



Prilly Latuconsina

Hujan
Selamat
dari
Sahabat

**Managing Papua
With Heart**

halaman 7

**JPAR-AiM Siap Tingkatkan
Kesejahteraan Atlet Berprestasi**

halaman 3

Pergantian Kumtua Ternyata Tidak Melanggar Aturan

Daerah Lain Bisa Ikut Jejak Pjs. Bupati Minsel

BERITA UTAMA



**KPU Manado Tetapkan
DPT 328.539**

halaman 3



**Bupati Bangli Puji
GSVL Tangani Covid-19**

halaman 4



**5 Fakta Kebrutalan
Polisi terhadap
Relawan Medis
Muhammadiyah**

halaman 6

Pergantian Kuntua Ternyata Tidak Melanggar Aturan

Daerah Lain Bisa Ikut Jejak Pjs. Bupati Minsel

EXPOSEMEDIA, MANADO — Polemik pergantian 27 pejabat kuntua di Minahasa Selatan, oleh Pejabat Sementara Bupati Minahasa Selatan Mecky Onibala, akhirnya terjawab sudah.

Kementerian PAN-RB, mengatakan, pergantian 27 pejabat kuntua yang terjadi di Minahasa Selatan, tidak melanggar aturan yang berlaku.

Pengasan itu disampaikan lewat video conference yang dilakukan Gubernur Sulawesi Utara Agus Fatoni dengan Direktorat Jenderal Otonomi Daerah Kemendagri Akmal Malik di Kantor Gubernur, Kamis (15/10).

Vidcon tersebut digelar Dirjen Otda Kemendagri dalam rangka membahas pergantian pejabat Hukum Tua di Minahasa Selatan yang dilakukan Pjs Bupati Minsel Meiki Onibala beberapa waktu lalu.

Pertemuan tersebut melibatkan KPU, Bawaslu, KASN, BKN dan Kemenpan RB untuk mendengar penjelasan terkait masalah tersebut.

"Hari ini kami kembali ditugaskan kepada pimpinan untuk membicarakan dinamika yang terjadi di Minahasa Selatan," sahut Dirjen Otda Kemendagri Akmal mengawali vidcon tersebut.

Malik juga menambahkan bahwa pertemuan itu sekaligus untuk menyamakan persepsi terkait permasalahan yang terjadi selam ini.

"Forum ini adalah forum menyamakan persepsi terkait apa yang terjadi di Minahasa Selatan, ini bukan forum untuk mencari siapa yang salah siapa yang benar, siapa yang sombong siapa yang tidak sombong," katanya.

"Ini ranahnya untuk mencari, melihat persepsi, melihat pihak-pihak tentang apa yang terjadi di Minahasa Selatan," sambungnya.

Sementara itu, Pjs Gubernur Sulut Agus Fatoni menyampaikan terima kasih atas keterlibatan Dirjen Otda Kemendagri untuk memfasilitasi pertemuan ini.

"Terima kasih atas fasilitasi pada hari ini sehingga kita bisa klarifikasi dan juga kita bisa mendengarkan semua pihak,

terkait permasalahan yang terjadi di Minahasa Selatan," ujarnya.

Fatoni juga menjelaskan selama ini telah proaktif dalam menyikapi isu yang berkembang terkait permasalahan ini sebelumnya.

"Saya selaku Pjs Gubernur pada awal menerima laporan masyarakat langsung klarifikasi kepada Pjs Bupati Minsel dan kami juga rapat di provinsi dan kami juga memanggil dan memberikan peringatan terkait posisi Pjs Bupati," ungkapnya.

"Dan tugas kami akan terus kami laksanakan untuk melakukan pembinaan pada Pjs di kabupaten kota," lanjutnya.

Adapun pihak Kemenpan RB menerangkan bahwa pergantian pejabat Hukum Tua tidak melanggar aturan yang berlaku.

"Jadi masukan dari pimpinan yang lain menyatakan bahwa masalah pelantikan Plt kadus ini tidak melanggar pasal 71. Jadi menurut Kemenpan RB tidak perlu ijin dari Mendagri," katanya.

Sebelumnya Pjs Bupati Minsel Meiki Onibala telah menjelaskan pergantian pejabat Hukum Tua yang terjadi di Minsel telah sesuai ketentuan yang berlaku. Hal ini disampaikan kepada KPU, Bawaslu, KASN, BKN, Kemenpan RB dan Dirjen Otda selaku yang memfasilitasi pertemuan tersebut.

Dan dari penjelasan tersebut yang berkaitan dengan pengisian kekosongan jabatan oleh Pjs Bupati Minsel bukan merupakan tindakan yang melanggar peraturan.

Penjelasan pihak Kemenpan RB melalui Dirjen Otda yang membolehkan pergantian Kuntua akan menjadi landasan hukum baru bagi pejabat daerah lain, baik Pjs ataupun lainnya untuk mengganti hukum tua atau kepala lingkungan di tengah suasana menjelang Pilkada Serentak 9 Desember 2020 mendatang. (hmas*)





KPU Manado Tetapkan DPT 328.539

EXPOSEMEDIA, MANADO – Komisi Pemilihan Umum Kota Manado akhirnya menetapkan Daftar Pemilih Tetap (DPT) Pemilihan Serentak 2020 sebanyak 328.539 pemilih.

