

DAFTAR DAERAH PENGETATAN PSB

Pemerintah kembali memberlakukan pengetatan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSB) yang berlaku di Jawa dan Sumatera mulai 11-25 Januari 2021



1 DKI Jakarta

2 Jawa Barat

- Kota Bandung
- Kabupaten Bandung Barat
- Kota Bekasi
- Kabupaten Bekasi
- Kota Bogor
- Kabupaten Bogor
- Kabupaten Cimahi

3

Sumatera

Sumatera Kidul

BERITA UTAMA

Tito Karnavian Terbitkan Instruksi Mendagri Pembatasan Kegiatan

Atasi Persoalan Sampah,
Pekot Sodorkan di APBD 2021
Beli Dua Alat Berat

Halaman 4

Airlangga: Pembatasan Bukan
Pelarangan Kegiatan Masyarakat

Halaman 6



Tito Karnavian Terbitkan Instruksi Mendagri Pembatasan Kegiatan

EXPOSEMEDIA, JAKARTA — Menteri Dalam Negeri (Mendagri) Tito Karnavian menerbitkan Instruksi Mendagri (Inmendagri) nomor 1 Tahun 2021 tentang Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan untuk Pengendalian Penyebaran Covid-19.

Inmendagri ini ditandatangani Tito pada 6 Januari 2021 dan telah disampaikan kepada para kepala daerah.

"Iya sudah disampaikan ke kepala daerah masing-masing," ujar Kepala Pusat Penerangan Kemendagri Benni Irwan seperti dilansir republika.co.id, Kamis (7/1).

Instruksi Mendagri kali ini dikhususkan kepada Gubernur DKI Jakarta, Jawa Barat, Banten, Jawa Tengah, DI Yogyakarta, Jawa Timur, dan Bali serta bupati/ wali kota di wilayah prioritas di masing-masing provinsi.

Tito meminta kepala daerah mengatur pemberlakuan pembatasan kegiatan masyarakat yang berpotensi menimbulkan penurunan Covid-19.

Pemberlakuan pembatasan tersebut hanya akan dilakukan di sejumlah wilayah di tujuh provinsi itu.

Untuk Jawa Barat diprioritaskan di wilayah Kabupaten Bogor, Kabupaten Bekasi, Kabupaten Cimaahi, Kota Bogor, Kota Depok, Kota Bekasi, dan Bandung Raya.

Untuk Banten hanya diprioritaskan di wilayah Kabupaten Tangerang, Kota Tangerang, dan Kota Tangerang Selatan.

Untuk Jawa Tengah diprioritaskan di wilayah Semarang Raya, Banyumas Raya, dan Kota Surakarta, serta sekitarnya. Untuk DI Yogyakarta diprioritaskan di wilayah Kota Yogyakarta, Kabupaten Bantul, Kabupaten Gunung Kidul, Kabupaten Sleman, dan Kabupaten Kulon Progo.

Untuk Jawa Timur diprioritaskan di wilayah Surabaya Raya dan Malang Raya. Kemudian, untuk Bali diprioritaskan di wilayah Kabupaten Badung, Kota Denpasar, serta sekitarnya.

Sementara, pembatasan kegia-

tan masyarakat berlaku di seluruh DKI Jakarta.

Pengaturan pemberlakuan pembatasan yang dimaksud antara lain tempat/ kerja perkantoran menerapkan Work From Home (WFH) sebesar 75 persen dan Work From Office (WFO) sebesar 25 persen diikuti penerapan protokol kesehatan secara lebih ketat.

Termasuk juga melaksanakan kegiatan belajar mengajar secara daring/ online. Untuk sektor esensial yang berkaitan dengan kebutuhan pokok masyarakat tetap dapat beroperasi 100 persen disertai pengaturan jam operasional, kapasitas, dan penerapan protokol kesehatan lebih ketat.

Kapasitas restoran dibatasi untuk makan/ minum di tempat

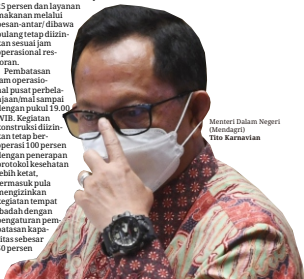
25 persen dan layanan makanan melalui pesan-antar/ dibawa pulang tetap diizinkan sesuai jam operasional restoran.

Pembatasan jam operasional pusat perbelanjaan/ mall sampai dengan pukul 19.00 WIB. Kegiatan konstruksi diizinkan tetap beroperasi 100 persen dengan penerapan protokol kesehatan lebih ketat, termasuk pula mengizinkan kegiatan tempat ibadah dengan pengaturan pembatasan kapasitas sebesar 50 persen

dan penerapan protokol kesehatan secara lebih ketat.

Pengaturan pemberlakuan pembatasan berlaku mulai 11- 25 Januari 2021. Tito meminta para kepala daerah agar melakukan monitoring dan rapat koordinasi dengan seluruh pemangku kepentingan terkait secara berkala, harian, mingguan dan bulanan.

