



Agenda Anaknya

**KHAWATIR
DILIHAT
ANAK-ANAK**



KPU Diwarning Pertimbangkan Penerapan Sirekap

BERITA UTAMA

Walikota Ingatkan,
Waspada Fenomena
La Nina dan Covid-19

halaman 5

**Waduh! Oknum
Pejabat BUMD Minsel
Diduga Ancam Wartawan**

halaman 7

**GSVL: Dana Lansia
akan Dibayarkan
di Masing-masing
Kelurahan**

halaman 4

**KPU Sulut Mulai
Cetak Surat Suara**

halaman 3



KPU Diwarnung Pertimbangkan Penerapan Sirekap

EXPOSEMEDIA, JAKARTA — Komisi Pemilihan Umum (KPU) diingatkan untuk tidak terlalu memaksakan Penggunaan aplikasi Sirekap pada Pilkada 9 Desember 2020.



Peneliti Kode Inisiatif, Ihsan Maulana

"Sekalipun pemanfaatan teknologi informasi dalam proses rekapitulasi memiliki tujuan yang mulia, namun ada beberapa aspek yang perlu diperhatikan dan dipersiapkan secara matang," kata peneliti Kode Inisiatif, Ihsan Maulana, dalam diskusi, Minggu (8/11).

Ihsan mengatakan sebelum 100 persen digunakan untuk menghitung perolehan suara dalam Pilkada 2020, sirekap harus dipayungi landasan hukum yang memadai.

"Tujuan utamanya agar pemanfaatan TI tersebut memiliki legitimasi yang kuat," katanya.

Ihsan menjelaskan UU Pilkada memiliki 3 pasal yang mengatur pemanfaatan teknologi informasi, yaitu Pasal 85 ayat 1 huruf b, Pasal 98 ayat 2, dan Pasal 111 ayat 1. UU Pilkada, kata Ihsan, memberikan ruang dalam penggunaan perangkat TI seperti sirekap, namun dalam aturan tidak mengatur dampak bawahan terhadap tahapan lainnya jika sirekap digunakan.

Misalnya, ia menyebutkan penguatan mengenai logistik pemilu ketika sirekap digunakan, ruang koreksi atau keberatan layaknya yang diatur dalam rekapitulasi manual di UU Pilkada yang ada.

Kemudian, UU juga tidak mengatur mekanisme pengawasan yang dilakukan Bawaslu ketika rekapitulasi manual beralih ke digital dan terkait sengketa perselisihan hasil pemilu.

Ihsan bersama anggota koalisi menyarankan agar KPU mempertimbangkan sirekap sebagai pilot project dan bukan diterapkan di seluruh daerah yang melaksanakan Pilkada 2020.

Apabila sirekap dijadikan media utama penetapan hasil, maka semua standar yang menjadi prasyarat penggunaan TI harus terpenuhi.

"Jika tidak semua standar terpenuhi maka penggunaan sirekap sebaiknya tidak dipaksakan. Karena akan membawa risiko besar terhadap legitimasi proses dan hasil pemilu yang akan kontraproduktif dengan tujuan penggunaan

sirekap," ujar Ihsan.

Koalisi Masyarakat Sipil juga menyarankan agar KPU memastikan kesiapan infrastruktur yang perlu dan harus memadai, kesiapan sumber daya manusia, dan per-setujuan dan kesiapan peserta pemilu, pengawas pemilu, dan masyarakat.

"Kalau sirekap tidak terpenuhi instrumen tersebut sebaiknya di-jadikan bahan uji pembeding seba-gaimana Sirung (Sistem Informasi Penghitungan Suara)," kata Ihsan. (**tempo**)





KPU Sulut Mulai Cetak Surat Suara

EXPOSEMEDIA, MANADO – Tahapan pencetakan surat suara mulai dilakukan Komisi Pemilihan Umum (KPU) Provinsi Sulawesi Utara (Sulut).

Akhir pekan kemarin, Sabtu (7/11) Ketua KPU Sulut Dr. Ardiles Mewoh, mulai memasukkan desain surat suara untuk Pilkada Gubernur dan wakil Gubernur Sulut, di PT. Temprina Media Grafika Gresik Jawa Timur.

Proses penyerahan desain surat suara tersebut turut diawasi Bawaslu Sulut, Keny Poeban, dan ikut disaksikan Pjs Gubernur Sulut, Agus Fatoni, Kapolda, Irjen Pol. RZ Panca Putra Simanjuntak, Kajati, Andi Muh Iqbal Arief, serta Danrem 131 Santiago, Brigjen TNI Prince Mayer Putoing, dan komisioner KPU Lanny Ointu dan Sekretaris KPU Sulut, Pujiastuti.

