



UTANG RI TEMBUS RP 7.000 T, AMANKAH?

Ada Subsidi Gaji hingga Migor, Ekonom Warning APBN Jebol

Utang pemerintah kembali meningkat mencapai Rp7.014,58 triliun hingga akhir Februari 2022. Posisi utang tersebut, setara dengan 40,17 persen dari Produk Domestik Bruto (PDB). Dalam satu bulan, kenaikan utang pemerintah mencapai Rp95,43 triliun. Pada Januari 2022 sebelumnya, utang baru tercatat sebesar Rp6.919,15 triliun. Beneran masih aman? Ekonom hingga himpunan mahasiswa memperingatkan pemerintah terkait ancaman APBN jebol. Apalagi saat ini jenis subsidi yang diberikan bertambah (Baca Hal.2). Terbaru Presiden Joko Widodo menyiapkan anggaran Rp 6,9 triliun untuk Bantuan Langsung Tunai (BLT) minyak goreng (Migor). Padahal sebelumnya sudah ada plot dana Rp 7,6 triliun untuk pelaku usaha terkait subsidi migor curah. Aroma salah kebijakan pun mencuat. Tak hanya itu, sebanyak 8,8 juta pekerja dengan gaji di bawah Rp 3 juta/bulan juga akan mendapatkan subsidi upah lagi. Adapun anggaran yang siap dikucurkan mencapai Rp 8,7 triliun. Gali lubang, tutup lubang. Awas terperosok!

(Baca Hal 11)

KOMPOSISI UTANG INDONESIA PER FEBRUARI 2022

DEBIT TO GDP **40,17%**

PINJAMAN NEGARA

Rp. 850,38

- Pinjaman Dalam Negeri **Rp 13,27**
- Pinjaman Luar Negeri **Rp 837,11**

- Bilateral : **Rp 294,36**
- Multilateral : **Rp 499,09**
- Commercial Bank : **Rp 43,66**
- Suppliers : -

(Dalam Triliun Rupiah)
Sumber : Berbagai Sumber Diolah

POSISI UTANG RI PER
28 FEB 2022 : **RP 7.014,58**

SURAT BERHARGA NEGARA

Rp. 6.164,20

- Domestik **Rp 4.901,66**
 - Surat Utang Negara : **Rp 4.054,18**
 - Surat Berharga Syariah Negara : **Rp 847,48**
- Valas **Rp 1.262,53**
 - Surat Utang Negara : **Rp 978,75**
 - Surat Berharga Syariah Negara : **Rp 283,79**

JADWAL IMSYAKIYAH

Ramadan 1443 H/2022 M (Wilayah Surabaya)

APRIL	IMSAK	SUBUH	MAGHRIB
3			17.36
4	04.07	04.17	17.35
5			17.34
6	04.06	04.16	17.33
7			17.33
8			17.33
9			17.33
10			17.33



GOVERNMENT (Hal.2)
Setelah Migor,
Terbaru Ada Subsidi
Upah untuk
8,8 Juta Pekerja

Setelah Migor, Terbaru Ada Subsidi Upah untuk 8,8 Juta Pekerja



Harga minyak goreng makin mahal usai peraturan dicabut dan menyerahkan harga pada mekanisme pasar. (fot--dok)

JAKARTA- Pemerintah akan memberikan Bantuan Subsidi Upah atau bagi para pekerja. Menteri Koordinator Bidang Perekonomian Hartarto mengungkapkan rencananya bantuan tersebut akan diberikan kepada 8,8 juta pekerja.

"Tadi ada arahan dari Bapak Presiden terkait dengan program Bantuan Subsidi Upah di mana ini akan terus dimatangkan Bantuan Subsidi Upah untuk 8,8 juta tenaga kerja dengan gaji yang kurang dari Rp 3 juta," kata Airlangga saat konferensi pers secara virtual, Senin (4/4).

Bantuan yang diberikan tersebut masih masuk melanjutkan apa yang dilakukan pemerintah dalam membantu masyarakat selama pandemi Covid-19. Sebelumnya di tahun 2020-2021, bantuan diberikan kepada pekerja dengan penghasilan di bawah Rp 5 juta. Menteri Koordinator Bidang Perekonomian, Airlangga Hartarto menuturkan, bantuan akan diberikan kepada 8,8 juta pekerja

Meski begitu, Airlangga belum bisa membeberkan kapan pemberian bantuan tersebut hingga detail syarat-syarat lainnya. Airlangga hanya memastikan Bantuan Subsidi Upah itu masih dimatangkan. "Ini sedang dimatangkan kemungkinan dalam waktu dekat akan diumumkan," ujar Airlangga.

Sebelumnya, Presiden Joko Widodo (Jokowi) merespon kenaikan harga minyak goreng yang terus terjadi akibat lonjakan harga minyak

sawit mentah (CPO) di pasar internasional. RI 1 bakal memberikan bantuan langsung tunai atau BLT minyak goreng kepada total 23 juta penerima, termasuk untuk 20,5 juta keluarga yang berhak menerima BLT.

Selain itu, sisa bantuan BLT minyak goreng pun akan diberikan kepada penjual gorengan yang berdagang di pinggir jalan. "Juga untuk 2,5 juta pedagang kami lima (PKL) yang berjualan makanan gorengan," imbuh Jokowi beberapa waktu lalu.

Adapun besaran bantuan yang diberikan berupa uang tunai senilai Rp 100 ribu setiap bulan. "Pemerintah akan memberikan bantuan tersebut untuk 3 bulan sekaligus, yaitu April, Mei dan Juni yang akan dibayarkan di muka pada bulan April 2022 sebesar Rp 300 ribu," terangnya.

Agar proses penyaluran BLT minyak goreng berjalan lancar, Jokowi juga meminta bantuan kementerian/ lembaga terkait serta aparat penegak hukum. "Terakhir, saya minta Kemenkeu, Kemensos, dan TNI serta Polri berkoordinasi agar pelaksanaan penyaluran bantuan ini berjalan dengan baik dan lancar," ujar Jokowi.

PENYERAPAN PEN

Pemerintah terus berupaya menggenjot pemulihan ekonomi di tengah COVID-19 melalui program Pemulihan Ekonomi Nasional (PEN) 2022. Menteri Koordinator Bidang Perekonomian Hartarto mengungkapkan, saat ini penyaluran

dana PEN mencapai 6,4 persen dari total anggaran Rp 455,62 triliun.

Menteri Koordinator Bidang Perekonomian Airlangga Hartarto menjelaskan, realisasi pencairan dana

Pemulihan Ekonomi Nasional (PEN) di angka Rp 29,3 triliun hingga awal April ini. Jumlah tersebut baru 6,4 persen dari anggaran yang sebesar Rp 455,62 triliun.

Penyerapan dana terbesar dari pos anggaran perlindungan sosial masyarakat sebesar 14,69 persen. Telah terserap Rp 22,74 triliun dari anggaran Rp 154,76 triliun.

"Perlindungan masyarakat Rp 22,74 triliun ini untuk PKH, sembako, Kartu Prakerja, BLT Desa dan bantuan PKL, warung dan nelayan," kata Menteri Airlangga di Istana Negara, Senin (4/4).

Terbesar kedua yakni dari pos anggaran pemulihan ekonomi yakni 2,80 persen. Dari anggaran Rp 178,32 triliun, yang terserap baru Rp 5 triliun. "Penguatan ekonomi (realisasinya) Rp 5 triliun," kata dia.

Sementara itu, pos kesehatan sebesar Rp 1,55 triliun. Anggaran tersebut hanya 1,26 persen dari total anggaran 122,54 triliun. "Terkait dengan penanganan kesehatan realisasinya Rp 1,55 triliun," kata Airlangga Hartarto mengakhiri.

Sementara kluster penguatan pemulihan ekonomi terealisasi Rp 0,6 triliun yakni untuk pariwisata dan pangan kementerian/ lembaga (K/L) serta insentif perpajakan. Untuk tahun ini program PEN hanya ditujukan untuk tiga kluster yakni penanganan kesehatan dengan anggaran Rp122,54 triliun, perlindungan masyarakat Rp154,76 triliun serta penguatan pemulihan ekonomi Rp178,32 triliun. (ashar,rls,ant/dya)

PROGRAM PC PEN DILANJUTKAN PADA TAHUN 2022

Diarahkan untuk menjaga daya beli masyarakat dan akselerasi pemulihan ekonomi

- Program PC-PEN sebesar Rp455,62T untuk mendukung penanganan pandemi dan perlindungan kepada masyarakat terdampak, serta pemulihan perekonomian utamanya untuk mendukung penciptaan lapangan kerja, yang manfaatnya dirasakan oleh masyarakat untuk dipantau secara intensif untuk dikomunikasikan kepada masyarakat
- Program PC-PEN sebesar Rp455,62T untuk mendukung penanganan pandemi dan perlindungan kepada masyarakat terdampak, serta pemulihan perekonomian utamanya untuk mendukung penciptaan lapangan kerja, yang manfaatnya dirasakan oleh masyarakat untuk dipantau secara intensif untuk dikomunikasikan kepada masyarakat

PENANGANAN KESEHATAN

Fokus: Lanjutan penanganan Covid dan percepatan/ perluasan vaksinasi

Rp 122,54 T

PERLINDUNGAN MASYARAKAT

Fokus: menjaga daya beli masyarakat miskin dan rentan, serta penanganan kemiskinan ekstrem

Rp 154,76 T

PENGUATAN PEMULIHAN EKONOMI

Penciptaan Lapangan Kerja serta Peningkatan Produktivitas

Rp 178,32 T

Sumber : Kementerian Keuangan Republik Indonesia

1. Angka bersifat dinamis, kombinasi dari tagging atas program eksisting pada KL, TKDD, dan Pembiayaan.

2. Realisasi sd 25 Maret Rp22,6 T (5% dari alokasi)

a. Kesehatan Rp0,8 T (fasilitas kepabeanan vaksin dan alkes)

b. Perlinmas Rp21,2 T (PKH, sembako, BLT Desa, dan kartu pra kerja)

c. Penguatan Pemulihan Ekonomi Rp0,6 T (pariwisata dan pangan KL, dan insentif perpajakan)



DPR Soroti Bandara Kediri, Ingatkan Risiko Banjir hingga Terlalu Megah

JAKARTA - Pembangunan Bandara Dhoho Kediri sedang berlangsung. Bandara internasional ini dibangun dengan skema Kerjasama Pemerintah dan Badan Usaha (KPBU) yang melibatkan pabrik rokok nasional Gudang Garam.

