



BERSIAP! BIAYA UMRAH DAN HAJI MELANGIT

Tarif Hotel Arab Saudi Naik 300%, Umrah Februari Diprediksi Rp 30 Jutaan

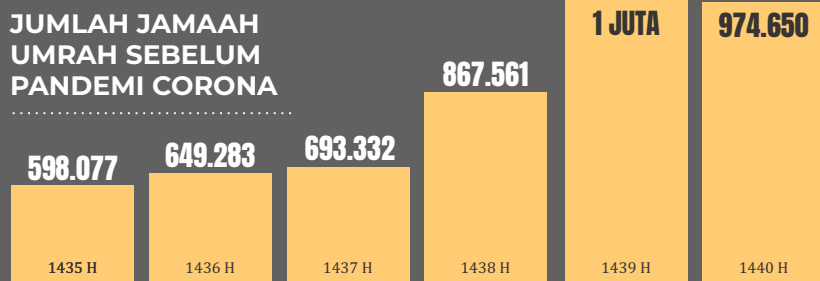


Para jamaah umrah dan haji dari seluruh negeri termasuk Indonesia harus merogoh kocek lebih dalam tahun ini. Hotel di Arab Saudi dikabarkan menaikkan tarif hingga mencapai 300%. Padahal, sejak Agustus-Oktobre 2022 lalu biaya ke Tanah Suci sudah lebih dulu dihantam kenaikan harga tiket maskapai. Menurut perkiraan hitungan, misal untuk keberangkatan di bulan Februari via Jakarta 9 hari hotel bintang 4 harga umrah berkisar di Rp 29 juta sampai dengan Rp 30 jutaan. Kekhawatiran tidak hanya di kenaikan tarif, tapi ada potensi pembatalan keberangkatan. Beberapa pelaku usaha travel umrah-haji mengatakan sangat sulit sekali mencari penginapan di Madinah. Walhasil meski Arab Saudi sudah membuka pintu lebar-lebar untuk pengunjung, tapi keberangkatan jamaah belum pulih seperti sebelum pandemi corona melanda.

(Baca Hal 11)

Government (Hal.2)
Amankan Stok
Dalam Negeri,
Pemerintah Pangkas
Ekspor CPO
Tahun Ini

JUMLAH JAMAAH
UMRAH SEBELUM
PANDEMI CORONA



Bipih 39.9 JUTA

Protokol Kesehatan 808.618,8

Manfaat Keuangan haji 41.1 JUTA

Total BPIH

RINCIAN BIAYA
PENYELENGGARA HAJI
(BPIH) 1443 H / 2022 M

81.7 JUTA

Amankan Stok Dalam Negeri, Pemerintah Pangkas Ekspor CPO Tahun Ini

JAKARTA - Menteri Perdagangan Zulkifli Hasan atau Zulhas mengatakan pemerintah akan mengurangi volume ekspor minyak sawit mentah alias crude palm oil (CPO) tahun 2023 ini. Hal ini dilakukan untuk mengamankan pasokan dalam negeri untuk menghadapi bulan Ramadhan.

"Aturannya sudah DMO 1:8 menjadi 1:6. Kenapa? Karena untuk persiapan hadapi puasa dan Lebaran, mungkin kebutuhan dalam negeri akan meningkat," kata Zulhas dalam konferensi pers secara virtual, Senin (2/1/2023).

Secara sederhana, volume ekspor CPO yang sebelumnya menggunakan hitungan 1:8. Artinya, saat pengusaha bisa memenuhi kebutuhan dalam negeri yakni domestic market obligation (DMO), maka dapat jatah ekspor sebanyak delapan kali lipat. Untuk tahun ini, dikurangi rasio dari volume ekspor CPO. Jadi, bila pengusaha bisa memenuhi kebutuhan dalam negeri, maka jatah ekspornya hanya enam kali lipat.

Zulhas meyakini pengetatan itu tidak akan mempengaruhi nilai ekspor tahun ini. Pengetatan itu dilakukan untuk mengutamakan kebutuhan dalam negeri. "Juga data ekspor para pengusaha lebih kurang 6 juta, kalau satu bulan 3 juta, jadi Januari-Februari masih ada. Saya kira 1:6 ini tidak akan begitu berpengaruh. Namun, ini sinyal agar kepentingan dalam negeri diutamakan dan ditambah," ujarnya.

Dalam kesempatan itu, Zulhas mengklaim bahwa telah menurunkan harga minyak goreng Rp 14.000 per liter. Salah satunya dengan

meluncurkan minyakita yang telah dijual ke 34 provinsi dengan harga Rp 14.000/liter. Termasuk dijual ke Papua, Papua Barat, hingga Nusa Tenggara Timur (NTT).

"Pada saat dilantik menjadi Mendag 15 Juni 2022, janji saya kepada Pak Presiden menurunkan harga minyak goreng. Dalam kurang waktu 1 bulan, padahal Presiden kasih waktu 2 bulan, sejak pelantikan harga minyak goreng kemasan merek minyakita sudah dijual seharga Rp 14.000/liter," pungkasnya.

Terpisah, Gnanasekar Thiagarajan, Head of Trading and Hedging Strategies Kaleesuwari Intercontinental memandang kebijakan terbaru itu akan semakin membatasi pasokan minyak sawit, sebagaimana Indonesia berencana meningkatkan penggunaan minyak sawit untuk biofuel. Dia pun melihat prospek harga yang lebih tinggi pada kuartal pertama 2023. Meskipun melonjak sekitar 9 persen pada pekan ini, minyak sawit berjangka membukukan penurunan tahunan pertama dalam 4 tahun. Harga turun 11 persen pada 2022, setelah meningkat lebih dari dua kali lipat dalam 3 tahun sebelumnya, termasuk lonjakan 30 persen pada 2021 saja. Harga rata-rata minyak sawit mentah di Malaysia diperkirakan turun lagi 25 persen tahun depan karena produksi lokal yang lebih tinggi dan peningkatan ketersediaan minyak nabati utama lainnya, menurut Dewan Minyak Sawit Malaysia.



(Ilustrasi) Pemerintah akan mengurangi volume ekspor minyak sawit mentah alias crude palm oil (CPO) tahun 2023 ini. (Foto-dok)

Harga Referensi Turun

Harga referensi produk minyak kelapa sawit atau crude palm oil (CPO) periode 1-15 Januari 2023 ditetapkan sebesar USD 858,96 per metric ton. Angka ini turun USD 13,03 per metric ton dibandingkan periode sebelumnya atau pada 16-31 Desember 2023.

Harga ini sebagai dasar untuk penetapan bea keluar (BK) dan tarif Badan Layanan Umum Badan Pengelola Dana Perkebunan Kelapa Sawit (tarif BLU BPD-PKS) atau pungutan ekspor (PE).

Harga referensi CPO ini tercantum dalam Keputusan Menteri Perdagangan Nomor 1598 Tahun 2022 tentang Harga Referensi Crude Palm Oil yang Dikenakan Bea Keluar dan Tarif Layanan Badan Layanan Umum Badan Pengelola Dana Perkebunan Kelapa Sawit.

Selain CPO, minyak goreng (refined, bleached, and deodorized/RBD Palm Olein) dalam kemasan bermerek dan dikemas dengan berat netto kurang dari 25 kg dikenakan BK USD 0 per metric ton.

"Saat ini harga referensi CPO mengalami penurunan yang mendekati ambang batas sebesar USD 680 per MT. Untuk itu, merujuk pada PMK yang berlaku saat ini maka Pemerintah mengenakan BK CPO sebesar USD 52 per MT dan pungutan ekspor CPO sebesar USD 90/MT untuk periode 1-15 Januari 2023," kata Direktur Jenderal Perdagangan Luar Negeri Budi Santoso, dikutip pada Senin (2/1/2023).

Bea keluar CPO periode 1-15 Januari 2023 merujuk pada Kolom Angka 5 Lampiran Huruf C Peraturan Menteri Keuangan Nomor 123/PMK.010/2022 sebesar USD 52/MT. Sementara itu, pungutan ekspor CPO periode 1-15 Januari 2023 merujuk pada Lampiran Huruf C Peraturan Menteri Keuangan Nomor 154/PMK.05/2022 sebesar USD 90 per MT.

Untuk diketahui, Sepanjang tahun 2022 harga minyak sawit dunia anjlok 19,15%, menjadi kinerja tahunan yang

ditutup di zona merah pertama kali dalam empat tahun terakhir. Banyaknya tekanan di pasar nabati dunia akibat konflik senjata antara Rusia dan Ukraina.

Minyak sawit telah menjadi minyak termahal di antara empat minyak nabati utama untuk pertama kalinya karena pembeli bergeser untuk mengamankan pengganti minyak biji bunga matahari dari wilayah pengekspor utama di Laut Hitam Ukraina yang terganggu oleh invasi Rusia.

Rekor harga minyak sawit melebihi minyak nabati lain sehingga menekan konsumen di Asia dan Afrika yang sensitive terhadap harga. Sehingga, membuat harga pangan dan bahan bakar melonjak dan memaksa mereka untuk mengurangi konsumsi dan beralih ke minyak kedelai.

Di India untuk pengiriman Maret, CPO ditawarkan dengan harga sekitar US\$1.925/ton termasuk biaya asuransi dan pengiriman, sedangkan minyak kedelai mentah dibanderol US\$ 1.865/ton. Minyak rapeseed mentah ditawarkan US\$1.900/ton, dan sementara ini para pedagang tidak menawarkan minyak bunga matahari mentah karena Pelabuhan di Ukraina ditutup. Laut Hitam menyumbang 60% dari produksi minyak bunga matahari dunia dan 76% dari ekspor.

Selain itu, produksi kedelai di Argentina, Brasil, dan Paraguay diperkirakan turun karena cuaca kering. Pembeli Asia yang sensitive terhadap harga biasanya mengandalkan minyak sawit karena biaya rendah dan waktu pengiriman yang cepat, tapi sekarang mereka membayar lebih dari US\$50/ton premium dibandingkan minyak kedelai dan minyak biji bunga matahari.