General Manager PT Temprina Media Grafika didampingi kepala produksi serta pimpinan proyek menjelaskan bahwa proses cetak, sortir dan distribusi menargetkan pengerjaan surat suara akan tuntas dalam waktu dua hari.

Selanjutnya akan dilakukan pengesetan dan distribusi menggunakan kapal laut. Estimasi waktu untuk distribusi surat suara akan tiba di KPU Kabupaten/ kota pada 10 November 2020.

Ketua KPU Sulut, Ardiles Mewoh mengatakan kalau jumlah surat suara pemilihan gubernur dan wakil gubernur



Ketua KPU Sulut, Dr. Ardiles Mewoh

adalah sebanyak jumlah pemilihan yang tercantum dalam Daftar Pemilih Tetap (DPT), ditambah cadangan 2,5 persen dari jumlah DPT di setiap Tempat Pemungutan Suara (TPS).

"Total yang akan dicetak sebanyak 1.880.495 lembar surat suara. Kami ingatkan kepada pihak penyedia tentang kualitas surat suara harus konsisten sesuai desain yang diserahkan. Kami meminta surat suara pemilihan bupati dan wakil bupati serta walikota dan wakil walikota tujuh kabupaten/ Kota di Sulut, didistribusikan bersamaan dengan surat suara pemilihan gubernur dan wakil gubernur," terangnya. (ale*)

DKPP Ingatkan PPK di Manado Jaga Integritas

EXPOSEMEDIA, MANADO – Komisi Pemilihan Umum (KPU) Kota Manado terus mensosialisasikan tahapan Pemilihan Kepala Daerah (Pilkada) Kota Manado yang akan gelar 9 Desember 2020 nanti.

Menariknya, saat melakukan pembekalan Panitia Pemilihan Kecamatan (PPK) se-Kota Manado, Dewan Kehormatan Penyelenggara Pemilu (DKPP) RI mengingatkan anggota PPK untuk menjaga integritas sebagai penyelenggara pemilu.

Diketahui, padatnya tahapan yang berjalan beringin, KPU Kota Manado tidak lupa membekali Panitia Pemilihan Kecamatan (PPK) dengan menggelar Sosialisasi terkait "Kode Etik Penyelenggara Dalam Pelaksanaan Pilkada Serentak Lanjutan 2020" yang digelar Sabtu, (7/11) di Hotel Aston Manado.

"Kegiatan ini pertama dibuka oleh Komisioner Divisi Hukum dan Pengawasan, KPU Manado, Sunday Rompas dan kemudian dilanjutkan dengan materi yang disampaikan Prof. Dr. Teguh Prasetyo, S.H., M.Si yang merupakan anggota DKPP RI.

ProfTeguh pada kesempatan tersebut mengingatkan kepada anggota PPK untuk menjaga integritas sebagai Penyelenggara Pemilu dengan menyebut PPK sebagai bagian dari Fondasi Jalannya Tahapan Pilkada.

Begitupun materi dari Dr. Trielke Tulung dan Dr. Meiske Liando sebagai Tim Pemeriksa Daerah DKPP Provinsi Sulawesi Utara. Anggota PPK untuk berhati-hati dalam menggunakan media sosial, jangan sampai penyelenggara memberikan respon berupa emoticon pada postingan yang berkaitan dengan salah satu Calon peserta Pilkada.

Nampak hadir dalam kegiatan tersebut Komisioner KPU Kota Manado, Ismail Harun dan anggota PPK se-kota Manado baik secara langsung maupun Via Aplikasi Zoom bagi anggota PPK yang berada di daerah Bunaken Kepulauan. (ale*)




**JADWAL PENYALURAN DANA BANTUAN SOSIAL LANSIA
 SENIN, 09 NOVEMBER 2020**

#pantarakberes

KECAMATAN	KELURAHAN	JAM
1 MALALAYANG	1 Kelurahan MALALAYANG SATU	09.00 - 10.00
2 SARIKO	2 Kelurahan SARIKO TUNPAAN	09.00 - 10.30
	3 Kelurahan SARIKO	10.30 - 13.30
	4 Kelurahan SARIKO UTAMA	13.30 - 16.30
3 WANEA	5 Kelurahan WANEA	09.00 - 16.00
4 WENANG	6 Kelurahan RUMAJ LUKU	09.00 - 10.00
5 TIKALA	7 Kelurahan TELING BAWAH	10.30 - 16.00
	8 Kelurahan IGAS	09.00 - 16.00
6 PAAL DUA	9 Kelurahan PAAL DUA	09.00 - 16.00
7 ANPANGGAI	10 Kelurahan KIMA ASAS	09.00 - 10.00
	11 Kelurahan PANIKI BAWAH	11.00 - 16.00
8 SINGAL	12 Kelurahan KEMBOI TUMBUK	09.00 - 16.00
9 TUMINTIRIS	13 Kelurahan KAMPUNG ISLAM	09.00 - 10.30
	14 Kelurahan KARANG BUA	11.00 - 16.00
10 BUNAKEN DARAT	15 Kelurahan BAILANG	09.00 - 16.00
11 BUNAKEN KEPULAUAN	16 Kelurahan ALLUNGBANUA	10.00 - 11.00
	17 Kelurahan MANADO TUA SATU	11.00 - 13.00
	18 Kelurahan MANADO TUA DUA	13.00 - 14.00
	19 Kelurahan BUNAKEN	14.00 - 16.00