Anggota Komisi V DPR RI Sudewo memberikan beberapa catatan penting soal bandara bercap proyek strategis nasional (PSN) ini. Catatan yang pertama adalah sistem pengendali banjir di Bandara Kediri.

Ada lima sungai yang mengalir di sekitar lokasi proyek bandara. Bila penanganan normalisasi sungai tidak dilakukan dengan baik bisa menimbulkan masalah banjir di kemudian hari pada bagian hilir sungai.

"Bandara Dhoho Kediri yang dibangun Gudang Garam ini ada masalah di situ, yaitu pengendalian banjir. Di kawasan terminal Bandara Dhoho itu ada lima sungai," ujar Sudewo dalam rapat kerja Komisi V DPR RI dengan Menteri Perhubungan, Senin (4/4).

Dia mengatakan sejauh ini normalisasi baru dilakukan di sekitar lokasi proyek Bandara Kediri saja, sementara di hilir, khususnya di wilayah Nganjuk normalisasi tidak dilakukan. Bisa-bisa, Sudewo mengatakan akan ada masalah banjir kiriman yang bisa terjadi. Dia meminta Kementerian Perhubungan memperhatikan hal ini.

"Saya khawatir model kerja begini itu over capacity di hilir, di hulu seolah tidak ada masalah, maka banjir kiriman bakal terjadi di Nganjuk. Seolah-olah di bandara nggak ada apa-apa, tapi di Nganjuk ada banjir disebabkan bandara ini," ungkap Sudewo.

Catatan yang kedua adalah Sudewo mengingatkan agar desain Bandara Kediri jangan cuma melihat estetikanya saja. Namun, desain juga harus bisa memenuhi fungsi-fungsinya sebagai bandara yang ramah penumpang.

"Kedua saya mau sampaikan masukan desain Bandara Kediri timbangkan unsur manusiawi, bukan



Pengosongan rumah terakhir milik alm. Nyamin, yang berada tepat di Dusun Bulusari Selatan, Desa Bulusari, Tarakan terkait proyek Bandara Kediri telah dilakukan awal tahun lalu. (Foto--dok)

estetika saja. Tapi unsur manusiawinya juga," kata Sudewo. Dia mencontohkan Terminal 3 Bandara Soekarno-Hatta yang terlalu megah dan pada akhirnya membuat penumpang harus kesulitan untuk mengejar pesawat karena bandara yang kelewat besar.

Memang ada tujuannya desain yang besar itu, salah satunya adalah agar para penumpang bisa melirik penyewa toko yang ada di sepanjang terminal bandara. Namun menurutnya, selama ini pun belum tentu apa yang diijakan di bandara laku keras.

"Terminal 3 itu pembelajaran untuk melakukan desain layout bandara baru. Itu kan besar, megah, di terminal ada jalan panjang menuju pesawat. Maksudnya jalan panjang akan melalui counter dan jadi laku pada nyatanya juga nggak laku," ungkap Sudewo. "Penumpang yang di ujung jauh di sana nggak ada yang mau belanja dan berjalan, semuanya buru-

buru ke terminal yang dituju," katanya.

Lebih lanjut, catatan yang ketiga dari Sudewo adalah Gudang Garam sebagai pemrakarsa bandara seharusnya membentuk sebuah sentral ekonomi baru di Kediri. Dengan begitu, kehadiran bandara dapat menjadi nilai tambah bagi daerah itu sendiri.

"Perlu didorong Gudang Garam membuat satu sentral ekonomi baru agar Bandara Dhoho jangan eksisting kondisi sosial ini saja, harus ada kreativitas sentral ekonomi yang di create dan menumbuhkan ekonomi di sana. Kalau perlu dengan adanya itu bandara jadi penunjang saja," beber Sudewo.

Komitmen Tata Lingkungan

Sebelumnya, Bupati Kediri Hanindhito Himawan Pramana meminta Dinas Lingkungan Hidup (DLH) bekerja keras melakukan penataan lingkungan. Ini berkaitan dengan akan beroperasinya bandara pada 2023. Pria yang akrab disapa Mas Dhito itu menginginkan begitu bandara beroperasi, orang melihat Kabupaten Kediri tertata dengan baik.

"Saya minta Dinas Lingkungan Hidup harus bisa bekerja lebih keras lagi, karena ini (berkaitan dengan) jendelanya kabupaten," ujarnya beberapa waktu lalu.

Penataan lingkungan hidup merupakan salah satu prioritas pembangunan yang ditekankan Mas Dhito saat Musrenbang RKP. Terlebih pada Juni 2023, bandara di Kabupaten Kediri dijadwalkan mulai beroperasi. "Orang naik pesawat landing yang dilihat bukan Dinas Perdagangan, bukan Dinas Pertanian, yang dilihat itu bagaimana kinerja dinas lingkungan hidup," ungkap Mas

Dhito.

Menanggapi pernyataan Mas Dhito, Pelaksana Tugas (plt) Kepala DLH Kabupaten Kediri Putut Agung Subekti menyampaikan bahwa tugasnya mempercantik daerah. Untuk itu, pihak DLH berencana mempercantik taman-taman yang sudah ada, termasuk membangun taman baru. Salah satunya taman baru di depan bandara. "Diharapkan nanti ada pembangunan taman bandara yang bernuansa Kabupaten Kediri," tuturnya.

Selain taman bandara, DLH merencanakan pembangunan taman baru dengan memanfaatkan daerah sekitar sungai. Kemudian berkoordinasi dengan Dinas PUPR terkait dengan rencana pelebaran jalan yang akan dilakukan. "Kami akan koordinasi nantinya mana space yang bisa kami buat RTH (ruang terbuka hijau)," katanya.

Tak hanya menyiapkan keberadaan taman, DLH juga fokus menangani pengelolaan sampah. Putut mengantisipasi nantinya begitu ada bandara dengan peningkatan mobilitas masyarakat, justru sampah tak terkontrol dan menjadikan daerah terkesan kumuh. Saat ini, Pemprov telah merencanakan pembangunan TPA terpadu di kawasan Barat Sungai Brantas.

Menurut Putut, pihaknya juga bakal menggalakkan bank-bank sampah yang ada di tiap desa. Adapun program pendampingan terhadap bank sampah yang sudah ada pun terus dilakukan. "Penataan ini tidak hanya di Barat Sungai Brantas yang menjadi pintu masuk, namun sampai ke Kampung Inggris Pare. Apalagi nanti di sana ada program kotaku," pungkasnya. (ashar, gos, ist/dya)



BANDARA KEDIRI

- Total luas 460 hektare
- Lokasi di Desa Jatirejo, Tiron, Bulusari, Grogol
- Runway 3.000 meter
- PT Gudang Garam Tbk siapkan Rp 10 triliun
- Target operasional 2022
- Terhubung tol Kediri - Nganjuk

Pasar Gotong Royong Ramadan

Stabilkan Harga, Pemkot Surabaya Gerojok Sembako Murah

SURABAYA-Pemerintah Kota (Pemkot) Surabaya bersiap menggelar Pasar Gotong Royong Ramadan mulai akhir pekan ini, yaitu pada Jumat hingga Sabtu (8 -9 April 2022). Pasar Gotong Royong Ramadan tersebut akan terus digelar setiap minggunya selama Ramadan.

"Pasar ini akan dimulai pekan ini. Jadi, sekitar pukul 15.00 WIB atau habis asar kita akan mulai sampai selesai sekitar isya'," kata Kepala Dinas Koperasi Usaha Kecil dan Menengah serta Perdagangan Kota Surabaya, Fauzie Mustaqiem Yos di kantornya, Senin (4/4).

Khusus minggu ini, Pasar Gotong Royong Ramadan akan digelar di lima lokasi, yaitu di Kecamatan Rungkut di halaman parkir gedung YKP Penjaringan Sari, di Kecamatan Karangpilang akan bertempat di Balai RW 2 Kelurahan Karangpilang, di Kecamatan Benowo akan bertempat di halaman Gedung Pandansari, di Kecamatan Kenjeran bertempat di SWK Tanahmerah, dan di Kecamatan Tambaksari bertempat di halaman Gelanggang Remaja.

"Lokasi pasar ini memang bermacam-macam, ada yang di SWK, kantor kecamatan dan Balai RW dan tempat lainnya, tergantung kesiapan dari pihak kecamatan setempat," tegasnya.



Kepala Dinas Koperasi Usaha Kecil dan Menengah serta Perdagangan Kota Surabaya, Fauzie Mustaqiem Yos

Menurut Yos, Pasar Gotong Royong Ramadan ini digelar khusus untuk membantu warga Kota Surabaya yang terus berjibaku dengan pandemi Covid-19. Di samping itu, harga bahan pokok di pasaran sudah mulai naik, sehingga pemkot berinisiatif menggandeng distributor untuk menggelar pasar ini.

