



**MENDADAK KAYA  
DARI KUE KERING**



**THOMAS DJORGI SAKIT HATI  
DITUDING GAY**



**14**



**CARA YOUTUBER MERAUP  
PENDAPATAN BESAR**



**21**

# BERITA INDONESIA

## WARGA HK BISA VAKSIN SENDIRI !



**Hong Kong, BI** - Dengan dilaksanakannya Program Vaksinasi COVID-19, Departemen Kesehatan (DH) mulai mendistribusikan vaksin Sinovac kepada dokter dan klinik swasta yang berpartisipasi dalam program Skema Subsidi Vaksinasi sejak 1 Maret. Program tersebut telah berjalan dengan lancar sejak diluncurkan. Sampai hari ini (17 Maret), lebih dari 1.200 dokter (lebih dari 1.300 lokasi klinik) yang bergabung dengan program ini telah mendekati DH untuk memesan lebih dari 170.000 dosis vaksin. Sekitar  
**>>SELENGKAPNYA DI HLM 10**



**JIKA DITEMUKAN BERITA INDONESIA  
DAN MAJALAH PEDULI DIJUAL  
HUBUNGI:  
2123-1118**

TABLOID BERITA INDONESIA Edisi 213, Maret 2021

E-mail: beritaindonesia@gmail.com

Telp. (852) 2180 9888 Fax. (852) 2151 9191

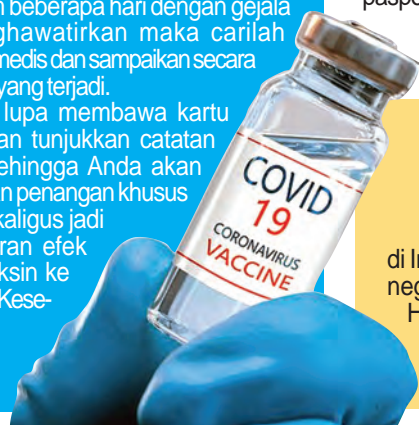
## Merasakan Efek Samping Vaksinasi

**Hong Kong, BI** - Sebelum melakukan vaksinasi sebaiknya peajari Informasi tentang efek samping dari vaksin yang bisa ditemukan di situs covidvaccine.gov.hk. Secara umum, efek samping dari vaksin COVID-19 biasanya ringan dan sementara. Namun ada neberapa kemungkinan peserta vaksin mungkin juga mengalami efek samping yang lebih parah, tetapi secara umum jarang terjadi.

Setelah mendapat vaksinasi, Anda akan diminta untuk tinggal di area observasi selama 15-30 menit. Untuk mengurangi rasa sakit dan ketidaknyamanan di tempat Anda mendapatkan suntikan, Anda dapat mengoleskan waslap bersih, dingin, dan basah di area tersebut. Lakukan juga gerakan perah-lahan lengan Anda.

Untuk mengurangi rasa tidak nyaman akibat demam ringan, minumlah banyak cairan, mintalah nasihat dari dokter Anda atau ahli perawatan kesehatan lainnya (misalnya dokter gigi, apoteker, perawat, dan praktisi pengobatan Tiongkok). Jika terasa nyeri atau terjadi kemerahan di tempat suntikan vaksin meningkat setelah 24 jam penyuntikan, atau efek samping Anda sepertinya tidak akan hilang dalam beberapa hari dengan gejala yang mengawatirkan maka carilah pertolongan medis dan sampaikan secara terbuka apa yang terjadi.

Jangan lupa membawa kartu vaksinasi dan tunjukkan catatan vaksinasi sehingga Anda akan mendapatkan penanganan khusus dari ahli, sekaligus jadi bahan laporan efek samping vaksin ke Departemen Kesehatan. [chp]



# Vaksinasi Covid-19 Untuk Pekerja Migran

**Hong Kong, BI** - Dalam rangka mengendalikan pandemi COVID-19, Pemerintah Hong Kong SAR mengumumkan program vaksinasi COVID-19 secara masal dalam waktu dekat, maka dari itu diharapkan bagi yang hendak ikut vaksinasi bersama pemerintah segeramelakukan pendaftaran secara online untuk proses lebih lanjut [18/3].

Terkait syarat peserta vaksin tertulis sebagai berikut:

**1. Berlaku bagi penduduk Hong Kong yang berusia 30 tahun ke atas, dan bagi seluruh Pekerja Migran Indonesia di Hong Kong.**

Apabila menjaga orang tua berusia 70 tahun ke atas, maka maksimal 2 orang pendampingnya dapat menerima vaksinasi. Vaksinasi ini bersifat sukarela, namun semua penduduk di Hong Kong dihimbau untuk mengikuti program ini demi perlindungan kesehatan bersama.