"Pembeli memiliki pilihan untuk membeli minyak kedelai, tapi pasokan minyak kedelai cepat habis dan mereka membutuhkan waktu lebih lama untuk mendarat di Asia dibandingkan dengan minyak sawit," tutur seorang diler di Kuala Lumpur dikutip dari Reuters. (wid,rls,ist/dya)

10 NEGARA TUJUAN UTAMA EKSPOR MINYAK SAWIT (CPO) INDONESIA PERIODE JAN-AGT (2021-2022 DALAM TON)

NEGARA	jan-agt 2021	jan-agt 2022
 India	2.380.365,1	2.467.770,4
 Tiongkok	3.166.590,7	1.640.931,0
 Pakistan	1.806.613,2	1.569.439,3
 Amerika Serikat	1.059.028,6	1.096.270,1
 Malaysia	974.784,6	962.781,5
 Bangladesh	887.128,9	719.004,9
 Mesir	652.276,0	503.026,8
 Rusia	460.722,8	423.686,9
 Spanyol	709.789,8	356.907,7
 Belanda	427.563,5	356.085,4

Baleg Sebut Perppu Cipta Kerja Harus Disetujui DPR RI, Berani Tolak Putusan Jokowi?



(Ilustrasi) Buruh akan melakukan aksi turun ke jalan karena menilai banyak pasal di Perppu Ciptaker yang merugikan. (Foto-dok)

JAKARTA - Presiden Joko Widodo (Jokowi) telah menerbitkan Peraturan Pemerintah Pengganti Undang-Undang (Perppu) Nomor 2 Tahun 2022 tentang Cipta Kerja. Beleid itu ditetapkan untuk menggugurkan status inkonstitusional bersyarat UU Cipta Kerja sebagaimana putusan Mahkamah Konstitusi (MK). Berdasarkan Pasal 22 ayat (1), (2) dan (3) UUD 1945, Perppu yang telah diterbitkan pemerintah harus mendapatkan persetujuan DPR.

Hal ini dibenarkan oleh Anggota Badan Legislasi (Baleg) DPR, Guspari Gaus. "Perppu ini akan dimintakan persetujuan kepada DPR untuk dijadikan UU," kata Guspari dalam keterangannya, Senin (2/1/2023).

Meskipun dirinya bisa memahami alasan pemerintah mengeluarkan Perppu tersebut, Guspari tetap meminta kepada seluruh fraksi di DPR tidak serta-merta memberikan persetujuan, kecuali atas dasar pertimbangan dan kajian yang sangat matang. "DPR juga dapat menolak Perppu itu jika dianggap tidak substantif dan jauh dari yang direkomendasikan MK terkait UU Cipta Kerja. Intinya kita perlu lebih teliti dan hati-hati," ujarnya.

Lebih lanjut, Guspari menilai kedudukan Perppu sudah setara dengan undang-undang, sehingga tidak ada lagi pengajuan dari pemerintah untuk membahas revisi UU Ciptaker yang dianggap MK inkonstitusional bersyarat. Dia mengatakan jika dilakukan revisi UU Cipta Kerja, akan memerlukan waktu yang lama, padahal MK memberikan limitasi waktu dua tahun bagi pembuatan undang-undang memperbaiki UU Ciptaker. "Sementara masyarakat dan dunia usaha sangat membutuhkan kepastian hukum mengantisipasi situasi dan tantangan perekonomian global yang penuh dengan ketidakpastian," katanya.

Guspari berpendapat diperlukan

langkah cepat dengan payung hukum yang kuat dalam mengambil kebijakan ekonomi agar dapat mengantisipasi berbagai tantangan dan melahirkan kepercayaan dunia usaha dalam pemulihan perekonomian. "Perppu Cipta Kerja merupakan niat baik pemerintah untuk memberikan terobosan untuk menghadirkan kepastian hukum sekaligus sebagai jawaban inkonstitusional bersyarat atas UU Cipta Kerja yang dulu diputuskan Mahkamah Konstitusi," tukasnya.

Presiden Jokowi merespons santai kritik penolakan atas terbitnya Perppu Cipta Kerja. Ia meyakini pro-kontra terhadap aturan hukum baru bisa ditangani lewat penjelasan. "Ya biasa dalam setiap kebijakan dalam setiap keluarnya sebuah regulasi ada pro dan kontra, tapi semua bisa kita jelaskan," kata Jokowi usai peninjauan Pasar Tanah Abang, Jakarta, Senin (2/1/2023).

Diberitakan sebelumnya, Presiden Joko Widodo (Jokowi) menerbitkan Perppu Cipta Kerja. Hal tersebut berpedoman pada peraturan perundang-undangan dan putusan MK Nomor 38/PUU/2009. Menko Polhukam Mahfud MD menyebut terbitnya Perppu Cipta Kerja karena kebutuhan mendesak untuk memberi kepastian hukum. "Perppu itu setara dengan undang-undang di dalam tata hukum kita," ucapnya Jumat 30 Desember 2022. Pemerintah, kata Mahfud, bisa mengeluarkan Perppu jika menilai ada alasan mendesak. Alasan itu diklaim dibenarkan para ahli hukum. "Hampir seluruh ahli hukum sependapat, bahwa keadaan mendesak itu adalah hak subjektif presiden, itu adalah kunci utama untuk dikeluarkannya Perppu," terangnya.

'Kudeta' Konstitusi Negara

Ketua UMUM YLBHI Muhammad Isnur menilai penerbitan Perppu Cipta

Kerja merupakan bentuk pembangkangan dan kudeta terhadap konstitusi Indonesia. "Dan merupakan gejala yang makin menunjukkan otoritarianisme pemerintahan Joko Widodo," ucap Isnur.

Isnur menegaskan, presiden menunjukkan bahwa kekuasaan ada di tangannya sendiri, tidak memerlukan pembahasan di DPR, tidak perlu mendengarkan dan memberikan kesempatan publik berpartisipasi. Hal ini, lanjut dia, jelas bagian dari pengkhianatan konstitusi dan melawan prinsip-prinsip negara hukum yang demokratis. YLBHI juga menilai penerbitan aturan hukum ini tidak memenuhi syarat diterbitkannya Perppu yakni adanya hal kepentingan yang memaksa, kekosongan hukum, dan proses pembuatan tidak bisa dengan proses pembentukan UU seperti biasa.

"Presiden seharusnya mengeluarkan Perppu pembatalan Undang-Undang Cipta Kerja setelah Undang-Undang Cipta Kerja disahkan karena penolakan yang masif dari seluruh elemen masyarakat," kata Isnur. Namun saat itu presiden justru meminta masyarakat yang menolak Undang-Undang Cipta Kerja mengajukan judicial review.

Hal senada diungkapkan Sekretaris Fraksi Partai Keadilan Sejahtera (PKS) DPR Ledia Hanifa Amaliah. Perppu tersebut dinilai sebagai tanda semakin mundurnya demokrasi di Indonesia.

"Kehadiran Perppu Nomor 2 Tahun 2022 ini dapat dikatakan sebagai satu bencana undang-undang, karena berpotensi mengganggu, merusak serta merugikan kehidupan bernegara yang demokratis dan mencerdai ketundukan pada hirarki perundang-undangan," ujar Ledia lewat keterangannya, Senin (2/1/2023).

Diketahui, Mahkamah Konstitusi (MK) menyatakan, Undang-Undang Nomor 11 Tahun 2020 tentang Cipta Kerja inkonstitusional bersyarat. Sebab dalam penyusunan dan pembahasannya, tak menerapkan asas keterbukaan dan menampung aspirasi publik.

Pemerintah sendiri telah diberi waktu selama dua tahun untuk memperbaiki undang-undang yang menggunakan sistem omnibus itu. Namun, pemerintah justru mengeluarkan perppu yang bertugas menggantikan UU Cipta Kerja.

"Bukannya melaksanakan amanah perintah perbaikan undang-undang tersebut bersama DPR, Presiden Jokowi malah menerbitkan produk hukum baru berupa Perppu, yang diamanahkan (MK) apa, yang dikerjakan apa," ujar Ledia. Langkah Jokowi dinilai menunjukkan betapa pemerintah itu malas dan menggampangkan pelanggaran

terhadap hierarki perundang-undangan. Sekaligus melecehkan DPR sebagai lembaga legislatif. (wid,rls,ist/dya)

SEDERET PASAL KONTROVERSIAL DI PERPPU CIPTA KERJA

1. TENTANG LIBUR PEKERJA JADI 1 HARI DALAM SEPEKAN

Libur pekerja hanya satu hari dalam sepekan. Padahal di UU Ketenagakerjaan sebelumnya, disebutkan jika pekerja memiliki hak libur 2 hari dalam sepekan. Meski demikian, pasal yang mengatur tersebut tak lepas dari pasal 77 Ciptaker yang berbunyi:

1) Setiap Pengusaha wajib melaksanakan ketentuan waktu kerja.

2) Waktu kerja sebagaimana dimaksud pada ayat (1) meliputi:

- a. 7 (tujuh) jam 1 (satu) hari dan 40 (empat puluh) jam 1 (satu) minggu untuk 6 (enam) hari kerja dalam 1 (satu) minggu; atau
- b. 8 (delapan) jam 1 (satu) hari dan 40 (empat puluh) jam 1 (satu) minggu untuk 5 (lima) hari kerja dalam 1 (satu) minggu. Jadi libur pekerja yang bekerja 8 jam sehari tetap dua kali per minggu. Namun sayangnya, tidak dijelaskan secara lebih rinci lagi terkait hal ini.

2. SOAL UPAH MINIMUM

Dalam Perppu Cipta Kerja Pasal 88 D ayat 2 dijelaskan jika upah minimum akan mempertimbangkan beberapa variabel seperti pertumbuhan ekonomi, inflasi, dan indeks tertentu. Dalam kata "indeks tertentu" ini banyak orang menyebut tidak jelas definisinya. Ini bisa menjadi blunder buat para pekerja di kemudian hari.

3. PASAL TENTANG OUTSOURCING

Outsourcing diatur dalam Perppu Cipta Kerja Pasal 81 poin 19 sampai dengan 21. Dalam pasal tersebut, tidak dijelaskan pekerjaan dalam bidang apa saja yang bisa menggunakan tenaga outsourcing. Dengan demikian, bisa dikatakan jika semua jenis pekerjaan bisa menggunakan tenaga outsourcing yang akan merugikan buruh dan pekerja.

