



CHECK DIGITAL EDITION

'LAMPU HIJAU' HAJI 2022? KEMENAG USUL BIAYA PER JEMAAH RP 45 JUTA

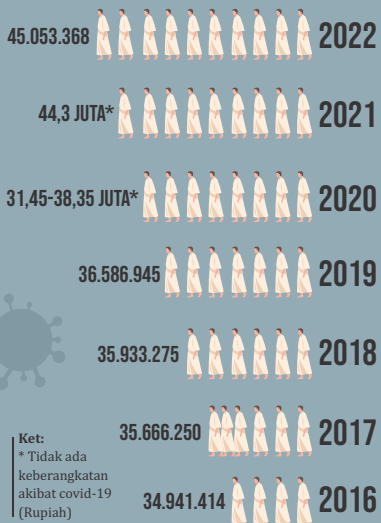
Kementerian Agama (Kemenag) mengusulkan biaya perjalanan ibadah haji (BPIH) reguler 1443 Hijriah atau 2022 Masehi sebesar Rp45.053.368 per orang. Apakah ini 'lampu hijau' keberangkatan, setelah 2 tahun berturut-turut ditunda akibat corona? Menteri Agama Yaqut Cholil Qoumas mengaku, hingga kini belum diundang Arab Saudi untuk membahas kuota maupun syarat keberangkatan para jemaah dari Indonesia. Padahal, jika mengacu pada kalender hijriah dan asumsi normal, jemaah haji pertama akan mulai berangkat pada 5 Juni yang artinya persiapan untuk pemberangkatan ibadah haji terhitung pendek. Meski demikian harapan tetap ada, sebab mulai tahun ini 'pintu' umrah telah dibuka. Menurut data, lebih dari 8.000 jemaah umrah asal Indonesia berangkat sejak 8 Januari-3 Februari 2022.

(Baca Hal 11)

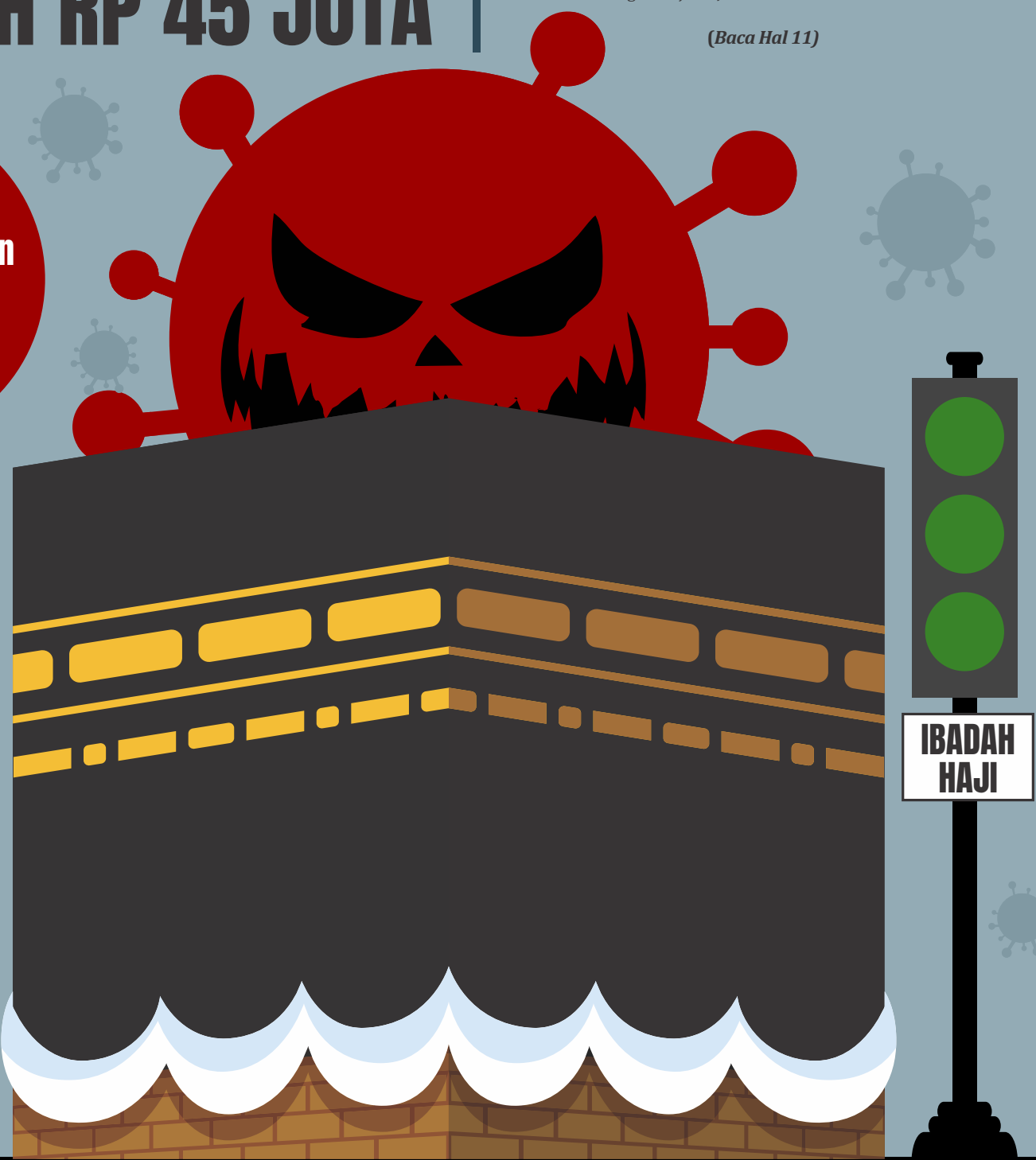
Parlement (Hal.3)
DPR Tanya Anggaran
Ibu Kota Baru,
PUPR Jawab
Belum Ada

BIAYA HAJI INDONESIA 2016-2022

Sumber : Kemenag RI



Ket:
* Tidak ada keberangkatan akibat covid-19 (Rupiah)



Harga Kedelai Kembali 'Menggila', Produsen Tempe Kena Getahnya



(Ilustrasi) Produsen tempe berencana akan mogok produksi selama 3 hari karena kenaikan harga kedelai yang tak terkendali. (foto-dok)

JAKARTA- Bak Kisah yang tiada berujung, lonjakan harga kedelai terjadi lagi. Akibat meroketnya harga bahan baku itu, para produsen tahu, tempe dan makanan berbahan dasar kedelai harus putar akal untuk bisa tetap menjual barang yang dihasilkan tapi tak merugi. Mogok produksi hingga mengecilkan ukuran produk menjadi pilihannya.

Direktur Barang Kebutuhan Pokok dan Barang Penting Kementerian Perdagangan Isy Karim pun menanggapi keluhan para produsen tahu dan tempe soal lonjakan harga kedelai yang masih terjadi hingga kini.

Isy menjelaskan, hingga pekan kedua Februari 2022, harga bahan baku tempe dan tahu itu masih tinggi. Di pasar global, komoditas itu diperdagangkan di level US\$ 15,78 per bushels untuk kontrak pada Mei 2022.

Lonjakan harga kedelai, kata Isy, disebabkan oleh inflasi di negara produsen yang belakangan berdampak pada meningkatnya biaya input produksi, sewa lahan hingga kekurangan tenaga kerja. Selain itu, ada masalah ketidakpastian cuaca di negara produsen turut andil mendorong petani kedelai menaikkan harga.

Data Chicago Board of Trade (CBOT) menunjukkan harga kedelai pada pekan kedua Februari 2022 mencapai US\$ 15,57 per bushels. Harga tersebut diperkirakan terus naik hingga Mei yang mencapai US\$ 15,78 per bushels dan baru mulai turun pada Juli sebesar US\$ 15,75 per bushels.

"Harga kedelai di tingkat perajin pada bulan Februari 2022 telah mencapai Rp 11.000 per kilogram dan akan terus mengalami peningkatan pada bulan mendatang menyesuaikan perkembangan harga kedelai dunia," kata Isy, Rabu (16/2).

Saat ini, mayoritas atau lebih dari 80 persen kebutuhan kedelai di dalam

negeri dipasok dari impor. Walhasil, perkembangan harga kedelai di dalam negeri sangat bergantung pada perkembangan harga komoditas tersebut di pasar global.

Isy memaparkan bahwa kementeriannya telah berupaya menjaga keberlangsungan usaha pengrajin tahu dan tempe. Caranya dengan memastikan pasokan kedelai aman dan tersedia serta melakukan koordinasi secara intens bersama pelaku usaha baik importir (AKINDO) maupun perajin tahu dan tempe (Gakoptindo).

Selain itu, importir juga telah menyampaikan komitmen untuk menjaga harga kedelai di tingkat importir sebesar Rp 10.500 sampai Rp 11.500 per kilogram pada Februari 2022. "Dan akan di-review setiap akhir bulan berjalan menyesuaikan perkembangan harga kedelai dunia," tutur Isy.

Selain itu, pemerintah tengah

membahas alternatif kebijakan stabilisasi harga kedelai agar perajin tahu dan tempe. Kebijakan itu diharapkan bisa membuat para pengusaha tetap memproduksi tahu dan tempe yang merupakan sumber protein dengan harga terjangkau bagi masyarakat.

Mogok Produksi

Ketua umum Gabungan Koperasi Produsen Tempe Tahu (Gakoptindo) Aip Syarifudin mengatakan, harga kedelai yang terus mengalami kenaikan dalam sepekan menjadi pemicu utama aksi mogok ini. "Kalau daerah DKI, Jabodetabek, DKI itu artinya 5 wilayah ya, Jabotabek, kemudian ikut lagi Bogor, Cianjur, Jawa Barat.

Sekarang diikuti lagi Jawa Tengah, kemudian diikuti lagi para pengrajin dari Jawa Timur. Kita gak ngajak mereka untuk demo, tapi malah kami [Gakoptindo] larang. Cuma mereka bilang kalau harganya mahal

para pengrajin akan tertekan," kata dia.