JEMBATAN PEMERINTAH DANA BANTUAN SOSIAL LANSIA SENIN 09/11/2020 0.00P DIBANGUN

PENTING!

1. Pelayanan Penyaluran oleh Bank BRI dimulai pukul 09.00 s.d 16.00 WIB
 2. Penyaluran wajib membawa KTP / KK dan FC KTP / KK



GSVL: Dana Lansia akan Dibayarkan di Masing-masing Kelurahan

EXPOSEMEDIA, MANADO — Pemerintah Kota Manado, menurut rencana hari ini, Senin (9/11) hari ini, akan mulai menyalurkan bantuan sosial (bansos) dana lanjut usia (lansia).

Kurang lebih sekitar 2567 lansia yang tersebar di 11 kecamatan akan menerima dan hanya butuh waktu sehari Pemkot Manado menyalur-

kan melalui Bank Rakyat Indonesia (BRI), yang dibuka pukul 09.00-16.00 Wita.

Walikota Manado, GS Vicky Lumentut mengatakan bahwa

penyaluran dana lansia tetap akan dilakukan melalui masing-masing kelurahan.

"Ini adalah bentuk komitmen dari Pemkot Manado. Bagaimanapun caranya, kami harus berusaha untuk menuntaskan penyaluran dana lansia tersebut," terang GSVL, sapaan akrab walikota dua periode ini.

Orang nomor satu di Kota Manado ini menambahkan, ada 4

solusi untuk mengatasi pandemi covid-19, pasca pembahasan APBD Perubahan tahun 2020 dihentikan oleh DPRD Kota Manado.

"4 solusi tersebut yakni menuntaskan bantuan dana lansia, bantuan bahan pokok, honor Tenaga Harian Lepas (THL) dan Tunjangan Tambahan Penghasilan (TTP) aparatur sipil negara (ASN)," tegasnya. (ale*)



torang Bacoblos

dengan memperhatikan Protokol Kesehatan Pencegahan Penyebaran Covid-19



Walikota Ingatkan, Waspada Fenomena La Nina dan Covid-19

EXPOSEMEDIA, MANADO — Walikota Manado GS. Vicky Lumentut, menggelar aspek kesiapan dalam rangka penanggulangan bencana Hydrometeorologi dan menghadapi fenomena La Nina, Jumat (6/11) lalu.

Walikota GSVL selaku Inspektur mengatakan bahwa hal ini dimaksudkan sebagai langkah antisipasi dan kesiapsiagaan guna menghadapi bencana alam.

"Masyarakat harus lebih waspada dan siap siaga terutama warga yang berada dikemiringan lebih dari 30 derajat atau kawasan rawan longsor untuk lebih berhati-hati. Saya meminta warga untuk mengantisipasi adanya pohon yang mudah tumbang atau patah cabangnya," ingatnya.

Lanjut walikota, panggilan kita adalah melindungi masyarakat dari bahaya dan ancaman bencana, baik itu bencana alam maupun non alam.

"Kesiapan dan kesiagaan kita bersama menjadi kunci keberhasilan kita dalam meminimalkan dampak dari bencana. Hal ini menjadi cukup mendesak, terutama di masa-masa seperti ini. Ditengah perjuangan bersama menekan penyebaran covid-19, kita juga tengah diperhadapkan dengan fenomena La Nina," terangnya.

Orang nomor satu di Kota Manado ini menambahkan, fenomena La Nina berpotensi untuk meningkatkan intensitas curah hujan dan angin diprediksi akan berlangsung hingga maret 2021 mendatang.

"Sekali lagi, saya ucapkan terimakasih, semoga apa yang kita lakukan seluruhnya akan memberi manfaat bagi masyarakat, bangsa dan negara. Sekaligus, membangun semangat kita untuk terus berjuang demi kemanusiaan," tutup Ketua Dewan Penasehat APEKSI ini. (ale*)



Jabes - Elly Dipastikan All Out, PAHAM Makin Tak Terbendung

EXPOSEMEDIA, MANADO — Berada di posisi puncak dalam elektabilitas, pasangan calon walikota dan wakil walikota Manado JPAR-AiM, makin tak terbendung.