"Tentunya, kami berharap dengan adanya pasar ini harga bahan pokok di pasaran mulai menurun dan stabil. Makanya kami melakukan ini tidak di pasar, tapi lebih didekatkan dengan

warga, dan inilah filosofi dari pasar gotong royong itu," katanya.

Nantinya, para distributor seperti Bulog, Rajawali, dan Bimoli akan membawa produknya masing-masing dan akan diatur untuk menjual produk yang berbeda-beda. Namun begitu, barang-barang yang akan dijual nantinya akan berfokus pada Barang Kebutuhan Pokok Dan Barang Penting (Bapokting). "Insyallah nanti akan ada sembako lengkap dan yang pasti akan murah, berbeda dari pasaran," tegasnya.

Oleh karena itu, ia mengajak kepada warga Kota Surabaya untuk memanfaatkan Pasar Gotong Royong Ramadan ini. Sebab, ini akan membantu warga dalam memenuhi kebutuhannya sehari-hari. "Monggo datang dan manfaatkan pasar ini sebaik-baiknya," pungkasnya. (mira,rls/dya)

PASAR GOTONG ROYONG RAMADAN (8 -9 APRIL 2022)

- Kecamatan Rungkut di halaman parkir gedung YKP Penjaringan Sari
- Kecamatan Karangpilang di Balai RW 2 Kelurahan Karangpilang
- Kecamatan Benowo di halaman Gedung Pandansari
- Kecamatan Kenjeran di SWK Tanahmerah
- Kecamatan Tambaksari di halaman Gelanggang Remaja.

Sumber: Pemkot Surabaya

Tahun 2022, Kota Batu Targetkan Pertumbuhan Ekonomi 5 Persen

BATU- Penanganan laju penularan Covid-19 menjadi faktor determinan untuk memulihkan roda perekonomian Kota Batu. Meski demikian, Wali Kota Batu, Dewanti Rumpoko optimistis roda perekonomian tumbuh positif. Bahkan tahun ini pertumbuhan ekonomi ditargetkan sebesar 5-5,5 persen.

"Nah, diprediksi bisa tumbuh lebih baik lagi, 5-5,5 persen pada 2022. Asalkan kondisinya kondusif," kata Dewanti dikutip Senin (4/4).

Sektor pariwisata dan turunannya memiliki andil besar memacu pertumbuhan ekonomi Kota Batu. Namun, pada 2020 lalu pandemi Covid-19 menjungkirbalikkan keadaan. Perekonomian Kota Batu saat itu terkontraksi hingga (-) 6,51 persen.

Ini seiring kebijakan pengetatan mobilitas masyarakat. Sehingga kunjungan wisatawan pun merosot dengan tingkat kunjungan 1,8 juta wisatawan. Begitu juga dengan tingkat okupansi hotel yang hanya mencapai 17,17 persen. Lesunya perekonomian tahun 2020 memicu pula angka pengangguran terbuka naik menjadi 5,93 persen. Lantaran PDRB jasa akomodasi pariwisata tergerus hingga minus 23,13 persen.

Meski laju perekonomian

terpuruk dihantam pandemi Covid-19, Kota Batu mampu menunjukkan resiliensinya. Dewanti mengatakan, pada 2021 perekonomian Kota Batu mampu bangkit hingga mencapai 4,04 persen. Capaian itu lebih tinggi dibandingkan Jawa Timur yang tumbuh sebesar 3,57 persen.

Melnasir data Badan Pusat Statistik, Dewanti menuturkan, produk domestik regional bruto (PDRB) atas dasar harga berlaku (ADBH) mencapai Rp 16,8 miliar. Atau berkontribusi sebesar 0,69 persen terhadap PDRB Jawa Timur.

"Tingkat kunjungan wisatawan pada 2021 mencapai 3,09 juta dan tingkat okupansi hotel sebesar 23,13 persen," imbuh Dewanti.

Ia mengatakan, pembelajaan daerah menjadi instrumen mendorong perputaran ekonomi yang ada di Kota Batu. Pihaknya meminta agar kegiatan yang dilaksanakan lebih mengoptimalkan penggunaan tenaga kerja lokal Batu. Demikian halnya dengan pembelajaan barang dan jasa serta belanja modal, sedapat mungkin untuk lebih memprioritaskan produk lokal di Kota Batu.

Maka perlu menggelontorkan sebanyak-banyaknya belanja pemerintah supaya ekonomi bisa cepat pulih dan tumbuh. Sebab di saat



Wali Kota Batu, Dewanti Rumpoko (tengah)

perekonomian masih lesu dan dunia usaha juga masih belum pulih, maka belanja pemerintah akan menjadi penggerak utama roda ekonomi.

"Saya berharap penguatan dan percepatan belanja pemerintah dan juga belanja APBD dapat menjadi stimulus yang mampu mendorong percepatan pemulihan ekonomi," ujar dia.

Selain itu, imbuh Dewanti, Pemkot Batu fokus pada realisasi proyek

strategis daerah untuk percepatan pembangunan infrastruktur dan penataan ruang perkotaan yang berkelanjutan.

"Realisasi sasaran proyek strategis daerah Tahun 2022 meliputi 31 proyek strategis, dan 32 Indeks Kesejahteraan Sosial (IKS) yang disinergikan dengan pemberdayaan pembangunan desa," pungkasnya. (reka,rls/dya)

Menteri Luhut Bilang Pandemi Terkendali, Bisa Jadi Tanda Menuju Endemi

JAKARTA – Menko Kemaritiman dan Investasi Luhut Binsar Pandjaitan menyatakan kasus Omicron di Indonesia saat ini terkendali. Hal itu diketahui berdasarkan laporan perkembangan kasus hingga tingkat rawat inap rumah sakit. "Dari data-data di atas, kami menarik kesimpulan bahwa kondisi varian Omicron di Indonesia berada pada posisi yang terkendali," kata Luhut dalam jumpa pers, Senin (4/4).

Luhut mengatakan penurunan kasus Covid-19 juga terjadi di wilayah Jawa-Bali. Kasus Covid-19 bahkan turun hingga 98 persen dari puncak Omicron beberapa waktu lalu. "Secara khusus untuk wilayah Jawa-Bali juga terus mengalami penurunan sangat signifikan dalam semua aspek, seperti kasus konfirmasi, rawat inap rumah sakit, hingga tingkat kematian yang hampir seluruh provinsi Jawa-Bali," ujar Luhut.

"Seluruh provinsi di Jawa-Bali mengalami penurunan kasus mulai dari 96 persen hingga 98 persen dibandingkan puncak kasus Omicron beberapa waktu lalu," imbuh Luhut.

Meski demikian, pembatasan kegiatan masyarakat (PPKM) Jawa-Bali diperpanjang. Tinggal sedikit kabupaten/kota yang masih berada di PPKM Level 3. "Saat ini sudah tidak terdapat lagi kabupaten/kota yang berada di level 4. Sebanyak 93% kabupaten/kota di Jawa dan Bali sudah berada pada level 1 dan 2. Hanya tersisa 9 kabupaten/kota yang masih berada di level 3," katanya.

Mayoritas kabupaten/kota di Jawa-Bali sudah berada pada level 1 dan 2. Kondisi pandemi Covid-19 varian Omicron sudah terkendali. "Terkendalnya Omicron menyebabkan pemulihan ekonomi mampu terjaga dengan baik," ujar Luhut.

Meski kasus Corona di Indonesia sudah turun sampai 97 persen bila dibandingkan saat puncak gelombang Omicron, tapi masyarakat tetap diminta waspada. "Kurang dari 3 bulan kasus harian menurun signifikan hingga 97 persen dari



(Ilustrasi) Pelonggaran aturan mobilitas saat Pandemi Covid-19 tahun ini diprediksi membuat denyet lalu lintas kembali padat, baik arus mudik maupun liburan. (foto-dok)

puncak kasus yang disebabkan oleh omicron, kasus aktif turun 83 persen dari puncak kasus yang lalu," terang Luhut.

Menteri Kesehatan (Menkes) Budi Gunadi Sadikin mengatakan kemunculan varian baru ini yang selalu menjadi penyebab kenaikan kasus Covid-19 di Indonesia. "Pemerintah tetap berhati-hati karena menyadari lonjakan kasus yang tinggi selalu terjadi karena ada varian baru. Kami selalu memonitor varian baru yang ada," lanjut Menkes Budi.

Sementara itu data corona, Senin (4/4) dilaporkan ada tambahan 1.661 kasus positif COVID-19 di Indonesia. Dengan tambahan tersebut, jumlah total kasus COVID-19 yang ditemukan di Indonesia sejak Maret 2020 hingga hari ini menjadi 6.021.642 kasus.

Dilaporkan juga, hari ini ada 7.355 orang di Indonesia yang sembuh dari COVID-19. Jumlah total yang telah sembuh dari Corona sebanyak 5.776.058 orang.

Selain itu hari ini dilaporkan 61

pasien positif Corona di Tanah Air meninggal dunia. Dengan demikian, jumlah total pasien positif Covid-19 yang meninggal sebanyak 155.349 orang.

Untuk jumlah spesimen yang diuji hari ini sebanyak 129.866. Hari ini dilaporkan penambahan kasus paling banyak terjadi di DKI Jakarta, yakni sebanyak 488 kasus. Provinsi dengan tambahan kasus terbanyak selanjutnya yakni Jawa Barat sebanyak 282 kasus dan Banten sebanyak 162 kasus.