Aip menjelaskan, harga kedelai saat ini sudah mencapai Rp11.000/kg. Padahal harga normal yang didapat pengrajin sekitar Rp10.000/kg. Kenaikan mulai terasa pada awal Februari 2022. Kenaikan terjadi setiap hari dalam sepekan. Aip menggambarkan soal kenaikan kedelai ini. Pada 5 Februari harga kedelai ada di angka Rp10.500, kemudian hari selanjutnya harga kedelai naik Rp10.100/kg, lalu kenaikan terus berlanjut sampai di angka Rp11.000/kg.

"Kedelai selalu ada, jadi untuk itu kami pengrajin tempe tahu berterima kasih pada pemerintah tapi, makin hari makin naik harganya, kadang sehari awal Februari itu tiap hari naik Rp100-200 dalam seminggu itu 5 kali naik," terangnya.

Kondisi tersebut membuat para pengrajin harus mengurangi ukuran tahu dan tempe. Pasalnya, jika setiap pengusaha biasa membeli kedelai sebanyak 20 kg/hari sebesar Rp200 ribu, kemudian di hari selanjutnya uang Rp200 ribu tidak cukup untuk membeli 20 kg kedelai. Hal tersebut membuat pengrajin harus mengurangi kuota produksi kedelai untuk diolah menjadi tempe dan tahu.

"Kemendag sudah telepon, dan bilang jangan mogok. Kalau jangan mogok apa yang mau diberikan pada kami? Kami butuh harga kedelai turun. Kami di pengrajin cuma kalau naik terus, kan, harganya, ukurannya jadi kecil, kemudian kami nanti dimarain penjual. Harganya sama kok ukurannya lebih kecil," kata dia.

Aip pun meminta jika ada kenaikan harga kedelai, tidak terjadi setiap hari. Ia juga meminta pemerintah untuk mengoptimalkan produksi kedelai di dalam negeri agar harga kedelai tidak terlalu mengalami fluktuasi mengikuti harga kedelai internasional. (ashar, ktn,isti/dya)

HARGA KEDELAI NAIK

- Perajin tahu tempe mengeluhkan fluktuasi harga kedelai. Pasalnya, harga kedelai yang dipasok importir saat ini menembus **Rp 11.500 per kg**
- **Kenaikan harga kedelai** membuat perajin sulit mendapatkan keuntungan
- Gakoptindo meminta pemerintah **tetapkan harga kedelai impor yang stabil**, sehingga tidak ada lagi perubahan harga yang memper-sulit perajin



DPR Tanya Anggaran Ibu Kota Baru, PUPR Jawab Belum Ada

JAKARTA - Meski protes dan penolakan muncul, pemerintah Bersikukuh melanjutkan pemindahan ibu kota baru dari Jakarta ke Penajam Paser Utara, Kalimantan Timur. Bahkan nama ibu kota negara baru sudah disebut yaitu Nusantara. Namun saat rapat di DPR RI, Kementerian PUPR mengaku belum ada anggarannya. Lho?!

Dirjen Cipta Karya Kementerian PUPR Diana Kusumastuti mendapatkan pertanyaan langsung dari Komisi V DPR RI soal anggaran ibu kota negara (IKN) baru. Anggota komisi mempertanyakan anggaran untuk ibu kota baru. Awalnya, Novita Wijayanti, anggota Komisi V DPR RI mempertanyakan soal program kerja Ditjen Cipta pada 2022 yang tidak mencantumkan satupun program untuk pembangunan di ibu kota baru.

Dia heran Presiden Joko Widodo (Jokowi) sudah buru-buru mau meresmikan ibu kota baru namun sampai saat ini belum ada rencana pembangunan yang mau dilakukan. "Kepada bu Dirjen saya mau tanya tentang IKN, di 2022 memang nggak ada sama sekali program ini masuk ke IKN? Pak Presidennya kan 2024 kelihatannya sudah pengen banget meresmikan," ungkap Novita dalam rapat kerja yang dilakukan dengan Eselon I Kementerian PUPR, Rabu (16/2).

Novita pun mempertanyakan apakah belum ada anggaran yang disiapkan tahun ini untuk ibu kota baru. "Apakah ini tidak ada ini anggaran masuk ke IKN?" tanya Novita.

Diana pun menjawab sampai saat ini Kementerian PUPR belum sama sekali mengalokasikan anggaran



Ketua DPR RI Puan Maharani tinjau lokasi IKN Nusantara. (Foto.Dok)

khusus untuk IKN pada tahun ini. "Kemudian untuk masalah IKN, memang sampai saat ini Kementerian PUPR belum ada alokasi khusus untuk IKN di tahun 2022 ini," jawab Diana.

Dia menjelaskan memang UU IKN sudah diresmikan, hanya saja sampai saat ini belum ada arahan untuk melakukan revisi anggaran, khususnya untuk menambah anggaran dalam rangka pembangunan IKN. "RUU sudah jadi UU, namun demikian kita belum ada arahan revisi ataupun penambahan untuk anggaran IKN hingga saat ini," ujar Diana.

Sebelumnya, Staf Ahli Menteri Bidang Teknologi, Industri, dan Lingkungan Kementerian PUPR Endra S. Atmawidjaja juga pernah menyatakan belum ada biaya pembangunan yang dianggarkan tahun ini di IKN baru.

Endra menjelaskan sejauh ini pihaknya hanya baru membuat perencanaan pembangunan fasilitas dasar di ibu kota baru. Pembangunan

fisik, apalagi yang bakal dilakukan tahun ini, belum sama sekali dialokasikan dalam APBN.

"Yang jelas di APBN 2022 belum ada anggaran untuk IKN. Jadi memang belum ada program, yang kita lakukan adalah perencanaan. Perencanaan sudah, pembangunan fisik belum dialokasikan," ungkap Endra dalam konferensi pers di kantor Kementerian PUPR, Jakarta Selatan, Senin (24/1).

Puan Tinjau Lokasi

Ketua DPR, Puan Maharani, Rabu (16/2) terbang ke Kalimantan Timur untuk meninjau lokasi ibu kota negara baru guna memastikan persiapan pembangunan proyek IKN Nusantara. "UU IKN sudah disahkan oleh DPR, maka saya mendatangi lokasi IKN Nusantara untuk menegaskan bahwasanya DPR mengawal pelaksanaan proyek ini sejak awal," kata dia, dalam keterangan tertulisnya.

Puan akan meninjau sejumlah lokasi di kawasan IKN Nusantara

bersama Panglima TNI, Jenderal TNI Andika Perkasa, dan Menteri PUPR, Basuki Hadimuljono. Selain itu, Puan ingin memastikan seberapa siap pembangunan IKN Nusantara, dan mengatakan perlu meninjau lokasi IKN agar bisa mengecek langsung kondisi calon ibu kota negara baru.

"DPR perlu turun sendiri melihat persiapan pembangunan IKN secara langsung. Ini juga sekaligus sebagai bagian upaya kami dalam mengemban amanat rakyat," katanya.

Ia pun mengajak sejumlah anggota alat kelengkapan dewan terkait dalam peninjauan proyek IKN Nusantara. Dalam kesempatan itu, turut mendampingi yaitu Ketua Badan Anggaran DPR, Said Abdullah, Ketua Komisi V DPR, Lasarus, dan Wakil Ketua Komisi I DPR, Utut Adianto

"Kami bersama-sama datang untuk melihat perkembangan proyek IKN Nusantara sebagai salah satu bentuk pengawasan. Dengan melihat langsung lokasi calon ibu kota negara, kami bisa memberikan catatan-catatan kepada pemerintah," katanya. "Saya berharap proses pembangunan dapat akan berjalan lancar sesuai rencana," ucapnya.

Ia menegaskan, masyarakat sudah menantikan dimulainya pembangunan IKN Nusantara yang akan dijadikan sebagai kota cerdas itu. "Pemerintah harus bekerja sebaik-baiknya, termasuk memastikan pembangunan IKN tetap memperhatikan masyarakat adat setempat. IKN Nusantara sebagai wajah kemajuan Indonesia juga harus tampil menawan," ujarnya. (ashar/ist, ant/dya)

IBU KOTA NEGARA BARU DINAMAI NUSANTARA

Nama :
Nusantara

Lokasi IKN :
Penajam paser utara, Kalimantan Timur

Luas lahan Pembangunan IKN :
256 ribu hektar

Bentuk Pemerintahan :
Otoritar Setingkat Provinsi

Kepala Daerah :
Kepala Daerah merangkap Kepala Otoritar IKN (bukan dipilih lewat Pilkada, tetapi akan ditetapkan presiden)

Masa Jabatan Kepala Daerah :
5 tahun

PNS Yang Pindah Pada Tahap Awal :
2350 orang

Kementerian Yang Pindah Pada Tahap Awal :

1. Kementerian Dalam Negeri
2. Kementerian Pertahanan
3. Kementerian Luar Negeri

Anggaran Yang Disiapkan Untuk Pemandangan PNS :

- BKN : Rp 5,5 Miliar
- Rencana Kerja Pemerintah (RKP) 2022 : Rp 510 Miliar

- Penamaan Nusantara telah disetujui oleh Presiden Joko Widodo (Jokowi) pada **Jumat 14 Januari 2021**

- Pengesahan RUU IKN disepakati dalam rapat Paripurna DPR RI, **Selasa 18 Januari 2021**

Ket: IKN (Ibu Kota Negara)

Sumber: Berbagai Sumber Diolah



Pemerintah Cabut 180 Izin Tambang, Ada Apa?



(Ilustrasi) Pencabutan izin tambang dilakukan pemerintah karena perusahaan tidak memanfaatkan izin yang diberikan sebagaimana mestinya. (Foto-dok)

JAKARTA- Kementerian Investasi/Badan Koordinasi Penanaman Modal (BKPM) telah menerbitkan 180 surat pencabutan Izin Usaha Pertambangan (IUP) tambang mineral dan batu bara. Keputusan itu ditandatangani langsung oleh Menteri Investasi/Kepala BKPM Bahlil Lahadalia. Adapun, IUP yang dicabut terdiri dari 112 IUP mineral dan 68 IUP batu bara. Pencabutan ini ditengarai akibat seratusan perusahaan tersebut tidak memanfaatkan izin yang diberikan sebagaimana mestinya.