"Saya nilai pak Lumentut berhasil memimpin kota Manado," kata Jabes baru-baru ini.

Lantas, bagaimana dengan Bupa-ti Talaud Elly Lasut? Meskipun termasuk pendatang baru (New Comer) di Nasdem, namun secara politik E2L akan all out mendukung JPAR dalam pilkada 09 Desember mendatang.

"Yang saya tahu pak E2L sudah tercatat sebagai kader Nasdem dan setiap kader memiliki tanggung-jawab moril untuk memenangkan JPAR menjadi Walikota Manado," beber Ketua DPD Nasdem Sitaro Sumitro Jacobus.

Tak hanya itu, putri semata wayang E2L yang kini duduk sebagai anggota Komisi I DPR RI Hillary Brigita Lasut juga tercatat sebagai kader partai Nasdem. Hasil pileg 2019 lalu menunjukkan, mantan pimpinan sementara DPR RI tersebut meraih suara yang signifikan di kota Manado.

Sekretaris DPW Nasdem Sulut DR. Viktor Mailangkay mengakui jika Manado menjadi salah satu prioritas pemenangan dalam pilwako yang akan dilaksanakan 09 Desember 2020 mendatang.

Selain memiliki posisi yang strategis, kedudukan kota Manado sebagai ibukota provinsi Sulut ikut menjadi alasan utama paslon JPAR-Ai harus menang.

"Semua kader partai kita berdayakan untuk bisa meraih kemenangan di pilwako 09 Desember 2020 mendatang," jelas Viktor yang juga Wakil Ketua DPRD Sulut ini. (red*)



Prof. Dr. JULYETA PAULINA AMELIA RUNTUWENE
Calon Walikota Manado

Dr. HARLEY ALFREDO BENFICA MANGINDAAN
Calon Wakil Walikota Manado

PAHAM
PILWAU AKAL SEHAT

Tak hanya itu. Dua tokoh populis Jabes Gaghana dan Elly Lasut, belakangan menjadi isu menarik di internal tim pemenangan PAHAM.

Dikabarkan, Bupati Sangihe Jabes Gaghana, SE, ME dan Bupati Talaud Dr. Elly Lasut, ME akan ikut memberikan dukungan politik kepada mantan Rektor Unima tersebut untuk bertarung di kota Manado.

Meski tercatat sebagai Ketua DPD II PG Sangihe, namun, komunikasi politik antara Jabes dengan calon yang diusung Golkar

di Pilwako Manado, sepertinya menemui jalan buntu.

Tak hanya itu. Kedekatan emosional antara Bupati Sangihe dengan Walikota Manado GC Vicky Lumentut sebagai kepala pemerintahan sejak lama sudah tercipta.

Bupati Sangihe Jabes Gaghana, SE, ME bahkan ikut memberikan apresiasi terhadap keberhasilan Walikota Manado GS Vicky Lumentut dalam memimpin kota Manado, termasuk ikut memberikan perhatian khusus terhadap warga Nusa Utara yang berdiaspora di 87 kelurahan di Kota Manado.

 **EXPOSEMEDIA**
MERAWAT AKAL SEHAT

HADIR sebagai Koran Digital Pertama di Sulawesi Utara. EXPOSEMEDIA.ID menyajikan keinginan pembaca yang melirik teknologi gadget dan smartphone. Dengan EXPOSE MEDIA.ID anda bisa membaca berita koran aktual dimana saja dan kapan saja.

KEREDAKSIAN DIGITAL MANAJEMEN:
PT. PRATAMA DIGITAL MEDIA

PEMIMPIN REDAKSI:
Amrain Razak
(Wartawan Utama)

REDAKTUR:
Amas Mahmud, Saleh Nggu

PERWAKILAN LAYOUT:
Syamsuddin Hasan, Chiet

IT & WEB PROGRAMMER:
Chiet

REPORTER/ KONTRIBUTOR:

Korda Minahasa Raya dan Bolong Ray: Benjamin Allo, Douglas Panit (Mino), Hamdan Rahman Miu (Bolo), Firmansyah Hiliputa (Gorontalo), Reporter: Mulyati Ponoraning

MANAGER/ ADVERTISING:
Hadi Frestadi, Mirdiat Husen

PENASEHAT HUKUM: Pranoto & Partner Law Firm

Waduh! Oknum Pejabat BUMD Minsel Diduga Ancam Wartawan

EXPOSEMEDIA, AMURANG — Tindakan semena-semena terhadap pekerja pers kembali terjadi. Kali ini dialami 1 wartawan biro Minahasa Selatan, Douglas Panit.

Douglas kontributor koran exposemedia itu, diduga diancam oknum pejabat BUMD berinisial FM, saat melakukan tugas peliputan.