Rapat pleno terbuka penetapan DPT itu dilaksanakan Jumat (16/10) hari dengan dihadiri Bawasu Manado dan LO pasangan calon.

Komisiner KPU Manado Ismail Harun menegaskan, Jumlah DPT untuk Pilkada Kota Manado sebanyak 328.539 itu tersebar 11 Kecamatan, 87 kelurahan dan 979 Tempat Pemungutan Suara (TPS).

Berikut rinciannya.

DAFTAR PEMILIH TETAP PILKADA KOTA MANADO

Daerah Pemilihan Manado I:
Kecamatan Paal Dua (7 Kelurahan - 94 TPS) : Pemilih 21202
Kecamatan Tikala (5 Kelurahan - 65 TPS):
Pemilih : 33.600

Daerah Pemilihan Manado II:
Kecamatan Wenang (12 Kelurahan - 78 TPS) Pemilih : 24245
Kecamatan Wanua (9 Kelurahan - 134 TPS) Pemilih: 43319

Daerah Pemilihan Manado III:
Kecamatan Malalayang : (9 Kelurahan - 138 TPS) Pemilih : 48857
Kecamatan Sario: (7 Kelurahan - 52 TPS)
Pemilih : 16381



Daerah Pemilihan Manado IV :
Kec. Bunaken Kepulauan (4 Kelurahan - 14 TPS) Pemilih: 4702
Kec. Bunaken (5 Kelurahan - 54 TPS)
Pemilih: 17255
Kec. Tuminting (10 kelurahan - 118 TPS)
Pemilih : 39659

Daerah Pemilihan Manado V:
Kecamatan Singkil: (9 Kelurahan - 110 TPS) Pemilih: 37219
Kec. Mapangpet (10 kel. - 122 TPS) Pemilih : 42100.

TOTAL:
11 Kecamatan
87 Kelurahan
979 TPS

TOTAL PEMILIH : 328.539. (rtn*)



Prof. Dr. Julyeta Paolina Amelia Runtuwene
Calon Walikota Manado 2020

Dr. Harley Alfredo Barika Mangindaan
Calon Wakil Walikota Manado 2020

JPAR-AiM Siap Tingkatkan Kesejahteraan Atlet Berprestasi

EXPOSEMEDIA, MANADO — Calon walikota Manado dan Cawawali Prof. Dr. Julyeta PA. Runtuwene dan Dr. Harley 'Ai' Mangindaan, berjanji akan meningkatkan kesejahteraan para atlet yang berprestasi. Itu adalah bentuk komitmen paslon bertagline PAHAM ini dalam bidang olahraga.

Kesejahteraan para atlet yang telah susah payah membela daerah di tingkat kota, provinsi, nasional bahkan internasional, akan menjadi perhatian sebagaimana yang sudah dirintis Wali Kota Manado G.S Vicky Lumenterut saat ini.

Keduanya menilai, memperhatikan kesejahteraan para atlet akan menambah motivasi sekaligus menjadi cara untuk menghargai jasa atau prestasi mereka yang telah berjuang mengharumkan nama Kota Manado.

Infrastruktur olahraga serta program pelatihan demi meningkatkan prestasi para atlet, juga akan ditingkatkan. Apalagi Cawawali Harley Mangindaan punya track record yang baik di bidang olahraga. Ai saat ini menjabat Wakil Ketua ASPROV PSSI Sulut (2018-2021), Ketua FPTI Sulut (2016-2020), Ketua Harian Indonesia Offroad Federation (IOF) pusat dan sempat menjadi Ketua Perbasi Sulut.

Dengan pengalaman Ai di bidang olahraga ditambah kemampuan JPAR sebagai akademisi, bukan tidak mungkin dunia olahraga Kota Manado akan lebih bersinar di tangan pasangan dengan nomor 4 itu. Mengembalikan kejayaan Kota Manado yang dulu sempat mengirint putra/putri terbaiknya bertarung sampai ke kancah internasional mengharumkan nama Manado dan Indonesia.

Untuk bidang pendidikan JPAR-Harley lewat visi misi dan programnya akan memberikan bantuan pendidikan bagi generasi muda mulai dari jenjang SD, SMP, SMA, SI, S2 hingga S3. (red*)

Bupati Bangli Puji GSVL Tangani Covid-19

EXPOSEMEDIA, MANADO — Percepatan penanggulangan Covid-19 di Kota Manado sangat luar biasa. Hal ini dibenarkan Bupati Bangli, Provinsi Bali, I Made Gianyar, SH, M.Hum saat melakukan kunjungan kerja (kunker) di Pemkot Manado yang diterima langsung Walikota, GS Vicky Lumentut bersama Kajari Ery Syarifah, SH, MH dan rombongan, Kamis (15/10) kemarin.



Sementara Bupati Bangli menyam-paikan terimakasih kepada Walikota yang sudah menerima kunjungan kerja tersebut.