Deputi Bidang Pengendalian Pelaksanaan Penanaman Modal BKPM, Imam Soejoedi mengatakan, Proses pencabutan dilakukan secara bertahap sejak Januari lalu. "Jadi sebelumnya Menteri Investasi/Kepala BKPM menandatangani 19 surat pencabutan IUP, lalu bertambah 161 sehingga total sudah 180 IUP yang resmi kami cabut. Pencabutan izin ini sudah sesuai dengan aturan yang berlaku. Kami tidak tebang pilih. Tujuan kami untuk membenahi

perizinan yang tidak digunakan dengan sebagaimana mestinya. Pencabutan IUP ini akan terus kami lakukan secara bertahap," kata dia dalam keterangan tertulis, Rabu (16/2).

Imam menjelaskan, 180 IUP yang dicabut tersebut dimiliki oleh 165 pelaku usaha, baik badan usaha maupun orang perseorangan, yang terdiri dari 68 pelaku usaha pemegang IUP batu bara dan 97 pelaku usaha pemegang IUP mineral. Pencabutan IUP batu bara paling banyak dilakukan di Provinsi Kalimantan Timur sebanyak 34 IUP atau 50% yang dimiliki oleh 34 pelaku usaha, sedangkan pencabutan IUP mineral mayoritas berlokasi di Kepulauan Riau sejumlah 17 IUP atau 15,18% yang dimiliki oleh 8 pelaku usaha.

Lebih lanjut, Imam menjelaskan salah satu tugas dari satgas tersebut adalah melakukan klasifikasi lahan dan menetapkan peruntukan lahan secara berkeadilan dalam upaya memberikan nilai manfaat bagi kesejahteraan rakyat. Dalam hal ini, pemerintah akan mengalihkan izin yang dicabut kepada pengusaha yang memiliki kapabilitas dan integritas, serta kecukupan modal untuk mengelola IUP tersebut, termasuk juga Badan Usaha Milik Daerah (BUMD), organisasi/kelompok masyarakat, Usaha Kecil dan Menengah (UKM), dan koperasi di

daerah.

"Seperti yang sering disampaikan oleh Bapak Menteri, tujuan pengalihan izin ini adalah agar bagaimana izin tersebut dapat dikelola oleh pihak yang bertanggung jawab, sehingga dapat menciptakan nilai tambah, menyediakan lapangan pekerjaan, serta pemerataan pertumbuhan ekonomi di daerah," kata dia.

Sepanjang 2022 ini, pemerintah menargetkan melakukan pencabutan sebanyak 2.343 IUP mineral dan batu bara, termasuk di dalamnya izin pertambangan emas, nikel, kobalt, batu bara, mangan, serta bahan galian. Selain itu juga akan dilakukan pencabutan 192 izin sektor kehutanan (IPPKH, HPH, HTI) dengan total luas 3.126.439 hektare, dan HGU Perkebunan dengan total luas 34.448 hektare.

Kebijakan ini merupakan arahan dari Presiden Joko Widodo melalui diterbitkannya Keputusan Presiden Nomor 1 Tahun 2022 tentang Satuan Tugas (Satgas) Penataan Penggunaan Lahan dan Penataan Investasi yang menjadi dasar bagi pencabutan IUP mineral dan batu bara.

Satgas diketuai oleh Menteri Investasi/Kepala BKPM Bahlil Lahadalia. Sementara itu, Menteri Energi dan Sumber Daya Mineral (ESDM), Menteri Lingkungan Hidup dan Kehutanan (LHK), dan Menteri Agraria dan Tata Ruang/Kepala Badan Pertanahan Nasional (BPN) ditunjuk sebagai Wakil Ketua Satgas tersebut.

Hilirisasi SDA

Di sisi lain, pemerintah akan memasuki babak baru pengelolaan

sumber daya alam yang dimiliki. Menteri Investasi, Bahlil Lahadalia mengatakan, mulai 2022 dan 2023, Indonesia akan memasuki era hilirisasi sumber daya alam.

Hal tersebut ditandai dengan penghentian ekspor nikel keluar negeri sebagai bahan mentah. Sebaliknya, nikel akan diolah terlebih dulu di Indonesia sebelum hasilnya nanti akan diekspor.

"Tahun ini kita kira setop (ekspor) nikel," kata Menteri Bahlil dalam acara Penghargaan Capaian Realisasi Investasi Tahun 2021 kepada Kepala Daerah, Jakarta, Rabu (16/2). Di tahun yang sama, pemerintah juga akan menghentikan ekspor bauksit. Kemudian tahun depan timah dan tembaga juga akan dihentikan ekspornya dalam bentuk barang mentah. "Tahun 2023 timah dan tembaga juga akan kita lakukan hilirisasi," kata dia.

Adapun larangan ekspor bijih nikel berlaku sejak 2 Januari 2020. Hal itu seperti tercantum dalam Peraturan Menteri ESDM Nomor 11 Tahun 2019 tentang Perubahan Kedua Atas Peraturan Menteri ESDM Nomor 25 Tahun 2018 tentang Pengusahaan Pertambangan Mineral dan Batubara.

Menteri Bahlil membandingkan investasi di sektor jasa dan hilirisasi nyatanya memiliki dampak yang berbeda bagi Indonesia. Setelah diperhitungkan, investasi dalam bentuk hilirisasi lebih banyak menghasilkan efek berganda (multiplier effect) yang lebih besar. Terlebih dalam rangka mendorong percepatan pemulihan ekonomi nasional setelah diterpa pandemi Covid-19. "Investasi hilirisasi ini lebih tinggi efeknya," kata dia. (ashar,ant,dtc/dya)

Kapolri: Indeks Terorisme Turun Jadi 52,22 Persen

JAKARTA- Kinerja positif ditunjukkan Densus 88 Antiteror Polri. Terjadi penurunan indeks terorisme menjadi 52,22 persen. Angka itu hampir menyentuh nilai Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional yang menargetkan 54,36 persen

"Hal itu juga berdampak pada indeks risiko pelaku terorisme yang saat ini berada di angka 30,29 persen, (sedangkan) target RPJMN 2020-2024 senilai 38,14 persen," kata Kapolri Jenderal Listyo Sigit Prabowo pada Rapat Tingkat Senior Densus 88 Antiteror Polri di Bali, Rabu (16/2).

Kerja-kerja Densus dianggap memberikan efek ganda terhadap negara ini dan berdampak kepada peningkatan stabilitas keamanan dan ketertiban masyarakat. "Stabilitas kamtibmas menjadi modal dasar dalam meningkatkan pertumbuhan ekonomi. Karena salah satu modal investasi asing dan dalam negeri, melihat parameter salah satunya

bagaimana suatu negara menjaga stabilitas kamtibmas," terang Sigit.

Tahun 2020 Densus telah menangkap 232 tersangka kasus terorisme. Sementara, pada tahun 2021, 370 terduga teroris yang dibekuk. Densus pun melakukan penegakan hukum terhadap kelompok teroris di Poso, kini kelompok Mujahidin Indonesia Timur itu tersisa tiga orang buron yang hingga saat ini masih diburu.

Sigit juga menyampaikan instruksi Presiden Joko Widodo ihwal menjaga stabilitas kamtibmas di tahun 2022 lantaran Indonesia akan menjadi tuan rumah agenda nasional maupun internasional, seperti MotoGP di Sirkuit Mandalika cum rangkaian Presidensi G20. Kepala Negara menekankan bahwa kegiatan internasional dan nasional harus berjalan dengan aman dan lancar, sehingga dalam seluruh penyelenggaraan harus dipastikan tidak terjadi aksi teror.

"Arahan presiden ini amanah bagi

institusi Polri dan secara khusus yang tergabung dalam Densus 88 Antiteror untuk menjaga agar selama kegiatan tersebut tidak ada serangan teror sekecil apapun," imbuh Sigit.

Sebelumnya, Kepala Badan Nasional Penanggulangan Terorisme (BNPT) Komjen Pol Boy Rafly Amar, pada saat memberikan pengarahan dalam pembukaan Rakernas IX FKPT 34 Provinsi di Kota Batu, Jawa Timur, Senin malam (15/2) menyatakan bahwa pada tahun 2022 akan menerapkan skema pentahelix untuk mencegah dan menanggulangi aksi terorisme serta radikalisme.

Konsep pentahelix merupakan langkah pelibatan lima unsur, yakni pemerintah, akademisi, dunia usaha, masyarakat, dan media. "Konsep pentahelix merupakan gabungan lima unsur untuk pencegahan dan penanggulangan radikalisme dan terorisme. Pada 2022, kami mulai menerapkan konsep pentahelix," kata Boy.



Kapolri Jenderal Listyo Sigit Prabowo pada Rapat Tingkat Senior Densus 88 Antiteror Polri di Bali, Rabu (16/2/2022). (Foto-istimewa)

Ia menambahkan berdasarkan data yang dimiliki BNPT sedikitnya ada 120 negara di dunia yang kini terdampak adanya aksi terorisme yang bersumber dari transnasional dan transideologi.

Senada, Wakil Gubernur Jawa Timur Emil Dardak mengatakan bahwa ke depan BNPT dan Forum Koordinasi Pencegahan Terorisme (FKPT) diharapkan mampu bersinergi untuk mengatasi dampak dunia teknologi yang berubah cepat. (ant,ist/dya)

Kejar Target Tinggi di 2023, Ekonomi RI Dipatok Tumbuh 5,9 Persen

JAKARTA- Meski pandemi Covid-19 belum bisa ditebak akan meredanya, namun Indonesia menargetkan pertumbuhan ekonomi tinggi. Pemerintah mematok angka 5,3 persen-5,9 persen pada 2023.

Menteri Koordinator Bidang Perekonomian Airlangga Hartarto mengungkapkan pertumbuhan tersebut nantinya didorong oleh transformasi ekonomi yang lebih produktif dibandingkan tahun-tahun sebelumnya.