**2. Melakukan pendaftaran secara online terlebih dahulu** melalui [www.covidvaccine.gov.hk](http://www.covidvaccine.gov.hk), pilih jenis vaksin yang diinginkan, isi data diri dan nomor telpon lokal kemudian pilih waktu yang tersedia. Siapkan identitas diri (HKID atau paspor).

**3. Vaksinasi dapat dilakukan di Com-**



**munity Vaccination Centres (Pusat Vaksinasi Komunitas) ataupun di 18 klinik rawat jalan yang ditunjuk di website tersebut.** Lokasi tempat yang menyediakan vaksinasi dapat dilihat pada <https://www.map.gov.hk/gm/map/>

**4. Jika anda mengalami demam, sedang hamil atau menyusui, sedang dalam masa karantina wajib atau kondisi lainnya, dapat menunda hingga kondisi anda memungkinkan.**

Konsultasikan terlebih dahulu ke dokter apabila anda sedang menjalani pengobatan khusus atau memiliki masalah kesehatan tertentu sebelum menerima vaksin.

**5. Informasi lengkap mengenai vaksinasi dapat melihat laman Centre for Health Protection Hong Kong:** <https://www.chp.gov.hk/en/features/102790.html#INF1>. Tersedia berbagai bahasa termasuk bahasa Indonesia. [bi/chp]

## Covid-19 di Indonesia Peringkat ke-18 Dunia

**JAKARTA, BI** - Total kasus sebaran Covid-19 di Indonesia berada di peringkat ke-18 dari 192 negara di dunia yang sudah terpapar. Johns Hopkins University Medicine mencatat, hingga Kamis (19/3) tercatat sebanyak 1.443.853 kasus konfirmasi Covid-19 di tanah air.

Statistik Johns Hopkins University Medicine juga mencatat Indonesia menyumbang 1,19 persen dari kasus positif Covid-19 sebanyak 121.382.067 di dunia.

Sementara itu untuk angka kematian di Indonesia mencapai 39.142 jiwa atau setara

1,46 persen dari angka kematian secara global yakni 2.683.209 jiwa.

Dengan jumlah angka kematian tersebut Indonesia menempati urutan ke-17 terbanyak

>> BERSAMBUNG KE HLM 02

## DIBUTUHKAN KARYAWAN !

Perusahaan keuangan yang sedang berkembang pesat membutuhkan: **Karyawan yang lancar berbahasa Indonesia**

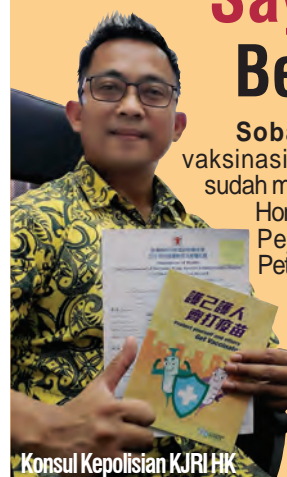
Kami menawarkan **komisi bulanan** yang menarik, **bonus akhir tahun, libur nasional, cuti tahunan, tunjangan kesehatan, dll.**

Perusahaan kami juga **memberikan keramahan dan lingkungan kerja yang menyenangkan** bagi para karyawan.

**Lowongan kerja terbatas!** Telepon kami sekarang untuk informasi lebih lanjut.

**Miss Wu : 2312 2873**

## Saya Sudah Divaksin dan Beraktifitas seperti Biasa



**Sobat PMI**, program vaksinasi secara bertahap sudah mulai dilaksanakan di Hong Kong, dimulai para Pejabat Pemerintah, Petugas Kesehatan dan semua pegawai di pelayanan masyarakat serta masyarakat secara bergiliran. Begitu juga entitas asing yang ada di Hong Kong

seperti kantor konsulat dan perwakilan dagang.

### Manfaat vaksin?

Sebagaimana disampaikan Otoritas Kesehatan bahwa tujuan vaksinasi Covid-19 adalah sebagai berikut:

1. Mengurangi penularan/transmisi Covid-19
2. Menurunkan angka kesakitan dan kematian akibat Covid-19
3. Mencapai kekebalan kelompok di masyarakat (herd immunity)

>> BERSAMBUNG KE HLM 19

# Sentimen Orang Terhadap Vaksin

Berita aktivitas vaksinasi masih menjadi topik dan pembahasan yang menarik diberbagai media, dari jadwal vaksinnya kapan hingga efek samping vaksin yang sangat fatal bagi mereka yang memiliki rekam medis sakit tertentu.

