



TAHUN POLITIK, HARGA PANGAN TERUS NAIK

Sejumlah komoditas pangan kompak mengalami kenaikan harga, Rabu (9/8/2023). Harga pangan yang mengalami kenaikan, yaitu beras premium, beras medium, cabai merah keriting, cabai rawit merah, kedelai, daging sapi, hingga jagung. Pedagang beras mulai ketar-ketir karena stok menipis. Penjual gula juga galau karena harga sudah mendaki sebulan terakhir. Badan Pangan Nasional (Bapanas) atau National Food Agency (NFA) pun menyebut ada 4 komoditas pangan yang mengalami kenaikan harga di atas Harga Eceran Tertinggi (HET). Jagung Tingkat Peternak naik 28,79 persen; diikuti Garam Konsumsi (20,01 persen); Beras Medium di Zona II (14,41 persen) dan III (18,50 persen) dan Telur Ayam Ras (14,54 persen). Namun, Kementerian Pertanian (Kementan) Syahrul Yasin Limpo mengklaim cadangan pangan seperti beras dalam negeri cukup sampai Desember 2023. Bahkan disebut bila harga beras di Indonesia lebih murah dari sejumlah negara di Asia Tenggara seperti Vietnam dan Malaysia. Ini berbeda dengan kondisi di lapangan. Terbaru, data DPD Persatuan Pengusaha Penggilingan Padi dan Beras (Perpadi) DKI Jakarta menyebut pasokan beras menipis, turun 34%. Tahun politik hingga dampak el nino diduga menjadi pemantiknya.

(Baca Hal 11)

10 WILAYAH DENGAN HARGA BERAS TERMAHAL

| | |
|--------------------|------------|
| Kalimantan Timur | Rp. 14.350 |
| Kalimantan Barat | Rp. 14.400 |
| Papua Barat | Rp. 14.400 |
| DKI Jakarta | Rp. 14.550 |
| Kalimantan Utara | Rp. 14.650 |
| Papua | Rp. 14.650 |
| Sumatera Barat | Rp. 14.750 |
| Maluku Utara | Rp. 14.850 |
| Kalimantan Selatan | Rp. 16.650 |
| Kalimantan Tengah | Rp. 18.050 |

PERBANDINGAN HARGA BERAS MENURUT KUALITASNYA (PERIODE 9/8/2023)

Sumber: <https://www.bi.go.id/hargapangan>



Government (Hal.2)
Jangan Panik,
COVID 'Eris'
Sudah Masuk RI

Jangan Panik, COVID 'Eris' Sudah Masuk RI



Menteri Kesehatan (Menkes) Budi Gunadi Sadikin

JAKARTA-Menteri Kesehatan (Menkes) Budi Gunadi Sadikin mengungkapkan virus corona (Covid-19) varian Eris sudah masuk ke Indonesia sejak beberapa bulan lalu. Masyarakat diminta tenang dan tidak panik.

"Varian baru tersebut memang sudah ada di Indonesia. Sudah dari dua bulan lalu," kata Budi di Istana Kepresidenan, Jakarta, Rabu (9/8/2023).

Budi lantas meminta masyarakat tenang dan tak perlu khawatir terkait virus corona varian baru tersebut. "Iya enggak perlu khawatir," kata dia.

Senada, Kepala Biro Komunikasi dan Pelayanan Publik Kementerian Kesehatan (Kemenkes) Siti Nadia Tarmizi membenarkan bahwa virus corona varian Eris sudah muncul di Indonesia sejak Maret. "Maret ya. Memang ada mutasi dari virus yang ada di Indonesia," kata Nadia.

Diketahui, WHO menetapkan status varian Eris sebagai varian under monitoring atau varian di bawah pengawasan. Nadia meminta masyarakat tak panik dengan adanya varian baru Covid-19 ini. Masyarakat diminta untuk tetap waspada dan melakukan langkah mitigasi dan melengkapi vaksinasi Covid-19.

"Tidak perlu panik. Tetap waspada dan jaga kesehatan dengan segera lengkapi vaksinasi Covid-19 yang saat ini masih gratis," tegasnya, sebagaimana dikutip dari Kompas.com.

Menteri Koordinator Bidang Pembangunan Manusia dan Kebudayaan (Menko PMK) Muhadjir Effendy sebelumnya sempat mengatakan prosedur penanganan pasien Covid-19 varian baru ke depannya akan ditangani seperti

penyakit menular biasa. Terlebih, pemerintah Indonesia telah memastikan masa penanganan pandemi Covid-19 di Indonesia pun dinyatakan berakhir.

"Karena kan pengalaman kemarin, Covid ini kalau nanti ada varian baru itu prosedurnya penyakit menular biasa," kata Muhadjir di ASEAN Secretariat, Jakarta, Selasa (8/8).

Varian Eris merupakan turunan dari Omicron. Peringatan untuk varian ini muncul pertama kali pada 3 Juli seiring dengan meningkatnya kasus di sejumlah negara. Varian ini dianggap membuat lonjakan kasus Covid-19 di Inggris baru-baru ini. Badan Keamanan Kesehatan Inggris (UKHSA) mengatakan varian Eris merupakan satu dari tujuh kasus Covid-19 terbaru di negara itu. Varian virus corona ini telah menyebabkan kasus melonjak hingga 200 ribu pada Juli di Inggris.

Saat ini Inggris tengah mengalami kenaikan kasus akibat kehadiran anakan Omicron bernama varian Eris atau EG.5.1. Varian COVID-19 satu ini juga menimbulkan sedikit kenaikan kasus rawat inap pada pasien kelompok rawan di sana. Selain di Inggris, beberapa negara di Asia termasuk Indonesia sudah memasuki EG.5.1. Paling tidak lebih dari 36 negara yang melaporkan kehadiran Eris.

Disarankan Tetap Bermasker

Meski sudah ada di puluhan negara, epidemiolog yang juga peneliti Global Health Security Griffith University Dicky Budiman mengatakan agar masyarakat tidak perlu khawatir soal kehadiran varian Eris. "Masyarakat tidak perlu panik,"

kata Dicky.

Meski begitu, ia memprediksi Eris punya potensi menjadi varian yang bisa mendominasi. "Secara umum, (Eris) punya potensi untuk menjadi dominan, iya. Namun, kalau dampak serius saya belum melihatnya," kata Dicky.

Bila menilik data 10 Juli 2023, satu dari sembilan kasus COVID-19 yang terjadi terdeteksi dari varian Eris tersebut. Lalu, data terbaru menunjukkan bahwa virus ini sekarang menyumbang 14,6 persen kasus COVID di Inggris, dikutip dari Sky News.

Lalu, untuk keparahan akibat infeksi varian baru COVID-19 Eris Dicky tidak terlalu melihat hal signifikan pada dua aspek itu. "Untuk keparahan, saya belum lihat ada dampak signifikan. Ini artinya efektivitas vaksin dan vaksin booster COVID-19 masih efektif," kata Dicky.

World Health Organization (WHO) sudah mengkategorikan Eris atau EG.5.1 sebagai Variant Under Monitoring (VUM) atau varian yang diawasi pada Juli 2023. Pemberian kategori VUM pada Eris lantaran kasus meningkat secara cepat baik di Inggris dan Internasional. "Karena kecepatan menginfeksi itu makanya WHO masukkan ke kategori varian yang diawasi," kata Dicky.

Bila mengacu pada kasus di Eropa, Eris menimbulkan kenaikan kasus yang kebanyakan kelompok rawan. Maka dari itu, Dicky meminta kepada para lansia, anak dan ibu hamil untuk menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat. "Jadi, kalau misalnya mau bertemu orang tua ya pakai masker. Lalu, saat di tempat dengan sirkulasi udara yang buruk pakai masker juga,"

saran Dicky.

Selain itu, kepada kelompok usia rawan yang sudah bisa mendapatkan vaksinasi booster diminta untuk segera melakukannya. Terbukti, vaksinasi booster, masih efektif dalam mengurangi keparahan bila terinfeksi virus penyebab COVID-19. "Secara umum gejala sama dengan COVID-19, dengan level lebih ringan terutama pada orang yang sudah dapat booster," kata Dicky. (wid,rls, Sky News/dya)

PERBEDAAN OMICRON DAN ERIS

VARIAN ERIS

GEJALA

- Pilek
- Sakit Kepala
- Kelelahan ringan hingga berat
- Bersin
- Sakit tenggorokan

PENYEBARAN

Melansir dari Daily Mail, salah satu faktor penyebaran infeksi 'Eris' adalah libur musim panas serta perilis film Barbie dan Oppenheimer. Kedua film yang dirilis bersamaan pada akhir Juli tersebut menimbulkan banyak kerumunan, terutama di bioskop.

KEPARAHAN

- Tingkat keparahan dan kematiannya pun belum memperlihatkan dampak yang signifikan.
- Saat ini, ada sekitar 36 negara yang telah mendeteksinya adanya varian Eris.

VARIANOMICRON

GEJALA

- Sakit kepala
- Pegal-pegal di sekujur tubuh
- Sakit tenggorokan

PENYEBARAN

- Omicron menular lebih cepat dan mempercepat penyebaran penyakit.
- Omicron menginfeksi lebih cepat di bronkus, saluran udara dari trakea yang memastikan udara masuk dengan baik ke paru-paru.
- Seseorang yang terinfeksi oleh varian Omicron memiliki lebih banyak virus di tenggorokan mereka dan menunggu dikeluarkan ketika mereka menghembuskan napas.