"Untuk melakukan pembatasan dan upaya upaya lain serta jika diperlukan dapat membuat Peraturan Kepala Daerah yang mengatur secara spesifik pembatasan dimaksud sampai dengan pengaturan penerapan sanksi," demikian bunyi Inmendagri tersebut. **(rep/red/*)**



Menteri Dalam Negeri
(Mendagri)
Tito Karnavian

Kadis Ivan Sumenda: Semua Vaksin Ada Resiko dan Efek Samping

EXPOSEMEDIA, MANADO — Gonjang ganjing terkait isu efek berbahaya dari vaksin Covid-19, ditanggapi Kepala Dinas Kesehatan Kota Manado dr. Ivan Sumenda Marthen.



Kepada media, Ivan Sumenda menjelaskan bahwa semua vaksin ada resiko dan efek samping, tidak hanya untuk vaksin COVID-19.

"Namanya imunisasi, semua ada resiko ada efek samping. Sehingga ada syarat-syaratnya sebelum mendapatkan vaksin," ucap Ivan Sumenda, Rabu (6/1/2021).

Lanjut Sumenda, pada kondisi tertentu, tubuh dianggap bisa bisa menerima vaksin sehingga nantinya petugas medis yang akan menentukan apakah pasiennya aman atau tidak saat akan divaksin.

"Tadi saya cek lagi untuk penanganan protap Kejadian Ikutan Pasca Imunisasi (KIPI), setelah ada imunisasi efek samping itu seperti apa. Jadi kami sudah mengatur prosedurnya ketika ada terjadi efek samping pada waktu vaksin sampai pada rujukannya seperti apa," ujar Sumenda.

Sumenda juga menyampaikan Dinkes Manado sudah melakukan rapat tim kecil persiapan vaksin Covid-19, yang nantinya akan dilanjutkan pada rapat, Senin (10/1/2021) nanti.

"Teknisnya akan dirapatkan bersama. Diperkirakan sekitar tanggal 17 Januari itu kita akan mulai melakukan vaksin," tandasnya.

Diketahui yang akan menerima vaksin tahap pertama yaitu dari fasilitas pelayanan tingkat pertama. (bm/*)

Tidak Semua Bisa Menerima Vaksin Sinovac, Berikut Penjelasannya

EXPOSEMEDIA, MANADO — Dalam waktu dekat pemerintah akan mulai melakukan vaksinasi COVID-19. Selama (15/1/2021) lalu, sebanyak 15.000 dosis vaksin jenis sinovac tiba di Sulut.

Vaksin yang tiba saat ini merupakan bagian dari total sebanyak 23.000 dosis vaksin tahap pertama untuk Sulut.

Masih ada 8.000 dosis lagi yang akan tiba sebelum jadwal vaksinasi serentak tanggal 13-14 Januari.

Jubir COVID Sulut dr Steaven Dandel menjelaskan beberapa kriteria yang tidak bisa menerima vaksin. Sesuai SK Dirjen Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Kemkes No 02.02/4/1/2021 tentang petunjuk teknis pelaksanaan vaksinasi dalam rangka penanganan gulan COVID-19, sedikitnya ada 14 kondisi tubuh yang tidak bisa diberi vaksin Covid-19 produksi sinovac, yaitu:

- Pernah terkonfirmasi positif Covid-19
- Ibu hamil dan menyusui
- Menjalani tetapi jangka panjang terhadap penyakit kelainan darah
- Penyakit jantung
- Autoimun (lulus, sjogre, vasculitis
- Penyakit ginjal
- Reumatik autoimun
- Penyakit saluran pencernaan kronis
- Penyakit hipertroid
- Penyakit kanker, kelainan darah, defisiensi imun, penerima transfusi
- Gejala ISPA (Batuk, pilek, sesak napas) 7 hari sebelum vaksinasi
- Diabetes melitus
- HIV
- Penyakit paru (asthma, tuberkulosis)

"Untuk komorbid (penyakit bawaan, red) hipertensi dan diabetes itu, pada kondisi tertentu bisa diberikan vaksin. Kondisi tertentu itu adalah kalo hipertensinya dan gula darahnya sudah terkontrol," jelas Dandel, Rabu (6/1/2021).

Kemudian bagi penyintas COVID-19 juga tidak divaksin karena dianggap telah kebal terhadap virus.

"Penyintas asumsinya sudah ada kekebalan terhadap virus. Sementara vaksin tujuannya adalah untuk membentuk kekebalan. Jadi kalau

sudah ada kekebalan di dalam tubuh, tidak logis untuk menyuntikkan vaksin supaya dicetus lagi proses pembentukan kekebalannya," jelas Dandel.

Lanjut Dandel, 14 poin tadi hanya untuk vaksin jenis Sinovac, kemungkinan akan berbeda aturan untuk vaksin jenis lainnya.

Diketahui, untuk tahap awal, vaksinasi akan dilakukan kepada Sum-ber Daya Manusia Kesehatan (SDMK), disusul tahap II kepada TNI, Polri dan ASN untuk pelayanan-pelayanan publik yang ada di depan semisal guru.

Adapun jenis vaksin yang diperoleh Indonesia yaitu dari Cina Sinovac 125 juta dosis, dari Amerika-Canada Novavax 50 juta dosis, dari Inggris AstraZeneca 50 juta dosis, serta Pfizer dari perusahaan Amerika- Jerman 50 juta dosis. (bm/*)



Atasi Persoalan Sampah, Pemkot Sodorkan di APBD 2021 Beli Dua Alat Berat

EXPOSEMEDIA, MANADO — Pemerintah Kota (Pemkot) Manado terus berupaya dalam memaksimalkan persoalan pengelolaan sampah di Tempat Pembuangan Akhir (TPA) Sumompo.