"Ada banyak hal yang boleh kami dapat di Kota Manado, baik dalam kegiatan pemerintahan maupun konsep percepatan penanggulangan covid-19," ucapnya. (ale*)

Diketahui, kunker anggota Forum Koordinasi Pimpinan Daerah Kabupaten Bangli di Pemerintah Kota Manado dalam rangka meningkatkan efektivitas tata kelola pemerintahan daerah di era otonomi daerah meliputi bidang keamanan dan ketertiban umum, sosial politik, pelayanan masyarakat, dan isu-isu pembangunan lainnya.

Walikota menjelaskan bahwa saat ini Pemerintah Kota Manado bersama Forkopimda di fase adaptasi kebiasaan baru terus berupaya dalam penanggulangan percepatan memutus mata rantai penyebaran covid-19.

"Kami terus melakukan sosialisasi baik dalam menghadapi dan menyukseskan Pilkada 9 Desember mendatang dalam kondisi sehat, aman, lancar dan damai," terangnya.

Walikota juga menambahkan, Pemkot Manado juga terus bekerja dalam usaha pemulihan ekonomi masyarakat tempat usaha, pusat keramaian dan industri pariwisata.

"Mereka sudah mulai beraktifitas normal sejak 17 Agustus lalu dalam perayaan HUT RI ke 75 mendeklarasikan kebangkitan usaha pariwisata di era adaptasi kebiasaan baru di Kota Manado dengan patuh melaksanakan protokol kesehatan, memakai masker, mencuci tangan, menjaga jarak, dan menjauhi

kerumunan serta meningkatkan ibadah kita," jelasnya.

Lanjutnya, kunker Pak Bupati Bangli bersama rombongan dalam fase adaptasi kebiasaan baru merupakan momentum pemulihan sektor pariwisata di Kota Manado.

"Hal ini penting dalam mendorong kebangkitan ekonomi dengan tetap melihat dan patuh terhadap melaksanakan protokol kesehatan," tutup GSVL, sapaan akrab walikota dua periode ini.





Walikota: Pemuda dan Mahasiswa Lintas Agama Harus Jadi Pelopor Kerukunan

EXPOSEMEDIA, MANADO — Walikota Manado, GS Vicky Lumentut menjadi narasumber pada acara sosialisasi kerukunan antar umat beragama bagi pemuda dan mahasiswa lintas agama di ibukota Bumi Nyiur Melambai ini.

Kegiatan yang digelar Kamis (15/10) kemarin itu diinisiasi oleh Forum Kerukunan Umat Beragama (FKUB) Kota Manado dalam rangka memperingati Hari Sumpah Pemuda 28 Oktober mendatang, bertempat di Hotel Four Point Manado.

Walikota pada kesempatan tersebut memberikan apresiasi kepada FKUB Manado yang menggelar kegiatannya.

"Kegiatan ini begitu membantu kami disaat sukar pandemi sekarang, dalam kita merawat

kerukunan dan menjaga keamanan. Saya berharap para pemuda dan mahasiswa lintas agama di kota Manado menjadi pelopor dalam bersama merawat kerukunan di kota ini," terangnya.

Orang nomor satu di Kota Manado ini menambahkan, Kota Manado sangat mengandalkan sektor jasa, orang-orang harus ramah karena keamanan dan kerukunan itu sangat penting dalam memajukan Pariwisata di Kota Manado.

"Saya titipkan kepada para generasi muda yang hadir dalam kesempatan ini, mari kita jaga Kota Manado, dengan merawat kerukunan dan keamanannya, di rumah besar kita bersama ini," tegasnya.

Ketua Dewan Penasehat APERSI ini juga tak lupa mengingatkan untuk disiplin menjalankan protokol kesehatan dengan 4M, yakni memakai masker, mencuci tangan, menjaga jarak, menjauhi kerumunan dan kita tambah satu lagi yaitu meningkatkan ibadah kita.

Narasumber dalam kegiatan tersebut, Kapolresta Manado, Kombes Pol, Elvianus Laoli, SIK, MH dan Kajari Manado, Maryono, SH, MH, juga menjadi narasumber dalam kegiatan tersebut.

Hadir juga Ketua FKUB Kota Manado, Pdt Benata Ticonuwu, STh bersama jajaran pengurus FKUB Kota Manado. (ale*)



5 Fakta Kebrutalan Polisi terhadap Relawan Medis Muhammadiyah

EXPOSEMEDIA, JAKARTA — Empat orang relawan Muhammadiyah Disaster Management Center (MDMC) Bekasi diduga dianiaya polisi ketika berjaga dalam demonstrasi tolak UU Cipta Kerja yang berlangsung di Jakarta kemarin, Selasa (13/10), selepas magrib.

Insiden ini seakan melengkapi babak demi babak kebrutalan polisi dalam berbagai kesempatan mereka menanggapi demonstrasi.

Berikut sejumlah fakta mengenai insiden penyerangan polisi terhadap relawan medis Muhammadiyah:

1. Relawan sedang berjaga antisipasi korban bentrok aparat vs massa

Ketua MDMC Budi Setiawan mengakui bahwa relawan-relawan tersebut memang dikerahkan guna berjaga-jaga apabila ada korban dalam bentrok aparat dengan massa.