KEPARAHAN

- Varian Omicron bisa menyebabkan gejala berat dan kematian terutama pada orang yang rentan seperti lansia, memiliki penyakit penyerta dan orang yang belum divaksin.
- Risiko rawat inap varian Omicron lebih rendah dibandingkan varian Delta.



Takut Dicurigai Mau Perpanjang Jabatan Presiden, MPR Usul Amandemen UUD Usai Pemilu



Presiden Joko Widodo menerima pimpinan Majelis Permusyawaratan Rakyat (MPR) di Istana Merdeka, Jakarta, pada Rabu (9/8/2023).

JAKARTA- Ketua MPR RI Bambang Soesatyo alias Bamsot bersama dengan para Wakil Ketua MPR lainnya usai bertemu dengan Presiden Jokowi untuk membahas persiapan Sidang Tahunan di Istana Negara, Jakarta Pusat, Rabu (9/8/2023). Ada kabar yang menyebutkan, pertemuan tersebut juga membahas soal kemungkinan amandemen Undang-Undang Dasar (UUD) pada periode ini.

Ketua MPR Bambang Soesatyo alias Bamsot tegas menepisnya. Dia mengatakan amandemen UUD itu kemungkinan bakal dilakukan pada periode yang akan datang.

Salah satu alasan MPR tak mau melakukan amandemen saat ini, kata Bamsot, karena khawatir rencana tersebut dicurigai sebagai usaha memperpanjang masa jabatan presiden. "Karena kalau sekarang takutnya bukan apa, dicurigai untuk perpanjang masa jabatan presiden. Untuk apa lagi penundaan pemilu dan seterusnya? Jadi malah menurut kami kontraproduktif, sehingga kami berkesimpulan kami bahas nanti pasca pemilu," kata Bamsot di kawasan Istana Negara, Jakarta Pusat.

Sebagai ganti dari batalnya rencana amandemen UUD, Bamsot mengatakan MPR bakal membahas Pokok-Pokok Haluan Negara (PPHN). Menurut dia, PPHN saat ini sudah hampir selesai. "Pertanyaan kemudian apakah pembahasan ini kami lakukan sebelum pemilu atau setelah pemilu? Kami sepakat kemarin untuk membahas PPHN yang tinggal satu

langkah lagi, yaitu pembentukan panitia adhoc di Sidang Paripurna MPR," kata Bamsot.

Meski tak bakal membahas amandemen UUD saat ini, Bamsot berpendapat UUD yang ada saat ini perlu disempurnakan agar bisa menyesuaikan kondisi zaman. Ia mencontohkan UUD saat ini belum mencantumkan udara angkasa di-kuasai sepenuhnya oleh negara dan se-besarnya untuk kesejahteraan rakyat.

"Kita hanya mencatat di Pasal 33 itu sumber daya alam yang terkandung di bumi seluas-luasnya dikuasai oleh negara. Tapi angkasa, udara (belum termasuk), sementara kemajuan teknologi sudah sampai sana belum masuk dalam konstitusi kita," kata Bamsot.

Hal senada diungkapkan Wakil Ketua MPR Ahmad Muzani. Dia menegaskan dalam pembahasan itu tidak ada rencana penambahan klausul mengenai penundaan Pemilu.

"Nggak, nggak ada penundaan pemilu. Sekarang ini pembicaraannya adalah koalisi, koalisi, koalisi. Berapa pasang, berapa pasang, berapa pasang," kata Muzani di Kompleks Istana Kepresidenan, Jakarta Pusat, Rabu (9/8/2023).

Menurut Muzani, partainya Gerindra juga tidak setuju jika amandemen UUD 1945 dilakukan periode ini. Sebab, saat ini semua partai dan anggota MPR/DPR RI tengah berkonsentrasi untuk Pemilu 2024.

"Ya kalau harus dipaksakan periode ini nggak mungkin. Karena semua partai dan anggota MPR, anggota DPR sudah konsentrasi di dapil masing-masing. Partai politik sudah konsentrasi pada pemilihan umum karena ini sudah masuk dalam tahun politik. Kalau kemudian amandemen UUD 1945 akan dilakukan pada periode ini rasanya nggak mungkin," tuturnya.

Kelakar 4 Capres

Dalam pertemuan itu, Bamsot mengatakan Presiden Joko Widodo (Jokowi) sempat melontarkan kelakarnya akan ada empat pasangan calon presiden-calon wakil presiden (capres-cawapres) bisa maju di Pilpres 2024.

"Tadi juga kita saling menggoda di antara kami apakah dua pasang, tiga pasang bahkan tidak menutup kemungkinan bisa empat pasang katanya, kata presiden," kata Bamsot.

Bamsot menilai candaan yang dilontarkan para elite sebagai hal yang menyegarkan dalam iklim politik Indonesia. Baginya, situasi politik harus diciptakan senyaman mungkin supaya masyarakat melihat kondisi elite sedang baik-baik saja. "Jadi tidak ada yang perlu dipertentangkan," kata dia.

Tak hanya itu, Bamsot mengatakan pertemuan dengan Jokowi juga akan membahas terkait Pemilu 2024. Ia hanya menekankan harapan-

nya supaya penyelenggaraan pemilu 2024 berjalan damai. "Terkait dengan keinginan kita semua untuk pemilu berjalan dengan lancar, aman, tertib," imbuh Bamsot.

Sejauh ini terlihat baru ada tiga bakal calon presiden yang potensial berlaga di Pilpres 2024. Mereka di antaranya Ganjar Pranowo yang didukung koalisi PDIP, PPP, Perindo dan Hanura. Kemudian terdapat Ketum Partai Gerindra Prabowo Subianto yang belakangan ini sudah membentuk koalisi Kebangkitan Indonesia Raya (KKIR) bersama PKB. Lalu, terdapat Anies Baswedan yang didukung oleh koalisi Demokrat, PKS dan NasDem. (wid,rls,ant/dya)

SEJARAH AMANDEMEN UUD 1945

Sepanjang sejarahnya, UUD 1945 telah mengalami 4 kali amandemen dari tahun 1999 hingga 2002

- Amandemen Pertama UUD 1945 dilakukan dalam Sidang Umum MPR 14-21 Oktober 1999
- Amandemen Kedua UUD 1945 dilakukan dalam Sidang Tahunan MPR 7-18 Agustus 2000
- Amandemen Ketiga UUD 1945 dilakukan dalam Sidang Tahunan MPR 1-9 November 2001
- Amandemen Keempat UUD 1945 dilakukan dalam Sidang Tahunan MPR 1-11 Agustus 2002



Wapres Sebut 155 Pulau di Indonesia Bakal Tenggelam



“

BRIN memperkirakan 115 pulau di Indonesia terancam tenggelam pada tahun 2100, akibat kombinasi dua persoalan disebabkan perubahan iklim. Dua persoalan itu adalah peningkatan air laut dan penurunan permukaan tanah,”

MA'RUF AMIN
Wakil Presiden RI

SUMENEP – Wakil Presiden (Wapres) RI, Ma'ruf Amin membeberkan sejumlah laporan kondisi alam akibat krisis iklim. Bahkan, dia menandakan berdasarkan laporan Badan Riset dan Inovasi Nasional (BRIN) memperkirakan bahwa setidaknya ada 115 pulau di Indonesia yang akan tenggelam pada tahun 2100 mendatang.

Hal itu disebabkan karena bahwa tinggi permukaan laut saat ini meningkat dengan cepat. Laporan BRIN itu juga diperkuat dengan laporan dari PBB. Kondisi itu bisa berdampak pada hilangnya teritori negara. "BRIN memperkirakan 115 pulau di Indonesia terancam tenggelam pada tahun 2100, akibat kombinasi dua persoalan disebabkan perubahan iklim. Dua persoalan itu adalah peningkatan air laut dan penurunan permukaan tanah," kata Wapres saat Orasi Ilmiah dalam Dies Natalis ke-37 Universitas Wiraraja (Unija) Sumenep, Rabu (9/8/2023).

Mulanya, Wapres menyebutkan bahwa planet bumi semakin memanas akibat krisis iklim. Dia juga menyatakan krisis iklim adalah ancaman eksistensial bagi kemanusiaan dan teritori negara. Menurutnya, laporan PBB baru-baru ini menyebutkan bahwa tinggi permukaan laut terus mengalami peningkatan secara cepat yang bisa berdampak pada hilangnya teritori negara.

Dikutip dari liputan6.com, Peneliti Ahli Utama Badan Riset dan Inovasi Nasional (BRIN) Eddy Hermawan mengatakan sekitar 115 pulau sedang dan kecil di Indonesia terancam hilang atau tenggelam akibat naiknya permukaan air laut

"Jangan terkecoh dengan kawasan Pantura saja, jangan terkecoh dengan Jakarta saja, apa yang akan terjadi di tahun-tahun berikutnya, inilah 115 pulau-pulau sedang dan kecil ini bisa tenggelam," kata Eddy.

Eddy berharap perhatian juga tertuju pada pulau-pulau sedang dan kecil di Indonesia seperti daerah wisata termasuk Bali dan Nias dan pulau-pulau lain. Termasuk di sepanjang pantai barat Sumatera yang juga terancam tenggelam, sehingga tidak hanya terpaku pada persoalan terancamnya Jakarta atau kota pesisir di Pantai Utara Jawa saja. "Tidak hanya Jakarta yang terancam, pulau-pulau kecil juga terancam," tuturnya.

Menurut Eddy, kenaikan air laut tersebut disebabkan perubahan iklim dan penurunan muka tanah sehingga perlu kombinasi upaya mitigasi dan adaptasi ke depannya agar tidak kehilangan pulau-pulau tersebut.