Buktinya, pembelian dua alat berat untuk pengoperasian di TPA Sumompo telah lolos proses penganggaran oleh Pemkot Manado.

Kepala Bidang Pengelolaan Sampah dan Limbah B3 Dinas Lingkungan Hidup Manado, Franky J Porawouw mengatakan bahwa alat berat yang beroperasi saat ini hanya satu sehingga terjadi penumpukan sampah di TPA.

"Penambahan alat berat merupakan solusi terbaik. Pemkot telah menganggarkan pembelian dua alat berat dalam APBD tahun 2021," terangnya.

Franky, juga mengaku kalau penumpukan sampah tersebut terjadi sudah sejak akhir Desember dan awal Januari ini.

"Sekitar 900 ton produksi sampah warga Kota Manado pada Natal dan Tahun Baru lalu," katanya.

Dia juga menambahkan kalau pihak Dinas Lingkungan Hidup terpaksa harus menyewa alat berat untuk mengatasi penambahan volume sampah di Kota Manado, jelasnya. (ale/**)



 **EXPOSEMEDIA**
MERAWAT AKAL SEHAT

HADER sebagai Koran Digital Pertama di Sulawesi Utara. EXPOSEMEDIA.ID menjawab keinginan pembaca yang melekat teknologi gadget dan smart phone. Dengan EXPOSE MEDIA.ID anda bisa membaca berita koran aktual dimana saja dan kapan saja.

Kerendahan Dihubung Manajemen:
PT. PRATAMA DIGITAL MEDIA

PEMIMPIN REDAKSI:
Anrain Razak
(Wartawan Utama)

REDAKTUR:
Tahleer, Wita, Anas Machrusid, Saleh Ngga,
Mudzahballah Ab

PERWAKILAHAN LAGOUT:
Syamsuddin Hasan, Ekliot

IT & WEB PROGRAMMER:
Ekliot

REPORTER/ KONTRIBUTOR :

Korda Mirahana Raya dan Bolromeng Raya: Benyamin
Allo, Douglas Panis (Minsel), Hamdan Rahman Miu
(Bolo), Firmansyah Hilgato (Gorontalo), Reporter:
Nalyadi Ponororing

MANAGER ADVERTISING:
Hadi Prastani, Mirdad Hasan

PEMANGKAT HUKUM:
Pranoto & Partner Law Firm

Oknum Anggota Satpol PP Diduga Pelaku Pembongkaran Ruang Kerja Sekot dan BKAD



EXPOSEMEDIA, MANADO — Ulah tidak terpuji yang diduga dilakukan sejumlah oknum anggota Satuan Polisi Pamong Praja (Satpol PP) Kota Manado, mendapat tanggapan serius dari sejumlah masyarakat.

Pasalnya, buntut dari pembongkaran ruang kerja Sekretaris Kota (Sekot) serta Badan Keuangan dan Aset Daerah (BKAD) diduga dilakukan oleh beberapa oknum anggota Satpol PP.

Pemerhati Pemerintahan, Tri Haryanto menjelaskan, pengrusakan tersebut adalah sesuatu kegiatan yang tidak terpuji di lingkup kantor pemerintah.

"Ini seperti menampar citra di Pemkot Manado, karena yang melakukan pengrusakan justru yang terlibat adalah oknum tenaga harian lepas (THL) Satpol PP, dan ini menjadi tanggungjawab dari Kepala Satuan (Kasat) Pol PP itu sendiri. Buntut dari pengrusakan tersebut kan karena dari aksi demo Satpol PP beberapa hari lalu," terangnya.

Lanjut Haryanto, kinerja Kasat Pol PP Kota Manado patut dipertanyakan karena tidak mampu mengevaluasi dan mengontrol perilaku anggotanya apalagi per-

mintaan dalam demo oleh THL Satpol PP sudah dipenuhi Pemkot Manado.

"Menurut informasi telah dilakukan pertemuan antara Sekda Kota Manado dan THL Satpol PP dimana telah terjadi kesepakatan tidak ada pengurangan THL di Satpol PP Kota Manado. Kejadian ini tidak perlu terjadi jika Kasat Pol PP bisa mengontrol dan memfasilitasi para anggota dengan baik," jelasnya.

Ia menambahkan, Satpol PP yang seharusnya menjaga situasi kondisi Kantor Walikota Manado, justru menjadi pengrusak fasilitas di Kantor Walikota.

"Ini tentunya harus jadi perhatian serius Walikota dan Wakil Walikota. Citra Pemkot Manado saat ini sudah tercoreng hanya karena kurang kontrolnya pimpinan di satuan polisi milik pemerintah tersebut," tutup Haryanto.

Begitupun dikatakan Kepala

BKAD Manado, Jhonly Tamaka membenarkan bahwa pengrusakan di ruang kerja BKAD dan Sekot Manado adalah oknum anggota Satpol PP Manado.

"Pengrusakan pintu serta ruang kerja Sekda dan BKAD Kota Manado dirusak oleh sejumlah oknum anggota THL Satpol PP Kota Manado tanpa alasan yang jelas. Kami sudah laporkan ini ke pihak berwajib," kata Jhonly kepada sejumlah wartawan.