Tidak Buru-buru

Juru Bicara Vaksinasi Kementerian Kesehatan, Siti Nadia Tarmizi mengungkapkan, pemerintah Indonesia tidak akan terburu-buru mengumumkan perubahan situasi pandemi menjadi endemi Covid-19. Walaupun pemerintah Malaysia memulai transisi pandemi ke endemi per Jumat (1/4).

"Kita tidak terburu-buru untuk menyatakan endemi, kita akan memastikan indikator akan terkendali dan pada level yang aman, seperti indikator PPKM Level 1

transmisi komunitas," kata Nadia Senin (4/4).

Nadia menerangkan, walaupun sejumlah negara tetangga di regional ASEAN sudah mengumumkan transisi endemi, pihaknya tidak akan terpengaruh, dan pemerintah Indonesia tetap memperhatikan kasus dan kondisi Covid-19 dalam negeri. "Kita akan melihat perkembangan tren penanganan pandemi di negara kita," jelasnya.

Dirinya menekankan untuk mencapai status endemi Covid-19 diperlukan beberapa indikator, seperti positivity rate di bawah 5 persen, angka keterisian rumah sakit (bed occupancy ratio atau BOR) di bawah 5 persen, laju transmisi (Rt) di bawah angka 1, dan vaksinasi 2 dosis lebih dari 70 persen dari total populasi. "Semua indikator ini harus dipenuhi secara konsisten selama enam bulan dan seluruh wilayah sudah berada di PPKM level 1," ujarnya.

Epidemiolog Universitas Indonesia, Pandu Riono, menyampaikan bahwa deklarasi dari pandemi ke endemi bukanlah suatu hal yang penting. Namun menjaga agar pandemi tidak kembali membeludak dengan menekan angka penambahan kasus dan keterisian rumah sakit akibat Covid-19 itu yang paling penting. "Biar deklarasi pandemi ke endemi itu urusan WHO, kita menekan angka Covid-19 sehingga tidak seperti di sejumlah negara yang kembali melonjak kasusnya seperti Cina," kata Pandu.

Dirinya menuturkan bahwa pemerintah Indonesia agar tidak ikut-ikutan dengan negara lain dan fokus memperhatikan kasus yang ada dalam negeri. "Saat ini tanpa harus mengumumkan pandemi ke endemi kebijakan sudah mulai diperlonggar, tentunya dengan evaluasi kenaikan kasus serta mendorong vaksin booster terutama kepada lansia," pungkasnya. (ashar,rls,ant/dya)

INDONESIA DARURAT CORONA

Data 04 April 2022, 12.00 WIB

TERKONFIRMASI

6.021.642

SEMBUH

5.776.058

Meninggal

155.349

TARGET VAKSINASI
208.265.720

VAKSINASI KE-1

196.880.116

VAKSINASI KE-2

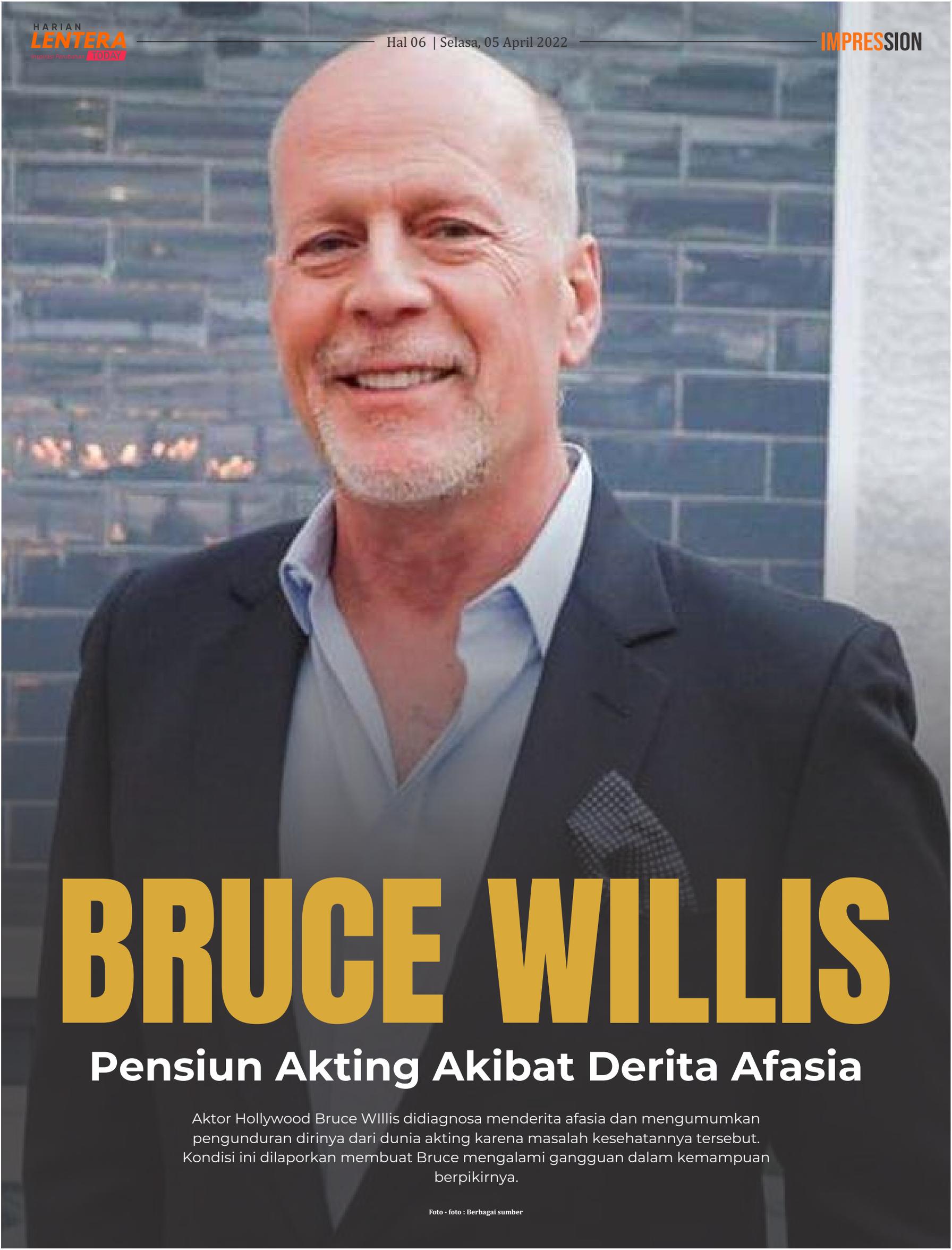
160.107.111

VAKSINASI KE-3

24.045.810

5 DAERAH DENGAN KASUS TERBESAR

DAERAH	POSITIF	SEMBUH	MENINGGAL
DKI Jakarta	1.240.110	1.219.670	15.189
Jawa Barat	1.100.512	1.061.491	15.648
Jawa Tengah	624.615	577.231	32.855
Jawa Timur	573.826	541.208	31.444
Banten	290.029	184.151	2.923

A close-up portrait of actor Bruce Willis. He is bald, has a light beard, and is smiling slightly. He is wearing a dark suit jacket over a light blue button-down shirt. The background is a dark, textured wall, possibly made of stone or brick.

BRUCE WILLIS

Pensiun Akting Akibat Derita Afasia

Aktor Hollywood Bruce Willis didiagnosa menderita afasia dan mengumumkan pengunduran dirinya dari dunia akting karena masalah kesehatannya tersebut. Kondisi ini dilaporkan membuat Bruce mengalami gangguan dalam kemampuan berpikirnya.

HAL INI diungkapkan pihak keluarga melalui akun media sosial."Ini adalah waktu yang sangat berat bagi keluarga kami dan kami sangat menghargai cinta, kasih sayang, dan dukungan Anda yang berkelanjutan," tulis pernyataan keluarga Bruce seperti dikutip dari Reuters.

Menurut WebMD, afasia adalah gangguan komunikasi yang membuat seseorang kesulitan menggunakan kata-kata lisan atau tulisan. Ini terjadi karena kerusakan pada bagian otak yang memproses bahasa, biasanya akibat stroke, trauma, atau penyakit saraf lainnya.

Ada tiga afasia yang saat ini terdeteksi di dunia. Pertama, Afasia Broca atau kadang disebut dengan "afasia motorik". Istilah tersebut digunakan karena penderitanya menunjukkan adanya kesulitan dalam berbicara tetapi kemampuan berbahasa tetap ada.

Kerusakan pada area Broca terjadi ketika stroke mengganggu aliran darah ke lobus frontal dominan otak. Biasanya afasia Broca mencegah penderitanya membentuk kata atau kalimat yang jelas. Namun, kondisi itu tidak berpengaruh pada kemampuan untuk memahami orang lain ketika mereka berbicara.

Bagi beberapa penderita stroke

dengan afasia, mungkin merasa frustrasi karena tidak dapat mengubah pikiran menjadi kata-kata. Biasanya, penderita hanya dapat mengucapkan beberapa kata untuk mengungkapkan pikiran mereka. Kondisi tersebut biasa disebut dengan bahasa pidato telegrafik.