4. TENTANG PESANGON DAN PHK

Poin di Perppu Cipta Kerja yang berkaitan dengan pesangon juga menimbulkan polemik tersendiri. Dalam Perppu Cipta Kerja yang ditetapkan dan diundangkan di Jakarta pada 30 Desember 2022 itu disebutkan bahwa pemberian pesangon menjadi 9 kali ditanggung oleh pengusaha, sebagaimana bunyi ketentuan Pasal 156 ayat (1). Namun sayangnya, karyawan yang terkena PHK baru bisa mendapat haknya tersebut sesuai dengan perjanjian kerja yang telah disepakati. Pada aturan itu uang pesangon bisa diterima maksimal 9 kali dari upah bulanan untuk masa kerja 8 tahun.

5. TENTANG PHK

Masih soal PHK, Perppu Cipta Kerja juga dinilai tidak memberi perlindungan pekerja dari PHK secara sepihak dari perusahaan. Perppu seolah memberi ruang subjektivitas untuk menilai pekerja dan memecat mereka jika perusahaan mau.



Gubernur Khofifah : Waspada Banjir Kiriman dan Gelombang Laut Tinggi

SAMPANG – Gubernur Jawa Timur Khofifah Indar Parawansa mengingatkan warga untuk lebih waspada dan mentaati peringatan hidrometrologi dari BMKG. Sebab kemungkinan bisa terjadi bencana banjir kiriman, termasuk juga gelombang laut yang tinggi.

Hal itu disampaikan Gubernur Khofifah saat meninjau daerah terdampak banjir di Kabupaten Sampang, bersama Pangdam V Brawijaya dan Kapolda Jawa Timur, Senin (2/1/2023) siang. Akibat curah hujan dengan intensitas sedang hingga tinggi terjadi pada 31 Desember 2022 lalu, beberapa daerah di Pulau Madura mengalami banjir. Namun saat kunjungan dilakukan, daerah-daerah yang banjir tersebut sebagian besar sudah mulai surut.

Kunjungan tersebut guna memastikan kondisi dan memetakan kebutuhan bagi masyarakat yang terdampak. Karena sebelumnya, banjir telah menggenangi permukiman warga, ruas jalan raya hingga beberapa fasilitas umum.

Gubernur Khofifah memastikan bahwa kini banjir sebagian besar sudah mulai surut dan kering. Pihaknya juga sudah menginstruksikan kepada para petugas untuk membantu membersihkan sisa-sisa lumpur dan sampah akibat luapan banjir.

Selanjutnya, Mantan Menteri Sosial RI tersebut juga meninjau Pondok Pesantren Assirojiyyah Sampang, yang berada tak jauh dari lokasi sebelumnya. Di titik tersebut, genangan air juga tampak telah surut.

Selain itu, peninjauan dilanjutkan ke beberapa titik banjir lainnya, diantaranya Ponpes Attaroqi 1 dan 2 Sampang dan Dapur Umum Dinas Sosial Sampang.

Dalam kunjungannya, Gubernur Khofifah berdialog bersama dengan para petugas di dapur umum yang disediakan oleh BPBD Jatim. Diketahui, dalam satu hari dapur umum mendistribusikan sebanyak 2500 nasi bungkus.

Melihat kondisi tersebut, Gubernur Khofifah menyampaikan dirinya tak memungkiri, jika saat ini intensitas hujan yang terjadi di beberapa wilayah sangat tinggi, jika dibandingkan dengan dengan beberapa waktu sebelumnya.

"Jadi ini salah satu hal yang harus kita antisipasi bersama adalah kiriman air. Jadi tidak semata-mata hujan di satu lokasi, tapi juga kiriman air dari hulu. Ini yang memang harus dilakukan kewaspadaan secara kolektif dari semua pihak. Jadi Forkopimda, Bupati, Kapolres, Dandim, BPBD setempat dan tentu adalah elemen masyarakat secara kolektif melakukan mitigasi dan kesiapsiagaan bersama," jelas Khofifah.

Oleh karena, dirinya meminta agar



Gubernur Jawa Timur Khofifah Indar Parawansa menyapa warga Sampang yang sedang membersihkan rumah mereka dari bekas banjir.

masyarakat menaati peringatan hidrometrologi dari BMKG untuk melakukan kewaspadaan bencana banjir di awal tahun. Apalagi, hal tersebut diperkuat dengan peringatan gelombang laut yang tinggi.

"Kebetulan gelombang di laut di beberapa area juga tinggi. Kemarin mungkin kawan-kawan sempat terkonfirmasi, ada kapal dari Lamongan mau ke Kalimantan. Ada yang memang harus menunggu 7 hari. Itu sesuai dengan hasil prediksi dari BMKG untuk kewaspadaan, keselamatan, keamanan seluruh penumpang," jelas Khofifah.

Dirinya mengingatkan, terkait segala sesuatu berbasis laut menurutnya haruslah sesuai dengan penyesuaian gelombang laut. Dimana dalam hal ini prediksi BMKG terkait bencana hidrometeorologi, yang memberikan update perubahan cuaca harus mendapatkan perhatian masyarakat.

"Rasanya tiga tahun terakhir ini harus lebih waspada, karena memang ada perubahan cuaca, perubahan iklim yang secara global, mempengaruhi kehidupan," imbuhnya.

Lebih lanjut Gubernur Khofifah mengatakan, upaya mengantisipasi banjir juga telah dilakukan dengan melakukan pengerukan Kali Kemuning. Selain itu plengsengan dan pelebaran juga telah dilakukan.

"Nah, dari kali Kemuning itu kan ada dua muara yang ketemu nanti dekat PP. At-Taroqqi Karongan, saya pernah kesana. Waktu itu dengan pimpinan dari unit PUPR yang ada di Jawa Timur. Memang itu harus dibuatkan kanal. Kalau di Jakarta itu seperti Banjir Kanal Timur karena ada pertemuan dua arus sehingga air langsung ke laut," jelas Khofifah.

Di akhir, bersama Pangdam V Brawijaya dan Kapolda Jatim, Khofifah berharap surutnya banjir dapat memulihkan kembali kehidupan sosial, ekonomi, dan keagamaan di Kabupaten Sampang. Ia juga mengimbau masyarakat untuk memiliki kesadaran dan kewaspadaan kolektif atas lingkungan mereka.

"Kami bersama Pangdam dan Kapolda ingin memastikan bahwa kejadian banjir hari ini sudah bisa kita lihat telah surut, semoga kehidupan sosial, ekonomi, dan keagamaan di Kab. Sampang bisa pulih seperti semula," katanya.

Usai meninjau dampak banjir di PP Assirojiyyah dan Dapur Umum, Gubernur Khofifah juga memberikan santunan sebagai bentuk takziah bagi salah satu korban meninggal, yakni Muhammad Romli (27), akibat tersengat listrik saat banjir terjadi di Kabupaten Sampang.

Dimana santunan tersebut diberikan langsung oleh Gubernur Khofifah kepada perwakilan keluarga korban Almarhum Muhhamad Romli, yakni Isrofil (30), yang dilakukan Pendopo Kabupaten Sampang. Santunan tersebut diberikan sebesar Rp 10 juta.

"Terima kasih Ibu Gubernur atas bantuan yang diberikan. Kami sangat-sangat merasa terbantu atas bantuan yang telah diberikan kepada kami. Serta kami mohon doanya agar almarhum diterima di sisi terbaik Allah SWT," kata Isrofil.

Selanjutnya Gubernur Khofifah bersama Pangdam V Brawijaya, Kapolda Jawa Timur, Bupati dan Wakil Bupati Sampang, Dabrem 084 Bhaskara Jawa melanjutkan

peninjauan sekaligus silaturahmi dengan pengasuh Pesantren Attoroqi Sampang KH. Fauroq Alawy Muammad yang kemarin juga terdampak banjir cukup tinggi namun hari ini di sekitar pesantren alhamdulillah sudah surut total.

Melalui BPBD Jatim, Gubernur Khofifah juga memberikan beberapa bantuan diantaranya ratusan sembako, beras 300 Kg, Mie Instant 50 karton, Minyak Goreng 60 Liter, Sarden 230 Kaleng, Makanan Ringan (Snack) 10 Karton, 50 selimut, 50 sarung, Terpal 20 Lembar, Sepatu Boot 10 Pasang serta uang tunai.

Sementara itu Kalaksa BPBD Jatim Gatot Subroto mengatakan, adapun upaya yang telah dilakukan oleh BPBD Jatim antara lain telah melakukan assement dan melakukan koordinasi bersama dengan BPBD Kab. Sampang dan perangkat desa setempat yang terdampak.

"Sejak tanggal 29 Desember hingga saat ini kami terus melakukan pemantauan ketinggian debit air. Selain itu, kami juga telah mendirikan dapur umum di Kantor Dinsos dan PMI serta menyiagakan kendaraan mobilisasi serta peralatan untuk penanganan," ujarnya.

Adapun beberapa lokasi di Kecamatan Sampang yang terdampak yakni di 9 Desa dan Kelurahan. Diantaranya Ds. Pangelen, Ds. Kamuning, Ds. Karongan, Kel. Gunung Sekar, Kel. Dalpenang, Kel. Rongtengah, Kel. Karang Dalem, Kel. Polagan dan Kel. Banyuanyar. Selain itu, beberapa banjir juga merusak fasilitas umum, 3 unit pasar, 12 unit sekolah dan terminal Trunojoyo pun beberapa waktu lalu ikut terendam banjir. (lut/dya)

OJK : 2022, Kredit Perbankan dan Stabilitas Jasa Keuangan Terjaga



(Ilustrasi) Otoritas Jasa Keuangan (OJK)

JAKARTA – Kredit perbankan pada November 2022 tumbuh meningkat menjadi 11,16 persen year on year (YoY). Kepala Eksekutif Pengawas Perbankan Otoritas Jasa Keuangan (OJK), Dian Ediana Rae, mengatakan pertumbuhan itu ditopang kredit investasi dan modal kerja.