Namun begitu, dia mengatakan publik tidak usah merasakan kekhawatiran yang berlebihan. Khususnya terkait besaran angka kenaikan air muka laut yang sebenarnya lebih kecil dari angka yang banyak dirilis berbagai lembaga. Apalagi jika merujuk pada laporan dari International Panel Climate Change (IPCC), badan resmi dunia yang bertanggung jawab tentang perubahan iklim.

"Kalau melihat dari angka yang secara global pun kecil. Bahkan, 2030 di mana (Presiden AS) Joe Biden mengatakan hal itu relatif kecil. Saya menghitung hanya 25 cm di 2050, jadi 2030 tentu lebih kecil lagi kenaikan air muka lautnya," jelas Eddy.

Dia mengatakan, ada media yang mengabarkan bahwa kenaikan air muka laut di pesisir Jakarta bisa mencapai empat meter pada 2030. Hal itu terlalu ekstrim dan berbahaya, karena jika ada bias pun mungkin hanya sampai 50 cm, tidak sampai hitungan meter.

"Jadi model dari mana angka meter itu? Logika saja, perjalanan es mencair dari Kutub ke Jakarta berapa lama? Kalau memang es mencair karena

memang emisi CO2 naik, pasti negara-negara Skandinavia seperti Denmark dan Belgia habis duluan, nggak usah jauh-jauh, Singapura juga," tegas Eddy.

Yang jelas, lanjut dia, perubahan iklim memang terjadi dan tidak bisa dihentikan. Tapi bisa dihindari dengan mengurangi emisi CO2. Karena kalau menihilkan susah, sementara tiap hari orang naik mobil dan tiap pembakaran karbon menghasilkan CO2. Negara-negara penghasil minyak juga berkontribusi terhadap perubahan iklim, kebakaran hutan juga. Karena tiap yang dibakar menghasilkan emisi.

"Memang ada keinginan untuk menghapus dampak itu menjadi nol, misalnya dengan menghadirkan teknologi mobil listrik. Tapi mobilnya belum siap pakai, stasiun pengisiannya belum ada. Mau pakai gas juga infrastrukturnya juga belum support," jelas Eddy.

Jadi, lanjutnya, tidak bijak juga jika dikatakan perubahan iklim melulu soal ulah manusia, karena juga ada pengaruh alamiah. Seperti aktivitas matahari yang mencapai puncak panasnya yang berimbas ke es di kutub.

"Manusia bukan faktor utamanya, tapi manusia yang memperparahnya. Selama kita manusia tidak tanggung jawab dengan apa yang sudah diperbuat maka akan sulit. Di sisi lain, ini terkait dengan sumber kehidupan mereka. Misal membuka lahan untuk bertani dengan cara membakar, jadi dilematis juga," ujar Eddy.

Dia pun menyarankan pemerintah menyediakan mata pencaharian yang aktivitas sehari-harinya tidak memicu kerusakan alam agar mereka bisa menghasilkan sesuatu untuk hidup tanpa harus merusak lingkungan.

"Jadi menurut hemat saya, untuk mengantisipasi agar air muka laut tak semakin parah, coba bangun mangrove di sepanjang Pantura. Hal itu sudah dilakukan tapi belum merata, kemudian juga penghijauan juga ditingkatkan untuk mengurangi emisi tadi," pungkas Eddy.

Sementara itu, Project Officer Keadilan Iklim Wahana Lingkungan Hidup Indonesia (Walhi) Nasional Abdul Ghofar mengatakan pihaknya tidak kaget dengan data yang dilansir BRIN. "Walhi Sumsel dalam Laporan Tahunan 2019, salah satunya menyebutkan empat pulau di Sumsel sudah dinyatakan hilang. Demikian pula ketika isu dampak krisis iklim ramai kembali waktu (Presiden AS) Joe Biden bilang Jakarta merupakan salah satu kota yang akan tenggelam. Faktanya, tidak hanya pesisir Jakarta,

Semarang, Pekalongan, dan wilayah utara Pulau Jawa sama rentannya dengan Jakarta," ujar Abdul kepada Liputan6.com, Jumat petang.

Dia mengatakan, angka penurunan permukaan tanah di lokasi tersebut lebih cepat dibandingkan Jakarta, selaras dengan kenaikan air laut sebagai dampak krisis iklim. Berikutnya pulau-pulau kecil, yang rentan karena eksposenya memang agak minim karena bukan merupakan kawasan padat penduduk.

"Kalau melihat datanya, semua itu memang dampak dari perubahan iklim ya, kalau soal adanya ulah manusia di situ, baik yang tinggal di wilayah pulau atau dalam wilayah yang lebih besar, saya pikir kalau melihat kausalitasnya memang berkaitan erat dengan aktivitas manusia," tegas Abdul.

Dia mengatakan, Intergovernmental Panel Climate Change (IPCC) pada bulan Agustus 2021 merilis laporan yang menyatakan bahwa aktivitas manusia, mulai dari industri transportasi, deforestasi untuk alih fungsi kawasan perkebunan dan pertanian, maupun permukiman telah menjadi penyebab krisis iklim saat ini.

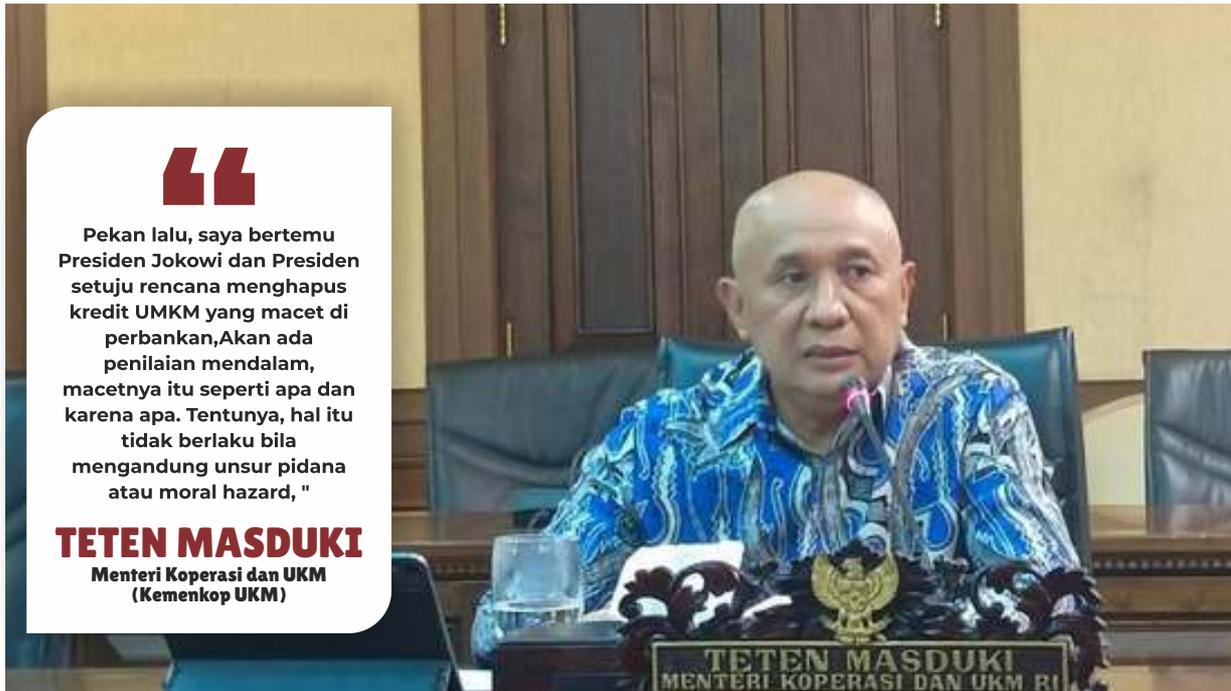
"Jadi human activity adalah faktor utama terjadinya krisis iklim. Tetapi kalau mau dilihat di skala lebih kecil, keterancaman pulau-pulau kecil itu dampak dari aktivitas manusia di sekitar pulau itu sangat minimalis, paling soal perubahan fungsi kawasan, seperti mangrove sebagai benteng alami pesisir berubah fungsi, misalnya untuk tambak," jelas Abdul.

Menurut dia, ada dua langkah yang harus dilakukan pemerintah pusat untuk mencegah krisis ini terjadi. Pertama, pengurangan emisi karbon itu harus signifikan dilakukan, karena rencana pengurangan emisi Indonesia itu kurang ambisius dan kurang serius. Jadi pemerintah harus segera mengeluarkan kebijakan yang lebih serius dan ambisius untuk pengurangan emisi di semua sektor.

"Berikutnya transisi energi, kita tahu lebih dari 50 persen pembangkit listrik kita itu didominasi energi kotor terutama yang bersumber dari batubara. Nah, dorongan untuk melakukan penghentian operasi PLTU Batubara harus dipercepat. Apalagi tren global banyak yang sudah beralih transisi, PLTU sudah lama dipensiunkan, mulai mengejar enegeri baru terbarukan," jelas Abdul.

