perangkat pintar berbentuk matras atau kasur yang bisa 'merevolusi' aktivitas tidur dan membawa pengguna lebih terkoneksi dengan internet.

Kasur ini dinamai Luna. Luna dilengkapi dengan sensor yang mampu memonitor pola tidur dan ber-komunikasi dengan berbagai perangkat yang terhubung dengannya, seperti ponsel

pintar dan mesin pembuat kopi untuk menyediakan minuman di pagi hari. Ponsel pintar bisa terkoneksi dengan Luna untuk memasang alarm, berbagi informasi mengenai kondisi kesehatan tubuh manusia, serta kebiasaan makan. Luna tersedia untuk pemesanan dengan berbagai ukuran dan dibanderol mulai US\$ 199 atau sekitar Rp 2,5 juta, tergantung dari ukuran yang diinginkan. Kabarnya, harga tersebut lebih murah US\$ 50 dari harga yang akan ditentukan di toko ritel selanjutnya.

### 3. Deteksi Perselingkuhan

Perusahaan asal Spanyol, Durmet, yang datang dengan ide membuat kasur pintar untuk mendeteksi perselingkuhan.

Kasur pintar bernama Smarttress ini memiliki fitur khusus bernama 'Lover Detection System'. Fitur ini dapat mengirimkan peringatan ke ponsel pengguna ketika mendeteksi kegiatan mencurigakan pada kasur. Untuk mendukung kemampuan tersebut, Smarttress dibekali 24 sensor ultrasonik yang disematkan pada pegasnya.

Tak hanya itu, kasur ini juga dapat mengetahui wilayah atau bagian kasur mana yang sedang bergerak, terutama jika wilayah-wilayah tersebut dianggap tak biasa. Mengingat kemampuan yang dimilikinya, banderol Smarttress pun terhitung cukup mahal. Untuk sebuah kasur pintar ini pengguna harus merogoh kocek sekitar US\$ 1.750 atau sekitar Rp 22 juta. (\*)

# TUBUH TETAP WANGI TAK PAKAI PARFUM, INI TRIKNYA

**M**emiliki aktivitas yang padat ternyata juga dapat membuat kalian mengeluarkan bau yang tidak sedap, lho. Apalagi aktivitas yang dilakukan di luar rumah dan dapat membuat tubuh kalian menjadi lengket dan bau.

Hal tersebut dapat menjadi masalah bagi kalian karena dapat membuat rasa percaya diri menjadi

hilang dan juga bisa merusak penampilan kalian. Nah, sehingga kalian pasti memerlukan berbagai cara untuk membuat tubuh tetap wangi, seperti menggunakan parfum.

Namun, selain menggunakan parfum kalian juga bisa melakukan cara lain lho agar tubuh kalian tetap wangi. Kira-kira cara apa saja yang bisa dilakukan? Simak penjelasan berikut ini.

## MANDI SECARA RUTIN

Bagi kalian yang memiliki aktivitas yang cukup padat, sebaiknya lakukan mandi secara rutin dan teratur. Namun, bagi kalian yang hanya melakukan aktivitas di rumah dan di ruangan ber-AC, juga tetap harus mandi minimal 2 kali sehari ya! Hal ini harus dilakukan agar kalian terhindar dari bakteri dan kotoran yang bercampur dengan keringat. Selain itu, tentunya agar tubuh kalian tetap wangi ya, ladies!

## MENCUKUR BULU KETIAK

Mencukur bulu ketiak adalah salah satu hal yang bisa kalian lakukan agar terhindar dari bau badan. Bulu rambut yang ada di ketiak dapat menyebabkan bau yang tidak enak karena bakteri dan keringat bercampur jadi satu karena lembab. So, jangan malas untuk mencukurnya, ya!

## MEMAKAI DEODORAN

Kalian dapat menggunakan deodoran untuk menutupi bau yang disebabkan oleh bakteri dan ketiak yang lembab. Hal tersebut bisa menghindari kalian dari bau badan yang berlebihan. Pastikan juga kalian memilih deodoran yang sesuai dengan jenis kulit kalian.

## TIDAK SEMBARANGAN MENGONSUMSI MAKANAN

Ternyata, mengonsumsi makanan yang sembarangan juga dapat membuat bau badan pada tubuh kita. Kalian bisa mengonsumsi makanan sehat yang bisa mendetoks tubuh

kalian agar tubuh tidak bau.