“Utamanya ditopang oleh kredit investasi yang tumbuh sebesar 13,15 persen YoY, sementara kredit modal kerja dan konsumsi masing-masing tumbuh sebesar 11,27 persen dan 9,10 persen. Adapun, secara month to month (MtM), nominal kredit perbankan naik sebesar Rp13,96 triliun menjadi Rp6.347,5 triliun,” ujarnya dalam konferensi pers virtual dikutip dari tempo.co pada Senin (2/1/2023).

Sementara, Dana Pihak Ketiga (DPK) pada November 2022 tercatat tumbuh 8,78 persen YoY menjadi Rp7.974 triliun. Hal itu, kata Dian, utamanya didorong oleh peningkatan tabungan dan deposito.

Sedangkan, likuiditas industri perbankan pada November 2022, Dian berujar, masih dalam level yang memadai dengan rasio-rasio likuiditas yang terjaga. Rasio Alat Likuid atau Non-Core Deposit (AL/NCD) dan Alat Likuid atau DPK (AL/DPK) masing-masing sebesar 134,97 persen (Oktober 2022 angkanya 130,17 persen) dan 30,42 persen (Oktober 2022 angkanya 29,46 persen).

“Jauh di atas ambang batas ketentuan masing-masing sebesar 50 persen dan 10 persen,” ucap Dian.

Dia menuturkan, untuk risiko kredit melanjutkan penurunan dengan rasio NPL net perbankan sebesar 0,75 persen (NPL gross: 2,65 persen). Di sisi lain, kredit restrukturisasi Covid-19 mengalami perkembangan positif, mencatatkan penurunan sebesar Rp13,27 triliun menjadi Rp499,87 triliun dengan jumlah nasabah juga menurun menjadi 2,40 juta nasabah (pada Oktober 2022 angkanya 2,53 juta nasabah).

Posisi Devisa Neto (PDN) November 2022 tercatat sebesar 2,05

persen, jauh di bawah threshold 20 persen. “Capital Adequacy Ratio (CAR) industri Perbankan tercatat meningkat menjadi 25,49 persen dari posisi Oktober 2022 yang sebesar 25,08 persen,” kata Dian.

Ketua Dewan Komisiner OJK, Mahendra Siregar, menilai bahwa stabilitas sektor jasa keuangan tetap terjaga pada tahun 2022. Hal tersebut, kata dia, berdasarkan rapat Dewan Komisiner OJK yang dilakukan pada 28 Desember 2022 lalu.

“Kami menilai stabilitas sektor jasa keuangan tetap terjaga dan kinerja intermediasi Lembaga Jasa Keuangan (LJK) konsisten tumbuh meningkat,” ujar dia dalam konferensi pers virtual pada Senin, 2 Januari 2023.

Menurut Mahendra, hal tersebut menjadi momentum peningkatan kinerja perekonomian di tengah tingginya ketidakpastian global. Namun, kata dia, pengetatan kebijakan moneter global secara umum terus berlanjut.

Bank sentral global utama mensinyalkan peak kenaikan suku bunga yang lebih tinggi dan panjang. Selain itu, Bank of Japan (BoJ) juga mulai memperluas range fluktuasi Japanese Government Bonds (JGB) 10 tahun yang dinilai pasar sebagai permulaan langkah normalisasi kebijakan ke depan.

Sementara itu, Pemerintah Cina mulai melakukan reopening ekonominya dari zero Covid policy yang diperkirakan akan meningkatkan ketidakpastian di negara itu dalam beberapa waktu ke depan. “Perkembangan tersebut mendorong indikator perekonomian global secara umum dalam tren melemah,” ucap Mahendra.

Selanjutnya dengan dinamika perekonomian global, Mahendra melanjutkan, indikator perekonomian domestik terkini menunjukkan kinerja ekonomi nasional mulai mengalami moderasi. Tetapi masih di level yang cukup baik. Hal itu terlihat dari neraca perdagangan yang terus mencatatkan surplus.

“Purchasing Managers Index (PMI) manufaktur juga masih berada di zona ekspansi, dan indikator konsumsi masyarakat yang tetap tumbuh positif,” kata Mahendra.

Dia pun menyinggung kebijakan Bank Indonesia yang meningkatkan suku bunga acuan sebesar 25 basis point untuk menurunkan ekspektasi inflasi dan menjaga stabilitas nilai tukar. “Namun demikian, kinerja intermediasi sektor keuangan belum terlalu terdampak atas kenaikan suku bunga dimaksud,” tutur dia.

Kepala Eksekutif Pengawas Pasar Modal OJK, Inarno Djajadi, membeberkan perkembangan pasar modal di Indonesia. Menurut dia, pasar saham hingga 30 Desember 2022 melemah 3,26 persen month to date (mtd) ke level 6.850,62 dengan non-resident mencatatkan outflow sebesar Rp20,91 triliun month to date (ytd).

“Secara year to date, IHSG tercatat menguat sebesar 4,09 persen dengan non-resident membukukan net buy sebesar Rp60,58 triliun,” ujar dia dalam konferensi pers virtual dikutip dari tempo.co pada Senin (2/1/2023).

Di pasar obligasi, Inarno menjelaskan, indeks pasar obligasi ICB1 menguat 0,82 persen mtd dan 3,60 persen ytd ke level 344,78. Untuk pasar obligasi korporasi, aliran dana masuk investor non-resident tercatat sebesar Rp236,57 miliar (mtd) atau Rp199,51 miliar (ytd).

Sementara, di pasar SBN, non-resident mencatatkan inflow Rp25,43 triliun (mtd) sehingga mendorong penurunan yield SBN rata-rata sebesar 6,24 bps mtd di seluruh tenor. “Secara ytd, yield SBN meningkat, rata-rata sebesar 51,30 bps di seluruh tenor dengan non-resident mencatatkan net sell sebesar Rp128,98 triliun,” ucap dia.

Lebih lanjut, Inarno berujar, kinerja reksa dana mengalami penurunan. Hal itu tercermin dari penurunan nilai aktiva bersih (NAB) sebesar 1,47 persen (mtd) di Rp 504,62 triliun dan tercatat net redemption sebesar Rp0,76 triliun (mtd).

“Secara ytd, NAB turun sebesar 12,76 persen dan masih tercatat net redemption sebesar Rp79,11 triliun,” tutur Inarno.

Sedangkan minat untuk penghimpunan dana di pasar modal hingga 30 Desember 2022, menurut dia masih terjaga tinggi. Angkanya sebesar Rp267,73 triliun, dengan emiten baru tercatat sebanyak 71 emiten yang merupakan rekor tertinggi jumlah emiten baru.

Di pipeline, Inarno mengatakan, masih terdapat 84 rencana penawaran umum dengan nilai sebesar Rp81,41 triliun. Di antaranya merupakan rencana IPO yang akan dilakukan oleh Emiten Baru sebanyak 58 perusahaan.

Sedangkan untuk penggalangan dana pada Securities Crowdfunding (SCF) yang merupakan alternatif pendanaan bagi UMKM. “Terdapat 14 penyelenggara mendapatkan izin dari OJK dengan 337 Penerbit, 136.779 pemodal, dan total dana yang dihimpun sebesar Rp721,84 miliar,” kata Inarno.

Selanjutnya sepanjang tahun 2022, dia menambahkan, jumlah investor pasar modal telah mencapai 10,31 juta investor yang merupakan milestone baru bagi industri pasar modal. “Dukungan kemudahan masyarakat mengakses instrumen pasar modal dan perluasan kanal distribusi secara digital mendukung lonjakan pertumbuhan investor sebesar 37,68 persen (yoy),” ujar dia. (lut/dya)



Utamanya ditopang oleh kredit investasi yang tumbuh sebesar 13,15 persen YoY, sementara kredit modal kerja dan konsumsi masing-masing tumbuh sebesar 11,27 persen dan 9,10 persen. Adapun, secara month to month (MtM), nominal kredit perbankan naik sebesar Rp13,96 triliun menjadi Rp6.347,5 triliun

DIAN EDIANA RAE

Kepala Eksekutif Pengawas Perbankan Otoritas Jasa Keuangan (OJK)



Kisah
ERLYANIE

**PERNAH JADI ART,
KINI MALAH JADI B0S**

LAYAKNYA sebuah roda yang berputar, begitu juga kehidupan Erlyanie yang berubah dari seorang asisten rumah tangga (ART) menjadi bos skincare dengan omzet miliaran rupiah.

Tapi, di balik kesuksesannya sekarang, ada banyak kisah pilu di baliknya. Mulai jadi ART di usia 13 tahun, menerima banyak cacian, hingga diludahi di wajahnya.

Lantas, bagaimana cara Erly bangkit sampai akhirnya sukses mendirikan merek skincare B Erl?

Ditinggal ibunda

Ditinggal pergi selamanya oleh sang ibu saat berusia 6 tahun membuat kehidupan Erlyanie berubah drastis.

Di tahun 2000, tepat setelah menerima ijazah SD, Erlyanie yang masih berusia 13 tahun nekat untuk ikut dengan tantenya merantau dari Boyolali ke Jakarta.

Di Jakarta Erlyanie bekerja sebagai asisten rumah tangga (ART) dengan bayaran di bawah standar yakni Rp100.000. Tak semudah yang dibayangkan, ternyata baru 6 bulan bekerja ia harus diberhentikan.

"Namanya anak kampung, yang namanya gosok belum tentu rapi, nyuci juga belum bersih-bersih banget. Akhirnya dibalikin," ujarnya.

Tak lama dari itu, ia mendapatkan pekerjaan kembali sebagai ART. Namun, lagi-lagi nasib kurang baik masih menimpanya.

"Sudah satu tahun kerja, mau mudik enggak dikasih bayarannya. Dia bilang kamu, kan, di sini sudah saya anggap seperti anak," kenangnya.

Tapi, ia tak mau buru-buru menyerah. Meskipun, sampai dua tahun lagi-lagi ia masih tak mendapatkan gajinya. Sayang, Erly kecil merasa tak punya pilihan.

Pikirnya saat itu asal ada tempat untuknya berteduh di Jakarta saja.