Sementara dalam skala lokal, lanjut dia, ada upaya untuk melakukan adaptasi dan mitigasi, salah satunya melakukan pendekatan di kawasan ekosistem mangrove sebagai benteng alami pertahanan dari ombak harus diperbanyak. Pemerintah bisa membantu untuk membiayai pembibitan dan pemeliharaan benteng alami yang sudah diinisiasi masyarakat. (lut/dya)

Pemerintah Akan Hapus Kredit Macet UMKM Hingga Rp 500 Juta



Pekan lalu, saya bertemu Presiden Jokowi dan Presiden setuju rencana menghapus kredit UMKM yang macet di perbankan. Akan ada penilaian mendalam, macetnya itu seperti apa dan karena apa. Tentunya, hal itu tidak berlaku bila mengandung unsur pidana atau moral hazard,"

TETEN MASDUKI
Menteri Koperasi dan UKM
(Kemenkop UKM)

JAKARTA – Presiden Joko Widodo (Jokowi) setuju bank BUMN hapus buku dan hapus tagih kredit macet UMKM dengan maksimal plafon Rp 5 miliar. Akan tetapi pada tahap pertama, kredit yang masuk ketentuan senilai Rp 500 juta, khususnya bagi debitur Kredit Usaha Rakyat (KUR).

"Pekan lalu, saya bertemu Presiden Jokowi dan Presiden setuju rencana menghapus kredit UMKM yang macet di perbankan," kata Teten dalam keterangan resminya, seperti dikutip Rabu (9/8/2023).

Kendati demikian, tidak semua kredit macet UMKM akan mendapatkan hapus buku dan tagih. Pemerintah akan membuat ketentuan untuk memberikan penilaian secara komprehensif mengenai jenis kreditnya.

"Akan ada penilaian mendalam, macetnya itu seperti apa dan karena apa. Tentunya, hal itu tidak berlaku bila mengandung unsur pidana atau moral hazard," ujarnya.

Saat ini pemerintah dalam proses untuk membuat payung hukum mengenai ketentuan hapus kredit macet UMKM tersebut.

Sebagaimana diketahui, hapus buku dan hapus tagih kredit UMKM merupakan amanat UU Nomor 4/2023 tentang Pengembangan dan Penguatan Sektor Keuangan (PPSK). Semangat pemerintah menerapkan kebijakan ini agar UMKM yang memiliki kredit macet dapat kembali mengajukan pinjaman, sehingga lebih cepat bangkit dari dampak pandemi Covid-19.

"Prediksi Bappenas tahun 2024 kredit usaha perbankan hanya mencapai 24 persen, salah satunya disebabkan tidak lolos SLIK (Sistem Layanan Informasi Keuangan).

Presiden ingin porsi kredit perbankan mencapai 30 persen di tahun 2024," tutur dia.

Adapun Pasal 250 Bab XIX UU PPSK mengatur bahwa kredit macet bank dan non-bank BUMN kepada UMKM dapat dilakukan penghapusbukuan dan penghapustagihan untuk mendukung kelancaran pemberian akses pembiayaan kepada sektor tersebut.

Hapus buku tersebut dapat dilakukan dengan ketentuan telah dilakukan upaya restrukturisasi dan bank atau non-bank telah melakukan upaya penagihan secara optimal, termasuk upaya restrukturisasi, tetapi tidak berhasil.

Dalam Pasal 251, kerugian yang dialami oleh bank atau non-bank BUMN dalam melaksanakan hapus buku tersebut merupakan kerugian masing-masing perusahaan.

UU PPSK juga mengatur bahwa hal itu bukan merupakan kerugian keuangan negara sepanjang dapat dibuktikan tindakan itu dilakukan berdasarkan itikad baik, ketentuan hukum yang berlaku, dan prinsip tata kelola perusahaan yang baik.

Pada rapat koordinasi pembahasan penghapusan piutang macet UMKM pada Mei 2023 dengan bank Himbara, Pegadaian, PNM dan lembaga penjamin/asuransi sudah tersusun format data kredit UMKM eksisting dan kriteria kredit yang diusulkan untuk dihapuskan. "Sudah tersusun data KUR dan non KUR, yang tercut off per 2015," lanjutnya.

Teten mengatakan jumlah kredit macet di Himpunan Bank Milik Negara (Himbara) yang akan dihapuskan mencapai Rp 22 triliun. Ia menambahkan nantinya syarat UMKM yang kredit macetnya dihapus akan

diatur dalam Peraturan Pemerintah (PP) yang sedang dipersiapkan oleh Menteri Keuangan Sri Mulyani.

Teten juga menjelaskan, terdapat beberapa aspek syarat untuk UMKM dalam mendapatkan hapus tagih. Aspek syarat pertama, piutang macet UMKM pada bank dan atau lembaga keuangan non-bank (BUMN). Aspek syarat kedua, bank dan atau lembaga keuangan non-bank BUMN telah melakukan upaya restrukturisasi dan atau penagihan secara optimal.

Dan aspek syarat ketiga, kriteria hapus tagih piutang macet UMKM adalah KUR dan tahap 2 non KUR dengan ketentuan debitur Debitur dengan kriteria UMKM (PP 7/2021); Debitur KUR dengan akad kredit terhitung sejak tahun 2015; Nilai maksimum kredit sebesar Rp500 juta (KUR); Nilai Maksimum kredit sebesar Rp5 miliar (Non KUR); Piutang telah macet (Kol 5) dan sudah dilakukan hapus buku; dan Debitur masih bermaksud menjalankan usaha dan mengembangkan usahanya.

"Tujuan penghapustagihan piutang macet adalah untuk mendukung pemberian akses pembiayaan kembali kepada UMKM," tegas Teten.

Lebih lanjut Teten mencontohkan praktik di negara lain, seperti di Irlandia dengan nominal rata-rata yang dihapusbukukan kurang lebih 18,543 Euro.

Dari 200 UKM yang disurvei ditemukan bahwa kredit macet disebabkan oleh pelanggan yang gagal bayar dan keadaan bangkrut. Sedangkan di Amerika Serikat, jangka waktu penghapusan adalah untuk tunggakan agunan lebih dari 2 tahun. "Pada saat penghapusan, Bank harus mengklasifikasikan utang tersebut

sebagai CNC atau close-out," katanya.

Teten Masduki mengatakan pemerintah masih menyusun Peraturan Pemerintah (PP) tentang rencana penghapusan kredit macet UMKM. Dia mengatakan PP sebagai aturan pelaksana harus dibuat untuk mencegah penyelewengan alias moral hazard seperti yang terjadi di penghapusan utang Bantuan Likuiditas Bank Indonesia (BLBI).

"PP-nya harus diatur karena ini bisa menjadi moral hazard juga, seperti dulu penghapusan utang BLBI, kan bisa terjadi juga, tiba-tiba nanti banyak yang harus dihapuskan. Kita harus batasi, syaratnya nanti lagi diatur," kata Teten se usai acara Penganugerahan KUR Award dan Penyaluran KUR untuk UMKM yang dihelat di Pos Bloc, Gedung Filateli, Sawah Besar, Jakarta Pusat, Rabu (9/8/2023).

BLBI yang dimaksud Teten merupakan dana talangan yang diberikan oleh negara kepada puluhan bank yang bangkrut karena krisis moneter 1998. Namun, sebagian besar dana tersebut diduga justru diselewengkan oleh pemilik bank. Pemerintah berupaya menagih, namun sebagian utang itu sudah dihapuskan karena dianggap kredit macet.

Komisi Pemberantasan Korupsi (KPK) sempat mengusut dugaan korupsi BLBI dengan menetapkan mantan Kepala Badan Penyehatan Perbankan Nasional (BPPN) Syafruddin Arsyad Temenggung menjadi tersangka.

Dia diduga mengusulkan penghapusbukuan alias write off sebagian utang Bank Dagang Nasional Indonesia (BDNI) kepada negara. Syafruddin divonis 13 tahun penjara di pengadilan tingkat pertama, namun divonis lepas di tingkat kasasi.

Teten berkata pembuatan PP untuk penghapusan kredit macet ini tengah digodok oleh Kementerian Keuangan (Kemkeu). Dia mengatakan PP itu akan mengatur sejumlah syarat bagi kredit macet yang akan dihapus. Di antaranya, tidak adanya unsur pidana yang menyebabkan timbulnya kredit macet tersebut.

"Ini yang sedang diatur dalam PP-nya kalau misalnya kredit macet karena pidana ada unsur pidana tidak di-cover, ya PP-nya sedang disiapkan oleh Menkeu," kata dia.

Teten berujar rencana penghapusan kredit macet ini akan memberikan kemudahan bagi UMKM untuk mendapatkan pinjaman dari bank. Sebab, UMKM yang masih terilit utang kesulitan melakukan pinjaman karena masuk daftar hitam bank.

"Ini kebijakan afiirmasi dari Presiden untuk memberikan kemudahan bagi UMKM untuk mengakses pembiayaan," kata dia. (lut/dya)



FEBINDA • TITO •

Rilis Lagu Baru 'Hati Tak Sama'

Foto-foto : Berbagai Sumber

FEBINDA Tito, penyanyi dan penulis lagu genre pop asal Tulungagung, Jawa Timur, merilis lagu terbaru "Hati Tak Sama" sebagai lanjutan kisah dari empat lagu terdahulunya.

"Hati Tak Sama" mengisahkan pendewasaan diri usai tersakiti karena cinta, sebagai kesinambungan dari empat karya sebelumnya yaitu "Tak Lagi-Lagi", "Mengalah", "Berantakan" dan "Semau-maumu".

Rangkaian cerita itu dimulai dari "Semau-maumu" yang mengambil sudut pandang percintaan saat di bangku putih abu-abu nan polos, "Berantakan" yang menggambarkan puncak konflik, "Mengalah" yang menggambarkan fase patah hati, dan "Tak Lagi-lagi" mengisahkan fase untuk melangkah ke babak baru.