## MENGGUNAKAN PAKAIAN YANG NYAMAN

Menggunakan baju yang nyaman dan nggak bikin kalian menjadi berkeringat saat beraktivitas adalah pilihan yang tepat. Kalian bisa gunakan pakaian dengan bahan ringan, seperti bahan katun, linen, wol ringan yang dapat menyerap keringat dan membuat sirkulasi udara lancar. Nah, itu adalah beberapa cara yang dapat kalian lakukan agar terhindar dari bau badan dan tetap wangi meskipun tidak menggunakan parfum.

## LEMBABKAN TUBUH

Penting untuk kamu menjaga kelembaban tubuh. Ketika kulit kamu kulitmu kering, maka parfum akan lebih cepat hilang lo. Kamu harus kenakan pelembab atau losion untuk melembabkan kulit yang sekaligus dapat memberi wangi pada kulitmu dengan aman.

## PAKAI PARFUM DI TITIK NADI

Ini sering kali terlewat dan diabaikan padahal ini penting agar wangi parfum dapat tahan lebih lama. Semprotkan parfum pada nadi di leher dan pergelangan tangan, hal ini akan membuat wanginya lebih awet. Jangan lupa juga lakukan secara berulang setiap beberapa jam sekali tergantung parfum yang kamu kenakan ya, Ladies!

## PAKAI AROMA YANG SERUPA PADA PRODUK



Foto: <https://www.pexels.com/>

## WEWANGIAN

Ketika memilih produk dengan wewangian di dalamnya seperti shampoo, lotion, parfum, deterjen pakaian atau bahkan handcream, kamu sebisa mungkin memilih wewangian serupa. Misalnya, jika

lotionmu wangi blue berry, maka parfum serta deterjen pakaianmu pun sebisa mungkin blue berry. Ini akan membuat wangi lebih tercium kuat dan konsisten. Sehingga wangi tubuhmu pun akan lebih awet karena dipakai berlapis pula. (ist)

## PLUS-MINUS DEODORAN PILIHANMU

### Deodorant Roll On

Kelebihan Deodorant Roll On

- Harga terjangkau.
- Pemakaian lebih hemat
- Ramah lingkungan

Kekurangan Deodorant Roll On

- Meninggalkan noda pada pakaian.
- Butuh waktu yang lebih

lama untuk kering

- Kemasan lebih berat

### Deodorant Lotion

Kelebihan Deodorant Lotion

- Harga terjangkau.
- Awet digunakan
- Kemasan praktis

Kekurangan Deodorant Lotion

- Cara pakai kurang praktis
- Meninggalkan noda pada pakaian.
- Kerap meninggalkan rasa lengket di ketiak.

### Deodorant Spray

Kelebihan Deodorant Spray

- Cara pakai sangat praktis.

- Lebih cepat kering dan tidak meninggalkan noda.
- Kemasannya ringan

Kekurangan Deodorant Spray

- Harga lebih mahal
- Kurang cocok dipakai oleh pemilik kulit sensitif
- Lebih mudah habis saat digunakan.
- Kurang ramah lingkungan.

**Rekor 555 Kematian ... (dari hal 1)**

Data-data terbaru Covid-19 di Indonesia makin menyedihkan. Pada hari ini saja, Minggu (4/7) jumlah kasus bertambah 27.233 kasus. Angka ini hanya terpaut tipis dibandingkan Sabtu (3/7) yaitu 27.913 kasus baru.

Seperti dikutip dari laman covid19.go.id, total kasus positif mencapai 2.284.084, sembuh 1.928.274, dan meninggal 60.582 jiwa. Kasus aktif tercatat sebanyak 295.228, dan suspek sebanyak 133.189 orang.

Pertama kalinya kasus kematian Covid-19 harian kembali mencetak rekor sejak lima bulan lalu, yaitu 555 pasien meninggal. Jumlah kasus kematian harian tertinggi sebelumnya ada di 2 Juli 2021, sebanyak 539 orang wafat. Paling banyak berada di Jawa Tengah sebanyak 137 kasus.

"Cobalah Anda merenung sejenak, sudah berapa orang dekat kita apakah teman kerja, apakah keluarga, apakah teman bermain yang kemarin masih ada sekarang sudah tidak ada, yang kemarin masih bercanda gurau dengan kita sekarang terbaring lemas dan butuh pertolongan di rumah sakit," ujar Kapolda Metro Jaya, Irjen Mohammad Fadil Imran saat meninjau penyekatan di Jakarta Timur, Minggu (4/7).