Sementara Kasat Pol PP Kota Manado, Johanis Waworuntu saat dikonfirmasi di kantornya enggan bertemu dengan wartawan. Begitu pun dihubungi melalui telepon selulernya di aplikasi whatsapp bernomor 08218966xxxx, tidak ada jawaban.

"Bapak sedang rapat tidak bisa diganggu," ujar salah satu petugas piket Satpol PP Kota Manado. (ale/*)

Airlangga: Pembatasan Bukan Pelarangan Kegiatan Masyarakat

EXPOSEMEDIA, JAKARTA — Menteri Koordinator Bidang Perekonomian Airlangga Hartarto menegaskan, Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) di DKI Jakarta dan 23 kabupaten/kota di enam provinsi lainnya bukan merupakan larangan, melainkan membatasi kegiatan masyarakat.



“Ditegaskan, ini bukan pelarangan kegiatan masyarakat,” kata Airlangga Hartarto yang juga Ketua Komite Penanganan Covid-19 dan Pemulihan Ekonomi Nasional (KPC-PEN) dalam konferensi pers virtual di Jakarta, Kamis (7/1).

Menko Perekonomian juga meminta masyarakat tidak panik dengan kebijakan baru yang diterapkan pemerintah untuk memberlakukan PSBB di DKI Jakarta dan 23 kabupaten/kota 11-25 Januari 2021.

Dia menjelaskan kebijakan itu diambil mencermati perkembangan kasus Covid-19 di sejumlah daerah yang meningkat yakni per Rabu (6/1) jumlah kasus aktif mencapai 112.593 kasus, meninggal dunia mencapai 23.296 dan tingkat kesembuhan mencapai 652.513.

Secara nasional, lanjut dia, tingkat kesembuhan rata-rata di Indonesia mencapai 82,76 persen dan kematian mencapai 2,95 persen.

Airlangga menambahkan, laju pertambahan kasus dalam minggu terakhir terjadi peningkatan 7,3 persen dari 48.434 kasus pada 21-28 Desember 2020 menjadi 51.986 kasus pada 28 Desember 2020-4 Januari 2021.

Berdasarkan data dari Satuan Tugas Penanganan Covid-19, selama dua bulan terakhir kasus aktif pada November 2020 mencapai 54

ribu kasus, namun per Rabu (6/1) jumlahnya melonjak menjadi 112 ribu kasus.

Dengan peningkatan itu, salah satu konsekuensinya adalah penambahan pasien di seluruh rumah sakit.

Menko Airlangga juga menekankan kembali, PSBB itu tidak Covid di seluruh wilayah Jawa-Bali namun hanya di wilayah dengan risiko tinggi penyebaran Covid-19.

PSBB baru ini diberlakukan di seluruh wilayah DKI, kemudian di Jawa Barat dengan prioritas Kabupaten Bogor, Kabupaten Bekasi, Kabupaten Cimahi, Kota Bogor, Kota Depok, Kota Bekasi, dan Wilayah Bandung Raya.

Kemudian, di Provinsi Banten dengan prioritas Kabupaten Tangerang, Kota Tangerang, dan Kota Tangerang Selatan, selanjutnya di Jawa Tengah dengan prioritas Semarang Raya, Banyumas Raya dan Kota Surakarta dan sekitarnya.

Selain itu, di Daerah Istimewa Yogyakarta dengan prioritas Kota Yogyakarta, Kabupaten Bantul, Kabupaten Gunung Kidul, Kabupaten Sleman, dan Kabupaten Kulon Progo.

Selanjutnya di Jawa Timur dengan prioritas Kota Surabaya, Kabupaten Sidoarjo dan Kota Malang serta di Provinsi Bali dengan prioritas Kota Denpasar dan Kabupaten Badung.

Penerapan PSBB dilakukan karena wilayah itu memenuhi salah satu dari empat parameter yakni tingkat kematian dan tingkat kasus aktif yang masing-masing di atas rata-rata nasional.

Kemudian, tingkat kesembuhan di bawah rata-rata nasional dan tingkat keterisian rumah sakit (BOR) untuk ICU dan isolasi di atas 70 persen. (sumber: Antara)



HIPMI Bocorkan Kunci Sukses Terserapnya Bonus Demografi

EXPOSEMEDIA, JAKARTA — Himpunan Pengusaha Muda Indonesia (HIPMI) membocorkan kunci sukses terserapnya bonus demografi yang akan dimiliki Indonesia.

Ketua Ketua Umum Badan Pengurus Pusat (BPP) HIPMI Mardani H Maming menyakini Undang-undang (UU) Nomor 11 tahun 2020 tentang Cipta Kerja (Ciptaker) akan meningkatkan pertumbuhan ekonomi, memperbaiki iklim investasi, dan bermuara pada menciptakan lapangan kerja seluas-luasnya di Indonesia, terutama pascapandemi Covid-19 yang masih merajalela.

Mardani mengatakan, UU Ciptaker merupakan komitmen dan kebijakan pemerintah yang harus didukung dan diimplementasikan dengan baik. Sebab, selain memperbaiki iklim investasi, regulasi ini juga memberikan dukungan untuk memajukan usaha mikro, kecil dan menengah (UMKM) dan menciptakan lapangan pekerjaan.