Peristiwa itu terjadi Kamis (5/11) pekan lalu. Bermula ketika sejumlah awak media sedang mewawancarai Pjs Bupati Minsel Mecky Onibala usai meresmikan gedung Pusat Layanan Usaha Terpadu (PLUT) UMKM yang terletak di samping Hotel Sutanraja Amurang, Kelurahan Pondang.

"Saya dan beberapa teman sedang melakukan konfirmasi kepada Pjs Bupati. Tiba-tiba FM mendekati saya dan mulai

mengeluarkan kata-kata yang bernada kurang bagus. Apalagi kapasitasnya sebagai seorang pejabat publik," ungkap Douglas.

Peristiwa pengancaman itu kata korban dilakukan secara terang-terangan dan direkam melalui visual maupun audio oleh teman-teman wartawan.

"FM lalu mengancam saya. Kira-kira begini nada ancamannya. Ngana jangan macammacam. Jang ta skop pa ngana. Ancaman itu disaksikan juga oleh teman-teman media. Ada kok rekamannya baik audio maupun visual," terangnya.

Korban yang merupakan pekerja pers di biro Minahasa

Selatan itu meyakini sikap arogan yang dilakukan oknum pejabat FM.

"Padahal kebebasan pers itu dijamin oleh undang-undang nomor 40 tahun 1999. Tapi, mungkin seperti ini hanya sebagai pantulan kaca nako yang berklise di kalangan pejabat tertentu," sesalnya.

Tak hanya FM. Rupanya aksi menghalang-halangi tugas pers juga diduga dilakukan oknum yang mengaku orangnya Pjs Onibala.

"Selain FM ada juga. Seseorang yang mengaku orangnya Pjs Onibala. Tapi, kurang begitu tahu namanya siapa. Dia berbadan besar. Dia justru mengeluarkan pernyataan dengan nada kasar.

Usai mengalami peristiwa itu, Douglas ditemani sejumlah rekan-rekan media langsung melaporkan ke Polres Minsel.

"Kita sudah bawa aduan resminya. Dan diterima langsung pak Kapolres. Dalam kesempatan itu Pak Kapolres berjanji menjadi perhatian dan segera memproses. Kami berharap ini secepatnya mendapat penanganan. Karena tidak boleh lagi ada intimidasi, ancaman dan rasisme terhadap pekerja pers," harapnya.

Diketahui Berdasarkan UU Pers nomor 40 tahun 1999 Pasal 18 (1) Setiap orang yang secara melawan hukum dengan sengaja melakukan tindakan yang berakibat menghambat atau menghalangi pelaksanaan ketentuan Pasal 4 ayat (2) dan ayat (3) dipidana dengan pidana penjara paling lama 2 (dua) tahun atau denda paling banyak Rp. 500.000.000,00 (lima ratus juta rupiah). (red/*)



**KOMISI PEMILIHAN UMUM
KABUPATEN MINAHASA SELATAN**

**LAWAN
COVID-19**

**30 HARI
JELANG HARI
PEMUNGUTAN SUARA
PILKADA SERENTAK
TAHUN 2020**

**RABU
9 DESEMBER
2020**

Rommy Sambuaga
Ketua

Maya Sariowan
Divisi SDM

Yurnie Sendok
Divisi Hukum

Christian Rorimpandey
Divisi Teknis

Fadli Manueseche
Divisi Data

Holly Katulus
Sekretaris

Belasan Ribu Pendukung SBRG Tumpah di Modayag, Papa Keken Menangis Haru

EXPOSEMEDIA, BOLTIM — Air mata haru tak bisa disembuyikan calon wakil Bupati Boltim Rusdi Gumalangit atau Papa Keken.

Wakil Bupati Boltim 'non aktif' karena menjalani cuti kampanye itu tak menyangka, massa sebanyak itu bisa tumpah ruah di jalan raya Modayag, yang diketahui adalah basis massa Calon Nomor Urut dua.

Massa yang hadir spontanitas itu mengular sepanjang jalan raya Moyongkoto hingga Puworejo. Pemandangan hari itu tak ubah-nya seperti lautan merah. Tua, muda, laki dan perempuan menghentak Modayag Bersatu, Minggu (8/11) sore.

Itu terjadi saat pasangan calon Bupati Nomor Urut 3 (tiga) Suhendro Boroma dan wakilnya Rusdi Gumalangit, hendak menghadiri acara Bakar Binarundak di Moyongkoto.

"Inilah massa ril. Sudah lama kami menunggu turun ke jalan," ungkap ketua satgas SBRG Herry Modeong.

Tokoh Modayag yang juga anggota DPRD Sulut Rocky Wowor, kaget dan banggamelihat massa yang begitu antusias di Modayag Bersatu tadi (kemarin red).