Beberapa tokoh Indonesia dan kalangan selebritis pun banyak yang menjadi korban corona. Salah satunya putri sang proklamator, yakni Rachma-wati Soekarnoputri wafat pada Sabtu (3/7) pagi. Ia tutup usia sekitar pukul 06.15 WIB di RSPAD Gatot Soebroto Jakarta akibat Covid-19. Dari info yang didapatnya pada 26 Juni lalu, level CT value Rachmawati sebesar 22,8 dan saturasi 83 persen.

Dari kalangan pengusaha berita duka datang dari pendiri Samator Grup

Arief Harsono. Dia tutup usia pada 2 Juli 2021 akibat terpapar Covid-19. Sebelum kepergiannya, Arief berkoordinasi dengan banyak rumah sakit di Jawa Barat, Jawa Tengah, dan Jawa Timur terkait penyediaan oksigen selama pandemi ini.

Dari dunia seni dan budaya, dalang senior Ki Manteb Soedharsono meninggal dunia hari ini Jumat (2/7) sekitar pukul 09.45 WIB di kediamannya di Karanganyar, Jawa Tengah akibat terpapar Covid-19. Ki Manteb sempat di-swab antigen pada Kamis (1/7/2021) pagi dengan hasil positif Covid-19. Sebelumnya, Ki Manteb juga memiliki riwayat sakit paru-paru.

Terbaru adalah artis dan politisi Jane Shalimar. Setelah kerasnya berjuang untuk sembuh dari Covid-19, dia meninggal Minggu (4/7). Jane meninggal dunia pada pukul 04.20 pagi akan dimakamkan sesuai protokol Covid-19 di TPU Jeruk Purut, Jakarta Selatan.

Aktris berusia 41 tahun itu sempat dinyatakan positif Covid-19 tanggal 24 Juni 2021. Diketahui, Jane Shalimar mulai dirawat intensive di ICU sejak Selasa (29/6) dan sempat mengalami kesulitan untuk mendapat ruang perawatan karena rumah sakit penuh juga kesulitan mendapatkan tabung oksigen.

Masyarakat juga diminta tidak takut tes covid-19 demi membantu pelacakan kontak erat untuk memutus rantai penularan. Di samping itu, semakin cepat ditemukan pasien positif maka akan semakin cepat pula pengobatan.

Epidemiolog Universitas Griffith Dicky Budiman pun meminta masyarakat tak takut untuk tes covid-19 meski dalam keadaan flu.

Dicky menyebut tes covid-19 dengan swab antigen atau PCR pada orang yang sedang flu tidak akan mem-

buatnya positif covid-19. Pasalnya, kedua alat tes ini bisa membedakan mana virus covid-19 dan mana virus penyebab influenza biasa.

"Flu itu kan beda virusnya. Jadi dengan alat tes skrining apalagi PCR, atau rapid test antigen yang beredar sekarang ini tidak akan membuat orang flu yang dites jadi positif kalau memang tidak ada covid-19 di tubuhnya," ucap Dicky, Minggu (4/7).

Pernyataan serupa juga disampaikan oleh Dewan Pakai Ikatan Ahli Kesehatan Masyarakat (IAKMI) Hermawan Saputra. Ia mengimbau masyarakat tak perlu takut untuk tes covid-19 dengan swab antigen atau PCR meski dalam keadaan flu. Sebab, swab antigen atau PCR bisa membedakan mana virus SARS-CoV-2 dan virus flu biasa. Artinya, belum tentu orang yang flu juga terpapar covid-19. "Justru sekarang dalam keadaan pandemi ini semua harus dicurigai sebagai covid-19, dibuktikan dengan tes baik antigen maupun PCR," kata Hermawan.

**Harga Obat Ditetapkan Pemerintah**

Harga eceran tertinggi (HET) obat selama masa pandemi Covid-19 diatur pemerintah. Setidaknya ada 11 jenis obat yang diatur HET-nya oleh pemerintah. Hal ini diatur melalui Surat Keputusan Menteri Kesehatan RI Nomor HK.0 1.07/MENKES/ 4826/2021 Tentang Harga Eceran Tertinggi Obat dalam Masa Pandemi COVID-19. Kebijakan ini dikeluarkan untuk menjaga ketersediaan dan keterjangkauan obat selama masa pandemi.