Melengkapi rangkaian tersebut, pria yang akrab disapa Tito itu menghadirkan "Hati Tak Sama" sebagai penggambaran fase manusia yang semakin dewasa usai patah hati.

"Bercerita tentang pendewasaan manusia dalam menyikapi patah hati, dan ini memang terinspirasi dari kisah personal," ujar Tito dalam siaran pers tertulisnya, Jumat.

Hadir dengan genre pop rock, lagu ini hadir dengan durasi lebih dari tiga menit dengan tempo yang lambat.

Penciptaannya sendiri melibatkan Dimas Wibisana, Bianca Nelwan, Febinda Tito, Wildan Ruruh dan Windu Airlangga.

Tak hanya pada proses penciptaan, untuk pengolahan di balik layar-nya lagu ini juga turut diproduksi banyak pihak juga yaitu Dimas Wibisana, Febinda Tito, Wildan Ruruh dan Windu Airlangga.

Selain lagunya, video musik yang dihadirkan untuk "Hati Tak Sama" juga ternyata masih saling berkaitan.

Pada video musik "Hati Tak Sama", Tito mengambil waktu ketika kedua pasangan kembali bertemu setelah di lagu sebelumnya "Tak Lagi-Lagi" salah satu dari mereka tertangkap tangan berselingkuh.

"Disini mereka kembali bertemu lagi di coffee shop dan si pria meminta balikan. Untuk lagu ini aku membuat dengan konsep MV-nya adalah tentang

berdamai dengan masa lalu dan memberi kesempatan kedua."katanya lagi.

Ia berharap penggemarnya dan pendengar musik di Indonesia menerima karyanya. Khususnya untuk menyemangati mereka yang masih ada di fase patah hati.

"Hati Tak Sama" yang dinyanyikan oleh Febinda Tito kini sudah dapat dinikmati di berbagai digital streaming platform di Indonesia bersamaan dengan video musik yang dirilis di kanal YouTube Febinda Tito.

Tito sebelumnya dikenal juga dengan satu album studionya yaitu "Perayaan Rasa", berisi 14 lagu yang dirilis di awal 2022 secara independen.

Profil

Febinda Tito adalah memulai karier bermusik di awal 2020 sebagai musisi independen.

Lagu-lagunya yang bergenre pop easy-listening, juga lirik yang mengambil tema relatable dengan anak muda jaman sekarang, menjadi ciri khasnya sendiri.

Pria kelahiran 2 Februari 1998 ini menarik perhatian setelah lagunya yang berjudul "Pelarian", viral di platform TikTok.

Hingga kini, "Pelarian" telah di streams lebih dari 1,3 juta kali di Spotify. Adapun official music videonya sudah ditonton lebih dari 761 ribu kali di youtube.

Pelarian masuk ke dalam album perdana Tito yang berjudul Perayaan Rasa dan dirilis di bulan Februari 2022.

Ia juga aktif membuat konten sosial media baik di Instagram dan Tiktok.

Resmi bergabung dengan Warner Music Indonesia di 2022, Tito tengah bersiap mengeluarkan albumnya dalam waktu dekat. "Semau-maumu" single perdana dengan Warner Music Indonesia dipastikan menjadi pembuka dari EP tersebut (Ant)





AHLI BICARA: BIOPSI TINGKATKAN PERTUMBUHAN KANKER

BIOPSI adalah salah satu prosedur medis yang sangat umum diikuti dalam pengobatan kanker.

Biopsi adalah prosedur medis di mana sampel kecil jaringan atau sel diambil dari area yang mencurigakan di tubuh untuk diperiksa di bawah mikroskop.

Ini adalah alat diagnostik penting yang digunakan untuk menentukan apakah pertumbuhan atau benjolan bersifat kanker atau jinak.

MayoClinic mendefinisikan biopsi sebagai prosedur untuk mengeluarkan sepotong jaringan atau sampel sel dari tubuh Anda sehingga dapat diuji di laboratorium.

Dengan memperoleh sampel jaringan, dokter dapat secara akurat mengidentifikasi jenis kanker dan karakteristik molekulernya, memungkinkan mereka untuk menyesuaikan rencana pengobatan dengan kondisi khusus pasien.

Diagnosis dini dan akurat melalui biopsi memungkinkan intervensi yang tepat waktu dan akurat serta meningkatkan peluang keberhasilan hasil pengobatan.

Namun, banyak orang khawatir jika biopsi bisa memperburuk

pertumbuhan kanker.

Ahli radiologi sering melakukan biopsi tumor yang terletak jauh di dalam tubuh.

Biopsi dilakukan di bawah bimbingan ultrasound atau CT Scan, dengan jarum pemotong biopsi khusus yang dimasukkan ke dalam massa tumor. Potongan tumor dipotong dan dikirim untuk pengujian histo-patologis.

"Selama prosedur ini, ada kemungkinan atau risiko penyimpanan sel tumor di sepanjang jalur jarum. Ini disebut penyemaian jalur. Ini dapat mengubah stadium tumor dan menyebarkan di luar massa tumor yang ada," kata Dr. Vimal Someshwar, Kepala Radiologi Intervensi di Rumah Sakit Kokilaben Dhirubhai Ambani Mumbai dilansir dari Times of India.

Masalah lain yang dapat terjadi adalah pendarahan, terutama jika tumornya vaskular dan ini mungkin memerlukan perawatan darurat.

Nyeri adalah gejala lain setelah biopsi dan sering dikontrol dengan obat penahan nyeri. Kadang-kadang, ada kemungkinan tumor terinfeksi, mengikuti biopsi.

"Risiko yang disebutkan di atas

terlihat pada kurang dari 5% kasus yang menjalani biopsi perkutan," tambah Dr. Someshwar.

Apakah biopsi memperburuk pertumbuhan kanker?

Biopsi tidak menyebabkan kanker menyebar atau memburuk. Faktanya, biopsi sangat penting untuk diagnosis kanker yang akurat dan studi molekuler, yang sangat penting untuk merencanakan dan memilih strategi pengobatan yang tepat.

Selama biopsi, hanya sejumlah kecil jaringan diangkat, dan ini tidak berdampak pada tumor atau pertumbuhannya.

Ini adalah kesalahpahaman yang sangat umum yang dibawa oleh pasien kepada dokter.

Ketika Anda melakukan biopsi, terjadi semacam peradangan dan karena peradangan itu selama beberapa hari di sana, massa mungkin terasa lunak dan sedikit besar, tetapi itu tidak berarti ia tumbuh dengan cepat.

Mengutip halodoc, prosedur biopsi dilakukan dengan cara pengambilan sampel dari jaringan tulang, kemudian sampel akan diperiksa menggunakan mikroskop.

Biasanya, jaringan tulang yang diambil sebagai sampel berasal dari lapisan tulang bagian luar.

Dengan metode ini, dokter bisa mengevaluasi nyeri tulang, menentukan apakah tumor yang terdapat pada tulang bersifat jinak atau ganas, hingga mengetahui penyebab infeksi atau peradangan pada tulang (bisnis)



Selama prosedur ini, ada kemungkinan atau risiko penyimpanan sel tumor di sepanjang jalur jarum. Ini disebut penyemaian jalur. Ini dapat mengubah stadium tumor dan menyebarkan di luar massa tumor yang ada,"

Dr. Vimal Someshwar

Kepala Radiologi Intervensi di Rumah Sakit Kokilaben Dhirubhai Ambani Mumbai

TIKTOK RAMBAH DOMPET DIGITAL, GOPAY-SHOPEEPAY BAKAL TERUSIK

RENCANA platform e-commerce asal China, TikTok, dalam mengambil lisensi pembayaran dan membuat dompet digital di Indonesia diperkirakan mempercepat pertumbuhan TikTok di Indonesia. Ekosistem TikTok yang besar menjadi nilai tambah.

Konsultan dan Penasihat Ahli Komunitas AC Ventures Harumi Supit menyatakan TikTok memang memiliki peluang untuk menjadi pesaing kuat di industri dompet digital.

"Jika berhasil mendapat izin, sepertinya akan menambah saingan dompet digital," ujar Harumi.

Harumi berpendapat, saat ini TikTok sudah memiliki ekosistem yang besar dan kokoh.

Dengan ekosistem yang besar tersebut, TikTok diperkirakan mampu menarik para pengguna untuk turut menggunakan dompet digital milik mereka untuk bertransaksi.

"Terutama jika proses pembayaran melalui TikTok terbukti mudah dan nyaman untuk digunakan para pengguna," ujar Harumi.

Diketahui saat ini pasar Dompet Digital Indonesia dikuasai oleh beberapa nama besar seperti Gopay, ShopeePay, Ovo, Dana, dan lain sebagainya. Kehadiran TikTok akan memberikan warna baru dalam persaingan bisnis dompet digital di Tanah Air.

Sebelumnya, TikTok dikabarkan akan mengambil lisensi pembayaran di Indonesia dan sedang menjalin pembicaraan dengan Bank Indonesia.

Dikutip dari Reuters, informasi ini didapatkan dari seorang sumber anonim yang menyampaikan TikTok sedang dalam pembicaraan awal dengan regulator untuk mendapatkan lisensi pembayaran di Indonesia.

Selain itu pada Juni 2023, CEO TikTok, Shou Zi Chew juga menyatakan perusahaan mereka akan menginvestasikan miliaran dolar di

Indonesia dan seluruh Asia Tenggara.

Sumber anonim menyampaikan bahwa TikTok dalam pembicaraan tahap awal dengan regulator untuk mendapatkan lisensi pembayaran di Indonesia.