Kata Wowor, belasan ribu massa bagian dari keintaan mereka untuk mendukung Suhendro Boroma (SB) dan Rusdi Gumalangit (RG). Kata dia ini bukti keintaan masyarakat untuk mendukung SBRG. Tidak dipaksa. Mereka massa militan.

"Selain itu, pada kami turun di Guaan, pendukung SBRG sepanjang jalan ada. Nah, tentu itu bagian dari keintaan mereka untuk mendukung SBRG," kata Anggota DPRD Provinsi ini.

Lanjutan Politik PDIP ini, tentu ini bagian dari antusias massa pendukung militan SBRG datang dengan sendirinya, dan agenda tersebut bukan dalam rangka kampanye dan tidak direncanakan.

"Dan ini bagian antusias mereka, untuk mengawal pasangan calon mereka. Sedangkan kecemasan tadi (kemarin red) sangat panjang, dan saya melihat masa dari Helikopter sangat ramal sepanjang jalan," ungkapnya.

Sepanjang jalan SBRG ditemani istri masing-masing dieluk-ehukan massa. Air mata mereka sempat menetes.

"Inilah calon pemimpin kita. Hidup om Edo. Hidup Papa Keken," teriak massa. RG di depan massa meminta maaf telah memacetkan jalan raya. Dia menangis haru. Dengan banyaknya massa.

"Saya dan haji Suhendro Boroma berterima kasih kepada bapak dan ibu semua," ujarnya.

Sementara Ketua DPC PDIP Boltim mengatakan, massa SBRG di Modayag Bersatu adalah spontanitas menghadiri bakar binarundak di Moyongkoto. Medy kaget melihat massa itu. Ia tidak mengetahui banyaknya massa tersebut.

"Untuk itu, yang terjadi itu spontanitas. Karena awalnya hanya untuk bakar Nasi Jaha atau Nasi Santan," ungkapnya.

Terpisah, Warga Pinobatuan Modayag Barat Jufri Mamonto, menambahkan, ini tak diinginkan, akan tetapi masyarakat sangat antusias untuk datang.

"Dan tak sesuai dengan yang terjadi, tentunya ini bagian antusias mereka, berdatangan untuk mendukung pasangan calon SBRG," jelasnya. (ham/rlin*)



Salut! Millennial SBRG Lawan Politisi Pemarah dengan Politik Ramah

EXPOSEMEDIA, BOLTIM — Tetap adem dan tak mau terpancing. Itulah yang dilakukan kaum millennial pendukung calon bupati dan wakil bupati Boltim Suhendro Boroma dan Rusdi Gumalangit.

Mereka tak mau terpancing emosinya dengan politisi marah-marah. Bahkan sebagai bentuk perlawanannya, kaum millennial SBRG itu tampil dengan politik ramah dan meriah.

Mereka bergerak ke semua tempat, sembari mengajak rakyat Boltim bergembira menyambut pesta demokrasi 9 Desember 2020 yang tinggal sebulan lagi.

Sebelumnya, program-program SBRG banyak berfaedah. Mulai dari penyemprotan desinfektan, pem-bagian APD Untuk Dokter dan Perawat, penyebaran masker, hingga dokter blusukan.

Semua itu disambut meriah rakyat Boltim. Kini gelombang dukungan kian bergairah. Karena Milennial SBRG melakukan aksi kreatif.

Mereka mengajak kaum muda Boltim berpolitik secara ramah dan penuh gairah.

Menurut Bayu Boroma, publik jangan terprovokasi politisi pemarah. Rakyat Boltim butuh kedamaian dan kegemilangan.

"Pendukung SBRG adalah kaum yang ramah dan membawa berkah. Bukan memancing amarah," ungkap Bayu.

Sejauh ini, Milennial SBRG melakukan aksi kreatif, yang mengundang simpati publik. Mulai dari Flash Mob (gerakan serempak), dansa zumba, quiz ber-hadiah, lomba tiktok, hingga foto aksi salam tiga jari.

Berikutnya, Milennial SBRG juga akan menggelar lomba Video Boo-merang. Agar kaum muda Boltim lebih bergembira bersama SBRG. (ham/red/*)





Mitos Cabut Kabel TV di Tengah Sambaran Petir

EXPOSEMEDIA - Antena Televisi berfungsi untuk meningkatkan kualitas gambar. Antena diperlukan karena sinyal dari stasiun TV yang letaknya berbeda-beda, dengan adanya antena penerima sinyal, kualitas gambar dan suara TV lebih baik. Namun antena justru meningkatkan kekhawatiran tersambar petir. Sebagian orang percaya antena TV sendiri sebagai pemuncunya.

Tak jarang orang mencabut kabel antena yang tersambung ke TV, harapannya mencabut kabel untuk menghindari kerusakan TV imbas sambaran petir.