"Relawan MDMC dalam kegiatan demonstrasi digerakkan untuk mengantisipasi kebutuhan layanan kesehatan bagi pihak-pihak yang membutuhkan perawatan," jelas Budi.

Para relawan tersebut ditugaskan berjaga di depan halaman Apartemen Fresher Menteng untuk memantau situasi dan bersiap bila ada jatuhnya korban yang harus di evakuasi dan dibantu tim medis.

2. Sudah pakai seragam, tetap diserang

Selang beberapa saat, mendadak datang rombongan Resmob Polda Metro Jaya yang melakukan *sweeping* dari arah Hotel Treva. Di sana, rangkaian penganiayaan bermula. Padahal, lanjut Budi, para relawan sudah mengenakan seragam bertuliskan "Relawan Muhammadiyah".

"(Polisi) langsung menyerang relawan dan beberapa warga yang ada di halaman Apartemen (Fresher) Menteng," ungkap Budi.

3. Ditabrak, ditendang, dipukul, diseret



Budi menuturkan, empat relawan MDMC yang bertugas, sebelum dipukul, ditabrak dulu dengan motor oleh polisi. Setelah terjatuh, diseret ke mobil sambil dipukul dengan tongkat dan ditendang," ujarnya.

"Empat orang relawan MDMC yang bertugas, sebelum dipukul, ditabrak dulu dengan motor oleh polisi. Setelah terjatuh, diseret ke mobil sambil dipukul dengan tongkat dan ditendang," ujarnya.

Mereka kemudian diseret-seret ke mobil polisi, sebelum rekaman sesama tim medis berhasil melepaskannya dari amuk polisi. Korban kemudian dirawat sejenak oleh tim kesehatan Muhammadiyah, sebelum dilakukan ke RSJ Cempaka Putih.

4. Muhammadiyah minta polisi profesional, siapkan langkah hukum

Budi menyanggah insiden penganiayaan oleh kepolisian ini. Hal ini jelas mencerminkan tindakan tidak profesional polisi.

"Kami meminta kepada aparat kepolisian untuk tetap profesional dan melindungi relawan kemanusiaan yang bertugas di lapangan," kata Budi.

la bilang, langkah hukum atas insiden ini akan dipercayakan kepada PP Muhammadiyah, dalam hal ini melalui ketua bidang hukum, Bussyro Muqoddas.

"Langkah hukumnya sedang kami siapkan. Dari LBH Muhammadiyah Pusat sedang menyiapkan penyidikan apa, termasuk langkah hukum apa," ujar Ketua Bidang Hukum PP Muhammadiyah, Bussyro Muqoddas, Rabu (14/10).

"Jika PP Muhammadiyah melakukan langkah hukum, kerangkanya sangat luas, untuk kepentingan luas, di mana sekaligus mengingatkan Polri bukan alat kekuasaan," imbuhnya.

5. Buka kemungkinan laporan Propam, tapi pesimistis diproses

Bussyro tak menutup kemungkinan meski tak pula memastikan akan melapor ke Divisi Profesi dan Pengamanan (Propam) Polri.

Sebagai prosedur hukum yang lazim dilakukan jika polisi bertindak tidak profesional, la menyatakan siap lapor ke Propam, sekaligus siap-siap kecewa dengan proses hukum selanjutnya.

"Kalau mau prosedural ya ditempuh (lapor ke Propam) tapi ya siap kecewa saja," kata Bussyro.

Setidaknya ada 2 alasan yang membuat Bussyro cs siap kecewa dengan proses hukum seandainya mereka melapor ke Propam, yakni minimnya transparansi dan budaya komando di Korps Bhayangkara.

la mengambil contoh proses hukum terhadap kebrutalan polisi yang menyebabkan gugurnya dua mahasiswa demonstran di Kendari, Sulawesi Tenggara, pada demonstrasi tolak RCUHP tahun lalu.

"Proses terhadap polisi yang melakukan penembakan sampai tewas itu kan juga tidak terbuka oleh Polri," kata Bussyro.

"Fakta itu maknanya apa? Maknanya, budaya ketertutupan, nutup-nutupi atau intranparansi semakin menguat di birokrasi, termasuk di birokrasi penegak hukum. Tidak hanya intranparansi tapi, maaf ya, itu brutal," lanjutnya.

Ketertutupan ini diperparah dengan budaya komando dalam tubuh Polri. Menurut Bussyro, brutalitas aparat Polri ketika menangani demonstrasi sudah menjaral di dalam sistem.

"Kalau itu menunjuk kepada insiden yang jumlahnya cukup banyak dan itu menunjukkan tindakan yang sistemik secara nasional, berarti Propam-nya kan Propam Pusat, di bawah pimpinan Kapolri," kata Bussyro.

"Sementara juga di kepolisian itu ada sistem komando, jalur komando, budaya komando. Ke Propam pun, melihat fakta yang sistemik itu bahwa (kekerasan oleh polisi) tidak hanya di demo sekali kemarin itu, maka propam juga menjadi pertanyaan secara substansial," ungkapnya. (kompas*)

Managing Papua With Heart

EXPOSEMEDIA, JAKARTA — Mantan Ketua Komnas HAM Prof Hafidz Abbas mengatakan bahwa untuk mengelola Papua itu harus dari nurani. Menurut Ketua Senat UNJ ini Papua harus dikelola dengan sentuhan jiwa yang paling dalam.