"Dari pertumbuhan ekonomi disepakati dan dilaporkan ke Bapak Presiden di antara 5,3 persen -5,9 persen di mana pertumbuhan konsumsi akan ada di 5 persen, investasi meningkat 6 persen, dan ekspor 6 persen -7 persen," kata Airlangga dalam konferensi pers, Rabu (16/2).

Selain itu, pemerintah akan terus membelanjakan anggaran negara dalam rangka meningkatkan kualitas sumber daya manusia di berbagai bidang mulai dari kesehatan, pendidikan, hingga ekonomi hijau. Airlangga turut menjelaskan bahwa tantangan yang akan dihadapi ekonomi Indonesia pada tahun depan antara lain ketidakpastian pandemi covid-19 hingga inflasi di sejumlah negara di dunia.

"Ada beberapa tantangan yaitu ketidakpastian covid-19 dan turunannya. Kemudian, kasus inflasi global di sejumlah negara, normalisasi kebijakan moneter. Tahun 2023 diperkirakan pertumbuhan ekonomi lebih rendah



(Ilustrasi) Di tengah pandemi Covid-19, kegiatan ekonomi masyarakat mulai beradaptasi dengan berbagai protokol kesehatan yang ditetapkan pemerintah. (Foto-dok)

dibandingkan 2022," ujarnya.

Menteri Perencanaan Pembangunan Nasional/Kepala Bappenas Suharso Monoarfa menambahkan target-target lain yang ditetapkan pemerintah pada 2023 antara lain indeks pembangunan manusia, penurunan emisi gas rumah kaca, hingga nilai tukar petani dan nelayan.

"Sasaran pembangunan 2023 adalah pertumbuhan ekonomi 5,3-5,9 persen, penurunan emisi gas rumah kaca 27 persen, tingkat pengangguran terbuka 5,3 persen-6 persen, rasio gini 0,375-0,378, Indeks Pembangunan Manusia (IPM) 73,29-73,35, tingkat kemiskinan 7-8 persen, dan nilai tukar petani 103-105 dan nilai tukar

nelayan 105-107," katanya.

Struktur APBN

Sementara itu, Menteri Keuangan Sri Mulyani turut menjelaskan bahwa inflasi harus menjadi perhatian khusus. Pasalnya, hingga saat ini banyak negara yang masih terjerumus ke dalam masalah inflasi yang berkepanjangan.

"Inflasi ini akan mendorong pengetatan likuiditas dan kenaikan suku bunga. Lingkungan ini harus diwaspadai karena banyak negara inflasi sudah meningkat seperti Argentina 50 persen, Turki 48 persen, Brasil 10,4 persen, dan Rusia 8,7 persen. Ini yang akan diwaspadai,"

katanya.

Lebih lanjut, ia menegaskan pemerintah tetap berkomitmen untuk mengembalikan defisit anggaran pemerintah seperti sebelum pandemi yakni di bawah 3 persen. Karena itu menurut dia kebijakan ekonomi makro 2023 akan mendorong pemulihan yang berasal dari sumber pertumbuhan yang tidak hanya tergantung APBN.

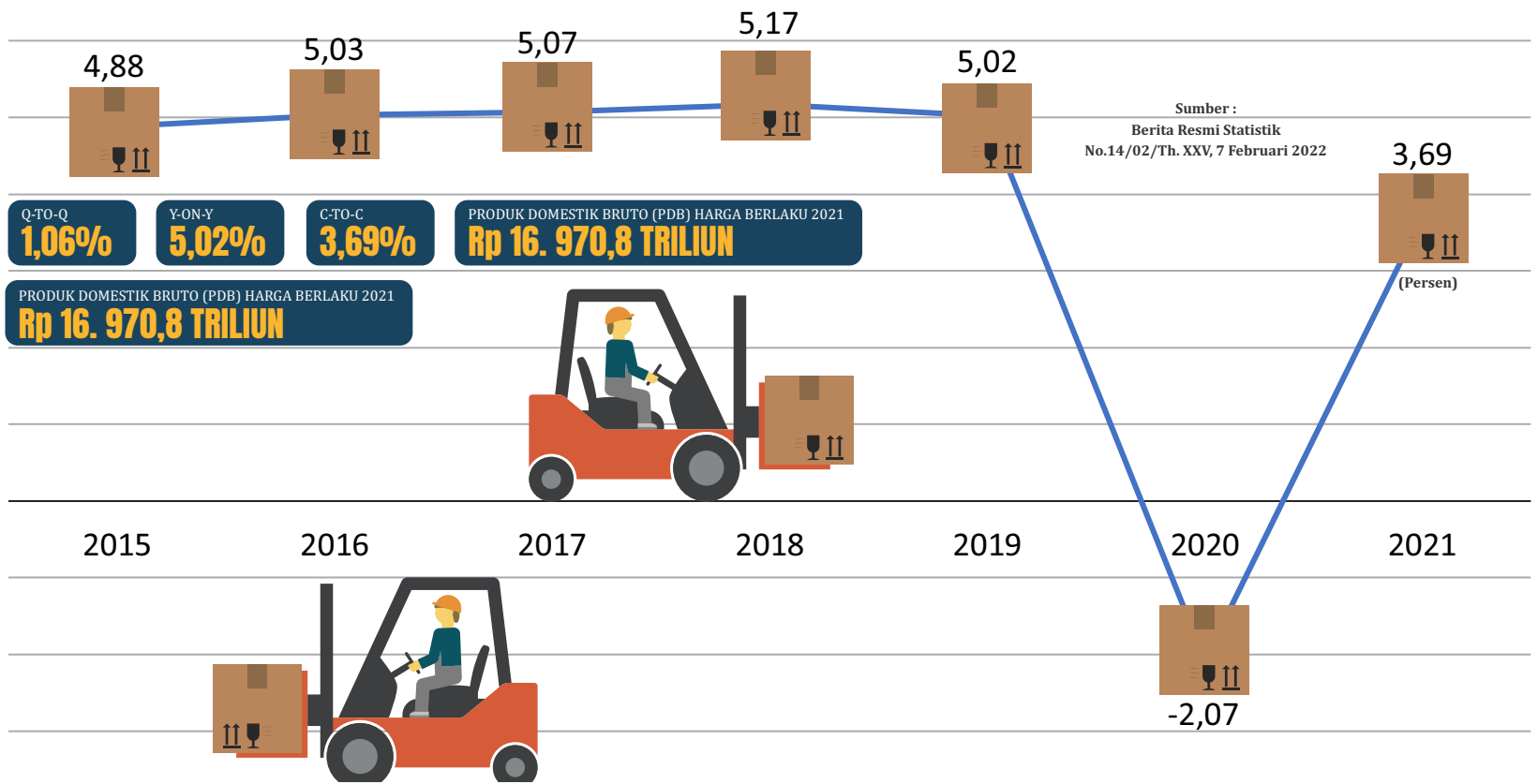
"APBN akan supportif namun peranan non APBN menjadi penting," jelas Sri Mulyani. Dia menambahkan konsumsi, investasi dan ekspor kenaikannya cukup tinggi dan yang berasal dari institusi tambahan.

Apalagi saat ini perbankan memiliki dana pihak ketiga (DPK) sebanyak Rp 7.250 triliun dengan loan to deposit ratio (LDR) hanya 77%. Menurut dia bank memiliki ruang untuk memulai mendukung pemulihan ekonomi dengan menyalurkan kredit.

Dia menambahkan tahun 2023 struktur postur APBN akan mengikuti sebelum terjadinya pandemi. Yaitu dengan postur defisit di bawah 3%. "Kami lakukan langkah buat detail yang akan dipresentasikan di DPR untuk susun RAPBN kita 2023 yang akan berjalan," jelasnya.

Pemerintah meyakini covid-19 sudah lebih terkendali dibandingkan sekarang. Sehingga mobilitas masyarakat akan kembali meningkat. "Kita identifikasi pusat atau trend baru dari pertumbuhan ekonomi. Berasal dari pola hidup normal baru sesudah pandemi berbasis kesehatan," terangnya. (ashar,ktn,dtc/dya)

PERTUMBUHAN PRODUK DOMESTIK BRUTO (PDB) 2015-2021



Cem Bolukbasi

Atlet E-sports yang Jadi
Pebalap Formula 2 Dunia Nyata

Berawal dari atlet e-sports Formula 1 (F1), Cem Bolukbasi mendapat kesempatan tak terduga untuk menjadi pebalap Formula 2 (F2) di dunia nyata. Dengan pencapaian tersebut, Bolukbasi dinobatkan sebagai pebalap asal Turki pertama yang ikut serta dalam kejuaraan FIA Formula 2. Wow!

Pria berusia 23 tahun ini akan bergabung dengan tim balap asal Republik Ceko, Charouz Racing System. Rencananya, Bolukbasi akan berkompetisi di kejuaraan bergengsi FIA Formula 2, seri yang telah melahirkan berbagai pebalap andal, seperti George Russell, Charles Leclerc dan Mick Schumacher.

Kabar mengejutkan ini diumumkan melalui akun Twitter Formula 2. "Sekilas info: @cembolukbasi akan mewakili tim @charouzracing di Formula 2 Championship 2022!!," tulis akun dengan handle @Formula2.

Sebelum mengaspal betulan di ajang F2, Bolukbasi sudah meraih deretan prestasinya di karir e-Sport yang ia geluti sejak tahun 2017. Namun, sebelum masuk ke dunia e-sport, Bolukbasi memang sudah akrab dengan dunia balap sejak usia dini.

Dia telah berkecimpung di dunia balap sejak usia 6 tahun. Saat itu, Bolukbasi berhasil memenangkan kejuaraan motocross Turki, sebelum akhirnya beralih ke kart racing. Pada tahun 2017 hingga 2019, Bolukbasi sempat bergabung di tim balap asal Italia, Toro Rosso, untuk berkompetisi di turnamen game simulasi balap F1 Esports Series.