Sekolah dan kuliah

Singkat cerita, meskipun tanpa bayaran, bahkan mendapatkan perlakuan tak baik, Erly tetap bertahan bekerja dengan majikannya.

Satu sisi, semangatnya untuk bisa kembali sekolah tak pernah padam. Setiap kali usai menyelesaikan tugasnya, ia selalu curi-curi waktu mengintip orang yang belajar di Sekolah.

Sampai akhirnya, dirinya dipergoki langsung oleh kepala sekolah yang masih bertetangga dengan majikannya.

"Karena aku kan di-framing anak angkat, jadi enggak mungkin dia bilang ke tetangga enggak boleh sekolah," katanya.

Alhasil, ia bisa bersekolah sampai lulus SMA. Kemudian bekerja sebagai SPG dan melanjutkan kuliah.

Mulai berbisnis

Di bangku kuliah, dari modal Rp200.000 ia mulai berjualan aneka produk, dari elektronik sampai produk skincare.

Bisnisnya kala itu menjadi salah satu pemasok aneka produk dari Cina. Demi menjalankannya, ia bisa tidur jam dua dini hari.

"Jadi aku kayak jual palugada. Bahkan, aku bisa jual 500 buah ponsel dalam satu minggu. Saking sudah banyak konsumennya, aku punya tujuh ponsel blackberry. Satu ponsel ada 2000 kontak," ujarnya lagi.

Meski begitu, ia mengaku lebih memiliki passion di industri kecantikan, kata Erly, "Sejak jualan kosmetik, kok, saya merasa senang dan jadi banyak belajar seputar kosmetik yang aman seperti apa dan lain sebagainya."

G a y u n g bersambut, di tahun 2015 saat bertemu dengan suaminya, mereka berusaha untuk memiliki produk skincare sendiri.

"Kami mulai mencari merek, k a t a a y a h (panggilan untuk suaminya, red.) ada nama 'Erl' saja. Jadi B Erl, artinya besar, berkah, bermanfaat. Jadi kayak si Erly kecil ini punya doa itu dari brand ini," kenangnya lagi.

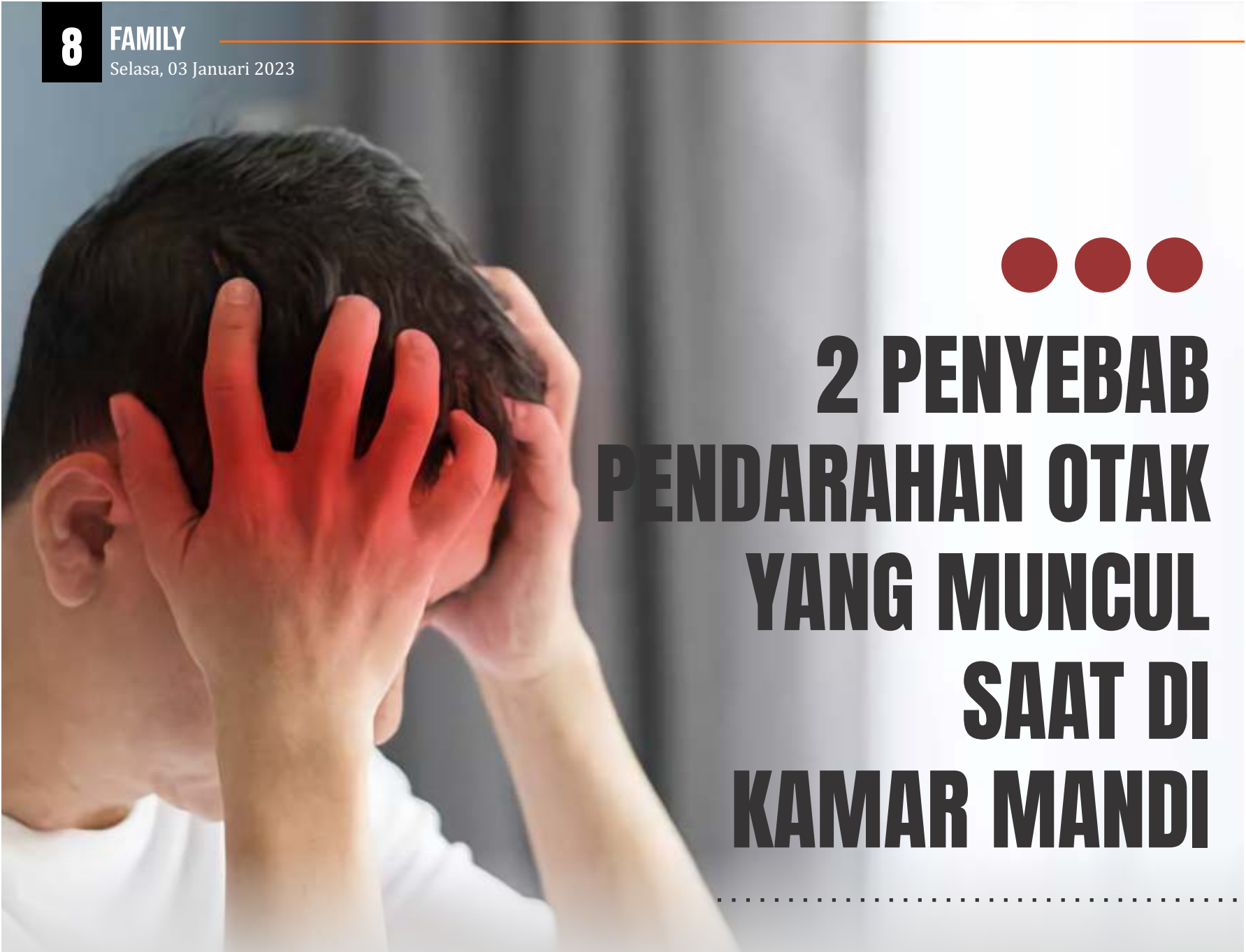
Produksi B Erl yang pertama pun langsung 10.000 buah yang dilakukan secara bertahap. Mulai dari produk facial serum yang masih jadi best seller sampai saat ini.

Waktu launching, produknya ludes hanya dalam waktu 2 minggu saja, lho. Bahkan, di-review oleh influencer, salah satunya Tasya Farasya. Saat ini, B Erl memiliki 50.000 lebih reseller yang tersebar di seluruh Indonesia.

Menariknya, semangat juang Erly dengan latar belakang ART juga ikut dirasakan Tenaga Kerja Wanita (TKW) di Taiwan, Hongkong, Singapura, dan Malaysia.

"Gara-gara kisah aku yang perjuangan ART itu, akhirnya banyak orang di luar itu ikut semangat. Mereka jualan B Erl ini, sehingga banyak agen di sana," pungkasnya (Nova)

Erlyanie



2 PENYEBAB PENDARAHAN OTAK YANG MUNCUL SAAT DI KAMAR MANDI

ANDA mungkin pernah mendengar kasus pendarahan otak atau serangan stroke yang terjadi ketika seseorang berada di kamar mandi.

Orang yang mengalami pendarahan otak saat berada di kamar mandi, umumnya mengeluhkan sakit kepala, mimisan, tiba-tiba terjatuh, hingga pingsan atau hilang kesadaran.

Simak penjelasan berikut untuk mengetahui penyebab pendarahan otak secara umum dan alasan kondisi tersebut sering terjadi ketika seseorang berada di kamar mandi.

PENYEBAB DAN GEJALANYA

Ahli saraf Unika Atma Jaya Prof. Dr. dr. Yuda Turuna, Sp. S (K), menjelaskan ada dua penyebab pendarahan otak yang umum, yaitu:

Terjadi penyumbatan pada pipa darah di otak

Pipa darah pecah karena sudah rapuh atau tekanan besar

"Pipa-pipa ini memperdarahi atau menyuplai oksigen, nutrisi ke semua daerah otak, baik bagian otak belakang, depan, tengah, di batang

otak dan sebagainya," kata Yuda Turuna, pada Sabtu (31/12/2022).

Pendarahan otak yang disebabkan penyumbatan darah, umumnya tidak membuat kerusakan pada pipa atau tetap utuh.

Sebaliknya, pendarahan otak karena pembuluh darah yang pecah, mengakibatkan kerusakan pipa.

Dikutip dari WebMD, pendarahan otak adalah kondisi atau masalah kesehatan yang bisa menyebabkan kelumpuhan, bahkan kematian pada penderitanya.

Gejala atau tanda-tanda pendarahan otak yang sering dikeluarkan penderita, antara lain:

- Sakit kepala yang parah
- Mimisan
- Sulit menelan
- Susah berbicara
- Penurunan kesadaran
- Pingsan
- Lesu
- Gangguan penglihatan
- Mati rasa.

Apa pun penyebab pendarahan otak, orang yang mengalami gejala pendarahan otak harus segera

mendapat pertolongan darurat di rumah sakit.

PENYEBAB PENDARAHAN OTAK

Dokter Yuda menyatakan, penyebab pendarahan otak secara tiba-tiba saat seseorang berada di kamar mandi bisa dipicu karena aktivitas fisik yang kuat, seperti:

- Mengejan terlalu kencang
- Bersin yang terlalu kuat

Kondisi ini disebabkan lantaran mengejan atau bersin yang terlalu kuat mengakibatkan tekanan darah melonjak atau menjadi tinggi dalam waktu singkat.

Namun, umumnya orang yang mengalami pendarahan otak ketika berada di kamar mandi, sebelumnya sudah memiliki faktor riwayat tekanan darah tinggi atau hipertensi sejak lama.

Karena itu, orang yang

cenderung memiliki tekanan darah tinggi atau hipertensi sebaiknya melakukan pengobatan untuk mengontrol masalah kesehatannya.

Selain itu, untuk mencegah pendarahan otak, setiap orang sehat juga perlu rutin mengecek tekanan darahnya sebagai antisipasi terhadap hipertensi yang bisa memicu pendarahan otak (Ant)



TAHUN 2023 SEJUMLAH HP TAK BISA MENGUNAKAN WHATSAPP

WHATSAPP, platform media sosial milik Meta sudah memblokir aplikasinya di beberapa ponsel baik Android maupun iOS pada 2023.