Pemerintah pun meminta semua pihak jangan ada yang menimbun obat apalagi melipatgandakan harganya. Begitu juga untuk alat kesehatan. Jubir Menko Kemaritiman dan Investasi (Marves) Jodi Mahardi menyatakan sanksi sudah menanti bagi pihak yang nekat melakukan hal itu.

"Pelaku akan dikenakan sanksi berdasarkan UU No. 8 tahun 1999 tentang Perlindungan Konsumen," ujar Jodi dalam keterangannya, Minggu (4/7).

Pemerintah meminta jangan ada oknum yang bermain-main dengan nyawa orang lain di tengah krisis yang terjadi. Kesembuhan dan kesehatan bersama harus menjadi penting daripada mencari keuntungan di atas penderitaan orang lain. "Jangan mengambil keuntungan di atas penderitaan orang lain," pungkasi Jodi.

Berdasarkan penelusuran dalam UU No 8 tahun 1999 yang disebutkan Jodi, ancaman sanksi bagi pihak yang menjual obat di atas harga yang sebenarnya diatur dalam pasal 62 ayat 1. Sanksi berupa pidana penjara paling lama 5 tahun atau pidana denda paling banyak Rp 2 miliar.

"Pelaku usaha yang melanggar ketentuan sebagaimana dimaksud dalam Pasal 8, Pasal 9, Pasal 10, Pasal 13 ayat (2), Pasal 15, Pasal 17 ayat (1) huruf a, huruf b, huruf c, huruf e, ayat (2), dan Pasal 18 dipidana dengan pidana penjara paling lama 5 (lima) tahun atau pidana denda paling banyak Rp.2.000.000.000,00 (dua miliar rupiah)," bunyi pasal 62 ayat 1.

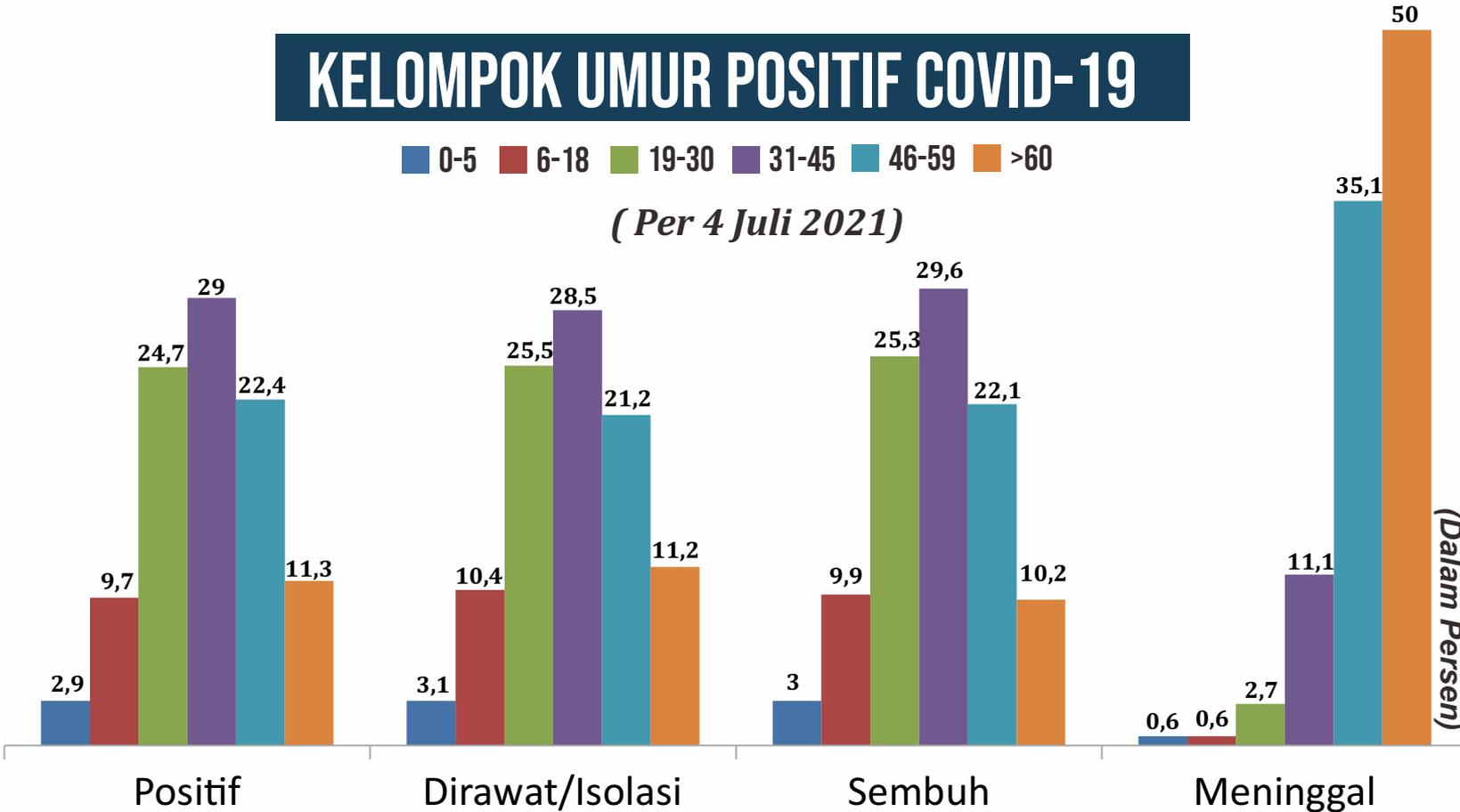
Menjual obat di atas HET sendiri melanggar pasal 10 UU no 8 tahun 1999. Dalam UU itu disebutkan pelaku usaha dilarang menawarkan, mempromosikan, mengiklankan atau membuat pernyataan yang tidak benar tentang produk yang dijual. Salah satu poinnya adalah harga atau tarif suatu barang dan jasa.