"Saya banyak menulis di berbagai media internasional mengenai Papua, salah satunya di JawaPost terkait dengan persoalan Papua yang berjudul, Managing Papua With Heart, dalam tulisan itu intinya ada sentuhan universal yang harus digunakan oleh kita semua untuk mengelola Papua," kata Prof Hafidz Abbas dalam webinar IDN kolaborasi Kapten Indonesia Papua Barat, Kamis (16/10).

Terkait dengan itu, lanjut Prof Hafidz Abbas, ada satu teori dan ini pernah dikemukakan oleh Sekjen PBB Kofi Annan, dia bilang tidak ada pembangunan tanpa keamanan negara, dan tidak ada keamanan negara tanpa pembangunan.

"Dan tidak ada keduanya, jika tanpa adanya penegakan HAM. Bahwa dalam kehidupan kita, termasuk di Papua ini, tidak mungkin kita bisa membangun kalau keadaan itu tidak aman. Bayangkan jika ada konflik sosial, benturan warga, sipil dan pemerintah dan seterusnya, kita tidak mungkin bisa membangun," pungkas Pria asal Bone ini.

lalu, terang Prof, tetapi juga masyarakat tidak bisa hidup dengan damai menikmati kehidupan bahagia bersama jika tidak ada air, tidak ada listrik, tidak ada rumah sakit, tidak ada sekolah, tidak ada jalan, dan seterusnya.

"Tetapi kedua hal ini mustahil ada, jika tidak ada penegakan HAM. Tidak ada penerusan manusia di dalamnya," lanjut Guru Besar UNJ ini.

Selain itu, Prof bidang Ilmu Pendidikan ini menyampaikan, bahwa di Indonesia ini memiliki empat keunggulan yang menyebabkan kita perlu memperhatikan ketiga itu tadi.

"Pertama Indonesia merupakan raksasa di ASEAN. Jika ada kemajuan di ASEAN, maka itu adalah Indonesia sebenarnya. Inilah yang perlu kita terus tanamkan, kebesaran bangsa kita ini bersama-sama di lingkup ASEAN," kata Prof Hafidz.

Kedua, lanjut Prof, kita juga besar di lingkungan kebijaksanaan. Misa, kita bisa mengendalikannya politik Islam di luar negeri.

"Yang ketiga, kebesaran Indonesia ini adalah pioneer, pendiri dan



pentu haluan gerakan negara non-blok. Jadi Indonesia punya peran penting dalam pembangunan, security dan kemanusiaan dunia, jika kita tidak punya permasalahan di dalam," katanya.

"Keempat, Indonesia ini adalah merupakan anggota dari PBB dan begitu powerful dalam menciptakan perdamaian dunia. Hanya saja, ada luka-luka di dalam yang harus dibarengkan di dalam Bersama Papua,"

lanjut Prof. Misalnya, pertama, masalah dignity, kita nampak tidak diperlakukan saudara-saudara kita dengan layak dan bermartabat. Contohnya, kasus mahasiswa di Surabaya dan Malang yang lalu.

Jadi ada pandangan bahwa kita menganggap berbeda dengan orang-orang Papua. Untuk memperkuat dignity ini, kita perlu merangkul orang Papua. Jangan dianggap mereka ini inferior.

"Beri mereka kesempatan misalnya pemberian porsi jabatan-jabatan politik bagi orang Papua. Yang kedua adalah persoalan keamanan. Kita lihat beberapa hari kebelakangan ini, kita disibukkan isu konflik Papua masih belum berkesudahan yang menjadi permasalahan isu internasional tetapi kita belum bisa selesaikan dengan baik. Waktu saya di Komnas HAM banyak sekali, kasus ini kasus itu dan seterusnya,"

tutur Ketua Komnas 2012 - 2017 ini.

Sebelumnya, IDN Akademik menggelar Webinar bertajuk "Narasi Damai di Bumi Cenderawasih; Antara Otsus dan Pemekaran Papua," yang dilakukan secara daring, pada Kamis (15/10).

Hadir diantaranya adalah Wakil Ketua DPR RI Aziz Syamsuddin, Asisten Stafus Presiden RI Nanni Uswanas, Anggota DPD RI Sanusi Rahaningmas, Pengamat Politik Ray Rangkuti, dan Kasubdit Otsus Dirjen OTDA Kemendagri Budi Arwan.



FER Bakar Semangat Tim MEP-VT

EXPOSEMEDIA, AMURANG — Kerja pemenangan pasangan calon (paslon) bupati Minsel Michaela Elsiana Paruntu dan Ventje Tuella (MEP-VT) makin dikebut.

Sejumlah trik dan metode pemenangan pun diracik. Termasuk memanaskan mesin partai. Memacu semangat tim dan relawan pendukung. Hal itu dikemukakan Ketua Tim Pemenangan duet orang baik itu Felly Esterlina Runtuwene.

Ketua Komisi IX DPR-RI itu menegaskan meski elektabilitas MEP-VT terus naik. Tapi tim tidak bisa santai. Lengah apalagi. Sebagai panglima 'perang' FER memacu seluruh tim, agar bekerja sepenuh hati.