Dilansir dari Gizchina, Minggu (1/1/2023), penghentian layanan ini seiring dengan kebiasaan Whatsapp memperbarui sistem perangkat lunak atau software. Sedikitnya akan ada 49 perangkat yang bakal terpengaruh dengan pemblokiran ini, terutama perangkat HP lama.

Pada Oktober 2022 lalu, WhatsApp telah mengumumkan pemblokiran terhadap sejumlah ponsel. Salah satunya adalah iPhone 5 yang masih berada di operasi iOS 10 atau 11. (Bisnis)

DAFTAR HP YANG BISA MENGUNAKAN WHATSAPP DI 2023

- iPhone 5
- iPhone 5c
- Archos 53 Platinum
- Grand S Flex ZTE
- Grand X Quad V987 ZTE
- HTC Desire 500
- Huawei Ascend D
- Huawei Ascend D1
- Huawei Ascend D2
- Huawei Ascend G740
- Huawei Ascend Mate
- Huawei Ascend P1
- Quad XL
- Lenovo A820
- LG Enact
- LG Lucid 2
- LG Optimus 4X HD
- LG Optimus F3
- LG Optimus F3Q
- LG Optimus F5
- LG Optimus F6
- LG Optimus F7
- LG Optimus L2 II
- LG Optimus L3 II
- LG Optimus L3 II Dual
- LG Optimus L4 II
- LG Optimus L4 II Dual
- LG Optimus L5
- LG Optimus L5 Dual
- LG Optimus L5 II
- LG Optimus L7
- LG Optimus L7 II
- LG Optimus L7 II Dual
- LG Optimus Nitro HD
- Memo ZTE V956
- Samsung Galaxy Ace 2
- Samsung Galaxy Core
- Samsung Galaxy S2
- Samsung Galaxy S3 mini
- Samsung Galaxy Trend II
- Samsung Galaxy Trend Lite
- Samsung Galaxy Xcover 2
- Sony Xperia Arc S
- Sony Xperia miro
- Sony Xperia Neo L
- Wiko Cink Five
- Wiko Darknight ZT

HARIAN
LENERA
Inspirasi Perubahan **TODAY**

HARIAN "LENERA TODAY"
PIMPINAN PERUSAHAAN TARMUJI TALMACSI
OMBUDSMAN SUKARJITO (ID Sertifikasi 14319)
PENANGGUNG JAWAB ARIFIN B.H (ID Sertifikasi 13043)
PIMPINAN REDAKSI ARIFIN B.H (ID Sertifikasi 13043)
REDAKTUR PELAKSANA AGUSTINA WIDYAWATI (ID Sertifikasi 2567)

MEDIA TERVERIFIKASI

BIRO: SURABAYA: LUTFI YUHANDI | **MOJOKERTO:** RAHMAD SURYADI | **GRESIK-LAMONGAN:** ASEPTA YOGA P (ID SERTIFIKASI 3189) | **KEDIRI-JOMBANG-NGANJUK:** GATOT SUNARKO | **TAPAL KUDA (PASURUAN-PROBOLINGGO BONDOWOSO- SITUBONDO-LUMAJANG-JEMBER-BANYUWANGI):** IMAN SANTOSO, | **MADIUN:** IMAM GHOZALI (ID SERTIFIKASI 11563), | **BLITAR:** ARIEF SUKAPUTRA | **TRENGGALEK:** ANNGA PRAYOGA

PENASEHAT HUKUM DR. NURIYANTO A. DAIM, SH, MH | **MARKETING COMMUNICATION** JOKO PRASETYO | **SEKERTARIS** ISTIDHA NUR AMANAH,
DESAIN GRAFIS PAULUS IVAN, KIKI AMALIA GUYEN | **ALAMAT REDAKSI** JL RUNGKUT ASRI UTARA VI/26 | **TELP** 03187854491 | **PENERBIT** PT MEDIA HEBAT INSPIRASI INDONESIA | **ALAMAT PERCETAKAN** SMILE GRAFIKA JL. RAYA KALIRUNGKUT 42 SURABAYA | **TELP IKLAN** 031-87854491 | **NIB** 91205006801134 | **HARGA IKLAN** RP 25.000 MM/KOLOM
Wartawan Lentera Today dalam setiap bertugas dilengkapi dengan tanda pengenal kewartawanan/kartu pers yang dikeluarkan perusahaan secara sah. Nama pemegang tanda pengenal kewartawanan/kartu pers Lentera Today tercantum di Box Redaksi. Siapa pun yang mengaku/mengatasnamakan Lentera Today, tanpa bisa menunjukkan surat/kartu tanda pengenal atau namanya tidak tercantum dalam Kotak Redaksi, agar ditolak/ dikonfirmasi/dilaporkan ke manajemen redaksi/perusahaan atau melalui nomor telepon yang tertera di Kotak Redaksi. Dalam melaksanakan tugas jurnalistik, setiap wartawan Lentera Today dilarang menerima dan/atau meminta apa pun dengan alasan apa pun.



AWALI TAHUN BARU, MULAI KEBIASAAN YANG MENYEHATKAN



KESEHATAN menjadi salah satu perhatian utama, terutama setelah dunia dilanda pandemi COVID-19 selama dua tahun belakangan. Anda dapat mengawali tahun baru dengan memulai kebiasaan sederhana dalam kehidupan sehari-hari tapi bermanfaat bagi kesehatan.

Apa saja contohnya?

Mengutip CNA, aktivitas fisik yang sederhana sepanjang hari berkaitan dengan penurunan risiko penyakit secara signifikan.

Dalam penelitian yang dipublikasikan di *Nature Medicine*, peneliti mengumpulkan data dari 25.000 orang yang tidak olahraga teratur, dengan rata-rata usia 60

tahun, kemudian memantau perkembangan mereka selama hampir tujuh tahun.

Ternyata ada penurunan risiko kematian kardiovaskular hampir 50 persen dan penurunan 40 persen risiko kematian akibat kanker pada orang yang berolahraga selama 1-2 menit sebanyak tiga kali sehari dibandingkan mereka yang sama sekali tidak berolahraga.

Olahraga singkat ini berkaitan dengan aktivitas sehari-hari, yakni berjalan cepat saat berangkat kerja atau menaiki tangga dengan cepat.

Studi pada 2020 menunjukkan empat menit olahraga mengaitkan dengan usia yang lebih panjang, studi pada 2019 menemukan bahwa menaiki tangga selama 20 detik beberapa kali sehari meningkatkan kebugaran aerobik.

Olahraga dengan intensitas tinggi efektif dalam menciptakan otot. Olahraga dengan intensitas tinggi yang dilakukan secara singkat, berulang-ulang diselingi jeda pendek, bisa meningkatkan penyerapan oksigen, mencegah penyumbatan arteri jantung, membuat jantung bisa memompa lebih banyak darah dan berfungsi lebih baik.

Studi baru menunjukkan bahwa aktivitas itu bisa dilakukan setiap hari.

"Ini menegaskan aktivitas fisik berat walau sedikit bisa sangat bermanfaat," kata Martin Gibala, seorang profesor kinesiologi di

Universitas McMaster di Ontario yang merupakan penulis studi tersebut.

Intensitas sebuah olahraga bisa dibagi menjadi tiga kategori. Intensitas disebut ringan bila Anda bisa melakukannya sambil bernyanyi, jika tidak bisa bernyanyi tapi masih bisa bicara dengan nyaman, berarti intensitasnya sedang.

Gerakan dengan intensitas tinggi yang membuat seseorang hanya bisa bicara satu dua patah kata, atau sama sekali tidak bisa bicara, yang direkomendasikan oleh penulis studi Emmanuel Stamatakis, profesor di University of Sydney's Charles Perkins Centre.

Bagi orang-orang yang rutin berolahraga, coba tambahkan sedikit intensitas saat lari atau bersepeda.

Ada sejumlah cara dalam membuat aktivitas sehari-hari jadi olahraga bermanfaat. Bila Anda kerap berjalan kaki dari rumah menuju tempat lain, misalnya stasiun atau toko kelontong, bukan berarti Anda harus berlari dari awal sampai akhir. Coba percepat langkah Anda selama beberapa ratus meter.

Ketika ada pilihan tangga, tinggalkan dulu lift dan pilih tangga. Membawa beban sekitar lima persen dari berat tubuh selama satu atau dua menit juga bisa bermanfaat, misalnya menggondong ransel besar. Berjalan cepat secara singkat di jalanan menanjak juga bisa dianggap sebagai olahraga intensif (Ant)



BEBERAPA KEBIASAAN YANG MENYEHATKAN UNTUK MENGAWALI TAHUN BARU



Tetap makan teratur sesuai jadwal



Wajib makan Buah dan Sayur



Batasi makanan berdensitas energi tinggi



Pilihan camilan yang lebih *Weight Friendly*



Ingat untuk terapkan *Mindful Eating*



Jangan lupa Beraktivitas fisik



Bersiap! Biaya Umrah(dari hal 1)

PENYELENGGARAAN umrah mengalami tantangan baru. Setelah melonjaknya harga tiket pesawat pada bulan Agustus-Oktober, kini ada masalah lanjutan, yaitu kenaikan harga hotel di Arab Saudi yang mencapai 300 persen. Kendala lain terletak pada terbatasnya ketersediaan kamar bagi para jemaah ibadah umrah. Padahal semua paket dan susunan biaya umrah sudah tersampaikan ke masyarakat jauh-jauh hari sebelum berangkat ke Arab Saudi.

"Paling terasa adalah hotel bintang 5, untuk saat ini travel-travel tidak bisa menjanjikan terlalu banyak untuk ketersediaan kamar bintang 5," kata Wakil Ketua Umum (Waketum) DPP AMPHURI, Azhar Gazali, Senin (2/1/2023).

Kebutuhan jamaah umrah atas akomodasi yang nyaman diyakini dapat mempengaruhi minat masyarakat yang akan menjalankan ibadah. Karenanya, Azhar mengatakan bahwa akan ada penyesuaian harga umrah ke depannya. "Ada penyesuaian terkait kondisi tersebut. Jika pun tetap diberangkatkan, ada penambahan biaya dari harga yang sebelumnya diberikan oleh pihak travel," jelas Azhar.