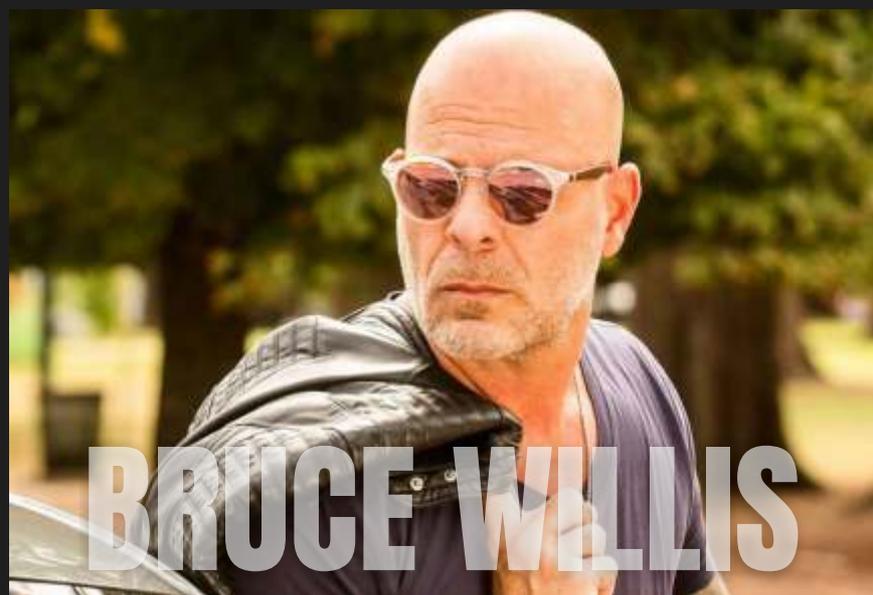
Beberapa pembuluh darah yang terkena afasia Broca juga mengalirkan darah ke area otak yang mengontrol pergerakan satu sisi tubuh, biasanya terjadi pada sisi kanan. Dengan alasan tersebut, penderita afasia Broca sering disertai masalah lain.

Masalah-masalah tersebut termasuk hemiparesis (Kelemahan) atau hemiplegia (kelumpuhan) di sisi kanan tubuh, alexia (ketidakmampuan membaca) dan agraphia (ketidakmampuan menulis).

Ada juga Afasia Wernicke. Orang yang menderita afasia Wernicke memiliki kesulitan dalam memahami orang lain atau bahkan diri mereka sendiri, ketika berbicara.

Penderita stroke yang mengalami afasia Wernicke membuat kalimat dengan kata-kata yang disusun sedemikian rupa tetapi terdengar seperti kalimat acak. Jenis pola bahasa ini kadang-kadang disebut sebagai logorrhea.

Pasien dengan afasia Wernicke



kemungkinan sadar bahwa orang lain tidak dapat memahami mereka ketika berbicara. Akibatnya, mereka bisa menjadi marah, paranoid, ataupun depresi. Afasia Wernicke bisa menjadi salah satu peristiwa paling menantang secara emosional.

Sementara yang terakhir adalah, afasia Global. Ini terjadi ketika

terdapat kerusakan di otak begitu luas sehingga melibatkan area bahasa Broca dan Wernicke. Orang yang selamat dari afasia Global, tidak dapat memahami bahasa lisan atau berbicara sama sekali. Meski begitu, beberapa kasus penderita afasia global, masih dapat berkomunikasi dengan menggunakan bahasa tulis. (berbagai sumber/ dya)

1. BERHENTI MEROKOK

Merokok adalah sumber segala penyakit. Bila Anda bukan perokok, sebaiknya jangan sekali-kali mencobanya. Namun, jika kamu terlanjur punya kebiasaan merokok, tidak ada kata terlambat untuk berhenti.

Anda bisa minta dukungan keluarga, teman atau minta bantuan dokter untuk meminta kiat-kiat berhenti merokok yang paling efektif, dan bagaimana mengatasi gejala penarikan saat mencoba berhenti merokok.

2. POLA MAKAN SEHAT

Memilih makanan sehat dan pilihan camilan dapat mencegah kerusakan otak. Oleh sebab itu, pastikan kamu banyak mengonsumsi buah dan sayuran segar. Pilih makanan yang rendah lemak jenuh, lemak trans, dan kolesterol untuk mencegah kolesterol tinggi. Batasi pula penggunaan garam (natrium) untuk menurunkan risiko tekanan darah. Kolesterol tinggi dan tekanan darah tinggi adalah dua faktor utama penyebab stroke.

3. RUTIN BEROLAHRAGA

Aktivitas fisik adalah salah satu kunci berat badan yang sehat dan ideal. Bukan itu saja, rutin berolahraga dapat menurunkan kadar kolesterol dan tekanan darah yang keduanya menjadi faktor utama penyebab stroke.

Untuk orang dewasa, pastikan berolahraga setidaknya 30 menit setiap hari (5 kali dalam seminggu).

Pilih olahraga intensitas sedang, seperti jalan cepat, bersepeda, berenang, lompat tali dan lain-lain.

4. BATASI KONSUMSI ALKOHOL

Alkohol sering menjadi penyebab utama penyakit hati. Tak hanya itu, kebiasaan minum alkohol juga dapat meningkatkan tekanan darah yang dapat memicu stroke. Menurut Centers for Disease Control and Prevention (CDC), laki-laki dianjurkan tidak minum lebih dari dua gelas sehari dan wanita tidak lebih dari satu gelas sehari.

5. JAGA BERAT BADAN SEHAT

Kelebihan berat badan atau obesitas dapat memicu berbagai penyakit kronis berbahaya. Untuk menentukan apakah berat badan Anda masuk dalam kisaran yang sehat, dokter perlu mengukur indeks massa tubuh terlebih dahulu. Selain itu, dokter terkadang juga menggunakan ukuran pinggang dan pinggul untuk mengukur kelebihan lemak tubuh. (berbagai sumber diolah)

GAYA HIDUP SEHAT UNTUK PENCEGAHAN

MEREKA DERITA PENYAKIT YANG SAMA

SELAIN Bruce Willis, ini artis-artis Hollywood yang juga mengidap Afasia.



SHARON STONE

Pada 2001, Sharon Stone dilarikan ke rumah sakit karena serangan stroke yang menyebabkan pendarahan otak hebat. Bintang 'Basic Instinct' ini mengalami pendarahan selama sembilan hari dan harus terapi untuk belajar berjalan dan bicara.

Kesulitan berjalan dan bicara termasiuk beberapa gejala dari Afasia. Dua tahun lamanya Sharon Stone menjalani terapi demi mengembalikan kemampuan jalan dan bicara dengan normal.

"Saya pulang setelah dirawat karena stroke dengan kondisi bicara teragap-gagap, tidak bisa membaca selama dua tahun," tuturnya seperti dikutip dari People.



EMILIA CLARKE

Tak lama menyelesaikan syuting 'Game of Thrones' season pertama, Emilia Clarke alami aneurysm yang sebabkan stroke. Ia pun harus jalani operasi otak. Setelah Dua minggu dia tidak bisa mengingat namanya.

"Saya mengalami kondisi yang dinamakan Afasia, akibat dari trauma pada otak yang saya derita. Dalam momen terburuk, saya ingin sekali mencabut nyawa saya. Saya meminta staf medis untuk membiarkan saya mati. Pekerjaan, seluruh mimpi yang saya inginkan, berpusat pada kemampuan bahasa dan komunikasi. Tanpa itu saya kehilangan semuanya," curhat Emilia pada essay yang dituliskannya untuk The New Yorker.

Beruntung, Afasia yang dialaminya hanya sementara. Setelah dirawat lagi di ICU, satu minggu kemudian dia sembuh dan bisa kembali berbicara. (berbagasi sumber diolah)

Cara Aman Makan Kurma untuk Penderita Diabetes

KURMA menjadi salah satu santapan yang dianjurkan saat berbuka puasa di bulan Ramadan. Namun, rasanya yang manis dan kandungan gulanya yang tinggi membuat konsumsi kurma untuk pengidap diabetes perlu diperhatikan kembali.

Diabetes sendiri merupakan penyakit yang disebabkan oleh tingginya kadar gula dalam darah. Jika tak ditangani dengan tepat, penyakit ini bisa mengancam nyawa.

Melansir Healthline, rasa manis dalam buah kurma berasal dari fruktosa. Zat ini adalah gula alami yang ditemukan dalam buah. Dalam 24 gram kurma, terdapat 67 kalori dan 18 gram karbohidrat, dan 2 gram serat (setara delapan persen kebutuhan serat harian tubuh). Selain itu, kurma juga mengandung zat gizi penting bagi tubuh lain di antaranya magnesium, potasium, mangan, tembaga dan vitamin B-6.

Kendati kurma termasuk buah yang tinggi karbohidrat dan perlu hati-hati dikonsumsi penderita diabetes, namun kandungannya seratnya menguntungkan pengidap diabetes. Pasalnya, serat dapat membantu untuk memperlambat proses penyerapan karbohidrat dalam tubuh. Semakin lama karbohidrat dicerna dalam tubuh, semakin kecil kemungkinan gula darah langsung melonjak setelah makan suatu asupan.

Selama ini, untuk menakar efek karbohidrat pada kadar gula darah digunakan indeks glikemik. Indeks glikemik diukur pada skala 0 sampai 100. Kadar karbohidrat asupan disebut rendah saat indeks glikemik di bawah 55 dan tinggi saat kadarnya di atas 70. Dengan kata lain, makanan dengan indeks glikemik rendah tidak menyebabkan insulin dan gula darah naik secara signifikan.

Penderita diabetes umumnya lebih disarankan untuk mengonsumsi makanan dengan indeks glikemik rendah, agar gula darahnya tidak melonjak. Kabar baiknya, kurma memiliki indeks glikemik rendah. Dalam satu studi yang meneliti lima jenis kurma, kadar indeks glikemiknya antara 44 dan 53. Dengan kata lain, kurma untuk penderita diabetes sah-sah saja asalkan dikonsumsi tidak berlebihan.