Langkah ini diambil guna melanjutkan ambisi perusahaan di pasar utama, di tengah pengawasan intensif yang terjadi di Amerika Serikat dan negara lainnya.

Berita tersebut menyusul pengumuman CEO TikTok Shou Zi Chew pada bulan Juni bahwa platform video pendek tersebut akan menginvestasikan miliaran dolar di Indonesia dan seluruh Asia Tenggara.

Dua sumber yang diberi pengarahan tentang rencana tersebut mengatakan TikTok, yang dimiliki oleh raksasa teknologi China ByteDance, sedang berdiskusi dengan Bank Indonesia, selaku bank sentral di Indonesia, dan dikabarkan bahwa aplikasi tersebut dipandang baik.

Seorang juru bicara TikTok mengonfirmasi bahwa pembicaraan sedang berlangsung, menambahkan bahwa lisensi pembayaran Indonesia akan membantu pencipta dan penjual lokal di platformnya.

TikTok memiliki 125 juta pengguna Indonesia per bulan - setara dengan angka pengunanya untuk Eropa dan tidak terlalu jauh di belakang AS yang memiliki 150 juta.

Indonesia, dengan populasi lebih dari 270 juta, menyumbang transaksi e-commerce senilai hampir \$52 miliar tahun lalu, menurut data dari konsultan Momentum Works. Dari jumlah itu, 5% terjadi di TikTok, terutama melalui streaming langsung, katanya.

CEO TikTok Shou Zi Chew sempat menjalin pembicaraan dengan Kementerian Perdagangan (Kemendag) seiring dengan penerbitan izin TikTok Shop di Indonesia yang telah digunakan 2 juta UMKM dalam negeri.

Shou mengakui potensi besar Indonesia dan Asia Tenggara secara keseluruhan sebagai pasar yang kritis dan berpotensi tinggi untuk pertumbuhan perusahaan.

Menariknya, Shou Chew menyatakan bahwa TikTok memandangi Indonesia bukan hanya sebagai tujuan bisnis, tetapi juga sebagai rumah yang penting bagi perusahaan.

Dia mengibaratkan Asia Tenggara ini sebagai lingkungan rumah bagi TikTok, bukan hanya sebagai tujuan wisata. Shou juga mengungkapkan komitmen TikTok untuk menginvestasikan miliaran dolar dalam tiga hingga lima tahun ke depan di Indonesia dan Asia Tenggara.

Platform ini pun baru melakukan

investasi senilai jutaan dolar untuk membantu lebih dari 120.000 UMKM mentransmisikan bisnis secara daring dan berpartisipasi dalam ekonomi digital.

TikTok menjelaskan bahwa investasi sebesar US\$12,2 juta ini terdiri dari hibah uang tunai, pelatihan keterampilan digital, dan kredit periklanan untuk UMKM, termasuk bisnis mikro, di daerah pedesaan dan pinggiran kota.

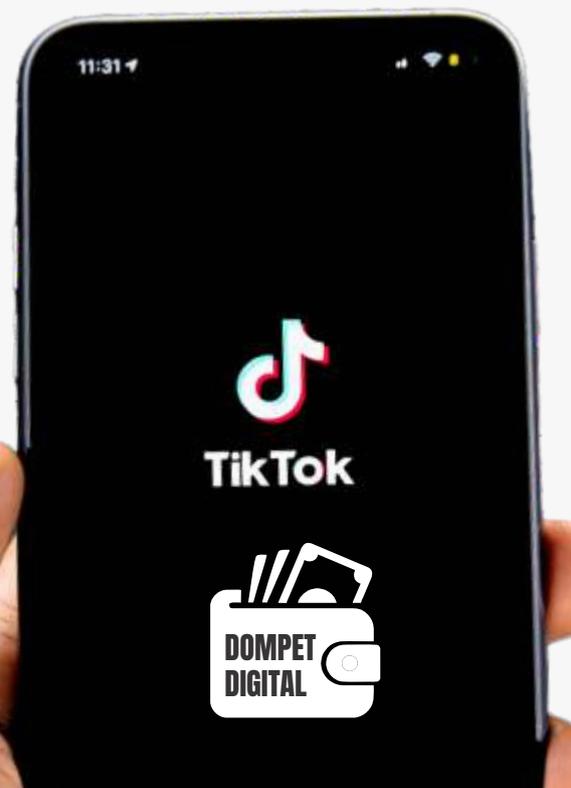
Investasi TikTok ini didorong oleh dampak yang platform ini berikan bagi bisnis dan kreator, seperti yang terungkap dalam laporan The TikTok Effect: Accelerating Southeast Asia's Businesses, Education and Community Report (bisnis)



Jika berhasil mendapat izin, sepertinya akan menambah saingan dompet digital, terutama jika proses pembayaran melalui TikTok terbukti mudah dan nyaman untuk digunakan para pengguna."

HARUMI SUPIT

Konsultan dan Penasihat Ahli Komunitas AC Ventures



HARIAN
LENTERA
Inspirasi Perubahan **TODAY**

HARIAN "LENTERA 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 SUNARNO | **TAPAL KUDA (PASURUAN-PROBOLINGGO BONDOWOSO- SITUBONDO-LUMAJANG-JEMBER-BANYUWANGI):** IMAN SANTOSO, | **MADIUN:** IMAM GHOZALI (ID SERTIFIKASI 11563), | **BLITAR:** ARIEF SUKAPUTRA | **TRENGGALEK:** ANGGA 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 ke wartawan/kartu pers yang dikeluarkan perusahaan secara sah. Nama pemegang tanda pengenal ke wartawan/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.

PANDUAN DIET RENDAH KARBOHIDRAT DAN TINGGI PROTEIN

DIET rendah karbohidrat dan tinggi protein tengah populer untuk mendukung penurunan berat badan dan meningkatkan massa otot.

Namun, ada berbagai jenis pola makan rendah karbohidrat dan tinggi protein yang tidak semua orang cocok.

Pasalnya, setiap orang memiliki kebutuhan nutrisi, gaya hidup, dan tujuan kesehatan yang berbeda.

Sebelum memutuskan untuk melakukan diet tersebut, kita perlu tahu apa itu diet rendah karbohidrat dan tinggi protein terlebih dahulu.

Jadi, diet rendah karbohidrat dan tinggi protein adalah program pola makan yang mengurangi jumlah karbohidrat harian serta mengantinya dengan protein.

Diet rendah karbohidrat biasanya membatasi asupan karbohidrat kurang dari 130 gram karbohidrat per hari untuk seseorang dengan kebutuhan kalori sekitar 2.000 kalori per hari.

Misalnya, jika seseorang mengikuti

diet 2.000 kalori dalam sehari asupan karbohidrat yang mereka konsumsi sebesar 26 persen, lemak 40 persen dan 34 persen untuk protein.

Jadi, jika seseorang dengan berat badan 68 kilogram mengikuti diet dengan komposisi makanan seperti di atas, maka asupan protein harian mereka akan sekitar 170 gram.

Namun, perlu diingat bahwa kebutuhan protein tiap orang dapat bervariasi berdasarkan faktor-faktor seperti tingkat aktivitas, usia, jenis kelamin, dan tujuan kesehatan.

Jenis-jenis diet rendah karbohidrat dan tinggi protein

Ada banyak variasi dalam jenis-jenis diet rendah karbohidrat dan tinggi protein yang ada. Untuk lebih aman memang sebaiknya kita berkonsultasi dengan ahli gizi.

Beberapa diet populer yang sering dikaitkan dengan konsep tersebut adalah diet zone, diet sugar busters, Atkins, dan diet ketogenik.

Namun, setiap diet tersebut memiliki komposisi nutrisi yang berbeda dan tingkat pembatasan karbohidrat yang beragam.

Mengikuti diet rendah karbohidrat dan tinggi protein yang ketat membutuhkan perhitungan yang rumit untuk memastikan kebutuhan nutrisi terpenuhi.

Oleh karena itu, banyak orang lebih memilih untuk mengikuti pola makan yang lebih longgar yang mengganti karbohidrat dengan

sumber protein yang lebih tinggi.

Makanan tinggi karbo yang perlu dihindari adalah biji-bijian dan pati seperti roti, nasi, pasta, makanan yang dipanggang, dan sereal. Selain itu, makanan manis juga perlu dihindari.

Makanan olahan tinggi karbohidrat seperti kentang goreng, ayam goreng, pizza, dan keripik juga patut dihindari dalam menjalani program diet rendah karbohidrat dan tinggi protein.

Beberapa makanan seperti berikut bisa menjadi pilihan.

TELUR:

telur utuh dan putih telur

IKAN DAN KERANG-KERANGAN:

ikan kod, ikan flounder, kerang, udang

DAGING DAN UNGGAS:

bison, ayam, kalkun

MAKANAN VEGETARIAN BERPROTEIN TINGGI:

tahu, edamame, dan makanan kedelai lainnya

PRODUK SUSU:

produk susu berprotein tinggi seperti yogurt dan keju

SAYURAN NON-TEPUNG:

brokoli, kembang kol, sayuran hijau, paprika, asparagus, jamur

KACANG-KACANGAN

DAN BIJI-BIJIAN:

kacang almond, biji labu, biji bunga matahari, selai kacang, biji chia, dan biji rami

BUMBU:

bumbu segar, lada, rempah-rempah

MINUMAN:

air putih, air soda, teh herbal tanpa pemanis, kopi tanpa pemanis



Tahun Politik, (dari hal 1)

SEJUMLAH komoditas pangan mengalami tren harga yang lebih tinggi pada tahun ini. Harga beras, telur, dan daging sapi pada 2023 cenderung di atas harga rata-rata pada 2022. Menyitir data panel harga pangan, Badan Pangan Nasional (Bapanas), harga rata-rata beras medium di semester I/2023 sebesar Rp11.795 per kilogram, atau naik 9,1 persen dibandingkan harga pada periode yang sama tahun lalu sebesar Rp10.805 per kilogram.