Bolukbasi rupanya tergolong sebagai pemuda yang cukup berbakat. Di musim pertamanya, ia berhasil menjuarai turnamen F1 Esports Series. Karir Bolukbasi berlanjut hingga menempati posisi kedua di kejuaraan GT4 European



Series pada tahun 2020. Hingga musim kejuaraan lalu, Bolukbasi telah ikut serta pada F3 Asian Championship.

Setelah bergabung pada 10 balapan di musim ini, Bolukbasi meraih kemenangan perdananya di EuroFormula Open di musim kelima, sebelum akhirnya kembali mendapatkan gelar juara di musim yang sama. "Jika saya tidak pernah

bergabung di F1 Esports, saya tidak akan pernah memiliki kesempatan untuk mengendarai mobil balap sungguhan, saya tidak akan berada di posisi seperti sekarang," ucap Bolukbasi.

Menurut Bolukbasi, kesempatan yang didapatkannya kali ini bisa menjadi preseden yang baik bagi para pemain E-sport lain. Ia meyakini, bahwa kesem-

patan yang sama juga bisa datang ke siapa saja. "Saya pikir penting untuk menjadi pemain (E-sport) pertama yang melakukan ini (menjadi atlet F2). Jika orang melihat satu orang bisa melakukannya, mereka akan yakin bahwa mereka juga bisa melakukan hal yang sama," katanya. (berbagai sumber/dya)

5 ATLET ESPORTS PALING TAJIR DI DUNIA



1. Johan "N0tail" Sundstein

Veteran Dota 2 asal Denmark ini sukses menjadi atlet esports dengan penghasilan tertinggi sejak 2019, ketika dia membawa tim OG meraih kemenangan di The International berturut-turut untuk kedua kalinya. N0tail mengantongi pendapatan secara keseluruhan sebesar USD 6,969,737 atau sekitar Rp 98 miliar.



2. Jesse "JerAx" Vainikka

Menurut Dotabuff, Mantan pemain pendukung posisi 4 OG dan juara The International (TI) dua kali JerAx memiliki tingkat kemenangan 75,5 persen dan merupakan pemain pertama yang mencapai final Major empat kali berturut-turut. Pada Januari 2020, JerAx resmi mengumumkan pe-ngunduran dirinya. Meski sudah tidak aktif main, dia mengantongi penghasilan sebesar USD 6,470,548 atau Rp 91 miliar.



3. Anathan "ana" Pham

Anathan Pham atau yang lebih dikenal sebagai "Ana" seorang pemain profesional Dota 2 asal Australia, menjadi pemain OG Dota sejak 2017. Saat ini dirinya sedang rehat dari

turnamen esports Dota 2, tetapi kabarnya akan kembali tampil sebagai salah satu anggota OG. Lalu berapa pendapatannya? Pemain yang terkenal dengan karakter Io The Wisp selama The International 2019 ini mengantongi uang sebesar USD 6,000,411 atau setara dengan Rp 84 miliar.



4. Sebastien "Ceb" Debs

Sebagai player Prancis pertama dan satu-satunya yang berhasil memenangkan kejuaraan piala The International dua kali beruntun, Sébastien Debs atau yang lebih dikenal dengan nama "Ceb" mengukuhkan diri sebagai salah satu pemain terbaik di dunia. Saat ini, Ceb saat ini berpenghasilan USD \$5,559,712 atau Rp 78 miliar.



5. Topias "Topson" Taavitsainen

Main Dota sejak berumur 8 tahun, Topias Miikka Taavitsainen melengkapi kekuatan tim OG di gim Dota 2 dengan memenangkan The International Dota 2 pada Agustus 2019. Saat ini, Topson mengantongi uang sebesar Rp 77 miliar. (berbagai sumber diolah)



Ada Lho Makanan Dorong Tubuh Tumbuh Tinggi!

Selain genetik, nutrisi dan asupan gizi juga berpengaruh terhadap pertumbuhan tulang dan tinggi badan. Berikut sejumlah makanan yang bantu tingkatkan tinggi badan. Konsumsi makanan yang seimbang memainkan peran penting dalam pertumbuhan dan perkembangan selama masa kanak-kanak. Studi pada 2016 lalu bahkan menyebut nutrisi adalah faktor terpenting yang memengaruhi tinggi badan.

Telur

Telur adalah makanan yang memiliki gizi tinggi, enak, dan mudah ditemukan. Telur mengandung protein yang tinggi serta berbagai vitamin seperti vitamin D, B2, riboflavin dan kalsium untuk membantu membangun tulang yang kuat dan merangsang pertumbuhan. Telur juga kaya akan asam lemak Omega-3 yang membantu perkembangan otak.

Telur ayam ras (broiler), ayam kampung, dan bebek mengandung zat gizi dengan jumlah yang berbeda. Akan tetapi, ketiganya sama-sama didominasi oleh protein dan lemak, serta memiliki beragam vitamin dan mineral dalam jumlah tertentu.

Dikutip dari New Health Advisor, porsi yang disarankan adalah 2 butir telur setiap hari. Akan tetapi, lain halnya bagi penderita penyakit diabetes, penyakit jantung, tekanan darah tinggi, atau mengalami masalah dengan kolesterol darah. Anda tetap boleh makan telur, tapi sebaiknya batasi agar tidak lebih dari tiga kali dalam seminggu.

Kedelai

Kedelai kaya akan protein, folat, serat, karbohidrat, dan serat untuk memenuhi kebutuhan nutrisi. Makanan berprotein tinggi ini berfungsi membangun massa tulang dan kepadatan jaringan untuk membantu menambah tinggi badan.

Susu kedelai baik dari segi keamanan dan manfaatnya terhadap tumbuh dan kembang anak juga sudah terbukti. Di Amerika dan Jepang penggunaan susu soya ini sudah lama dan teruji secara klinis. Beberapa asam amino seperti metionin, sistein, taurin dan karniyin do fortifikasi di samping kalsium, vitamin D dan mineral vitamin lain sangat dibutuhkan untuk tumbuh kembang anak.

Ikan

Ikan kaya akan vitamin D yang dapat membantu anak tumbuh lebih tinggi. Gabungkan dengan konsumsi produk susu untuk meningkatkan kepadatan tulang dan membuatnya lebih sehat. Disarankan makan ikan minimal tiga kali seminggu.

Ikan terdiri dari ikan air tawar dan ikan laut. Keduanya adalah makanan sumber protein yang sangat penting



(Ilustrasi)
Ada Lho Makanan Dorong Tubuh Tumbuh Tinggi!
Foto : Istimewa

untuk pertumbuhan tubuh. Ikan mengandung 18 % protein terdiri dari asam-asam amino esensial yang tidak rusak pada waktu pemasakan. Kandungan lemaknya 1-20 % lemak yang mudah dicerna serta langsung dapat digunakan oleh jaringan tubuh. Kandungan lemaknya sebagian besar adalah asam lemak tak jenuh yang dibutuhkan untuk pertumbuhan dan dapat menurunkan kolesterol darah.

Ayam

Dikutip dari Healthline, ayam mengandung banyak protein, vitamin B12 dan juga asam amino yang bisa mengatur pembentukan dan pertumbuhan tulang. Ayam juga merupakan sumber niasin, selenium, fosfor, dan vitamin B6 yang baik.

Dada ayam bisa menjadi pilihannya. Sekitar 80 persen kalori dalam dada ayam berasal dari protein dan hanya 20 persen yang berasal dari lemak. Jika dibandingkan dengan bagian ayam lain, dada ayam memiliki kandungan protein dan kalori lebih tinggi, bahkan mencapai 3 kali lebih banyak.

Selain itu, dada ayam sama sekali tidak mengandung karbohidrat, gula, maupun serat. Dada ayam juga mengandung beragam nutrisi lain, seperti vitamin A, vitamin B, folat, kolin, tembaga, dan fosfor.

Almond

Kacang almond merupakan salah satu jenis kacang pohon yang mengandung banyak nutrisi dan rendah karbohidrat. Cara menikmati kacang almond pun beragam, mulai dari dipanggang, dijadikan taburan

kue kering, atau diolah menjadi susu almond.

Almond mengandung banyak vitamin dan mineral yang diperlukan untuk pertumbuhan tinggi badan. Selain itu, almond juga tinggi serat, mangan, dan magnesium. Almond dapat membantu menjaga kesehatan tulang.

Meskipun kalori pada kacang almond cukup tinggi, penelitian menunjukkan bahwa konsumsi kacang almond dalam jumlah maksimal 100 gram tidak menyebabkan peningkatan berat badan. Kandungan serat yang tinggi di dalam kacang almond juga dapat memberikan efek kenyang lebih lama, sehingga dapat mengurangi nafsu makan dan tentunya menurunkan berat badan. Selain itu, mengonsumsi almond secara rutin juga dapat mengurangi lemak perut.

Meski demikian, jangan hanya mengandalkan kacang almond untuk menurunkan berat badan. Terapkan pula pola makan sehat dengan mengonsumsi makanan bergizi dan berolahraga secara rutin.

Sayuran hijau

Hijau adalah warna yang paling umum dan paling banyak ditemui pada sayur-sayuran. Warna hijau terbentuk dari klorofil yang berguna bagi tanaman untuk melakukan proses fotosintesis. Sayuran hijau kaya akan karotenoid yang dapat mengatasi radikal bebas, mengandung berbagai vitamin yaitu A, C, dan K yang bermanfaat bagi pembekuan darah dan pembentukan tulang. Selain itu juga mengandung unsur mineral di antaranya zat besi, zat kapur,

magnesium dan fosfor.

Sayuran hijau, seperti bayam, kangkung, arugula, dan kubis, mengandung banyak nutrisi. Salah satunya adalah vitamin K, nutrisi yang dapat meningkatkan kepadatan tulang untuk mendukung peningkatan pertumbuhan.

Ubi jalar

Ubi jalar adalah makanan sehat yang kaya akan vitamin A yang dapat meningkatkan kesehatan tulang dan membantu peningkatan tinggi badan. Vitamin A juga berfungsi untuk menjaga dan melindungi kesehatan tulang. Selain itu, makanan ini juga kaya serat dan dapat meningkatkan jumlah bakteri baik di usus. Serat dalam ubi jalar mampu melancarkan pencernaan dan meningkatkan fungsi tubuh lainnya.