Melansir Live Strong, penderita diabetes secara umum (tanpa komplikasi penyakit gagal ginjal, dll) dapat mengonsumsi segala jenis buah dengan takaran di bawah 15 gram karbohidrat. Untuk buah segar yang banyak kandungan air seperti melon, jeruk, atau pir, takaran tersebut umumnya bisa lebih banyak. Namun, untuk buah kering seperti kurma, batasan konsumsinya tidak boleh berlebihan. Penderita diabetes disarankan makan kurma tidak lebih dari tiga butir sehari. Ada beberapa tips mengonsumsi kurma untuk pengidap diabetes. Berikut di



(Ilustrasi) Tips mengonsumsi kurma untuk pengidap diabetes
Foto : Naim Benjelloun

antaranya.

KONSUMSI KURANG DARI 2 BUAH

Pengidap diabetes disarankan membatasi asupan kurma tidak lebih dari 2 buah per hari atau sekitar 20 gram karbohidrat, tergantung pada jenis kurma itu sendiri. "Untuk penyandang diabetes, 1-2 buah kurma ini enggak jadi masalah," ujar dokter spesialis penyakit dalam, Rudy Kurniawan, dalam sebuah wawancara.

TIDAK DIBUAT JUS

Selain itu, pengidap diabetes juga disarankan mengonsumsi kurma secara utuh tanpa diproses menjadi jus. Pengolahan dapat menurunkan kadar serat yang dibutuhkan pengidap diabetes untuk memperlambat proses penyerapan karbohidrat dalam tubuh.

TIDAK DIKONSUMSI SEKALIGUS

Pengidap diabetes disarankan

tidak mengonsumsi kurma sekaligus. Alih-alih sekaligus, Anda disarankan untuk 'menyicil' konsumsi kurma. Caranya, Anda bisa memberi jarak antara memakan kurma yang pertama dengan kurma yang kedua. Beri jarak setidaknya 60 menit.

PERBANYAK MINUM AIR PUTIH

Setelah memakan kurma, penderita diabetes tidak disarankan untuk mengonsumsi minuman manis. Alih-alih minuman manis, perbanyak asupan air mineral. Jika penderita diabetes masih ragu-ragu gula darah melonjak setelah makan kurma, konsumsi buah bercita rasa manis ini saat beraktivitas atau berolahraga. Umumnya, tubuh membutuhkan gula saat beraktivitas yang membakar kalori ekstra. Demikian tips mengonsumsi kurma untuk pengidap diabetes yang bisa Anda ikuti saat Ramadan nanti. Selamat berpuasa! (helathtime/dya)

KANDUNGAN DALAM SETIAP 100 GRAM KURMA

- 277 kalori
- 75 gram karbohidrat
- 7 gram serat
- 2 gram protein
- 20 persen kebutuhan harian kalium
- 14 persen kebutuhan harian magnesium
- 15 persen kebutuhan harian mangan
- 5 persen kebutuhan harian zat besi
- 12 persen kebutuhan harian vitamin B6.



Yang Baru dari Free Fire, BTS Desain Kostum dan Emote

GARENA sudah mengumumkan akan melakukan kolaborasi dengan salah satu grup band terkenal asal Korea Selatan, yaitu **BTS**. Lewat kolaborasi Free Fire x **BTS** secara global ini, player akan disajikan dengan beragam konten eksklusif. Apa saja?

Berdasarkan video resmi yang diposting ke akun Instagram Garena Free Fire Indonesia, ketujuh anggota ikon K-pop itu mendesain beberapa kostum baru di dalam game battle royale tersebut. Selain kostum baru yang didesain oleh RM, Jin, Suga, J-Hope, Jimin, V, dan Jungkook sendiri, player Free Fire juga berkesempatan untuk memiliki emote **BTS**.

Sayangnya, hingga kini pihak Garena masih belum mengumumkan secara pasti kapan konten Free Fire x **BTS** ini akan meluncur ke seluruh player. Tak hanya kostum dan emote khusus **BTS**, pengembang juga sempat mengatakan sedang mempersiapkan event baru pada Maret ini dalam rangka menyambut kolaborasi. "Penggemar dan pemain Free Fire dapat menantikan serangkaian acara dan aktivitas kolaborasi di minggu-minggu berikutnya, baik di dalam maupun di luar game," kata Garena.

Lebih lanjut, **BTS** merupakan kolaborasi terkini yang akan tampil di dalam game Free Fire. Sebelumnya, perusahaan juga sudah menghadirkan konten kolaborasi, seperti dengan **Ubisoft** dan **Assassin's Creed**, **Capcom** dan **Street Fighter**, dan **Venom: Let There Be Carnage**.

Agar Tak Terblokir

Garena sering kali membagikan gratis kode redeem Free Fire (FF) bagi para pemain setia game bergenre battle royale tersebut. Melalui akun Instagram Free Fire Indonesia,

mereka membagikan sejumlah aturan yang tidak boleh dilanggar oleh para pemain.

Lantas, apa saja peraturan yang perlu diketahui pemain agar akun Free Fire mereka tidak diblokir? Berikut ini daftarnya, seperti dikutip dari akun Instagram @freefirebgid:

Menggunakan game client (apk Free Fire) tidak resmi/modifikasi. Menggunakan aplikasi tidak resmi ketika bermain Free Fire. Memodifikasi file untuk mendapatkan keuntungan yang tidak sportif. Melanggar sistem anti-hack Free Fire melalui transfer data lokal ilegal.

Seperti diketahui, Free Fire (FF) memiliki jutaan pemain setiap harinya di seluruh dunia. Banyak pemain ingin mengakses konten dari server negara lain dan menggunakan VPN sebagai alternatif. Namun, penggunaan VPN mungkin tidak selalu aman bagi pemain. Jaringan pribadi virtual (VPN) memungkinkan pemain untuk mengubah alamat IP ke negara lain.

Dilansir dari Sportskeeda, penting dicatat bahwa FF tidak mempromosikan penggunaan VPN. Meskipun tidak ada hukuman khusus yang disebutkan dalam kebijakan atau anti-peretasan, namun menggunakan aplikasi pihak ketiga untuk memanipulasi konten klien dapat mengakibatkan pemblokiran akun pemain.



Secara umum, perangkat lunak atau layanan pihak ketiga apa pun yang berjalan di latar belakang game berisiko rentan dan dapat memicu sistem anti-peretasan game. Pemain harus berjaga-jaga dan bermain aman serta disarankan untuk tidak menggunakan aplikasi pihak ketiga saat memainkan Free Fire.

Selain itu, beberapa pemain menyarankan menggunakan VPN untuk menyelesaikan masalah ping di Free Fire. Ping merupakan ukuran seberapa cepat sinyal dikirim dan dikembalikan ke perangkat pengguna.

Bisa juga dengan menonaktifkan pembaruan otomatis. Google Play

Store menyertakan opsi pembaruan otomatis yang secara otomatis memperbarui aplikasi. Pembaruan aplikasi menggunakan banyak data dan hal ini dapat menyebabkan masalah ping di Free Fire. Oleh karena itu, pemain dapat menonaktifkan opsi ini dengan masuk ke pengaturan.

Masalah Ping di Free Fire juga dapat diatasi jika semua aplikasi latar belakang ditutup. Pemain umumnya memiliki aplikasi yang berjalan di belakang saat bermain game dan itu akan menghabiskan data. Disarankan untuk menutup semua aplikasi latar belakang sebelum bermain. (berbagai sumber/dya)





RAHASIA CANTIK PEREMPUAN ROMAWI KUNO, OLES PLASENTA HEWAN HINGGA SUSU KEDELAI

TAHUKAH kamu bahwa orang Romawi Kuno awalnya menggunakan riasan untuk melakukan ritual? Seiring berjalannya waktu, riasan dan perawatan kulit menjadi bagian alami sehari-hari. Bagi perempuan Romawi Kuno, mempertahankan tampilan kulit yang sehat, tanpa kerutan, dan noda merupakan hal yang mempengaruhi reputasi mereka.

Bangsawan Romawi Kuno bisa membeli riasan dari China dan Jerman, sedangkan rakyat biasa hanya mampu membeli kosmetik murah atau bahkan membuatnya sendiri. Buat kamu yang penasaran tentang rahasia cantik ala perempuan romawi kuno, simak di bawah ini ya, Beauties!

Dilansir dari Beautiful with Brain, orang Romawi Kuno memiliki standar kecantikan yang mengharuskan untuk memiliki kulit putih bersih. Karena kulit mereka secara alami lebih gelap, mereka menggunakan bubuk kapur dan timah putih untuk mencerahkannya. Apapun akan dilakukan demi memenuhi standar kecantikan yang ada meskipun harus menggunakan bahan yang berbahaya.

Untuk riasan mata, mereka menyukai mata besar dengan bulu mata panjang dan alis yang tebal. Maka perempuan Romawi Kuno akan

menggelapkan alis mereka dengan jelaga atau butiran arang yang halus dan lunak.

Sebagai eyeshadow, mereka menggunakan kohl (eyeliner) yang terbuat dari kunyit dan abu. Selain itu mereka menggunakan mineral malachite untuk membuat eyeshadow berwarna biru dan kelopak mawar yang hangus untuk warna hitam. Tidak hanya makeup, perempuan Romawi Kuno juga rajin melakukan perawatan wajah lho.

MASKER ALAMI

Seperti yang dilansir dari Italy Magazine, bangsa Romawi membuat racikan masker sendiri yang dibuat dari air mawar, telur, minyak zaitun, adas manis, dan minyak kacang almond. Mereka juga menggunakan lemak angsa untuk menghilangkan kerutan, wow!

KRIM WAJAH

Tidak hanya masker saja tapi perempuan Romawi Kuno juga membuat krim dan lotion untuk melawan kerutan, jerawat, noda hitam, dan kulit yang mengelupas. Mereka menggunakan minyak dari biji

tanaman, belerang, cuka, madu, jus kemangi, dan ekstrak mawar. Selain itu, mereka juga menggunakan bahan yang cukup ekstrim yaitu plasenta atau kotoran hewan.