Juru Bicara Vaksinasi COVID-19 dr Siti Nadia Tarmizi sendiri mengungkapkan jika masyarakat menemukan obat dengan harga tinggi di atas HET bisa dilaporkan ke pihak berwajib. "Bisa lapor ke polisi, nanti akan ditindak aparat hukum," katanya. (ist,ins)

**KELOMPOK UMUR POSITIF COVID-19**

0-5 6-18 19-30 31-45 46-59 >60

( Per 4 Juli 2021)



**NOW!!!**

Otoritas Turki mulai menyuntikkan dosis ketiga vaksin virus Corona untuk para tenaga kesehatan (nakes) dan warga berusia 50 tahun ke atas.

## PAKAR AS: WARGA YANG TAK DIVAKSIN JADI 'PABRIK' VARIAN BARU CORONA

**T**ennessee - Ahli penyakit menular Nashville, Tennessee, Amerika Serikat (AS) mengungkapkan orang yang tidak divaksinasi tidak hanya merugikan dirinya sendiri, tapi juga orang lain. Pasalnya, warga yang tidak disuntik anti-corona berpotensi menjadi 'pabrik' yang melahirkan beragam varian baru virus Covid-19 ini.

Kepala Keamanan Institut Kesehatan Fi"Orang yang tidak divaksinasi adalah pabrik varian potensial. Semakin banyak orang yang tidak divaksinasi, semakin banyak peluang virus berkembang biak," jelas Dr William Schaffner, ahli sekaligus profesor di Divisi Penyakit Menular di Vanderbilt University Medical Center, dikutip Minggu (4/7). "Ketika itu terjadi, itu (virus) bermutasi dan bisa menimbulkan mutasi varian yang bahkan lebih serius di masa depan," lanjutnya.

Secara alami, semua virus bisa dan akan bermutasi. Meskipun virus Corona tidak terlalu rentan terhadap mutasi, virus ini terus berubah dan berevolusi. Perubahan itu bisa melemahkan virus atau membuatnya lebih kuat.

Tetapi, terkadang virus mengalami mutasi acak yang memberikan banyak keuntungan. Misalnya kemampuan menular yang lebih baik, kemampuan replikasi yang lebih efisien, atau kemampuan untuk menginfeksi berbagai macam inang.

Akibatnya, virus yang memiliki keunggulan itu akan mendominasi partikel virus yang menginfeksi seseorang. Jika orang yang terinfeksi itu menularkan virus ke orang lain, yang ditularkan adalah virus versi mutannya.