Begitupun harga rata-rata telur ayam ras pada paruh pertama 2023 telah naik 12,7 persen dibandingkan paruh pertama 2022 dari Rp25.836 per kilogram menjadi Rp29.131 per kilogram. Hal serupa juga terjadi pada daging sapi, harga rata-rata di semester I/2023 sebesar Rp135.273 per kilogram atau naik 4 persen dari periode yang sama tahun lalu sebesar Rp130.000 per kilogram.

Pengamat Pertanian Asosiasi Ekonomi Politik Indonesia (AEPI), Khudori, memperkirakan harga pangan di tahun politik 2024 kemungkinan akan lebih tinggi dari tahun ini. Kendati demikian, kenaikan harga pangan tidak akan signifikan.

Menurutnya, meskipun Jokowi tidak lagi terlibat dalam kontestasi Pemilihan Umum (Pemilu) 2024, tapi Khudori menilai kebijakan populis Jokowi saat ini akan tetap digaungkan hingga 2024. Hal itu dilakukan demi melepas kekuasaan dengan tingkat kepuasan publik yang tinggi.

Gelagat itu terlihat dari berbagai jaring pengaman sosial tetap dilanjutkan pemerintah, salah satunya bantuan pangan. Seperti diketahui, Presiden Jokowi memutuskan untuk melanjutkan program bansos pangan berupa beras hingga Desember 2023 setelah bansos pangan tahap I yang berlangsung Maret-Mei 2023 dinilai sukses menahan laju inflasi dan angka kemiskinan.

"Melihat kecenderungan ini se-pertinya pemerintah akan tetap menjaga harga pangan. Pemerintah akan berusaha menahan agar harga tidak fluktuatif," ujar Khudori, Rabu (9/8/2023).

Berdasarkan data Bapanas yang diterima Bisnis, sepanjang periode April - Juni 2023 realisasi bantuan protein unggas berupa telur dan daging ayam telah tersalurkan kepada 1,44 juta keluarga penerima manfaat (KPM). Selain itu, bansos beras tahap I juga telah terealisasi sebanyak 640.590 ton beras kepada 21,3 juta (KPM) selama periode Maret-Juli 2023. Adapun, hasil rapat terbatas pemerintah pada 13 Juli 2023 telah memutuskan untuk melanjutkan program bansos beras hingga akhir Desember 2023 dengan jumlah penyaluran yang sama.

Stok Beras Mengkhawatirkan

Di sisi lain, Ketua Koperasi Pasar Induk Beras Cipinang (KKPIBC) Zulkifli Rasyid mengungkapkan, saat ini pasokan beras mulai sulit. Berdasarkan informasi, kata dia, hal itu dipicu kekeringan yang meningkat akibat fenomena El Nino. Yang

menyerang pusat-pusat pasokan beras, seperti Jawa Tengah. "Tapi kalau data di Foodstation seperti itu, ya mungkin seperti itu. Kalau yang keluar masuk masih sekitar 3.000 ton, artinya masih kondisi normal," kata Zulkifli, Rabu (9/8/2023).

"Tapi yang jelas sekarang ini kondisinya kita susah dapat beras karena pengiriman dari daerah tersendat. Atau, kemungkinan, bisa saja gabah-gabah di daerah sudah dibeli oleh tengkulak-tengkulak," tambahnya.

Untuk itu, Zulkifli berharap, pemerintah segera menugaskan Perum Bulog melakukan operasi pasar (OP). Untuk mengintervensi laju kenaikan harga beras di tengah sulitnya mendapatkan pasokan. "Sebaiknya pemerintah segera dengan bijak, mengeluarkan beras impor. Kalau posisi begini, harga bergerak naik terus, perlu segera dilakukan Operasi Pasar. Kalau pemerintah hanya menyalurkan beras impor yang dikemas 5 kiloan itu, nggak signifikan menurunkan harga beras di pasar," tukasnya.

Mengutip situs resmi pibc.foodstation.co.id, stok beras di Pasar Induk Beras Cipinang (PIBC) per hari Selasa (8/8/2023) tercatat sebanyak 24.360 ton. Menyusut 3,3% dibandingkan posisi stok sebulan lalu. Tercatat ada 2.974 stok yang masuk. Sementara stok yang keluar ada 3.072 ton.

Sumber terbesar pasokan beras ke PIBC berasal dari Jawa Tengah dengan porsi 34,38%. Disusul Cirebon dengan 24,49% dan Karawang dengan 23,67%. Sementara, 60,91% penyaluran beras dari PIBC adalah wilayah DKI Jakarta.

Mentan Klaim Aman hingga Desember

Sementara itu, Menteri Pertanian (Mentan) Syahrul Yasin Limpo mengatakan cadangan pangan seperti beras dalam negeri cukup sampai Desember 2023. Hal ini diyakini karena saat ini ancaman dampak kekeringan ekstrem El Nino membuat sejumlah pihak khawatir.

Syahrul mengatakan pasokan beras dalam negeri masih cukup sampai Desember 2023, mencapai 9 juta ton. Dalam paparannya disebutkan juga ketersediaan cukup untuk 11 komoditas pangan lainnya.

"Saya mau pastikan beras sampai Desember tidak ada persoalan. Kita punya beras cukup. Kalau ada yang meragukan lihat data ini. Beras kita sampai Desember itu masih ada 9 juta ton. Jagung kita ada 4 juta, bawang dan lain lain," katanya dalam rapat dengan jajarannya di Kantin Kementerian Pertanian, Jakarta Selatan, Selasa (8/8/2023) kemarin.

Untuk mengantisipasi dampak buruk dampak El Nino pada pasokan pangan, pihaknya mempersiapkan lahan seluas 500 ribu hektare (ha) untuk ditanami padi. Upaya ini untuk menutup kemungkinan penurunan produksi padi akibat El Nino. Lahan 500 ribu ha itu diprediksi menghasilkan 1,5 juta ton beras. "Jadi kalau 500.000 ton kali 6 ton per ha menjadi 3 juta lebih kan gabah. Kalau

dikonversi menjadi beras 50% berarti ada 1,5 juta kan. Kalau gitu nggak boleh impor dong," tuturnya.

Dalam paparannya diungkapkan, komoditas lainnya selain beras yang diklaim cukup sampai akhir tahun seperti jagung ada 4 juta ton, kedelai 266 ribu ton, bawang merah 66 ribu ton, cabai merah besar 43 ribu ton, cabai rawit 45 ribu ton, daging sapi 50 ribu ton, telur ayam ras 279 ribu ton, gula kristal putih 1,3 juta ton dan minyak goreng 761 ribu ton.

Berdasarkan data Pusat Informasi Harga Pangan Strategis (PIHPS), Rabu (9/8/2023) pukul 11.05 WIB, harga beras premium naik 0,51 persen atau Rp70 menjadi Rp13.710 per kilogram (kg). Diikuti dengan kenaikan harga beras medium yang naik 0,17 persen atau Rp20 menjadi Rp11.990 per kg. Harga kedelai biji (impor) ikut mengalami kenaikan sebesar 0,23 persen atau Rp30 menjadi Rp12.920 per kg.

Komoditas lain yang mengalami kenaikan harga, yakni cabai merah keriting dengan kenaikan harga 0,21 persen atau Rp80 menjadi Rp37.690 per kg. Jenis cabai rawit merah juga mengalami lonjakan harga sebesar 0,20 persen atau Rp90 menjadi Rp45.670 per kg. Sementara itu, harga daging sapi murni ikut melonjak 0,41 persen atau Rp500 menjadi Rp135.460 per kg.

Komoditas lainnya yang mengalami kenaikan harga, yaitu jagung tingkat peternak yang naik 0,16

persen atau Rp10 menjadi Rp6.310 per kg. Selanjutnya, harga pangan ikan, seperti ikan kembung naik 1,76 persen atau Rp700 menjadi Rp40.370 per kg, sedangkan ikan tongkol naik 1,10 persen atau Rp390 menjadi Rp35.930 per kg.

Kondisi gula juga sedang tidak baik-baik saja. Badan Pangan Nasional resmi menetapkan Harga Acuan Penjualan (HAP) di tingkat konsumen dan Harga Acuan Pembelian (HAP) di tingkat produsen dalam Peraturan Badan Pangan Nasional (Perbadan) Nomor 17 Tahun 2023.

Dalam aturan tersebut HAP gula konsumsi terbaru diterapkan Rp 12.500/Kg di tingkat produsen dan HAP di tingkat konsumen Rp 14.500/Kg. Kemudian khusus Indonesia Timur dan daerah Tertinggal, Terluar, Terpencil, dan Perbatasan (3TP) ditetapkan Rp 15.500/Kg.

Ketua Umum Ikatan Pedagang Pasar Indonesia (IKAPPI) Abdullah Mansuri mengatakan, harga gula di pasaran saat ini sudah ada di Rp 16.000/kg. Adapun secara rata-rata Abdullah mengatakan harga gula di pasaran mencapai Rp 15.000/kg.