Tujuan vaksinasi adalah untuk menyelesaikan pandemi Covid-19, namun hingga program itu berjalan pro dan kontra masih saja terjadi karena adanya beberapa kasus yang membuat orang menjadi takut untuk divaksin, seperti berita meninggalnya orang setelah divaksin dari berbagai negara termasuk Hong Kong.

Berbagai sentimen pendapat muncul menilai efektivitas dan keamanan dari penggunaan vaksin itu sendiri.

Meskipun tidak sedikit orang yang tetap sehat setelah divaksin namun orang tetap berfikir tentang efek samping yang buruk, seperti pingsan dan kritis hingga meninggal.

Pertanyaan dan persepsi masyarakat sebenarnya merupakan hal yang wajar selaku pribadi yang memiliki hak penuh atas badan mereka yang nantinya akan diberikan zat asing masuk ke dalam tubuh mereka.

Vaksin sendiri sebenarnya bukan hal baru

## EDITORIAL

Oleh: Dr Syamsul Yakin MA

di masyarakat namun jadi hal yang menakutkan bagi orang - orang tertentu, apalagi bagi mereka yang merasa dirinya tidak sehat dan memiliki riwayat diabetes, darah tinggi dan jantung meskipun itu sudah membaik.

### Lantas Apa Itu Vaksin?

Vaksin merupakan preparat biologis yang digunakan untuk melatih sistem kekebalan agar mampu mengenali dan memerangi patogen baik virus maupun bakteri.

Vaksin sendiri dibuat dengan teknologi membuat suatu agen yang menyerupai mikroorganisme yang menyebabkan penyakit tersebut bisa dari agen mikroorganisme yang dilemahkan atau kita sering menyebutnya sebagai live attenuated vaccine, lalu terbuat dari agen mikroorganisme yang sudah dimatikan atau yang terbaru menggunakan teknologi mRNA (Mikro RNA) yang mekanismenya mengajari sel tubuh cara membuat protein yang memicu

respons imun di dalam tubuh sehingga sering disebut lebih efektif dibandingkan yang teknologi virus dimatikan ataupun dilemahkan.

Contoh vaksin yang dilemahkan yang telah diproduksi sebelumnya dan telah dimasukkan dalam program imunisasi nasional adalah vaksin tuberculosis (BCG), vaksin polio oral, vaksin campak, vaksin rotavirus, dan vaksin demam kuning. Kehadiran beberapa vaksin tersebut terbukti efektif menurunkan kejadian infeksi penyakit seperti pada kasus TBC, Polio, serta Campak di Indonesia.

Untuk vaksin yang dimatikan yang sudah diproduksi sebelumnya seperti vaksin hepatitis A, vaksin influenza serta vaksin rabies juga sudah menunjukkan benefitnya untuk

mengurangi kejadian penyakit tersebut. Teknologi vaksin yang dimatikan juga digunakan untuk membuat vaksin Covid-19 yang diproduksi oleh Sinovac.

Bedanya vaksin Covid-19 dan yang lainnya terletak pada aturan kesehatan atau rekam medis orang yang akan divaksin, jadi orang yang hendak divaksin harus sehat bebas dari beberapa jenis penyakit seperti diabetes, hipertensi/darah tinggi dan jantung. [redaksi]



### Diterbitkan Oleh

Berita Indonesia Ltd.

beritaindonesia@gmail.com

### Direktur Utama

Sam Jauhari

### General Manager

Marvyn Siah,

### Staf Redaksi

Susi Harsono & Kuswinarto

### Layout Desain

Sofyan. B

### Pemasaran

Marvyn Siah

### Iklan

Susi Harsono

### Alamat

### Pemasaran/Iklan

Kenning Industrial Building

Unit 604, 6/Floor

19 Wang Hoi Road

Kowloon Bay, Kowloon

HKSAR

### Office Telephone

(852) 2180-9888

(852) 6222-4345

# Pahala Berobat

**Pahala berobat** tentu adalah akan disembuhkan oleh Allah SWT, seperti firman-Nya, "Dan apabila aku sakit, Dialah yang menyembuhkan aku." (QS. al-Syu'ara/26: 80). Berobat sejatinya hanyalah ikhtiar. Yang menyembuhkan bukanlah obat, namun Allah SWT. Penyakit itu sendiri hanyalah makhluk yang tidak lebih digdaya ketimbang kita.

Oleh karena itu, Nabi SAW berseru, "Maka berobatlah kalian, dan jangan kalian berobat dengan yang haram." (HR. Abu Daud). Di antara yang haram misalnya khumar. Nabi SAW memberi informasi, "Khumar itu bukanlah obat, namun ia adalah penyakit." (HR. Muslim). Berobat bisa dengan madu yang rasanya manis, lezat, dan halal.