"Target kita adalah memenangkan pasangan MEP-VT di Pilkada Kabupaten Minsel, 9 Desember 2020 mendatang. Jadi semua tim yang dibentuk harus bekerja maksimal

bukan setengah hati," tegas Runtuwene dalam konsolidasi pemenangan MEP-VT bersama Partai Nasdem di Kecamatan Tenga, Kamis (15/10) kemarin.

Keyakinan FER jika tim satu hati bekerja sungguh-sungguh kekuatan pemenangan makin membesar. "Jika ada yang bekerja setengah hati, saya sarankan untuk menjadi relawan saja," timpalnya.

Sementara itu MEP meminta timnya untuk merebut hati rakyat dan memaparkan program andalan demi menjadikan Minsel sebagai Kabupaten yang maju, makmur dan mandiri. Hindari ujaran kebencian dan hasutan informasi hoaks.

"Kita harus adu program bukan mencari-cari kesalahan orang lain. Apalagi sampai membuat berita bohong," harapnya.

Suasana di luar tampak masyarakat begitu antusias. Mereka kagum bercampur terharu ketika mendengar pemaparan program dari Pasangan Calon (Paslon) nomor urut 01 tersebut.

Karena program-program yang telah direncanakan, banyak menyentuh masyarakat kecil. Baik sektor Ekonomi, Pendidikan, Pembangunan, serta sektor lainnya. (dou*)



Cipayung Plus Manado Bantah Bertemu Pejabat Gubernur Sulut

EXPOSEMEDIA, MANADO — Aksi demonstrasi Cipayung Plus Kota Manado beberapa waktu lalu, atas penolakan Undang-Undang (UU) Omnibus Law Cipta Kerja adalah murni untuk menyoal hak-hak para pekerja. Kamis (15/10) kemarin di Sekretariat PMKRI Manado, Cipayung Plus Kota Manado menyatakan sikap akan terus berjuang menolak UU Cipta Kerja.

Koordinator aksi Cipayung Plus Kota Manado, Kurniawan Lawendatu dari Ikatan Mahasiswa Muhammadiyah (IMM) menegaskan kalau aksi Cipayung Plus tidak ada yang menunggangi.

"Kami bergerak atas nama rakyat dan menurut kami UU Cipta Kerja sangat tidak manusiawi dan menyiksa para pekerja," kata Kurniawan yang menilai DPRD merespon demonstrasi tersebut tidak sesuai keinginan masyarakat.

Sementara Gafur Dukomalamo dari Pergerakan Mahasiswa Islam Indonesia (PMII) mengaku ada tiga poin yang menjadi konsentrasi para demonstran.

"Pertama Cipayung Plus Kota Manado tetap konsisten pencabutan UU Omnibuslaw. Kedua, mengklarifikasi terkait Cipayung Plus bertemu Pejabat Gubernur adalah tidak benar. Dan ketiga, mengancam tindakan represif aparat kepolisian terhadap massa aksi penolakan UU Omnibuslaw," tegasnya.

Begitupun ditambahkan Duta Sumolang perwakilan Gerakan Mahasiswa Kristen Indonesia

(GMKI) bahwa aksi demo tersebut mengatasnamakan Sulut Bergerak.

"Kami juga disini menegaskan, bahwa jaringan aktivis yang mengatasnamakan cipayung plus pada demo kemarin adalah tidak ada dan bukan dari kelompok Cipayung Plus," terangnya.

Sama halnya dikatakan Ignatius Adri Buangkara dari Perhimpunan Mahasiswa Katolik Republik Indonesia (PMKRI) menjelaskan tidak hanya UU Omnibuslaw yang jadi konsentrasi aksi demo.

"Ada beberapa UU, baik terkait nasib nelayan yang dirugikan hingga sampai pendidikan kami minta untuk dikaji," tutup Ignatius yang berharap, banyaknya berita hoax seharusnya menjadi kerja kita bersama untuk meniadai UU Omnibuslaw.

Nampak hadir dalam pernyataan sikap penolakan UU Omnibuslaw yakni koordinator aksi, Kurniawan Lawendatu (IMM), Gafur Dukomalamo (PMII), Duta Sumolang (GMKI), Ignatius Adri Buangkara (PMKRI), Ibnu Wahyu Hogdadi (HMI MPO), Vandi Mesak Sasikome (GMNI) dan Anjas Ambarak (GMNI). (ale*)


EXPOSEMEDIA
 MERAWAT AKAL SEHAT

HADR sebagai Koran Digital Pertama di Sulawesi Utara. EXPOSEMEDIA.ID menjawab kebutuhan pembaca yang meluk teknologi gadget dan smartphone. Dengan EXPOSE MEDIA.ID anda bisa membaca berita koran aktual dimana saja dan kapan saja.