PERAWATAN ALA BANGSAWAN POPPAEA SABINA

Salah satu istri kaisar Romawi Kuno yaitu Kaisar Nero, Poppaea Sabina bahkan memiliki perawatan khusus yang dinamai sesuai dengan dirinya yaitu Poppaean. Sang permaisuri akan berendam di susu kedelai yang dicampur dengan adonan lain.

Biasanya dia dibantu oleh tim budak yang disebut Cosmetae, yang bertugas untuk mengoleskan produk perawatan kulit. Dilansir dari History Hit, Poppaea dilaporkan membutuhkan banyak sekali susu sehingga dirinya harus membawa pasukan kedelai kemanapun dia pergi.

PEWARNAAN RAMBUT

Perawatan rambut juga merupakan hal yang sangat diperhatikan oleh bangsa Romawi Kuno. Banyak orang yang akan mendatangi penata rambut atau Omatrice untuk mengeriting atau mewarnainya. Pada masa itu, warna

pirang atau merah adalah warna yang paling banyak diinginkan oleh mereka. Proses mewarnai rambut dimulai dengan pewarna yang mengandung zat nabati dan hewani. Setelahnya rambut akan dicuci dengan minyak, air, atau didiamkan semalaman.

Untuk mendapat rambut keriting, mereka memakai batang perunggu yang dipanaskan. Setelahnya mereka akan menggunakan serum minyak zaitun untuk menjaga kelembapan rambutnya. Menarik ya, Beauties. (Beautiful with Brain/dya)



Utang RI Tembus Rp 7.000 T ... (dari hal 1)

PANDEMI Covid-19 tampaknya masih menjadi alasan utama bengkaknya utang pemerintah saat ini. Meski sudah mencapai Rp7.014,58 triliun per Februari 2022, Deputi Bidang Koordinasi Ekonomi Makro dan Keuangan Kemenko Perekonomian, Iskandar Simorangkir mengatakan, posisi utang Indonesia pada saat ini masih dalam batas aman. Di mana batas atas rasio utang terhadap PDB ditetapkan oleh pemerintah dan DPR yakni 60 persen. Artinya, masih ada gap sekitar 20 persen.

"Dengan nominal tersebut, rasio utang Indonesia hanya 40 persen dari GDP," kata Iskandar dikutip Senin (4/4).

Iskandar juga mengklaim, rasio utang Indonesia jauh lebih sehat dibandingkan negara-negara lain. Dia mencontohkan, rasio utang Singapura pada 2021 sudah mencapai 145 persen terhadap GDP-nya. Kemudian Filipina tembus 60,5 persen dan Thailand 52,8 persen dari GDP-nya. "Indonesia yang paling konservatif dalam pengelolaan utang," ujarnya.

Meski demikian, jika menilik ke belakang, utang pemerintah di era Presiden Joko Widodo terlihat membengkak dibandingkan era SBY. Selama Presiden Jokowi menjabat, ada kenaikan utang sebesar Rp4.413 triliun. Mengutip data dari Kementerian Keuangan, utang pemerintah saat SBY menjabat pada 2004 sebesar Rp1.299,5 triliun. Menutup periode pertama SBY di 2009, utang pemerintah bertambah menjadi Rp1.589,8 triliun. Kemudian pada 2010, SBY menambah utang pemerintah menjadi Rp1.676,85 triliun. Menutup periode akhir, SBY mencatatkan utang pemerintah sebesar Rp2.601 triliun pada Oktober 2014. Sehingga dapat dilihat, selama SBY menjabat sebagai presiden 10 tahun, utang pemerintah bertambah sebesar Rp1.301,5 triliun.

Sementara, pada awal masa jabatan, Jokowi telah dibebankan

utang sebesar Rp2.601 triliun per Oktober 2014. Hingga akhir Februari 2022, utang pemerintah terus bertambah menjadi Rp7.014,58 triliun. Artinya ada peningkatan sebesar Rp4.413 triliun.

Direktur Riset Center of Reform Economic (CORE), Piter Abdullah mengatakan, posisi utang saat ini jangan dilihat oleh masyarakat dari nominalnya saja. Sebab, jika tolak ukurnya nominal, akan terlihat sangat besar. "Utang pemerintah hendaknya dilihat, pertama, dari rasionya terhadap PDB," kata Piter dihubungi terpisah.

Saat ini utang pemerintah masih di kisaran 40 persen PDB. Sementara ketentuan Undang-Undang (UU) keuangan negara mensyaratkan utang pemerintah di bawah 60 persen. Artinya utang pemerintah saat ini masih memenuhi ketentuan UU. Piter menambahkan, utang pemerintah hendaknya juga dilihat dari dinamika kenaikannya. Seberapa besar kenaikan dan peruntukan daripada utang tersebut. Karena jika melihat kenaikannya selama dua tahun terakhir cukup besar, akibat pandemi COVID-19. Tapi, peruntukannya jelas dalam rangka menanggulangi pandemi.

"Dibandingkan negara lain kenaikan utang pemerintah di tengah pandemi termasuk yang paling kecil," ujar Piter. Di samping itu juga, Piter melihat bahwa utang pemerintah sebesar Rp7.014 triliun pada Februari adalah konsekuensi dari defisit APBN 2022.

Sementara APBN adalah produk dari pemerintah bersama DPR. Terakhir utang pemerintah harus dilihat dari komposisi utang luar negeri atau utang domestik. Saat ini porsi utang luar negeri semakin kecil. Data Bank Indonesia (BI) mencatat utang luar negeri (ULN) Indonesia sebesar 413,6 miliar dolar AS hingga akhir Januari 2022. Posisi ULN turun dibandingkan dengan bulan sebelumnya sebesar 415,3 miliar dolar AS. "Dengan merujuk hal-hal di atas,

menurut saya utang pemerintah masih aman," jelasnya.

Subsidi Bukan 'Gagah-gagahan'

Pemulihan ekonomi akibat Covid-19 memang menyerap anggaran yang sangat besar. Meski demikian menurut ekonom tak perlu pemerintah 'gagah-gagahan' dengan memberikan subsidi di semua sektor. Ekonom Senior Chatib Basri juga menyarankan agar pemberian bantuan sosial (bansos) harus fokus pada kelompok masyarakat rentan, demi mengurangi tekanan akibat gejolak pandemi maupun global.

Chatib menjelaskan, saat ini mandatory spending pemerintah dalam APBN, baik itu untuk pendidikan, transfer ke daerah, hingga subsidi energi telah mencapai 84%. Pemerintah sendiri memasang asumsi harga minyak yang dipatok di dalam APBN hanya mencapai US\$ 63 per barel, sementara saat ini harga minyak mentah dunia sudah tembus di atas US\$ 100 per barel.

Jika pemerintah tetap menetapkan subsidi barang, maka akan memberatkan beban APBN. Padahal yang menerima subsidi adalah yaitu kelas menengah ke atas. Sehingga mandatory spending kemungkinan juga akan naik hingga 90%.

"BBM disubsidi barangnya, minyak goreng disubsidi tempe disubsidi, semuanya disubsidi. Repot kalau seluruh subsidi bisa dinikmati masyarakat. Kenapa gak targeted saja," jelas Chatib, Senin (4/4). "Kita gak punya ruang fiskal yang gagah-gagahan, kita harus membedakan must have and nice to have," kata Chatib lagi.

Chatib menjelaskan, sebenarnya kelompok rentan di Indonesia atau biasa disebut expiring middle class adalah sebanyak 120 juta orang, sehingga sudah mencakup seluruh dari 160 juta penduduk yang menjadi target pemberian bansos. "Saya setuju fokus kepada vulnerable group. Kalau saya bicara 160 juta penduduk

Indonesia itu 40 juta rumah tangga dengan hitungan bapak, ibu, dan dua anak," tuturnya.

Tak hanya itu, dia juga mengungkap tentang kebijakan salah terkait migor. Chatib Basri menganggap jika ini adalah kesalahan kebijakan pengaturan harga yang dilakukan oleh pemerintah. Beberapa negara lain seperti di Amerika Latin pernah menerapkan hal yang sama dan gagal.

"Price control dimana-mana gak bisa jalan. Jangan coba melakukan di bawah set harga produksi, itu barangnya akan hilang," ungkapnya dalam acara Indonesia Macroeconomic Updates 2022, Senin (4/4).

Sesaat memang seakan membantu masyarakat, inflasi pun berhasil turun pada periode tersebut. Hanya saja tak lama kemudian barangnya hilang. Masyarakat kesusahan dan dana subsidi triliunan tidak jelas sasarannya.

Chatib mengapresiasi pemerintah yang kemudian mengubah kebijakan. HET kini dikhususkan untuk kategori curah sebesar Rp 14 ribu per liter. Sementara yang kemasan dilepas sesuai mekanisme pasar. "Pemerintah benar membiarkan harga mengikuti pasar dan memberikan BLT," jelasnya. BLT diberikan sebesar Rp 300 ribu untuk tiga bulan (April-Juni) kepada 20 juta rumah tangga. Anggaran yang dibutuhkan adalah sebesar Rp 6,9 triliun.

"Menurut saya kalau dinaikan 160 juta orang, 40 juta RT beban APBN gak besar kalau Rp 300 ribu," pungkasnya.

Hal senada diungkapkan, Pakar Hukum Tata Negara Refly Harun membeberkan hal mengerikan dalam berjalannya pemerintahan Presiden Jokowi. Refly menilai bahwa catatan utang pemerintah Indonesia saat ini sangat mengerikan.