"Keberangkatan di bulan Februari via Jakarta 9 hari hotel bintang 4 harga berkisar di Rp 29 sampai dengan 30 jutaan," imbuhnya. Namun, Azhar tetap optimistis penyesuaian harga ini tidak akan menyurutkan minat umrah, serta keyakinan bahwa bisnis umrah akan kembali bangkit.

"Optimis pasti. Selama keinginan umrah masih besar dari calon jemaah. Asosiasi dan travel-travel yang bernaung di dalamnya tentu memiliki formulasi tersendiri untuk mengatasi masalah tersebut," tukasnya.

Hal senada diungkapkan Ketua Umum Himpunan Penyelenggara Umrah dan Haji (Himpuh), Budi Darmawan. "Banyak sekali teman-teman Penyelenggara Perjalanan Ibadah Umrah (PPIU) yang sudah melakukan reservasi dan pembukuan yang terpaksa harus downgrade ataupun menaikkan harga," katanya seperti dikutip dari situs resmi Himpuh, Senin (2/1/2023).

Budi mengatakan, bahwa Himpuh telah mendapatkan informasi dari beberapa vendor hotel di Arab Saudi. Mereka menyebut bahwa kontrak hotel yang saat ini dipegang oleh PPIU, tidak bisa lagi menjadi acuan. "Karena harga-harga yang ada di kontrak itu sudah tidak berlaku lagi," terang Budi.

Ia menyampaikan, bahwa tantangan ini tidak hanya dihadapi oleh jemaah dan PPIU di Indonesia, namun juga di seluruh dunia. "Beberapa waktu lalu saya mendengar sendiri dari jemaah Malaysia, hotel mereka dipindahkan dari Kota Makkah," tutur Budi.

"Saya pribadi juga merasakan dampak dari kenaikan harga hotel ini. Saya punya grup umrah yang terpaksa dibatalkan karena memang kondisi di Madinah, untuk cari satu kamar saja

sulitnya luar biasa," sambung Budi.

Ia menjelaskan, bahwa fenomena kenaikan harga hotel di Arab Saudi tidak hanya dilatarbelakangi oleh kenaikan kurs, ataupun dampak perang Rusia-Ukraina, tetapi karena para pemilik hotel ingin menutupi kerugian mereka dua tahun terakhir, selama masa pandemi Covid-19.

Himpuh sendiri telah menginformasikan kondisi ini kepada Kementerian Agama. Himpuh meminta agar Kementerian Agama dapat memahami situasi tersebut, dan membuat keputusan yang bijaksana. "Kami minta agar Kementerian Agama tidak memberikan peringatan kepada PPIU apabila terjadi downgrade atau pemindahan hotel jemaah. Karena memang kondisinya tidak memungkinkan," ujar Budi.

Sementara itu Ketua Umum Asosiasi Muslim Penyelenggara Haji dan Umrah Republik Indonesia (Amphuri) Firman M Nur tidak secara lugas menyatakan berapa kenaikan biaya umrah, tapi dia mengatakan pihaknya sudah mengeluarkan surat edaran bagi PPIU untuk menyikapi kondisi saat ini.

Agar PPIU dan jamaahnya dapat saling membangun pengertian dan memahami kondisinya dan memberikan kesempatan bagi PPIU untuk tetap memberikan pelayanan terbaik dengan biaya umrah yang sudah disepakati.

Beberapa poin dalam surat edaran itu antara lain meminta PPIU untuk bermusyawarah dengan calon jamaah umrah sehingga bisa memahami kondisi yang terjadi.

"Jika memang harus melakukan penambahan biaya, maka penambahan biaya tersebut harus sesuai dengan keadaan sesungguhnya. Jika memang harus melakukan perubahan hotel baik setaraf maupun di bawahnya (downgrade) pelayanan dikarenakan hotel yang dipilih telah full booked, sebaiknya disosialisasikan kepada jamaah terlebih dulu," ujarnya.

Poin berikutnya, jika memang harus melakukan perubahan program/jadwal keberangkatan yang semestinya ke Makkah, namun bisa terlebih dulu ke Madinah atau sebaliknya. "Bisa juga sebelum ke Madinah ke Thaif dulu. Namun semua itu harus disosialisasikan kepada jamaah, sehingga jamaah tetap merasa aman, nyaman dan menyenangkan," ujarnya.

Dia juga meminta PPIU untuk terus melakukan edukasi dan sosialisasi kepada jamaah/masyarakat terkait perubahan situasi yang terjadi di Saudi. "Jika ada perubahan program dan harga, penyelenggara bisa menawarkan program tersebut dengan komitmen baru yang disetujui jamaah," tutupnya. Imbas dari kenaikan tarif hotel ini, beberapa jamaah sudah dipindahkan dari hotel di Makkah.

Kenaikan harga hotel di Arab Saudi tidak hanya dilatarbelakangi oleh kenaikan kurs, ataupun dampak perang Rusia-Ukraina, tetapi karena para pemilik hotel ingin menutupi

kerugian mereka dalam dua tahun terakhir, selama masa pandemi Covid-19.

Perlu diketahui, Amphuri mengungkapkan kenaikan tarif penginapan atau hotel di Arab Saudi disebabkan oleh beberapa faktor. Pertama, meningkatnya jumlah kedatangan jamaah umrah dari berbagai negara setelah ditutupnya umrah selama pandemi yang berlangsung hampir dua tahun.

Kedua, meningkatnya jumlah jamaah umrah juga akibat libur panjang di seluruh negara. Ketiga, tingginya antusiasme umat Islam sedunia untuk menunaikan umrah pasca pandemi. Selain itu, kebijakan hotel-hotel di Arab Saudi terkait reservasi grup tidak sebanyak sebelumnya, hanya disediakan sekitar 50-60 persen untuk kuota grup.

Kuota Haji 100%

Di sisi lain, Menteri Agama (Menag) Yaquut Cholil Qoumas mengungkapkan, kuota haji Indonesia pada tahun 2023 atau musim haji tahun 1444 Hijriah yakni 100 persen atau kuota penuh. Yaquut bahkan optimistis Indonesia mendapatkan penambahan jatah kuota haji.

"Haji tahun depan (2023) sesuai komunikasi saya dengan Menteri Haji Arab Saudi, kuota jamaah haji Indonesia 100 persen," jelasnya dalam acara Kaleidoskop Capaian Kinerja Kemenag 2022, dikutip dari laman Ditjen Penyelenggaraan Haji dan Umrah Kementerian Agama.

"Bahkan, bisa lebih kalau kita negosiasi dalam muktamar haji tahun depan Artinya tantangan akan jauh lebih berat," lanjut Yaquut. Dalam kesempatan tersebut, Yaquut juga mengatakan pelaksanaan haji tahun 2022 mendapatkan nilai memuaskan berdasarkan hasil survei Badan Pusat Statistik (BPS) dengan indeks 90,45 persen. Oleh karena itu, ia berpendapat tugas dan tantangan pada tahun 2023 akan lebih berat karena penilaian yang tinggi pada tahun sebelumnya.

"Tugas dan tantangan ke depan akan lebih berat karena benchmark sudah tinggi. Kalau haji tahun ini kita dapat penilaian sangat memuaskan dengan indeks 90,45 berdasarkan hasil survei BPS," bebernya. "Maka kepuasan jamaah haji tahun depan tidak boleh rendah dari capaian tahun ini, dan itu tentu bukan pekerjaan yang mudah," kata Menag.

Sebagaimana diketahui, pada 2019 Indonesia mendapatkan kuota 214 ribu jamaah haji. Jumlah sebanyak itu dipangkas hingga separuh pada masa Covid-19 mewabah. Akibatnya, hanya 100.051 jamaah haji yang diberangkatkan pada 2022.

Jumlah ini terbilang sedikit untuk peminat yang mencapai 5,2 juta orang. Jumlah jamaah berangkat haji yang sedikit ini berimplikasi pada waktu antrean yang semakin panjang. Masa tunggu berangkat haji beragam. Kementerian Agama mencatat, ada yang menunggu selama 12 tahun di Maybrat untuk berangkat haji reguler. Yang paling lama mencapai 97 tahun di Sidrap. (wid,ril,kum,ist/dya)

SEJUMLAH SKENARIO BERKAITAN DENGAN ONGKOS ATAU BIAYA Haji DAN UMRAH

1. Menyampaikan kondisi yang terjadi dengan bermusyawarah untuk mufakat dengan calon jamaah umrah sehingga bisa memahami kondisi yang terjadi.

2. Jika memang harus melakukan penambahan biaya, maka penambahan biaya tersebut harus sesuai dengan keadaan sesungguhnya.

3. Jika memang harus melakukan perubahan hotel baik setaraf maupun di bawahnya (downgrade) pelayanan dikarenakan hotel yang dipilih telah full booked, sebaiknya disosialisasikan kepada jamaah terlebih dulu.

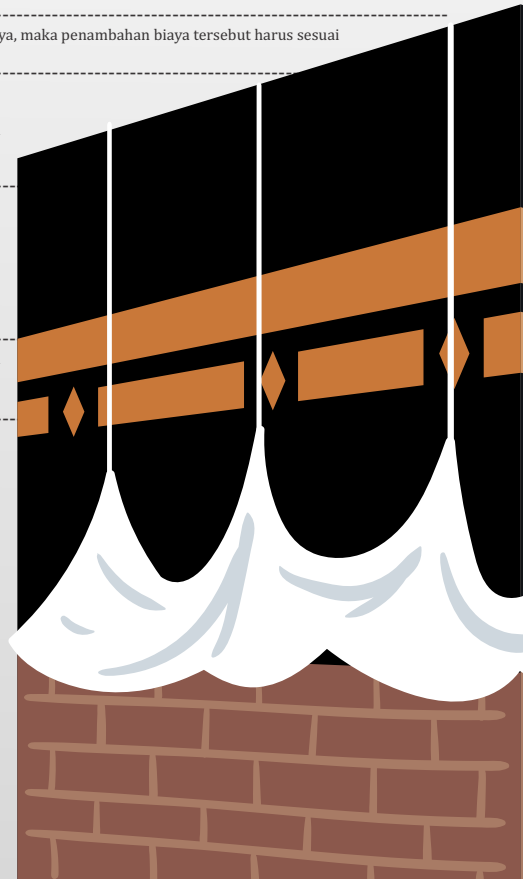
4. Jika memang harus melakukan perubahan program/jadwal keberangkatan yang semestinya ke Makkah, namun bisa terlebih dulu ke Madinah atau sebaliknya. Bisa juga sebelum ke Madinah ke Thaif dulu. Namun semua itu harus disosialisasikan kepada jamaah, sehingga jamaah tetap merasa aman, nyaman dan menyenangkan.