KEREDAKSIAN DELAWAH
 MANAJEMEN:
 PT. PRATAMA DIGITAL MEDIA

PEMIMPIN REDAKSI:
 Amrati Razak
 (Wartawan Utama)

KEDAIKUT:
 Aman Mahmud, Saleh Nggu

PERWAKILAN/LAYOUT:
 Syamsuddin Hasan, Dhist

IT & WEB PROGRAMMER:
 Dhist

REPORTER/ KONTRIBUTOR :

Korda Mirhasa Raya dan Erlang Raya; Benjamin Allo, Douglas Panti (Mina), Hamdan Bahman Min (Beloh), Firmansyah Halipato (Gorontalo), Reporter: Malyati Puncaring

MANAGER ADVERTISING:
 Hadi Prestad, Mirdad Husen

PENASEHAT HUKUM: Pranoto & Partner Law Firm



Mulai Hari dengan Minuman Jahe

EXPOSEMEDIA - Jahe adalah salah satu umbi yang memiliki banyak manfaat untuk kesehatan, mulai dari mengatasi maag hingga mengurangi nyeri otot. Karenanya sayang jika jahe hanya dijadikan rempah untuk menambah rasa masakan saja.

Untuk menikmati jahe, kita bisa menjadikannya olahan minuman dengan berbagai resep, yang bisa sangat menyehatkan dan menjadi alternatif minuman untuk memulai hari. Bagaimana kita mengolah jahe menjadi minuman, tentu sesuai selera masing-masing. Porsi jahe yang digunakan pun bergantung pada toleransi rasa pedas yang muncul darinya.

Nah bila kamu kebingungan, berikut adalah beberapa cara mengolah rempah berkhasiat ini menjadi minuman jahe yang menyehatkan:

1. Kopi jahe

Tak ada salahnya memberi sensasi baru pada kopi dengan menambahkan jahe di dalamnya. Keduanya adalah antioksidan yang dapat menangkal zat radikal bebas. Caranya cukup dengan menambahkan 1 sendok teh jahe ke kopi. Resep ini juga baik untuk sistem pencernaan.

2. Teh Jahe

Teh jahe merupakan olahan minuman jahe yang paling populer. Tak hanya menghangatkan, teh jahe juga dapat meredakan ketulahan pada sistem pencernaan seperti maag perjalanan, maag, atau morning sickness pada ibu hamil. Teh jahe banyak dijual di pasaran. Selain itu, bisa juga dengan membuatnya sendiri. Cukup tambahkan jahe dan rebus dalam air mendidih selama kurang lebih 10 menit. Tambahkan madu atau gula sesuai selera. Baca juga: Manfaat dan Risiko Mengonsumsi Jahe, Sudah Tabur?

3. Smoothies Jahe

Stolah memutuskan mana yang digunakan antara juicer vs blender, kini saatnya bereksperimen den-

gan berbagai resep smoothies. Salah satunya adalah menambahkan jahe dalam olahan smoothies. Rasanya yang kuat dan cenderung pedas bisa diimbangi dengan buah-buahan manis seperti pisang. Olahan minuman jahe yang satu ini mengandung banyak sekali manfaat kesehatan. Mulai dari meningkatkan metabolisme tubuh, melawan bakteri, hingga meredakan nyeri baid atau DOMS.

4. Jahe dan Mint

Sama menyegarkannya seperti infused water, tak ada salahnya mencoba memadukan mint dan jahe. Tak lupa, tambahkan lemon dan es batu untuk mendapatkan minuman jahe yang menyegarkan. Tentu tak hanya segar, minuman ini juga menyehatkan karena kaya akan vitamin. Baca juga: Minuman Jahe Bisa Bantu Menurunkan Berat Badan

5. Susu Jahe

Ketika susu, kunyit, dan jahe berpadu, maka manfaat antioksidan yang melimpah pun bisa didapatkan. Baik kunyit maupun jahe merupakan penangkal zat radikal bebas. Menikmatinya dengan segelas susu hangat sebelum tidur tentu membuat perut menjadi lebih nyaman. Terlepas dari kapan waktu yang baik untuk minum susu, olahan minuman jahe yang satu ini bisa dinikmati kapan saja. Menikmatinya dalam kondisi dingin pun juga tak mengurangi nutrisi di dalamnya.

6. Selai Jahe

Bukan berupa minuman, namun tak ada salahnya mencoba selai jahe untuk menemani waktu sarapan. Selai ini bisa dinikmati bersama biskuit atau roti. Memadukannya dengan jenis resep lain seperti peanut butter pun bisa jadi opsi menarik.

7. Granola dengan Jahe

Bosan dengan isian granola itu-itu saja, coba tambahkan jahe ke dalamnya. Caranya mudah, cukup parut jahe dan campurkan dengan madu. Kemudian, taburkan ke granola untuk sarapan. Cara ini akan memberikan manfaat anti-inflamasi terutama bagi orang yang menderita rheumatoid arthritis.

Jahe adalah bahan yang dengan mudah bisa berpadu dengan rempah-rempah lainnya, seperti kunyit dan kayu manis. Tergantung selera setiap orang, jangan ragu bereksperimen untuk mendapatkan rasa yang disukai.