"Kita juga tidak bisa menampik bahwa pada tahun 2035, Indonesia akan menuju pada puncak bonus demografi. Di mana pada tahun tersebut, 70 persen penduduk Indonesia atau sekitar 148,5 juta merupakan pemuda usia produktif yang diharapkan mampu meningkatkan perekonomian bangsa," kata Mardani di Jakarta, Kamis (7/1).

Menurutnya, pada puncak bonus demografi di Indonesia, sektor swasta akan memiliki peran vital menyerap tenaga kerja lokal yang jumlahnya mencapai ratusan juta orang tersebut. Dengan tersedianya lapangan pekerjaan yang cukup maka mereka akan menjadi mesin pertumbuhan. Mereka akan mampu menggerakkan perekonomian melalui konsumsi rumah tangga.

Bonus demografi, kata dia, se-perti layaknya pedang bermata dua. Bila tidak dipersiapkan lapangan pekerjaan, justru akan berdampak buruk di masa depan.

"Bonus demografi ini seperti pisau bermata dua, kalau tidak hati-hati ini akan membawa

malapetaka, sehingga usia-usia produktif ini harus kita siapkan dengan baik," kata dia.

Ia berkata, salah satu upayanya melalui penerapan UU Cipta Kerja untuk menyiapkan lapangan kerja secara lebih luas jelang bonus demografi pada 2035.

"Kalau tidak mampu mengelola perizinan berusaha mulai dari sekarang, malah demografi justru akan jadi masalah. Akibatnya jadi beban ekonomi dan berdampak sosial juga politik," ucapnya.

Maming menambahkan, keberadaan UU Cipta Kerja bisa memberikan dampak yang positif khususnya bagi pengembangan UMKM. Mengingat, selama ini proses perizinan membuka usaha untuk UMKM selalu disamakan dengan usaha besar sehingga menimbulkan kesulitan bagi pelaku UMKM.

"UU Cipta Kerja bisa mempermudah UMKM membuka usaha. Selain itu, kemitraan pemerintah juga didorong untuk bisa mengakomodasi pengembangan bisnis UMKM. Tak hanya itu, dengan adanya UU ini juga memberikan kemudahan bagi koperasi untuk mendirikan koperasi," ucapnya.

Saat ini, negara membutuhkan investasi sektor swasta yang cukup besar untuk menciptakan lapangan kerja.

Bila investasi tidak masuk ke Indonesia, bayang-bayang pengangguran dari angkatan kerja terdidik ada di depan mata.

"Bonus demografi ini tentu bisa menjadi bonus bagi perekonomian. Namun, ini bisa juga menjadi bencana bila tidak ada lapangan kerja bagi angkatan kerja terdidik," ungkapnya.

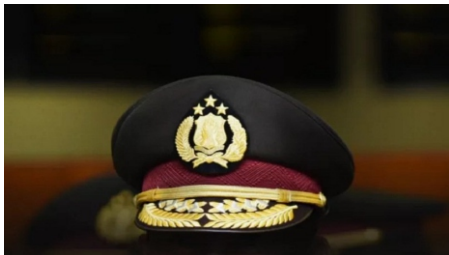
Keberadaan UU ini sangat diperlukan untuk mengatasi berbagai permasalahan yang ada serta tantangan ke depan. Misalnya untuk menghilangkan tumpang tindih regulasi yang selama ini menjadi penghambat investasi.

UU Cipta Kerja yang terdiri 116 pasal ini mampu merevisi 77 UU sebelumnya yang ternyata isinya saling tumpang tindih dan tidak ada kepastian.

"Kami mengajak semua pihak turut mendukung kelancaran implementasi UU Ciptaker. Dan pada akhirnya pun UMKM dan ekosistem dunia usaha insya Allah berkembang dengan baik. Pertumbuhan UMKM dan investasi yang masuk insya Allah berdampak positif dalam membuka lapangan pekerjaan baru," kata dia.

(rep/red)





Mahfud: Nama Calon Kapolri yang Beredar Masih Spekulasi

EXPOSEMEDIA, JAKARTA — Menteri Koordinator Bidang Politik, Hukum, dan Keamanan, Mahfud MD, menyampaikan, pemerintah belum memiliki daftar final nama-nama calon Kepala Polisi Republik Indonesia (Kapolri).

Nama-nama yang beredar di publik sejauh ini ia sebut hanya spekulasi.

"Belum ada yang final, semua nama yang beredar masih spekulasi. Tunggu saja," ujar Mahfud saat dihubungi lewat pesan singkat, Kamis (7/1).

Sementara itu, Kepala Staf Kepresidenan (KSP) Moeldoko mengatakan, Presiden Joko Widodo (Jokowi) telah mempertimbangkan sejumlah nama calon Kapolri untuk menggantikan Jenderal Polisi Idham Aziz yang akan memasuki masa pensiun.

Namun, Moeldoko enggan membocorkan siapa saja nama-nama yang masuk dalam bursa calon Kapolri baru.

"Ya pasti sudah, karena kan berkaitan dengan waktu," kata Moeldoko di kantornya, Kompleks Istana Presiden, Jakarta, Kamis (4/1).

Moeldoko mengatakan, per-

gantian Kapolri merupakan sesuatu yang rutin dan akan dilakukan sesuai prosedur yang ada. Menurutnya, nama calon Kapolri baru nantinya pun tinggal menunggu waktu saja.