Buah beri

Buah beri, seperti blueberry, stroberi, blackberry, dan raspberry kaya akan nutrisi dan tinggi akan vitamin C yang meningkatkan sintesis kolagen. elansir Healthline, buah beri juga memiliki kandungan vitamin dan mineral yang sangat beragam. Buah beri, khususnya strawberry nyatanya memiliki kandungan vitamin C yang sangat tinggi. Selain itu, dalam 100 gram buah beri, terdapat 43 kalori, 25 persen kandungan vitamin K1, 6 persen kandungan folat, dan 32 persen kandungan mangan.

Jadi jangan ragu untuk mengonsumsi berbagai macam buah beri agar kebutuhan nutrisi dan gizi dalam tubuh tetap terpenuhi dengan baik. (berbagai sumber/dya)

Bersolek, WhatsApp Ubah Tampilan Antarmuka Panggilan Suara



(Ilustrasi)
 Bersolek, WhatsApp Ubah
 Tampilan Antarmuka Panggilan Suara
 Foto :Istimewa

Selain fitur baru, WhatsApp bersolek dengan berusaha memoles tampilan aplikasinya agar makin menarik. Dalam waktu dekat, pengguna akan melihat perubahan pada antarmuka panggilan suara, seperti apa?

Mengacu pada laporan WABetaInfo, aplikasi WhatsApp beta 2.22.5.4 untuk Android menampilkan antarmuka panggilan suara yang baru. Beberapa pengguna WhatsApp beta 2.22.5.3 untuk Android juga bisa melihat perubahan tersebut.

Dalam tangkapan layar yang dibagikan WABetaInfo, antarmuka panggilan suara yang baru dibuat lebih bersih dan ringkas. Ada dua panel dengan background wallpaper khas WhatsApp. Panel atas menampilkan nama atau nomor, gambar kontak dan berapa lama panggilan itu berlangsung. Sementara di panel bawah terdapat tombol speaker, video, mute dan

tombol mematikan panggilan.

Khusus panggilan suara grup akan ada gelombang pada setiap kontak. Gelombang itu untuk memberi tahu pengguna siapa yang berbicara selama melakukan panggilan.

Saat ini tampilan baru antarmuka panggilan suara ini baru ada di versi beta Android, WABetaInfo memastikan dalam beberapa hari mendatang akan ada di perujian beta iOS. Namun belum ada prediksi kapan tampilan anyar tersebut akan tersedia untuk seluruh pengguna.

Bersamaan dengan perubahan tampilan tadi, WABetaInfo turut melaporkan kalau WhatsApp mengerjakan beberapa fitur baru, termasuk mengotak-atik kamera internal dan tampilan teks yang didesain ulang pengguna iOS dan status permintaan peninjauan status langganan. (berbagi sumber/dya)

2. Aplikasi whatsapp web

Aplikasi selanjutnya yang bisa anda gunakan adalah aplikasi whatsapp web .sebenarnya ini adalah whatsapp dalam versi web atau situs . jadi anda tidak perlu menggunakan aplikasi sadap wa dari developer lain karena whatsapp sendiri menyediakannya.

Cara kerja whatsapp web untuk menyadap korban adalah dengan melakukan scan barcode pada whatsapp web pada laptop . tentunya seorang penyadap harus bisa mendapatkan ponsel korban entah itu bagaimana caranya.

3. Aplikasi mobile client untuk whatsapp

Aplikasi mobile client juga bisa digunakan untuk memata - matai chat pasangan . memiliki fitur yang juga mirip dengan whatsapp web. Yang perlu dilakukan adalah dengan mendownload aplikasinya terlebih dahulu di situs utamanya . selanjutnya melakukan scan barcode menggunakan aplikasi wa pasangan.

Jika hal tersebut bisa dilakukan maka anda dengan mudahnya bisa mengintip chat pasangan . bisa melihat dengan siapa saja dia berhubungan selama ini.

4. Aplikasi mobistealth

Selain aplikasi yang telah di sebutkan di atas , ada juga aplikasi sadap wa yang perlu diketahui . aplikasi tersebut adalah aplikasi mobistealth. Dengan menggunakan aplikasi mobistealth , pengguna bisa melihat chat korban dengan mudah dan juga bisa melihat posisi korban dimana saat itu berada.

Karena memang aplikasi sadap wa premium , maka untuk menggunakan aplikasi ini harus melakukan pembayaran terlebih dahulu tentunya. Aktivitas sadap wa sebenarnya adalah sesuatu yang dilarang oleh hukum yang berlaku di indonesia. Untuk itu patut berhati - hati jika anda ingin menggunakannya. (berbagai sumber diolah)

4 Aplikasi Sadap Whatsapp

Di kutip dari situs jayaherlambang.com . aplikasi sadap wa diantaranya adalah sebagai berikut:

1. Aplikasi Clone App messenger

Sesuai dengan namanya , aplikasi clone app messenger ini bekerja dengan mengkloning aplikasi wa . yang artinya aplikasi wa ini bisa digunakan untuk dua smartphone yang berbeda dengan nomor yang sama.

Sehingga jika pasangan melakukan chat dengan seseorang, maka anda bisa melihat dengan leluasa. untuk menggunakannya, tentunya anda harus bisa melakukan scan barcode agar aplikasi bisa berjalan di ponsel anda.

(Ilustrasi)
Jaga Kecantikan Wajah
dengan Tidur Tanpa Bantal, Serius?!
foto : pexels

Jaga Kecantikan Wajah dengan Tidur Tanpa Bantal, Serius?!

Selama ini kita tidur beralaskan bantal dan tak jarang memeluk guling. Tidur dengan bantal dianggap lebih nyaman. Namun siapa sangka ternyata tidur tanpa bantal justru lebih bermanfaat untuk kecantikan, lo.

Mengurangi iritasi wajah

Pemilik kulit sensitif dan rentan berjerawat lebih baik tidur tanpa bantal. Gesekan permukaan bantal dapat mengiritasi kulit wajah. Selain itu, bantal dapat dengan mudah menjadi tempat berkembang biaknya bakteri. Sehingga tidur dengan wajah menempel di bantal dapat menyebabkan lebih banyak jerawat.

Mencerahkan kulit

Tidur di atas bantal yang terlalu empuk bisa mengurangi aliran darah ke kepala. Hal ini bisa membuat kulit tampak kering juga kusam. Sirkulasi darah yang buruk dapat menyebabkan berbagai masalah kulit, termasuk perubahan warna, ruam, dan kulit mengelupas.

Mengurangi kerutan

Kebanyakan sarung bantal terbuat dari katun. Dan meskipun mungkin

terasa nyaman, bahan ini menyebabkan gesekan pada kulit, yang menyebabkan kekeringan. Kulit yang kekurangan kelembapan lebih rentan terhadap garis-garis halus, dan kekeringan membuat semua kerutan yang ada lebih terlihat.

Kulit terlihat lebih halus

Sarung bantal katun menghilangkan kelembapan dan minyak esensial yang dibutuhkan kulit agar tetap awet muda dan kenyal. Jika minyak terus tergerus maka dapat menyebabkan kulit menjadi kurang sehat.

Efek Buruk Tidur Tengkurap

Bukan hanya tidur lelap yang berpengaruh pada kesehatan kulit wajah, posisi tidur juga. Baru-baru ini para ahli menemukan bahwa posisi tidur tertentu berisiko menimbulkan jerawat, radang, dan penuaan dini.

Menurut Dokter Bedah Plastik Bersertifikat Amerika Serikat (AS) Dr Anthony Youn, posisi tidur tengkurap bisa merusak kulit wajah. Menurut dia, ketika seseorang tidur tengkurap, wajah akan mengalami gesekan

dengan bantal yang kemudian dapat memicu kerutan dini.

"Kerutan saat tidur itu nyata dan bisa permanen. Jika tidur tengkurap dalam satu malam mungkin tidak terlihat efeknya. Tapi, kalau dilakukan secara rutin tahun ke tahun, maka kerutan itu nyata dan akan permanen," kata Dr Youn seperti dikutip dari The Ladders.

Dokter Bedah Plastik dari New York, AS, Konstantin Vasyukevich, juga mengatakan bahwa tidur tengkurap dapat menyebabkan kerutan di dahi, dan tidak dapat disembuhkan oleh retinoid yang paling intens sekalipun. Menurut Vasyukevic, posisi tidur miring juga dapat menyebabkan keriput di sisi wajah.

"Faktor yang sangat besar dalam penuaan saat tidur adalah kekuatan menggeser yang diciptakan oleh pergerakan kulit di bantal," kata dia.

Lalu apa posisi tidur terbaik bagi kesehatan kulit wajah? Para ahli setuju bahwa posisi terbaik untuk tidur adalah menghadap ke atas atau telentang. Mereka beralasan posisi telentang bisa menjaga kulit wajah dari tekanan, gesekan atau kotoran dari sarung bantal.

Tidur telentang tidak hanya baik untuk kulit, tetapi sebagian besar ahli kesehatan setuju bahwa ini adalah

posisi terbaik untuk kesehatan secara menyeluruh. Posisi telentang melindungi tulang belakang dan otot, yang memungkinkan tubuh berfungsi dengan baik.

Di samping itu, ada juga beberapa hal yang perlu diperhatikan untuk menunjang kesehatan kulit wajah. Dokter Spesialis Kulit Bersertifikat Joel Schlessinger mengatakan, tidak rutin mengganti sarung bantal bisa memicu jerawat.

Schlessinger mengatakan jika "Kulit dan rambut Anda meninggalkan minyak dan penumpukan yang dapat menyebabkan jerawat, peradangan, dan iritasi. Anda harus mencuci seprai setidaknya sekali seminggu untuk menghindari perpindahan bakteri ini, minyak, dan kotoran lainnya."