"Di pasar DKI bahkan sudah ada yang Rp16.000, tapi rata-rata Rp15.000. Ini jadi problematika dan saya sudah sampaikan ke Kepala Badan Pangan langsung untuk bagaimana agar harga ini bisa ditekan turun bukan naik," kata Abdullah, Rabu (9/8/2023). (wid,r/ls, tan,bin/dya)

PERBANDINGAN HARGA BARANG KEBUTUHAN POKOK PERIODE JANUARI - 9 AGUSTUS 2023

| Komoditas | Sat | 02 Jan | 09 Aug | (%) |
|-------------------------------|-----|---------|---------|-------|
| Beras Medium | kg | 11.200 | 12.200 | 8.93 |
| Beras Premium | kg | 13.100 | 14.100 | 7.63 |
| Gula Pasir | kg | 14.300 | 14.700 | 2.8 |
| Minyak Goreng Kemasan Premium | Lt | 21.000 | 20.800 | -0.95 |
| Minyak Goreng Curah | Lt | 14.200 | 14.600 | 2.82 |
| Minyak Goreng, MINYAKITA | Lt | 14.100 | 15.100 | 7.09 |
| Daging Sapi Paha Belakang | kg | 137.200 | 137.500 | 0.22 |
| Daging Ayam Ras | kg | 37.100 | 36.000 | -2.96 |
| Tepung Terigu | kg | 13.100 | 13.300 | 1.53 |
| Cabe Merah Keriting | kg | 41.200 | 41.200 | 0 |
| Cabe Merah Besar | kg | 38.600 | 38.600 | 0 |
| Bawang Putih Honan | kg | 27.500 | 41.000 | 49.09 |

Sumber: Data harga di 90 Kota IHK pantauan SP2KP Kemendag

Jember Fashion Carnaval

Dongkrak Ekonomi dan Wujudkan Karnaval Berkelas Dunia

JEMBER-Jember Fashion Carnaval (JFC) kembali digelar tahun ini dengan mengusung tema utama "Timelapse: Journey of the earth", yang menggambarkan perjalanan Bumi dari masa lampau, kini, dan mendatang. Kegiatan itu digelar selama tiga hari pada 4-6 Agustus 2023.

Kepala Dinas Kebudayaan dan Pariwisata (Disbudpar) Jatim, Dr Hudyono MSi yang menghadiri acara bersama Bupati Kabupaten Jember, Ir H Hendy Siswanto, ST IPU mengatakan acara tahunan tersebut diharapkan mendongkrak ekonomi kerakyatan. "Event JFC 2023 ini kami harapkan berdampak ekonomi, sosial budaya, serta lingkungan di Jatim," kata Hudiono.

Event ini menurut Hudiono juga menjadi penanda industri ekonomi kreatif Jember secara khusus dan Jatim secara umum mendunia. "Melalui kreativitas, akan menunjukkan peradaban dan sejarah dunia dengan sentuhan busana khas daerah nusantara," ulas Hudyono. Tentunya dibutuhkan sosialisasi dan promosi secara optimal, baik dalam skala nasional maupun internasional sehingga gelaran ini memiliki daya saing yang kuat.

Event JFC 2023 dimeriahkan dengan Wonderful Archipelago Carnival Indonesia (WACI) dan Pets Carnival. Hal ini juga memperlihatkan kolaborasi semua pihak untuk meningkatkan ekonomi daerah agar mandiri dan semakin berkembang. "Kolaborasi ini untuk menambah investasi lewat kunjungan wisatawan domestik dan mancanegara," tegas Hudiono.

Senada, Ketua Asosiasi Pemerintah Kabupaten Seluruh Indonesia (APKASI) Korwil Jawa Timur, sekaligus Bupati Kabupaten Jember, Ir H Hendy Siswanto, mengajak seluruh Bupati se-Jawa Timur untuk saling



berkolaborasi dalam mengembangkan ekonomi kreatif di daerahnya masing-masing.

"Sejak diberlakukannya kebijakan otonomi daerah, pemerintah daerah dituntut inovatif dan kreatif dalam penyelenggaraan pemerintah daerah. Sektor ekonomi kreatif merupakan instrumen yang efektif bagi pengembangan ekonomi daerah," tuturnya.

Memasuki tahun ke-21, JFC 2023 menampilkan 10 defile yang menggambarkan dimulai pembentukan alam semesta, ditemukan manusia, hingga gambaran masa depan Bumi. Ke-10 defile itu adalah "Bingbang" yang menggambarkan ledakan besar pada 13 miliar tahun silam, mengakibatkan terbentuknya segala materi dalam alam semesta. Kemudian defile Prehistoric yang merupakan fase kehidupan, dimulai dengan kemunculan makhluk

berukuran raksasa mulai terlahir.

Defile selanjutnya Empire yang menggambarkan manusia di Bumi mulai hidup dalam sistem kelompok yang disebut kerajaan. Dilanjutkan dengan Defile Invention yang menggambarkan manusia mulai menciptakan penemuan dan inovasi dalam peradaban Bumi. Defile World War menceritakan adanya peperangan akibat sifat serakah, sehingga pada fase itu merupakan penggambaran masa suram dalam perjalanan di Bumi.

Selanjutnya Defile Superstar yang memunculkan adanya para bintang besar, kemudian Defile Upcycle yang menggambarkan gerakan manusia mengubah barang bekas menjadi sesuatu yang bernilai tinggi, Defile Mataverse yang menggambarkan masa depan manusia, dan terakhir Defile

Nusantara yang menggambarkan keragaman Indonesia yang indah nan memesona.

Pada puncak acaranya, yakni Grand Carnival bertabur bintang, dengan penampilan Puteri Indonesia 2023 Farhana Nariswari Wisandana, Puteri Lingkungan 2023 Yasinta Aurellia, tak ketinggalan juga istri Wakil Gubernur Jawa Timur Arumi Bachsin, model Sarah Gabriella Tumiwa, artis Yuki Kato serta Prilly Latuconsina tampil elok nan memesona dengan busananya.

Karnaval terbaik se-Asia di Jember itu juga masuk dalam Top Ten Kharisma Event Nusantara (KEN) Kementerian Pariwisata dan Ekonomi Kreatif (Kemenparekraf) RI pada tahun 2023, sehingga tidak hanya membanggakan bagi Jember, namun juga Jawa Timur dan Indonesia. (ADV)

Eks Mendag Lutfi Diperiksa 9 Jam, Kejagung Gali Dugaan Korupsi Izin CPO

JAKARTA- Eks Menteri Perdagangan (Mendag) Muhammad Lutfi menjalani pemeriksaan di Kejagung RI terkait kasus dugaan korupsi izin ekspor minyak sawit mentah (Crude Palm Oil/CPO) dan turunannya, pada Rabu (9/8/2023) selama sekitar 9 jam. Lutfi terlihat keluar dari Gedung Bundar Kejagung, Jakarta Selatan, pada 18.23 WIB malam ini.

Sesaat sebelum meninggalkan kawasan markas Kejagung, Lutfi memberikan keterangan kepada wartawan yang menunggu di luar kantor jaksa itu. "Saya tadi baru menyelesaikan tugas saya sebagai rakyat Republik Indonesia yaitu menghormati hukum dan tadi saya menjalani proses yang diadakan oleh penyidik di kejagung," kata Lutfi.

"Saya menjawab 61 pertanyaan.

Saya mencoba menjawab sebaik-baiknya, setahu yang saya tahu. Untuk detailnya saya silakan teman-teman media tanyakan kepada penyidik Kejagung," ujar dia.

Dia sebelumnya datang memenuhi panggilan pemeriksaan Kejagung pada pukul 09.00 WIB. Dia yang datang didampingi kuasa hukumnya itu dipanggil Kejagung dalam kapasitas sebagai saksi.

Sebelumnya, Kepala Pusat Penerangan Hukum Kejaksaan Agung, Ketut Sumedana menjelaskan panggilan eks Menteri Perdagangan, Muhammad Lutfi merupakan yang kedua kalinya untuk diperiksa sebagai saksi dalam kasus dugaan korupsi pemberian fasilitas ekspor minyak sawit dan turunannya. "Sudah berapa kali datang ke

Kejaksaan, dan ini untuk 3 tersangka korporasi. Hari ini pemanggilan kedua," tuturnya dalam Konferensi Pers di Gedung Jampidsus Kejagung, Jakarta, Rabu (9/8/2023).

Sebelumnya, Lutfi sempat menjadi saksi atas lima tersangka perorangan yang kini telah menjalani masa hukuman. Namun demikian, Ketut enggan menyampaikan substansi dari pemeriksaan yang dilakukan hari ini. Terkait substansi, kata Ketut, akan disampaikan langsung oleh Direktur Penyidikan saat pemeriksaan selesai dilakukan. "Mengenai apa substansinya akan disampaikan oleh Direktur Penyidikan," ujarnya.

Sebagai informasi, Muhammad Lutfi pernah diperiksa Kejagung pada 22 Juni 2022. Saat itu, ia diperiksa bersama seorang saksi, yaitu



karyawan PT Tripura Argo Persada, berinisial SH.Lutfi dan SH diperiksa berkaitan dengan pelengkapan berkas atas peran lima tersangka, yaitu IWW, MPT, SM, PTS, dan LCW alias WH.

Dalam kasus ini, Kejagung telah menetapkan tiga perusahaan yakni Wilmar Group, Permata Hijau Group, dan Musim Mas Group sebagai tersangka korporasi, pada 16 Juni 2023. Penetapan tersangka tiga korporasi tersebut adalah lanjutan proses hukum di kasus korupsi minyak goreng yang berlangsung sejak April 2022, dan telah menghasilkan lima terdakwa. (wid,rls,ist/dya)