Menurut Find Any Answer, sebetulnya tidak berbahaya jika kita menonton televisi saat petir muncul, dengan syarat tidak memasang antena TV tinggi-tinggi.

Untuk menghindari antena TV disambar petir baiknya rumah dipasang alat penangkal petir dengan pemasangan yang benar untuk meningkatkan kenyamanan menonton siaran TV kala terjadi hujan dan petir.

Yang perlu diantisipasi adalah petir mengandung daya listrik yang kuat dan dapat menghancurkan perangkat kelistri-

kan apapun, baik elektronik maupun non elektronik jika arus petir besar mengalir mengenai alat-alat tersebut.

Arus petir dapat membakar kabel sirkuit listrik rumah tangga. Lonjakan kecil seperti dikutip Direct Energy biasanya terjadi ketika peralatan besar lainnya di rumah Anda menyala, seperti AC atau kompresor kulkas, mengutip blog.directenergy.

Contohnya ketika pohon di sebelah atau alat penangkal petir tersambar petir. Aliran listriknya akan mengenai benda di dekatnya.

Dalam jangka waktu yang cukup lama, lonjakan kecil ini secara bertahap dapat merusak peralatan lain dan memperpendek

usia pakai.

Karena itu guna menghilangkan risiko tersebut adalah dengan mencabut kabel-kabel yang tersambung ke perangkat elektronik seperti TV.

Hal lain yang perlu diperhatikan munculnya petir ketika kita melakukan panggilan telepon, yaitu gunakan telepon genggam daripada telepon rumah.

Sebab, jika ada tegangan berlebih akan berakibat sambaran petir dapat mengganggu konduktor listrik ke handset.

Lonjakan tegangan yang diinduksi petir dapat melewati saluran telepon dan kabel untuk merusak perangkat dan peralatan yang terhubung dengannya. (vivi/)

AWALI HARI DENGAN AIR PUTIH HANGAT

EXPOSEMEDIA - Secangkir kopi atau teh dirasa lebih cocok untuk diminum ketika pagi hari dibanding dengan segelas air putih hangat. Namun ternyata segelas air hangat di pagi hari lebih bermanfaat dibanding dengan kopi, teh atau segelas air dingin.

Penelitian menunjukkan bahwa minum air hangat saat perut kosong memberikan manfaat yang begitu menakutkan. Stella Metsovas, seorang ahli gizi klinis dan ahli kesehatan media dalam Ilmu Pangan dan Gizi, mengatakan, "Dokter merekomendasikan minum air hangat di pagi hari ditambah dengan lemon atau ditambahkan dengan teh terbukti dapat menurunkan aktivitas radikal bebas dalam tubuh."

Minum air hangat meningkatkan pengetahuan usus, dan ini membantu pencernaan dan mengatur gerakan usus. Selain itu ada beberapa manfaat lain dari minum air hangat di pagi hari. Berikut adalah lima manfaat yang akan terjadi pada tubuh ketika Anda mulai minum air hangat di pagi hari, yang dikutip dari Lifehack.org.

1. Dapat Meredakan Nyeri Haid

Mengalami kram perut atau nyeri haid mungkin akan dialami oleh setiap wanita pada setiap datang bulan. Anda bisa mulai mencoba meredakan rasa nyeri dengan minum air putih hangat. Sebab, air putih hangat dapat membantu meredakan kram perut karena bisa meningkatkan sirkulasi pembuluh darah kapiler dan merilekskan otot-otot di dalam tubuh.

2. Dapat Membantu Menurunkan Berat Badan

Anda sedang berusaha menurunkan berat badan? Anda bisa mencoba lebih rutin minum air hangat di pagi hari. Air hangat bisa meningkatkan suhu tubuh yang kemudian dapat

meningkatkan laju metabolisme. Meningkatkan aktivitas metabolisme tubuh ini membuat tubuh jadi lebih mudah membakar kalori sepanjang hari.

3. Menjaga Sistem Pencernaan Tubuh

Dengan rutin minum air hangat di pagi hari, sistem pencernaan tubuh akan lebih terjaga. Tubuh bisa mencerna makanan dengan lebih baik dan mengeluarkan racun-racun dalam tubuh.

Setelah makan pun sebaiknya minum air hangat dan bukan air dingin. Karena air dingin hanya akan memadatkan minyak dan lemak pada makanan yang baru kita makan. Sehingga penumpukan lemak akan lebih susah dicerna oleh tubuh.

4. Dapat Memperlancar Sirkulasi Darah

Tumpukan lemak di dalam tubuh bisa luntur saat kita minum air hangat. Saat racun dalam tubuh bisa dibersihkan, maka sirkulasi darah bisa makin lancar. Air hangat juga bisa membantu merilekskan otot-otot tubuh dan membuat tubuh terasa lebih nyaman.