Tidak hanya itu, Schlessinger juga menekankan pentingnya mencuci muka sebelum tidur. Menurut dia, jika seseorang tidak mencuci muka sebelum tidur, bisa memicu dampak negatif pada kulit wajah. "Riasan, minyak, polutan lingkungan, dan radikal bebas yang menempel pada kulit wajah akan masuk ke dalam pori-pori sehingga menyebabkan jerawat, mempercepat proses penuaan, kulit kering, iritasi dan infeksi," jelas dia. (berbagai sumber/dya)

'Lampu Hijau' Haji 2022? ... (dari hal 1)

MENTERI AGAMA (Menag) Yaqut Cholil Qoumas mengusulkan biaya perjalanan ibadah haji (BPIH) reguler 1443 Hijriah atau tahun 2022 sebesar Rp 45.053.368. Angka tersebut mengalami kenaikan dari biaya 2021.

Usulan tersebut disampaikan Yaqut saat rapat kerja bersama Komisi VIII DPR. Dalam paparannya, usulan biaya haji itu salah satunya meliputi tes PCR di Arab Saudi. "Biaya penerbangan, biaya hidup (living cost), sebagian biaya di Mekah dan Madinah, biaya visa dan biaya PCR di Arab Saudi," seperti dilihat pada YouTube Komisi VIII DPR RI Channel, Rabu (16/2).

Yaqut mengatakan rincian komponen yang dibebankan kepada jamaah haji dalam usulan BPIH, yakni biaya penerbangan, biaya hidup, sebagian biaya di Mekkah dan Madinah, biaya visa, dan biaya PCR di Arab Saudi. Ia menjelaskan sejumlah pertimbangan usulan BPIH itu untuk menyeimbangkan serta meringankan beban biaya yang harus dibayar seorang calon haji.

"Penyeimbang antara besaran beban jamaah dengan keberlangsungan ibadah haji di tahun berikutnya. Keseimbangan tersebut untuk meringankan jamaah dengan biaya yang harus dibayar," katanya.

Besaran usulan biaya haji ini meningkat dari tahun sebelumnya. Pada 2020 BPIH reguler sebesar Rp31,45 juta hingga Rp38,35 juta, sedangkan pada 2021 menjadi Rp44,3 juta. Komponen BPIH yang dibebankan dari dana pembiayaan tidak langsung diusulkan Rp8,9 triliun.

Komponennya, meliputi nilai manfaat, dana efisiensi haji, dan juga serta sumber lain yang sah. Pertimbangannya, yakni penetapan penerbangan haji disusun dengan memperhatikan jarak dari masing-masing embarkasi ke Arab Saudi, prinsip rasionalitas, kewajaran harga, dan kualitas layanan dalam pembiayaan komponen BPIH dengan Standar Biaya Masukan (SBM) yang

ditetapkan Menteri Keuangan.

"Dasar pembiayaan di Arab Saudi menggunakan Ta'limatul Hajj yang ditetapkan oleh Pemerintah Kerajaan Arab Saudi. Efisiensi dan efektivitas kewajaran biaya," kata Yaqut.

Nantinya, usulan biaya perjalanan ibadah haji reguler ini akan dibahas dalam rapat Panitia Kerja (Panja) DPR RI. Pemerintah Arab Saudi hingga saat ini belum memberikan kepastian soal penyelenggaraan ibadah haji 1443 Hijriah, padahal waktu persiapan tinggal 3,5 bulan untuk pemberangkatan pertama. Yaqut mengatakan jika mengacu pada kalender hijriah dan asumsi normal, jamaah haji pertama akan mulai berangkat pada 5 Juni yang artinya persiapan untuk pemberangkatan ibadah haji terhitung pendek.

Di sisi lain, Menag Yaqut mengaku hingga kini belum diundang pihak Arab Saudi untuk membahas kuota haji bagi Indonesia pada 2022. "Kami belum mendapatkan undangan dari pemerintah Arab Saudi untuk melakukan MoU terkait persiapan penyelenggaraan ibadah haji tahun 1443 Hijriah atau 2022 Masehi," kata Yaqut di kesempatan yang sama.

Namun, kata antan Ketua GP Ansor itu, pemerintah tetap aktif bertanya ke Arab Saudi soal kuota haji bagi Indonesia pada 2022 meskipun belum ada undangan. Selain itu, pemerintah juga menyiapkan mitigasi jika pihak Saudi membuka pelaksanaan haji dan memberikan kuota bagi Indonesia.

Langkah mitigasi, kata dia, utamanya mencegah penularan Covid-19 beserta varian baru seperti Delta jika Saudi membuka pelaksanaan haji. "Meningat sampai saat ini wabah Covid-19 belum berakhir dan muncul varian baru bernama omicron. Kemudian, kata dia, pemerintah menyiapkan mitigasi jika penyelenggaraan ibadah haji pada 2022 dengan kuota terbatas bagi Indonesia atau tidak memberangkatkan sama sekali. "Seperti tahun-tahun yang lalu pemerintah sampai saat ini, kami akan terus dan akan terus bekerja," beber Menag Yaqut.

DPR Ingatkan Joki Vaksin

Sementara itu, Anggota Komisi VIII DPR RI dari Fraksi PKB, Maman Imanulhaq meminta kepada pemerintah dalam hal ini Kementerian Agama agar hati-hati dalam mempersiapkan penyelenggaraan haji 2022. Pasalnya, jika bercermin pelaksanaan ibadah umrah tahun ini masih ditemui sejumlah masalah.

Maman menyampaikan, bahwa dirinya selalu memberikan keyakinan terhadap jemaah untuk mau melaksanakan ibadah umrah ke tanah suci di tengah situasi pandemi Covid-19. Hal itu agar jemaah bisa belajar dan beradaptasi. Namun justru menurut Maman di beberapa tempat terkait pelaksanaan ibadah umrah ditemukan masalah. Salah satunya yakni adanya jemaah umrah yang terbelengkalai.

"Tetapi di beberapa tempat banyak mengatakan bahwa travel jemaah lebih siap daripada travel pemerintah kalimat itu terjadi di mana-mana dan saya mendapatkan juga beberapa foto berapa video, di mana orang-orang tua yang habis umrah itu betul-betul keleleran dan lain sebagainya," kata Maman dalam rapat tersebut.

Menurut Maman temuan adanya sejumlah masalah pada pelaksanaan ibadah umrah tahun ini pun harus dijadikan perhatian. Terutama untuk penyelenggaraan ibadah haji ke depannya. "Tolong juga ini juga jadi perhatian pertama Dirjen yang atau direktur yang langsung kepada hal yang merasakan umrah karena kita tidak bisa meyakinkan kepada jemaah bahwa Haji akan baik-baik saja bahwa pelayanan kita dalam umrah ini tidak baik-baik saja," ungkapnya.

Maman juga mengungkap adanya masalah terhadap pelaksanaan ibadah umrah tahun ini dimana ditemukan adanya joki vaksin. "Seperti itu termasuk kemarin ada beberapa orang yang masih pakai joki dalam vaksin terus ada beberapa travel di bandara keleleran. Saya lagi ngumpulin semua datanya nanti saya kasih ke pak Dirjen," tuturnya.

Terkait biaya haji, dia mendesak pemerintah agar segera melakukan

sosialisasi terkait pelaksanaan dan persiapan haji 1443 H/2022 M. Hal ini dilakukan mengingat waktu yang semakin dekat dengan pelaksanaan haji.

"Masih ada waktu untuk sosialisasi, baik untuk membahas persiapan haji di masa pandemi dan soal kenaikan biaya haji. Sosialisasi mohon sudah dilakukan, termasuk oleh DPR," katanya.

Di beberapa perbincangannya dengan masyarakat, ia mendapati calon jamaah tidak merasa keberangkatan dengan angka atau kenaikan biaya haji. Namun, mereka lebih mempertanyakan beberapa mekanisme dan kesiapan pelaksanaan hajini.

Sebelumnya, Kementerian Agama RI mencatat terdapat lebih dari 8.000 jemaah umrah asal Indonesia yang berangkat ke Arab Saudi sejak 8 Januari 2022 lalu. Pemberangkatan itu merupakan yang pertama sejak dihentikan akibat pandemi Covid-19.

Direktorat Jenderal Penyelenggaraan Haji dan Umrah (Ditjen PHU) sendiri juga sedang menyiapkan tim penyedia layanan haji di Arab Saudi. Pelaksana Tugas (Plt) Sekretaris Ditjen PHU Kemenag, Subhan Cholid, mengatakan, masih menunggu keputusan dari Arab Saudi. Karena sampai hari ini Arab Saudi belum memberikan keputusan apakah akan menyelenggarakan haji secara terbuka atau tidak. Menyelenggarakan haji secara terbuka artinya mengundang seluruh Muslim di dunia. Terkait hal itu Kemenag masih menunggu kepastiannya.

"Kalau yang terkait teknis-teknis seperti biasa, Direktorat Pelayanan Haji Dalam Negeri mereka melakukan pemetaan (calon) jamaah (haji) yang sudah lunas di tahun 2020 itu posisinya seperti apa, ada di mana saja, kalau administratif kita masih menunggu dari Arab Saudi dan belum ada keputusan resmi," kata Subhan.

Ia menambahkan, keputusan Arab Saudi mengenai penyelenggaraan ibadah haji tentu mengikuti perkembangan Covid-19 di ranah global. Kemenag belum tahu kapan Arab Saudi akan memulai pembahasan terkait persiapan penyelenggaraan ibadah haji.