Nabi SAW bersabda, "Hendaklah kalian menggunakan dua obat, yaitu madu dan Alquran," (HR. Ibnu Majah). Madu adalah obat untuk fisik, sedangkan Alquran adalah obat bagi yang sakit fisik dan juga psikis. Allah SWT berfirman, "Dan Kami turunkan dari Alquran suatu yang menjadi penawar." (QS. al-Isra/17: 82).

Terkait berobat dengan madu, Abu Said al-Khudri bercerita, bahwa ada seseorang mengadu kepada Nabi SAW seraya berkata, "Wahai Rasulullah, saudaraku terkena diare". Rasulullah SAW memberi solusi, "Minumkanlah madu kepadanya." Orang itupun kemudian meminumkan madu kepada saudaranya.

Akan tetapi, ia kemudian datang lagi kepada Nabi dan mengadu untuk kedua kalinya, "Wahai Rasulullah, aku sudah meminumkan madu kepadanya, tetapi diarenya malah semakin parah". Nabi SAW kembali memberi saran, "Pergilah dan minumkanlah madu kepadanya". Orang tersebut kemudian meminumkan madu lagi kepada saudaranya itu.

Namun orang itu datang lagi, "Wahai Rasulullah, minum madu malah membuat diarenya kian parah." Rasulullah SAW menimpali, "Mahabener Allah dan telah berdistula perut saudaramu. Pergilah dan minumkanlah madu kepadanya." Orang itu lalu pergi. Ia meminumkan madu kepada saudaranya. Tak lama saudaranya itu akhirnya sembuh" (HR. Bukhari).

Berobat selain sebagai ikhtiar, termasuk juga bagian dari tawakal. Bagi orang sakit, ikhtiar

adalah berobat dengan sungguh-sungguh agar bisa sembuh. Sedangkan tawakal adalah menyerahkan kesembuhannya kepada Allah SWT setelah berobat secara tepat kepada ahlinya. Gampangnya, tawakal adalah kelanjutan dari ikhtiar.

Allah SWT berfirman, "Kemudian apabila kamu telah membulatkan tekad, maka bertawakallah kepada Allah. Sesungguhnya Allah menyukai orang-orang yang bertawakal kepada-Nya." (QS. Ali Imran/3: 159). Insya Allah orang yang berobat adalah orang yang bertawakal kepada Allah SWT sehingga beroleh pahala disukai oleh-Nya.



## >> COVID 19 DI INDONESIA...DARI HLM 01

dari keseluruhan negara yang terpapar Covid-19. Sementara untuk angka pasien Covid-19 yang sembuh, Indonesia tercatat pada urutan ke-15 dunia



Namun tampaknya orang yang sakit tidak cukup berobat sebagai bentuk ikhtiar dan tawakal kepada Allah SWT, namun juga harus bersabar. Bersabar ketika sakit merupakan sikap moral yang menghantarkan seseorang kepada surga. Bersabar dalam konteks ini adalah bersabar dalam merasakan rasa sakit yang diujikan oleh SWT.

Atha bin Rabah berkata, "Ibnu Abbas bertanya kepadaku", "Maukah aku tunjukkan seorang wanita penghuni surga?" Aku menjawab, "Ya". Ia berkata, "Wanita hitam itulah yang datang kepada Nabi SAW lalu berkata, "Aku menderita penyakit epilepsi dan auratku tersingkap (saat penyakitku kambuh). Doakanlah untukku agar Allah menyembuhkannya."

Nabi SAW bersabda, "Jika kamu mau, kamu bersabar dan bagimu surga, dan jika kamu mau, aku akan mendoakanmu agar Allah menyembuhkanmu". Namun wanita itu menjawab, "Aku pilih bersabar". Wanita itu berkata lagi, "Tatkala penyakit itu menimpaku, auratku terbuka, doakanlah agar auratku tidak tersingkap." Lalu Nabi mendoakannya" (HR. Bukhari dan Muslim).

Selain berobat agar sembuh, Nabi SAW juga mengajarkan doa ini, "Ya Allah, Tuhan seluruh manusia, hilangkanlah penyakit ini dan sembuhkanlah. Engkaulah al-Syaafi (Dzat Yang Maha Menyembuhkan). Tidak ada kesembuhan kecuali kesembuhan dari-Mu, kesembuhan yang tidak menyisakan penyakit." (HR. Bukhari dan Muslim). [Republika]

dengan total 1.272.958 orang.