"Siapanya pasti sudah ada," ucapnya.

Sayangnya, Moeldoko enggan menyebut nama-nama yang masuk dalam pertimbangan Presiden. Namun yang pasti Presiden telah mengantongi sejumlah nama.

"Ini kan mekanismenya jelas, ada usulan, berikutnya DPR akan memproses ada di sana, proses pemilihannya, berikutnya nanti keputusannya seperti apa, saya pikir sampai di situ saja, nanti nama belakangan, gampang," katanya.

Terkait kapan Presiden akan mengirimkan surat ke Komisi III DPR, Moeldoko juga enggan menjawabnya.

Sebagai diketahui, Kapolri Jenderal Idham Aziz akan memasuki

masa pensiun pada 1 Februari 2021 mendatang.

Sejumlah nama kandidat pun juga telah beredar untuk menggantikan Idham Aziz.

Sebelumnya, anggota Komisi III DPR Habiburokhan mengatakan, pihaknya belum menerima surat dari Presiden terkait pengajuan nama calon Kapolri untuk menggantikan Jenderal Idham Aziz.

Ia menilai semua kandidat punya peluang yang sama untuk menjadi Kapolri baru.

Menurutnya, ada beberapa sosok perwira tinggi (pati) senior yang diusulkan menjadi calon Kapolri menggantikan Jenderal Idham Aziz.

"Ada yang jago di bidang resece, di bidang humas, dan ada juga yang lama di bidang pemeliharaan keamanan dan ketertiban masyarakat (kamtibmas)," ujarnya. (REP/*)

Supaya Kamu dan Data Pribadimu Selalu Aman

EXOSEMEDIA - Harganya yang mencapai 7 sampai 8 digit angka membuat HP rentan menjadi sasaran pencurian. Hal ini akan sangat berbahaya jika pencuri tersebut bisa meretas isi HP-mu. Akibatnya, isi HP-mu akan disalahgunakan dan privasimu akan jebol.

Supaya tidak rugi beberapa kali saat HP dicuri atau hilang, hindari menyimpan hal-hal yang dapat diretas pada HP-mu. Apa saja itu? Yuk, simak list berikut!

1. Informasi Rekening Bank

Menyimpan informasi rekening bank akan berisiko diretas dan disalahgunakan jika HP dicuri atau hilang. Jadi, lebih baik kamu tidak menyimpan informasi tersebut dan tidak menggunakan aplikasi mobile banking, internet banking, maupun SMS banking di HP-mu.

Ketika ingin menggunakan layanan perbankan tanpa harus ke bank, lakukanlah di komputer yang tidak pernah dibawa keluar rumah. Jika terpaksa melakukan transaksi perbankan di HP, gunakanlah password yang tidak tercatat pada aplikasi mobile banking, internet banking, dan SMS banking.

2. Segala Jenis Password

Password atau kata sandi merupakan kumpulan huruf, angka, dan karakter yang digunakan untuk membuka suatu akses pada komputer, inter-

net, dan sebagainya. Semakin banyak variasi password yang kamu gunakan, maka akan semakin sulit untuk mengingat semuanya. Cara yang salah untuk mengingatnya yaitu membuat catatan password pada aplikasi notes dan pengisian password otomatis pada HP. Lebih buruk lagi jika HP-mu dicuri atau hilang, seseorang akan mudah melihat password-mu dan mengakses semua akunmu.

Jika kamu memiliki banyak akun dan aplikasi di HP-mu yang memakai beragam password, kamu bisa memakai aplikasi pengelola password. Contoh aplikasi tersebut yaitu Dashlane, Keeper, LastPass, dan lain-lain. Dijamin password-mu tidak akan diketahui oleh orang lain.

3. Informasi Pribadimu

Jangan sekali-kali menyimpan informasi pribadimu pada HP, seperti alamat rumah, nomor kartu identitas, dan informasi yang bersifat sensitif. Sebab, para pencuri dan peretas

akan menyahgunakan Informasi pribadimu ketika HP-mu berada di tangan mereka.

Ditambah lagi, jangan menandai alamat rumahmu pada aplikasi navigasi, seperti Apple Maps, Google Maps, Waze, dan lain-lain. Sebab, risiko terburuknya adalah para pencuri bisa mengakses alamat rumahmu dan melakukan perampokan.

4. Foto yang Bersifat Sangat Rahasia

Jangan sekali-kali menyimpan foto yang sangat rahasia dan tidak ingin terlihat oleh orang lain pada HP-mu. Walaupun kamu menyimpannya pada aplikasi cloud, seperti Google Drive maupun Dropbox, tetap saja orang lain dapat mengaksesnya jika kamu mengaktifkan pengisian password otomatis.

Oleh karena itu, simpa-lah foto-fotomu yang sangat rahasia tersebut di komputer yang diberi password dan tidak pernah dibawa keluar rumah. Sebaliknya, hanya kamu sendiri

saja yang memakai komputer tersebut supaya anggota keluarga yang lain tidak melihat foto-fotomu tersebut.

5. Sidik Jari

Ketika kamu ingin HP-mu terproteksi, maka jangan gunakan sidik jari (fingerprint) untuk membukanya. Sebab, sidik jari yang tererekam pada HP-mu lebih mudah menjadi target peretasan. Peretas pun bisa merekam sidik jarimu saat kamu mengeskan pada fingerprint scanner di kantormu.