5. Dapat Mencegah Sembelit

Dengan rutin minum air hangat di pagi hari juga bisa membantu mengatasi masalah konstipasi atau susah buang air besar. Karena biasanya masalah konstipasi ini muncul karena tubuh kekurangan cairan. Jadi penting untuk memastikan tubuh mendapatkan cairan yang dibutuhkan agar tidak mengalami masalah susah buang air besar. (enri*)



Gisel Anastasia

KHAWATIR DILIHAT ANAK-ANAK

EXPOSEMEDIA - Sebuah video panas mirip penyanyi Gisel meramalkan ranah media sosial pada Sabtu (7/11). Pada video yang berdurasi 19 detik tersebut terlihat seorang wanita mirip Gisel Anastasia tengah berhubungan badan dengan pria di sebuah kamar.

Pada saat video tersebut pecah di publik, Gisel tengah menikmati waktu liburan di Sumba, Nusa Tenggara Timur (NTT).

Sebenarnya, video syur mirip Gisel ini bukan kali pertama dialami oleh mantan Istri Gading Marten tersebut. Sebab, pada tahun 2019, video syur mirip Gisel juga menghebohkan publik.

Kala itu, Gisel tidak diam dan membawa masalah tersebut ke ranah hukum.

Sekarang, Gisel juga mengaku terkejut tetapi tidak bisa berkomentar banyak mengenai komentar netizen yang terus bergulir buruk mengenai dirinya.

Ibu satu anak ini mengatakan lebih khawatir dengan anak-anak.

"Sebenarnya sedih, berkali-kali lagi kan, kesian kalau anak-anak gimana gitu kalau lihat, kayaknya langganan banget. Cuma ya udahlah, yang pentingkan aku yang tahu, ke depannya kita yang jalanin," jawab Gisel saat klarifikasi pada video yang diunggah di YouTube.

Kemudian, dia menjelaskan bahwa banyak wanita yang memang memiliki lembaran wajah dengan dirinya.

"Pokoknya aku nggak mau bikin rusuh semunya kalo begitu muka kayak aku juga banyak, pungkarnya (snt!)"



JOAN MIR

AKHIRNYA MENANG

EXPOSEMEDIA - Joan Mir menang MotoGP Eropa 2020 setelah mengalahkan Alex Rins di Sirkuit Valencia, Minggu (8/11). Mir menang sekaligus memperbesar peluang menjadi juara dunia MotoGP 2020. Mir tampil luar biasa sejak awal balapan. Start dari posisi lima, Mir sukses naik dua peringkat di belakang Rins dan Pol Espargaro.

Mimpi buruk Fabio Quartararo sudah terjadi di lap pertama. Pembalap asal Prancis itu terjatuh di lap delapan. Secara simultan, Quartararo terjatuh di belakang Alex Espargaro yang juga terjatuh di tikungan delapan.

Rins sukses menyering Pol di lap kedua dan memimpin balapan MotoGP Eropa. Pol kemudian kembali kehilangan posisi setelah disalip Mir di lap ketiga.

Musibah bagi Yamaha berlanjut ketika Valentino Rossi gagal finis. Sepeda motor The Doctor mengalami masalah di lap kelima dan tidak bisa melanjutkan balapan.

Balapan MotoGP Eropa 2020 terbilang mirim drama. Keunggulan Rins berakhir di lap ke-17 setelah disalip Mir di tikungan 11 setelah Rins melakukan kesalahan dengan melebar.

Mir menunjukkan penampilan luar biasa usai menyalip Rins. Pembalap asal Spanyol ini sudah memiliki keunggulan 1,3 detik atas Rins saat balapan menyisakan tiga lap.

Mir akhirnya memastikan kemenangan di MotoGP Eropa 2020 dengan mengalahkan Rins dan Pol Espargaro. (cmh/*)

HASIL BALAPAN MOTO GP EUROPA 2020

1	Joan Mir	Suzuki Ecstar
2	Alex Rins	Suzuki Ecstar
3	Pol Espargaro	Red Bull KTM Factory Racing
4	Takaaki Nakagami	LCR Honda Idemitsu
5	Miguel Oliveira	Red Bull KTM Tech3
6	Jack Miller	Pramac Racing
7	Brad Binder	Red Bull KTM Factory Racing
8	Andrea Dovizioso	Ducati Team
9	Johann Zarco	Epsorsnrama Racing
10	Daniilo Petrucci	Ducati Team
11	Franco Morbidelli	Petronas Yamaha SRT
12	Stefan Bradl	Repsol Honda
13	Maverick Vinales	Monster Energy Yamaha
14	Fabio Quartararo	Petronas Yamaha SRT
15	Lorenzo Savadori	Aprilia Racing Team Gresini