Mengingat jahe cenderung menghasilkan rasa pedas yang tidak semua orang sukai, ada baiknya mencoba olahan minuman jahe dengan porsi sedikit terlebih dahulu. Barulah ketika sudah menemukan resep andalan, minuman jahe yang menyehatkan bisa dinikmati kapan saja. (kmps/*)



Prilly Latuconsina

Hujan Selamat dari Sahabat

EXPOSEMEDIA -Aktris Prilly Latuconsina genap berusia 24 tahun pada Kamis, 15 Oktober 2020. Lewat akun Instagram miliknya, Pemeran film horor Danur ini pun membagikan momen bahagia saat dia mendapatkan kejutan dari keluarga dan para sahabatnya di hari jadinya itu.

Ada sejumlah foto yang dia bagikan. Di foto itu tampak keluarga dan sahabat-sahabat Prilly yang datang ke kamarnya dan membahagikannya dengan ucapan selamat ulang tahun, lengkap dengan kado berupa buket bunga dan kue ulang tahun. "Turnover granatol 24!" tulis Prilly singkat sebagai keterangan foto yang diunggah tepat di hari ulang tahunnya.

Di hari ulang tahunnya itu tampak kebahagiaan memancar di wajah Prilly Latuconsina yang tampil sederhana tanpa riasan di wajahnya. Senyum lebar menghalusi wajahnya saat para sahabatnya, termasuk Enry Arfan, Debo, dan Ajil Dito memeluknya.

Lewat Instagram story Prilly juga membagikan ucapan dari sahabat-sahabatnya yang tak dari sejumlah selebritas, seperti Andy ben, Ricky Cauca, Risa Saraswati, termasuk sutradara Mouzy Towa. Prilly Latuconsina, [instagram.com/prillylatuconsina96](https://www.instagram.com/prillylatuconsina96)

Ucapan selamat dari para selebritas Tanah Air dan warganet juga membaharui komentar unggahannya itu. "Happy bday cantikkkk," tulis Luna Maya. "Happy bday anak baik dan cantik, sehat, bahagia, berkah, dan Allah buhakan semua keinginan kamu aminn," tulis Zee Zee Shabab.

Warganet pun berdoa semoga di tahun-tahun yang akan datang karier aktris idolnya itu makin berstar. "Ka Prilly my idola berkahlah fi umurk sehat selalu, tetap rendah hati, semoga karirnya lancar wish you all the best and Allah bless you kaa I love youuu," tulis akun @nadiyagustini23. Ada juga yang memohon agar Prilly Latuconsina segera merencanakan jodohnya. "Berakhlaklah fi umurk ka @prillylatuconsina96 sehat selalu, makin cantik, sukses karirnya Amin, segera mendapatkan jodoh," tulis akun @niakrhm23. (tmpo)



KENAPA LAGI, HARRY?

EXPOSEMEDIA - Harry Maguire melenakan kartu merah saat Timnas Inggris dikalahkan Denmark 0-1 di UEFA Nations League. Bek termahal milik Manchester United itu disorot lagi. Maguire dimainkan Gareth Southgate saat Inggris menjamu Denmark di Wembley, London, Kamis (15/10) dini hari WIB. Penampilannya cuma bertahan 30 menit.

Di lapangan, Maguire diusir wasit Jero Gil karena melenakan dua kartu kuning. Setelah di menit kelima, eks pemain Sheffield United, Hull City, Wigan Athletic, dan Leicester City itu melanggar Yusuf Pusuban.

Tak lama setelah Maguire diusir wasit, Inggris kebobolan. Di menit ke-35, hukuman penalti diberikan kepada The Three Lions, yang disesaki Christian Eriksen. Denmark unggul 1-0 hingga laga bulat.

Kekalahan itu membuat Maguire kembali menjadi sorotan. Sebab, pemain yang dibeli MU seharga 80 juta paun itu banyak membuat kebohokan terkait penampilannya, baik di dalam dan luar lapangan.

Foto Agustus lalu, Maguire sempat terlibat kasus hukuman di Yunani. Kemudian, penampilan Maguire juga disorot saat MU dibantai Tottenham Hotspur 1-6 di Old Trafford.

"Itu meeting empat sampai enam minggu terakhirnya. Ini saat-saat yang mengerikan baginya," kata eks bek MU yang menjadi pundit, Gary Neville, kepada Sky Sports.

"Menonton pertandingan Tottenham versus Manchester United 10 hari lalu, ketika Harry Maguire mengalami masa-masa buruk. Anda berpikir bahwa dia perlu tugas internasional hanya untuk melurikan diri dan merasakan lapangan yang berbeda. Tapi itu tidak membantunya dengan baik."

"Dia akan kembali ke tempat yang buruk saat dia datang," jelasnya.

Manajer Gareth Southgate sendiri masih memberikan dukungan kepada Maguire. Menurutnya, Maguire pasti akan memperbaiki penampilannya.

"Bukannya dia tidak pernah mengalami kemunduran sebelumnya, karena tidak ada pemain yang mencapai level seperti sekarang tanpa mengalami kemunduran. Tetapi, profilnya telah berubah selama beberapa tahun terakhir karena klub tempat dia bermain dan kesuksesan yang dia miliki bersama kami," jelas Southgate.

"Dia mengalami salah satu periode di mana hal-hal berlawanan dengannya. Tetapi, Anda harus bertahan di sana dan sebagainya akan berubah," kata sang manajer. (dtk*)