Pengucapan dengan sidik jari merupakan proteksi yang lemah daripada password maupun PIN. Oleh karena itu, gunakanlah password beserta PIN yang sangat kuat dan lebih dari satu kali proteksi supaya HP-mu lebih aman.

Selain itu, kamu akan lebih mudah dipaksa untuk membuka HP-mu dengan sidik jari daripada memberikan password atau PIN HP-mu kepada orang lain. Para peretas pun bisa melakukan HP-mu di dekatmu ketika kamu sedang tidur supaya kamu tidak sadar membuka akses pada HP-mu, sebagaimana dilansir dari Android Authority.

6. Rekam Wajamu sebagai Pengunci HP

Sama seperti sidik jari, rekam wajah juga termasuk penguncian yang lemah pada HP. Rekam wajah dapat diretas dan dipalsukan oleh para peretas, sebagaimana dilansir dari Security Today.

Orang lain akan dapat meniru rekam wajamu dengan cara mengubah angle wajah, posisi mulut, mengedipkan mata, dan sebagainya. Hal tersebut akan sangat berbahaya ketika wajah peretas mirip dengan wajamu.

Oleh karena itu, kamu lebih baik tidak memakai rekam wajah untuk membuka kunci HP-mu. Gunakanlah proteksi yang lebih aman, yaitu password dan PIN yang kuat.

Periksa dan pindahkanlah semua hal pada list di atas dari HP-mu supaya kamu dan data pribadimu selalu aman. Jangan lupa untuk berhati-hati dan waspada terhadap keadaan sekitarmu ketika kamu sedang memegang dan membawa HP (idnt/7)





5 Manfaat Mengejutkan dari Jengkol

EXPOSEMEDIA - Jengkol menjadi salah satu makanan yang tidak disarankan dikonsumsi sebelum melakukan tes corona menggunakan alat GeNose. Aromanya yang menyengat disebut membuat alat tersebut tidak optimal. Padahal di balik itu, jengkol merupakan salah satu makanan yang memiliki sejumlah manfaat mengejutkan.

Jengkol mengandung berbagai zat penting untuk tubuh seperti karbohidrat, protein, vitamin dan juga mineral.

Beberapa waktu lalu, spesialis gizi klinik dari Departemen Ilmu Gizi FKUI dr Anna Maurina Singal mengatakan kepada detikHealth bahwa jengkol bermanfaat jika dikonsumsi dalam jumlah yang cukup.

Anna menambahkan bahwa jengkol mengandung vitamin A, B dan C serta mineral fosfor, kalsium, dan zat besi.

Dalam 100 gram jengkol mengandung 192 kkal, 5,4 gram protein, 0,3 gram lemak, 40,7 gram karbohidrat dan 0,7 mg zat besi.

Berikut beberapa manfaat jengkol untuk kesehatan:

1. Menjaga Kesehatan Jantung

Jengkol mengandung antioksidan yang dapat menangkal radikal bebas tubuh serta membantu melancarkan peredaran darah.

Bila dikonsumsi dalam jumlah sedikit, jengkol juga bermanfaat untuk menunjang kesehatan jantung.

Namun ingat untuk tidak memasaknya dengan campuran santan atau bahan tinggi lemak.

2. Mencegah Anemia

Jengkol juga mengandung zat besi. Zat besi berfungsi untuk pembentukan sel darah merah dalam darah sehingga cocok untuk mengatasi anemia.

Selain itu, agar terhindar dari anemia, Anda juga perlu mengonsumsi makanan yang mengandung vitamin C agar penyerapan zat besi lebih optimal.

3. Menjaga Berat Badan

Jengkol mengandung serat sehingga bermanfaat untuk menjaga berat badan. Selain itu, jengkol juga dapat membakar energi tubuh dan mengatasi lemak tubuh asalkan dimasak dengan cara yang benar.

4. Mengontrol Kadar Gula Darah

Jengkol memiliki senyawa aktif yang berfungsi untuk mengontrol dan mengendalikan kadar gula darah. Sehingga penderita diabetes dinilai aman untuk mengonsumsi jengkol.

5. Menstabilkan Organ Vital Tubuh

Organ vital dalam tubuh akan berfungsi dengan optimal ketika tubuh cukup memiliki asam folat dan vitamin B6. Berikut kandungan inilah jengkol bermanfaat untuk itu hamil.

Sebagaimana tertulis dalam buku 56 Makanan Ajaib dan Manfaatnya untuk Kesehatan dan Kecantikan oleh Yusuf CK Arianto, kandungan zat besi dalam jengkol yang cukup tinggi tidak hanya berguna untuk mencegah terjadinya anemia tapi juga meningkatkan stamina tubuh.

Untuk mengambil manfaat jengkol, konsumsi secara rutin dalam bentuk lalapan akan sangat membantu dalam mengatasi masalah kekurangan zat besi. (cnni¹)

Anya Geraldine

BUKAN NYI LORONG

EXPOSEMEDIA - Selebgram hits Anya Geraldine memang selalu mencuri perhatian. Memiliki wajah yang menawan dan tubuh yang ideal, membuat perempuan bernama asli Nur Amalia Hayati ini terlihat cocok mengenakan busana apapun, termasuk bikini.