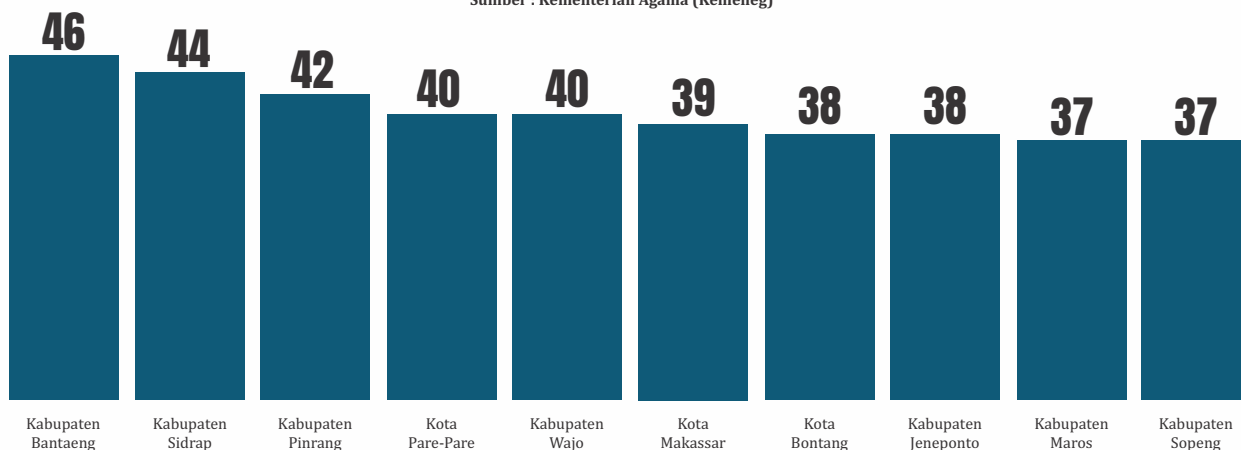
Direktur Pelayanan Haji Luar Negeri Kemenag ini menambahkan, pihaknya juga sudah membentuk tim penyedia layanan haji di Arab Saudi. Sekarang sedang meminta visa ke Arab Saudi, agar tim tersebut bisa melihat situasi yang terjadi di Arab Saudi setelah dua tahun tidak ada penyelenggaraan haji.

"Melihat apakah akomodasi, para penyedia layanan konsumsi dan transportasi itu kondisinya apakah masih seperti dua tahun lalu ketika masih normal atau ada perubahan lainnya, seperti perubahan kepemilikan, perubahan struktur dan lain sebagainya," ujar Subhan.

Hasil survei tim tersebut, dikatakan Subhan, akan menjadi dasar Ditjen PHU Kemenag untuk mengambil langkah-langkah selanjutnya. Jadi agar diketahui apakah perusahaan yang sudah biasa kerjasama itu masih seperti yang dulu atau tidak. (ashar,ktn,dtc,ist/dya)

10 WILAYAH DENGAN MASA TUNGGU KEBERANGKATAN HAJI TERPANJANG (10/02/2022)

Sumber : Kementerian Agama (Kemeneag)



Corona RI Tembus 64 Ribu Kasus, Hati-hati di Jepang Kematian Tinggi

JAKARTA -Satuan Tugas Penanganan Covid-19 merilis perkembangan data terbaru kasus corona di Indonesia. Lewat rilis BNPB, tercatat ada penambahan kasus sebanyak 64.718 kasus baru terkonfirmasi positif Corona per Rabu (16/2).

Tambahan kasus hari ini meningkat dibanding kemarin, Selasa (15/2), dimana ada 57.049 pasien positif. Ketika kedua angka di atas dibandingkan, terlihat adanya peningkatan kasus sebanyak 7.669 kasus. Dengan tambahan kasus Rabu, total jumlah kasus Covid-19 di Indonesia kini menjadi 4.966.046.

Sebelumnya, tambahan kasus tertinggi terjadi pada puncak gelombang kedua, yakni 15 Juli 2021. Saat itu, ada 56.757 kasus Corona dalam sehari.

Sementara itu, ada penambahan kasus sembuh sebanyak 25.386 kasus. Sehingga total kasus sembuh sebanyak 4.375.234 orang. Sedangkan kasus meninggal dunia bertambah 167 kasus, sehingga total kasus meninggal dunia sebesar 145.622 kasus.

Berkaca pada negara Jepang, Indonesia patut berhati-hati. Meski varian Omicron di banyak negara umumnya memicu gejala ringan, di Negara Sakura kondisi berbeda terjadi. Jepang melaporkan lonjakan kematian Covid-19. Tak sedikit kelompok rentan di Negeri Sakura berisiko fatal akibat terpapar Omicron usai pemerintah sebelumnya menunda pemberian vaksinasi booster.

"Penundaan pemerintah Jepang dalam melakukan vaksinasi booster COVID-19 yang membuat negara ini lebih rentan daripada negara kaya lainnya ketika varian Omicron belakangan memicu lonjakan kematian," kata para ahli, dikutip dari Reuters Rabu (16/2).

Nyaris 30 persen populasi di Jepang berusia 65 tahun ke atas, merekah yang berisiko tinggi meninggal akibat Covid-19. Terlebih tanpa perlindungan dari vaksinasi booster.

Per Selasa (15/2), Jepang mencatat 236 kematian baru dan menjadi salah satu hari terburuk selama pandemi karena angka meninggal melambung tinggi.

Meskipun Jepang relatif lambat untuk melakukan kampanye vaksinasi di awal, negara ini langsung mempercepat proses vaksinasi dan pada bulan November memiliki tingkat vaksinasi tertinggi dibandingkan negara-negara kaya lain.

Namun, khusus program vaksinasi booster, pemerintah sengaja memberikan jeda lebih lama yakni delapan bulan setelah vaksinasi lengkap, saat banyak negara lain sudah memulai program tersebut dengan minimal menerima vaksinasi primer enam bulan sebelumnya.

Pada akhirnya, menyesuaikan situasi, Jepang mengikuti langkah



Pemerintah terus meningkatkan testing di tengah gelombang Covid-19 yang memicu ledakan kasus baru dengan munculnya varian Omicron. (Foto-dok)

negara lain untuk memberikan vaksinasi booster minimal enam bulan setelah menerima vaksinasi lengkap. Namun, hingga kini baru 10 persen dari populasi Jepang yang divaksinasi booster, jauh lebih rendah dibandingkan Korea Selatan dan Singapura yang berada di kisaran 50 persen.

"Jika mereka memberi tahu kami pada November, bahwa enam bulan (jeda vaksin booster dan primer) sudah cukup, maka di Soma kami bisa memulai vaksinasi booster sejak Desember, dan untuk itu saya merasa kesal," kata Hidekiyo Tachiya, walikota Soma di Jepang utara yang juga seorang dokter. "Jika lebih cepat, tidak akan ada begitu banyak penderitaan dan begitu banyak orang tidak akan mati."

Faskes RI Diklaim Aman

Meski kasus Covid-19 sedang naik tinggi, namun, Juru Bicara Vaksinasi Covid-19 Kementerian Kesehatan (Kemenkes) Siti Nadia Tarmizi mengatakan, kondisi fasilitas kesehatan (Faskes) aman. Ditegaskannya keterisian tempat tidur

untuk isolasi kasus Covid-19 masih memadai.

"Kita sudah melihat bahwa ketersediaan tempat tidur dengan jumlah pasien yang diisolasi saat ini masih cukup rendah. Terlihat seperti di Sumatra Utara jumlah kasus 637 sementara tempat tidur isolasi yang disediakan sebanyak 4.000," katanya dalam keterangannya, Rabu (16/2).

Di DKI Jakarta sebanyak 8.418 tempat tidur yang terpakai dari 15.313 tempat tidur yang disediakan. Begitu juga Provinsi lainnya seperti Jawa Barat, Yogyakarta, Jawa Tengah, Jawa Timur, Bali, Kalimantan Selatan, & Papua dengan jumlah kapasitas tempat tidur untuk isolasi masih memadai.

Tak hanya itu, ketersediaan ICU pun memadai dan mengalami peningkatan. Di Sumatra Utara, ada 21 ICU yang terisi dari 390 yang tersedia, DKI Jakarta sebanyak 406 ruang ICU terpakai dari 921 ruang ICU yang disediakan.

Banten ada 103 ruang ICU terisi dari 354 yang tersedia, Jawa Barat 273 ruang ICU terisi dari 1.034 yang tersedia, DIY 30 ruang ICU terisi dari 142 yang tersedia. Lalu di Jawa Tengah

ada 202 ruang ICU terisi dari 922 yang tersedia, Jawa Timur 287 ruang ICU terisi dari 1.490 yang tersedia.

Kemudian di Bali ada 99 ruang ICU terisi dari 240 yang tersedia, Kalimantan Selatan 11 ruang ICU terisi dari 109 yang tersedia, dan Papua 10 ruang ICU terisi dari 122 yang tersedia. "Kita ketahui pada saat varian Delta kita memiliki 140 ribu kapasitas tempat perawatan, sementara saat ini yang kita sediakan baru sekitar 90.000," ucap Nadia.

Saat ini kasus konfirmasi positif Covid-19 lebih didominasi oleh kasus-kasus di Jawa dan Bali. Masyarakat diharapkan tetap tenang karena pemerintah sudah lebih siap menghadapi fase peningkatan gelombang varian Omicron mengingat pembelajaran di gelombang Delta pada Juli - Agustus 2021.

"Kami memprediksi bahwa peningkatan kasus di pulau Jawa, di luar Jawa, dan Bali akan mulai terjadi tiga sampai empat pekan setelah peningkatan kasus Covid-19 di Jawa-Bali melihat pola dari pembelajaran selama gelombang delta sebelumnya," kata Nadia. (ashar,ant/dya)

PERKEMBANGAN KASUS CORONA RI SEPEKAN TERAKHIR

RABU, 9 FEBRUARI 2022	Jumat, 11 Februari 2022	Minggu, 13 Februari 2022	Selasa, 15 Februari 2022
Kasus baru: 46.843	Kasus baru: 40.489	Kasus baru: 44.526	Kasus baru: 57.049
Kasus sembuh: 14.016	Kasus sembuh: 15.767	Kasus sembuh: 26.916	Kasus sembuh: 26.747
Kasus kematian: 64	Kasus kematian: 100	Kasus kematian: 111	Kasus kematian: 134
Kamis, 10 Februari 2022	Sabtu, 12 Februari 2022	Senin, 14 Februari 2022	Rabu, 16 Februari 2022
Kasus baru: 40.618	Kasus baru: 55.209	Kasus baru: 36.501	Kasus baru :64.718
Kasus sembuh: 18.182	Kasus sembuh: 32.570	Kasus sembuh: 13.338	Kasus sembuh : 25.386
Kasus kematian: 74	Kasus kematian: 107	Kasus kematian: 145	Kasus kematian : 167