"Utang Indonesia saat ini sudah tembus Rp 7.000 triliun. Belum lagi utang BUM dan perusahaan swasta," ujarnya dilansir dari kanal YouTube Refly Harun.

Advokat itu berharap agar Indonesia tak terkena jebakan utang. "Saya tak tahu pasti, karena saya bukan ekonom, tetapi banyak kritik terhadap pemerintahan Jokowi terkait dengan bidang ekonomi ini," ungkapnya.

Lebih lanjut, Refly mengatakan bahwa banyak pihak yang menilai bahwa pemerintahan Presiden Keenam RI Susilo Bambang Yudhoyono (SBY) dalam bidang perekonomian jauh lebih baik. "Banyak juga yang membandingkan dengan masa pemerintahan SBY dan sebagian mengatakan masa pemerintahan SBY jauh lebih baik kondisi ekonominya," katanya.

Refly pun menegaskan bahwa kritiknya terhadap pemerintahan Presiden Jokowi tak dilandaskan oleh rasa benci dan iri. Menurut Refly, pandangan nya terhadap pemerintahan Presiden Jokowi itu adalah penilaian yang objektif. "Orang seperti saya dan Rocky Gerung itu independen, sehingga tak segan-segan untuk melancarkan kritik terhadap pemerintah," paparnya. (ashar,ist,rls,ant/dya)

REALISASI BELANJA PEMERINTAH PUSAT TAHUN 2022 (TRILIUN RUPIAH)

BELANJA PEMERINTAH PUSAT	APBN 2022	REALISASI S.D. 28 FEB	% THD APBN	% GROWTH (YOY)
Belanja K/L	945,75	78,58	8,31	(18,99)
Belanja Pegawai	266,18	29,29	11,01	0,33
Belanja Barang	337,94	13,98	4,14	(22,98)
Belanja Modal	199,20	8,89	4,46	(61,06)
Bantuan Sosial	142,43	26,42	18,55	(1,49)
Belanja Non K/L	998,79	93,64	9,38	13,21
Belanja Pegawai	160,35	29,68	18,51	0,45
Subsidi	206,96	21,65	10,46	75,29
Total Belanja Pemerintah Pusat	1.944,54	172,22	8,86	(4,17)

UPT Pelabuhan Perikanan Pantai Bulu

LAKUKAN PENDAMPINGAN OSS-RBA BAGI NELAYAN



Kegiatan pendampingan kepada masyarakat nelayan terkait pendaftaran/registerasi OSS-RBA yang dilakukan UPT PP Pantai Bulu, Tuban pada Rabu, 23 Maret 2022 di Teras Ruang Pelayanan Terpadu. (Foto:DKPjatim)

TUBAN - Online Single Submission (OSS) merupakan sistem yang mengintegrasikan seluruh layanan perizinan berusaha yang menjadi kewenangan Menteri/Pimpinan Lembaga, Gubernur, atau Bupati/Walikota yang dilakukan secara elektronik. Masyarakat nelayan pun terus diberikan sosialisasi dan pendampingan terkait pelaksanaannya.

Bila sebelumnya sistem perizinan berusaha yang terintegrasi secara elektronik melalui OSS Versi 1.1, kini akan akan bertransformasi menjadi OSS - RBA atau Online Single Submission Risk Based Approach (Perizinan Daring Terpadu dengan Pendekatan Perizinan Berbasis Risiko). Hal tersebut sesuai dengan

yang diatur dalam Surat Menteri Investasi/Kepala BKPM Nomor 1342/A.1/2021 dan Peraturan Pemerintah Nomor 5 Tahun 2021 tentang Penyelenggaraan Perizinan Berusaha Berbasis Risiko (PP 5/2021).

Beda dengan sistem OSS 1.1 yang tidak mendasarkan perizinan pada risiko dan skala kegiatan usaha, sistem OSS RBA ini nantinya akan menilai permohonan perizinan berusaha pada tingkatan risiko dan besaran skala kegiatan usaha.

Secara implementasi, nantinya seluruh kapal yang sudah memiliki dokumen kapal dan dokumen perizinan subsektor perikanan akan terekam dengan detail. Termasuk ketelusuran data hasil tangkapannya,

sehingga hasil tangkapan dari pelaku usaha di PPP Bulu Tuban tidak termasuk ke dalam salah satu Illegal, Unreported and Unregulated (IUU) Fishing atau secara sederhana tidak termasuk kegiatan perikanan yang tidak sah.

Unit Pelaksana Teknis Pelabuhan Perikanan (UPT PP) Pantai Bulu pun melakukan pertemuan dengan nelayan sebagai tindak lanjut hasil sosialisasi sebelumnya. Pada Rabu, 23 Maret 2022 dilakukan pendampingan kepada masyarakat nelayan terkait pendaftaran/registerasi OSS-RBA di Teras Ruang Pelayanan Terpadu.

Kegiatan ini dibuka secara langsung oleh Kepala UPT PPP Bulu, Kartono Umar,S.Pi,MAP didampingi Kepala Seksi Pelayanan Teknis Pelabuhan Agus Subagijo,S.Pi. Kegiatan yang dimulai pada pukul 08.00 WIB dengan dilakukan verifikasi dokumen, pengisian formulir dan pendaftaran OSS-RBA.

N o m o r I n d u k Berusaha (NIB) sebagai identitas pelaku usaha yang diterbitkan oleh OSS merupakan Identitas Pelaku usaha setelah mendaftarkan diri berlaku sebagai Tanda Daftar Perusahaan baik itu Peorangan, Badan Usaha ataupun Badan Hukum. Mengingat betapa pentingnya NIB untuk kelanjutan perizinan berusaha, wajib hukumnya bagi seluruh pelaku usaha untuk memiliki akun OSS

(Username dan Password).

“Kelengkapan Dokumen Kapal yang selama ini di anggap remeh oleh para pelaku usaha perikanan tangkap, terutama para pelaku usaha perikanan tangkap yang menggunakan kapal ukuran <30 GT, diharapkan mulai memperhatikan dan melengkapi dokumen kapalnya masing masing. Maka dari itu kami dari UPT PPP bulu siap membantu semua kesulitan pelaku usaha dalam pengurusan Perizinan Penangkapan Ikannya,” uja Agus Subagijo.

Masyarakat diharapkan terbantu dengan adanya pelayanan bersama di Pos Pelayanan Terpadu. Sebanyak 40 masyarakat nelayan dan pemilik kapal sudah terlayani sesuai prosedur yang ada dan dilakukan penyerahan secara simbolik oleh kepala UPT PP Pantai Bulu.(adv)



Shanghai Lockdown, Cina Keraahkan Tentara Uji Covid 26 Juta Warga

SHANGHAI - Lockdown yang dilakukan oleh pemerintah kota Shanghai memaksa masyarakat beraktivitas dari dalam rumah. Di tengah aktivitas yang terbatas, pemerintah Cina pun menurunkan tentara hingga dokter dan perawat untuk membantu melakukan tes Covid-19 massal bagi 26 juta penduduk di kota itu.

Dilansir Xinhua, Senin (4/4), warga di sejumlah perumahan diminta bangun sebelum fajar untuk menjalani tes asam nukleat, banyak dari mereka masih mengenakan piyama.

Tentara Pembebasan Rakyat (PLA) pada Minggu mengerahkan lebih dari 2.000 petugas medis yang direkrut dari angkatan darat, angkatan laut dan pasukan logistik gabungan ke

Shanghai, menurut laporan sebuah surat kabar militer.

Provinsi-provinsi seperti Jiangsu, Zhejiang dan Beijing telah mengirimkan petugas kesehatan ke Shanghai, menurut laporan media-media setempat. Beberapa media memperkirakan jumlah petugas mencapai lebih dari 10.000 orang.

Pengerahan ini menjadi respons kesehatan publik paling besar di Cina sejak berhasil mengendalikan wabah awal Covid-19 di Wuhan, di mana virus corona pertama kali ditemukan awal 2020. Dewan Negara saat itu mengatakan PLA mengerahkan 4.000 petugas medis ke Hubei, provinsi tempat Wuhan berada.

Shanghai memulai lockdown dua

tahap yang diperluas pada Senin pekan lalu agar semua penduduk tetap tinggal di rumahnya. Kota itu melaporkan 8.581 kasus Covid-19 tanpa gejala dan 425 kasus bergejala untuk 3 April.

Kekhawatiran akan situasi Covid-19 Cina bertambah dengan laporan sub-varian baru varian omicron, yang muncul saat virus menyebar secara nasional meski penguncian Shanghai semakin intensif. Negara, yang berhasil menjalani sebagian besar pandemi secara efektif bebas virus setelah meredam wabah awalnya di Wuhan, saat ini mengalami lonjakan infeksi harian terbesar sejak periode itu.

Dengan peningkatan kasus Covid-19, Beijing mengirim Wakil Perdana Menteri Sun Chunlan ke Shanghai

untuk mengawasi upaya pencegahan. Sun memerintahkan pejabat lokal untuk mengurangi wabah "sesegera mungkin," menunjukkan Cina tetap terikat pada strategi nol Covid yang kaku meskipun krisis meningkat.

Untuk sebagian besar pandemi, “Negeri Tirai Bambu” telah berusaha menghilangkan virus, sesuatu yang menjadi lebih menantang ketika patogen bermutasi menjadi lebih mudah menular, lolos dari pembatasan perbatasan, dan rezim karantina yang paling ketat sekalipun. Namun, dalam bukti lebih lanjut, Beijing setidaknya berencana untuk keluar dari strategi nol Covid -- yang membuatnya terisolasi saat seluruh dunia terbuka. (Xinhua,ist,ant/dya)