"Ketika mutasi muncul pada virus, yang bertahan adalah yang membuat virus lebih mudah menyebar di populasi," kata ahli mikrobiologi dan imunologi di Sekolah Kesehatan Masyarakat Johns Hopkins Bloomberg, Andrew Pekosz.

"Setiap kali virus berubah, itu memberi virus platform yang berbeda

untuk menambahkan lebih banyak mutasi. Sekarang kami memiliki virus yang menyebar lebih efisien," imbuhnya.

Saat ini, berbagai varian baru Corona sudah menyebar di seluruh dunia. Mulai dari varian Alpha, varian Beta, Kappa, Lambda, dan Delta. Itu sebabnya pada ahli kesehatan mendorong masyarakat untuk mendapatkan vaksin Covid-19. "Semakin kita membiarkan virus menyebar, semakin besar peluang virus itu untuk berubah," kata Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) beberapa waktu lalu.

Jika virus itu mencoba menginfeksi

seseorang yang memiliki kekebalan, virus itu mungkin gagal atau muncul berhasil menyebabkan infeksi ringan/tanpa gejala. Dalam hal ini, virus akan bereplikasi sebagai respons terhadap tekanan dari sistem kekebalan yang prima.

Virus yang berhasil menyerang tubuh akan membuat perubahan acak yang membuatnya tidak terlihat oleh sistem kekebalan tubuh. Maka dari itu, populasi orang yang tidak divaksin bisa memberikan kesempatan virus Corona untuk bermutasi.

### Vaksin Ke-3 Nakes RI

Ahli epidemiologi Fakultas Ke-

sehatan Masyarakat Universitas Indonesia (FKM UI), Pandu Riono meminta pemerintah memberikan vaksin Covid-19 dosis ketiga kepada tenaga kesehatan. Jenis vaksin Covid-19 untuk dosis ketiga ini harus berbeda dengan dosis kedua atau kombinasi.

"Pak Jokowi mohon lindungi nakes (tenaga kesehatan) kita dengan vaksinasi ketiga dengan vaksin berbeda, Pfizer atau Moderna, demi menyelamatkan nyawa nakes yang terdampak lonjakan kasus yang semakin tak terbendung," kata Pandu, Minggu (4/7).

Alumni University of Pittsbrug Amerika Serikat ini mengatakan, pemberian vaksin Covid-19 dosis ketiga dengan kombinasi sangat penting untuk membentuk kekebalan tubuh tenaga kesehatan. "Kombinasi vaksin yang beda memberikan respons imun lebih baik," ujar Pandu.

Dia kemudian menyinggung hasil studi di Inggris yang menunjukkan pencampuran dua jenis vaksin Covid-19 yang berbeda menambah kekebalan terhadap virus SARS-CoV-2 itu. Dua vaksin tersebut adalah AstraZeneca dan Pfizer. "Studi di UK (United Kingdom), kombinasi AZ (AstraZeneca) dan Pfizer sudah dipublikasi," ucap Pandu.

Sebelumnya, penelitian Universitas Oxford menyatakan suntikan vaksin Covid-19 Pfizer yang diberikan empat pekan setelah suntikan pertama vaksin AstraZeneca memberikan respons imun yang lebih baik, ketimbang satu dosis lagi AstraZeneca.

Penelitian yang diberi nama COMCOV ini membandingkan kombinasi dua dosis vaksin yaitu vaksin Pfizer dan Astra-Zeneca. Kombinasi dua vaksin tersebut menghasilkan konsentrasi antibodi yang cukup tinggi dalam melawan mahkota protein virus corona.

Pemerintah Indonesia sendiri mengumumkan, sebanyak 45 juta orang sudah mendapatkan suntikan vaksin Covid-19. (ist)

## Daftar Nama Baru Varian Corona



Sebelumnya disebut varian Inggris



Sebelumnya disebut varian Afrika Selatan



Sebelumnya disebut varian Brasil



Sebelumnya disebut varian India

### Variant of Concern (VOC)



Pertama kali ditemukan di Brasil



Pertama kali ditemukan di Beberapa negara



Pertama kali ditemukan di Filipina



Pertama kali ditemukan di AS

### Variant of Interest (VoI)



Pertama kali ditemukan di AS



Pertama kali ditemukan di India, dikenal juga sebagai varian India'



Pertama kali ditemukan di Peru