5. Terus melakukan edukasi dan sosialisasi kepada jamaah/masyarakat terkait perubahan situasi yang terjadi di Saudi.

6. Jika ada perubahan program dan harga, penyelenggara bisa menawarkan program tersebut dengan komitmen baru yang disetujui jamaah.

Kisaran harga paket umrah yang berlaku tahun 2022

1. Paket Umrah Bintang 4 Penerbangan Etihad/ Oman Airlines **Harga Paket Rp18.999.000.**
2. Paket Umrah Bintang 5 Penerbangan Etihad/ Oman Airlines **Harga paket Rp 19.999.000**
3. Paket Umrah Bintang 5 Penerbangan Saudia Airlines **Rp21.999.000**
4. Paket Umrah Bintang 5 VIP Penerbangan Saudia Airlines **Harga Rp23.999.000**



Ramai-ramai Keberatan Wacana Pemilu 2024 Hanya Coblos Partai

JAKARTA - Pernyataan Ketua KPU RI, Hasyim Asyari soal Pemilu 2024 yang kemungkinan akan menggunakan sistem proporsional tertutup menuai polemik. Sebab, jika wacana tersebut diberlakukan, maka pemilihan calon anggota legislatif tidak lagi ditentukan oleh suara terbanyak, melainkan nomor urut.

Nantinya pemilih tidak lagi mencoblos calon anggota legislatif yang disediakan dalam surat suara, tapi cukup logo parpol. Sehingga dengan sistem proporsional tertutup, maka parpol yang akan menentukan kadernya apakah dipilih atau tidak karena suara rakyat terhimpun dalam partai politik. Sejumlah partai politik pun ramai-ramai menyampaikan sikapnya menghadapi wacana coblos gambar partai di kertas suara pada Pemilu 2024.

Menurut Direktur Rumah Politik Indonesia, Fernando Emas, partai politik (parpol) yang mendukung sistem proporsional tertutup diterapkan untuk Pemilu 2024 adalah partai yang gagal. Menurut dia tidak



(Ilustrasi) Peserta penyandang disabilitas mengikuti simulasi pemungutan dan penghitungan suara untuk Pemilu 2024 di Kantor KPU, Jakarta. (Foto-dokant)

ada alasan bagi parpol mendorong sistem proporsional tertutup karena menginginkan penguatan partai dan menentukan kadernya yang mewakili di legislatif.

Dia menganggap perubahan pada sistem proporsional terbuka pada pemilu akan menunjukkan kegagalan partai politik dalam menjalankan fungsinya. Sebab, pemilih dapat lebih mengenal individu calon legislatif jika dilakukan dengan proporsional terbuka. Selain itu, sistem ini juga memberikan kesempatan kepada setiap caleg untuk berkompetisi secara terbuka. "Partai juga diberikan penuh sejak melakukan perekrutan dan mengusulkan calon legislatif," kata Fernando, Senin (2/1/2023).

Seharusnya, tambah Fernando, semua caleg pilihan partai politik merupakan sosok yang telah dipersiapkan sebelumnya untuk menjadi wakil partai di legislatif. "Jangan sampai sistem proporsional tertutup, akan menjadi lahan bagi partai politik untuk melakukan transisional terhadap caleg yang akan ditunjuk," katanya. Akan tetapi di sisi lain, Fernando juga mengakui bahwa sistem proporsional terbuka membuka peluang pemilih lebih transaksional. Untuk itu, ia menekankan tugas partai politik untuk memberikan pendidikan kepada kader yang ada di parlemen, agar membuat undang-undang untuk memperkecil peluang kesempatan transaksional.

Beberapa parpol pun telah bersuara. Ketua Komisi II DPR RI sekaligus Wakil Ketua Golkar Ahmad Doli Kurnia mempertanyakan kapasitas Ketua KPU Hasyim Asy'ari soal kemungkinan Pemilu 2024 kembali coblos gambar partai. Menurutnya hal itu hanya bisa terjadi jika ada revisi UU yang prosesnya mesti matang.

"Itu saudara Hasyim dalam kapasitas apa mengeluarkan pernyataan seperti itu. KPU adalah

institusi pelaksana Undang-Undang. Sementara bila ada perubahan sistem pemilu itu artinya ada perubahan Undang-Undang. Perubahan UU hanya terjadi bila ada revisi UU, terbitnya Perpu yang melibatkan DPR dan pemerintah atau berdasarkan putusan Mahkamah Konstitusi," kata Doli.

Ketua DPP PKS Mardani Ali Sera juga mengatakan kemungkinan Pemilu 2024 kembali coblos gambar partai belum dibahas oleh komisi II DPR. Mardani mengingatkan KPU terkait tahapan pemilu yang telah berjalan. "Mestinya itu dibahas saat revisi UU Pemilu 2020 lalu," kata Mardani.

Menurut Mardani, bila perubahan dilakukan maka akan mengganggu pelaksanaan pemilu. Menurutnya pemilu yang berkualitas perlu dimulai dengan persiapan yang baik. "Akan rumit dan bisa mengganggu persiapan pelaksanaan Pemilu," kata Mardani.

Partai NasDem tegas menolak sistem pemilu 2024 dilakukan secara proporsional tertutup yang hanya mencoblos gambar parpol bukan nama caleg. Sekjen Partai NasDem Johnny G Plate lantas mengkritik KPU Hasyim Asy'ari offside.

"DPP Partai Nasdem dengan sangat tegas menolak gagasan sistem proporsional tertutup pada pemilu legislatif. Pernyataan Ketua KPU terkait hal tersebut off side, tidak sepatutnya dan melampaui kewenangan KPU sebagai pelaksana UU Pemilu," katanya.

"KPU pelaksana UU bukan pembuat UU dan bukan juga pengusul JR. Pernyataan Ketua KPU tersebut tidak etis dan melampaui kewenangan, berpotensi menjadi keributan baru menjelang Pemilu," lanjut Johnny.

Wasekjen Partai Demokrat (PD) Irwan Fecho menolak wacana coblos gambar parpol, bukan nama caleg, di Pemilu 2024. Irwan menilai pemilu seharusnya menegakkan kedaulatan

rakyat dengan memilih langsung orang yang ingin mewakilkan mereka.

"Pileg dengan sistem proporsional tertutup adalah bentuk kemunduran demokrasi Indonesia. Kita harus menegakkan kedaulatan rakyat. Kedaulatan rakyat akan tercipta apabila rakyat dapat menentukan kepada siapa aspirasinya mereka wakikan," kata Irwan.

PDIP Pilih Sepakat

Sekjen PDIP Hasto Kristiyanto tak mempersoalkan jika Pemilu 2024 menerapkan sistem proporsional tertutup. Hasto menilai coblos gambar partai justru dapat mencegah terjadinya liberalisasi politik.

"Saya melakukan penelitian secara khusus dalam program doktoral saya di Universitas Indonesia, di mana liberalisasi politik telah mendorong partai-partai menjadi partai elektoral, dan kemudian menciptakan dampak kapitalisasi politik, munculnya oligarki politik, kemudian persaingan bebas dengan segala cara," kata Hasto.

Dengan demikian, Hasto mengatakan sebagaimana keputusan Kongres V PDIP bahwa sistem pemilu bisa dilakukan dengan proporsional tertutup. Terlebih, sebut dia, Pemilu 2024 merupakan ajang parpol untuk saling berkontestasi.

Sementara, Wakil Ketua Umum (Waketum) Gerindra Habiburokman menyampaikan parpolnya akan mengikuti ketentuan hukum yang berlaku. "Kalau Partai Gerindra akan ikut ketentuan hukum yang berlaku. Jika diputus proporsional tertutup ya harus menyesuaikan," kata Habiburokman kepada wartawan, Selasa (2/1/2023).

Namun, sebagai anggota DPR 2019-2024, Habiburokman menyoroti wacana hanya mencoblos gambar partai bukan nama caleg. Habiburokman mengaku lebih menyukai sistem proporsional terbuka. (wid,rls,ist/dya)

DERETAN HAL BARU JELANG PEMILU 2024

580 ANGGOTA DPR

Jumlah anggota DPR RI, pada Pasal 186 Perppu nomor 1 tahun 2022 tercantum bahwa ada tambahan anggota DPR menjadi 580 anggota DPR. Jumlah itu bertambah lima orang jika dibanding UU Pemilu nomor 7 tahun 2017. Pada UU tersebut, anggota DPR ditetapkan berjumlah 575 orang.

34 DPD RI

Selain jumlah anggota DPR, anggota DPD RI juga akan bertambah. Hal itu terjadi seiring bertambahnya jumlah provinsi di Indonesia dari 34 menjadi 38. Tak ada perubahan jumlah anggota DPD dari tiap provinsi dalam Perppu Pemilu tersebut. Artinya, setiap provinsi akan diwakili oleh empat orang anggota DPD. Artinya, akan ada 152 orang anggota DPD dari hasil Pemilu 2024.

NOMOR URUT PARTAI

Perppu Pemilu pun mengatur ketentuan terkait nomor urut partai politik. Parpol-parpol peserta Pemilu 2019 yang hendak ikut Pemilu 2024 punya pilihan, pakai nomor urut yang sudah ada atau ikut undian lagi, besok.

KPU DAN BAWASLU DI 4 DOB PAPUA

Perppu tersebut mengatur bahwa Komisi Pemilihan Umum (KPU) harus membentuk KPU Provinsi baru di keempat DOB itu. Keempat DOB itu yakni Provinsi Papua Selatan, Provinsi Papua Tengah, Provinsi Papua Pegunungan, dan Provinsi Papua Barat Daya. Aturan itu termaktub dalam Pasal 10A.