Terbaru, perempuan 25 tahun tersebut kembali mencuri perhatian saat berpose di pinggir pantai. Ia mengenakan setelan bikini berwarna hijau muda dalam momen liburan tahun baru di Pulu Dewata, Bali.

Bikini tersebut memiliki model yang cukup unik, yaitu berupa belero berlempang panjang yang dipadukan dengan rok berpotongan cukup tinggi. Bintang film *Yowis Ben 2* ini juga berfoto sambil mengibarkan scarf berwarna abu.

Namun, yang bikin warganet salah fokuus model dan warna bikini yang dikenakan Anya ini membuatnya disamakan dengan Nyi Blorong.

Dalam keterangan fotonya, ia menolak jika dirinya dikatakan mirip Nyi Blorong. Sebagai informasi, Nyi Blorong merupakan sosok legenda Indonesia yang berwujud wanita cantik, bertubuh manusia dari pinggang ke atas, dan berwujud ular dari pinggang ke bawah. Ia merupakan panglima terkutuk yang dimiliki oleh Kanjeng Ratu Kidul dan sering dianggap sama dengan Nyi Roro Kidul.

"Bukan Nyi Blorong," tulisnya dalam unggahan tersebut.

Unggahan yang hingga saat ini sudah mendapat lebih dari 530 ribu likes tersebut juga mengundang beragam respon dari warganet yang melihatnya.

"Kalo Nyi Blorongsnya begini sih rela ditarik ke laut," tulis @mraflyy13.

"Duh jadi ini yang pegang Pantaf Selatan," kata @dellyekagerma. @uar*/





Klopp Murka

JURGEN Klopp tak bisa menyembunyikan kekecewaannya melihat kekalahan Liverpool dari Southampton. Klopp merilai para pemain terpelit buruk sekali.

Liverpool butuh kemenangan saat melawat ke St Mary's, Selasa (5/1) dini hari WIB. Padahal mereka sudah dua laga terakhir gagal menang karena diimbangi West Bromwich Albion dan Newcastle United.

Tapi, baru dua menit laga berjalan, gawang Alison Becker sudah bobol duluan lewat gol Danny Ings merusuk free kick James Ward-Prowse. Kelecewaannya itu melatung Liverpool dalam mengantipasi jadi penyebabnya.

Masalah kedua lainnya adalah Liverpool tak kunjung bisa mencetak gol ke gawang Southampton, yang dikawal kiper cadangan Fraser Forster. Trio Sadio Mane, Mohamed Salah, dan Roberto Firmino musti kecewa.

Liverpool kalah 0-1 dan punak klasemen terancam oleh Manchester United yang sama-sama punya 33 poin. Kekalahan yang bikin Jurgen Klopp lesat bukan main. Sebab anak asuhnya tidak bermain fokus sedari menit awal dan akibatnya mereka lebobolan duluan, sehingga nuit mengajir ketertinggalan lawan tim yang bermain bertahan total. (hik/?)

SAKITI MANTAN

EXPOSEMEDIA - Danny Ings menjadi pahlawan kemenangan Southampton 1-0 atas Liverpool. Ia berhasil 'menyakiti' mantan klubnya sendiri. Bermain di St. Mary's Stadium, Selasa (5/1/2021) dini hari WIB, Southampton langsung unggul cepat saat laga baru berjalan dua menit.

Berawal dari tendangan bebas tak langsung yang dilepaskan James Ward-Prowse, bola sempat dikira akan berhasil dihalau Trent Alexander-Arnold.

Naman bek sayap The Reds itu gagal mengantisipasi, dan bola mampir di kaki Ings. Dengan satu tembakan job, ia berhasil memperdaya Alison Becker yang menjaga gawang Liverpool. Skor berubah menjadi 1-0, dan rupanya bertahan hingga peluit panjang.

Danny Ings memuji Ward-Prowse sesai laga karena memberinya assist yang ia butuhkan. Penyerang 28 tahun itu mengaku sudah sering melatih skema tendangan bebas seperti itu.

"Kami semua tahu betapa bagusnya kemampuan Prowse dalam urusan bola mati. Kami melatih hal tersebut tiap pekan. Semuanya dikerjakan bersama-sama dan akhirnya saya mencetak gol. Saya dan dia

ngobrol sebelum laga, melihat apakah ada kesempatan kami bisa mencetak gol cepat dan untungnya hal itu terbayar lunas," kata Ings, dikutip The Guardian.

Cipta mencatat bahwa gol tersebut merupakan yang ke-50 bagi Ings di Premier League. Gol tersebut merupakan yang tercipta paling cepat selama ini dibandingkan gol-gol lainnya, yakni hanya butuh 1 menit 51 detik.

Catatan itu kian manis karena dicetak ke gawang Liverpool, yang merupakan mantan klubnya. Ings pernah mengabdikan di Anfield selama tiga musim, namun hanya tampil 25 kali dan mencetak 4 gol sebab didera cedera kekepanjangan.

Meski demikian, Ings tampak masih menghormati Liverpool dan memilih tak melakukan selebrasi berlebihan.

Kemenangan Soton atas Liverpool, berkat Danny Ings, membuat mereka menempati urutan keenam klasemen sementara dengan 29 poin, sama dengan Tottenham Hotspur dan Manchester City yang ada di atas mereka. (hik/?)



1-0



Danny Ings 2
James Ward-Prowse
(Assist)