Ini setara dengan 1,85 persen dari angka kesembuhan secara global yakni 68.804.070 jiwa.

Secara umum Johns Hopkins University Medicine mencatat Amerika Serikat merupakan negara dengan kasus positif terbanyak di dunia yakni 29.611.598 kasus.

Kemudian disusul Brasil dengan jumlah kasus positif Covid-19 yakni 11.693.838, diikuti India 11.474.605 kasus, Rusia 4.378.656 kasus dan United Kingdom 4.287.996 kasus. Untuk tingkat kematian tertinggi akibat virus tersebut ditempati Amerika Serikat dengan jumlah korban jiwa mencapai 538.182 orang.

Sementara jumlah pasien sembuh terbanyak tercatat di India yakni sebanyak 11.063.025 jiwa. (antara/jpnn)



Electronics



Furniture



Handphone



Computer



Motorcycle

BERLAKU: 1 JANUARI - 28 FEBRUARI 2021



Hanya tersedia di  
**HONGKONG**

## Bahagia

Bonus Hadiah ke Indonesia

+ Potongan s/d HK\$ 500

+ Hadiah Emas

Produk Original Bukan Tiruan China

100% Segel Resmi dan Garansi Nasional

Terima Barang Dulu Bayar Kemudian

**BEBAS**  
\* Uang Muka  
\* Biaya pemasangan  
\* Biaya Tambahan Lainnya

Gratis Pengiriman di seluruh Indonesia

Menerima Permintaan Produk Sesuai Keinginan Anda

**SAMSUNG**  
**A42 SE**  
6.6" Display  
48 + 8 + 3 + 5MP Main  
20 MP Front Camera  
Dual SIM (Dual stand by)  
Android 10.0  
128GB, 8 GB RAM  
5,000mAh  
Available in Black, White Grey  
**DISKON BERSAMA HK\$ 650**

**vivo**  
**Y20S**  
6.51" Display  
13 + 2 + 2 MP Main Camera  
16 MP Front Camera  
Dual SIM  
128GB, 4 GB RAM  
5,000mAh Battery  
Available in Black, Blue  
**DISKON BERSAMA HK\$ 340**

**OPPO**  
**A72**  
6.5" Display  
48 + 8 + 2 + 2MP Main  
16 MP Front Camera  
Dual SIM (Dual stand by)  
128GB  
4 GB RAM  
5,000mAh  
Available in Black, Purple  
**DISKON BERSAMA HK\$ 450**

**vivo**  
**Y50**  
6.53" Display  
13 + 8 + 2 + 2 MP Main  
16 MP Front Camera  
Dual Sim Card  
Android 9.0 (Pie)  
128 GB, 8 GB RAM  
5,500mAh  
Available in Blue, White  
**DISKON BERSAMA HK\$ 470**

**APPLE**  
**IPHONE 12 MINI**  
5.4" Liquid Retina HD  
12 MP + 12 MP Main  
12MP Selfie Camera  
4K Video Recording  
Mono Sim Card (Nano SIM)  
128 GB, iOS 14.1  
Available in White, Black, Blue, Green, Comb  
**DISKON BERSAMA HK\$ 1410**

**SAMSUNG**  
**TAB A7 LTE T505**  
10.4" Display  
8 MP Main Camera  
5 MP Front Camera  
Nano SIM Card  
Android 10.0  
64 GB, 3 GB RAM  
7,040 mAh  
Available in Silver, Grey  
**DISKON BERSAMA HK\$ 530**

**APPLE**  
**AIRPODS WITH CHARGING CASE**  
H1 Chip  
More than 24 hours of listening time (with Charging Case)  
Up to 5 hours of listening time (one charge)  
**DISKON BERSAMA HK\$ 310**

**APPLE**  
**APPLE WATCH SE**  
Retina display, GPS Model  
Case Size: 44mm  
Thickness: 10.7mm  
Strap Color: Customizable  
Aluminum Case  
Case Color: Space Grey, Pink, Silver  
**DISKON BERSAMA HK\$ 490**

**lenovo**  
**NOTEBOOK IDEAPAD 330-14IGM**  
14" HD Display  
Intel Celeron N4100 Processor  
500GB Storage  
8GB RAM, 4GB Memory  
Windows 10  
Weight 2.1 Kg  
**DISKON BERSAMA HK\$ 640**

**realme**  
**LED 32" REAL ME (SMART TV)**  
Quad-core, MediaTek MSD6683  
Graphic Processor: Mali MP4  
RAM Capacity: 1GB  
Storage Memory: 8GB  
**DISKON BERSAMA HK\$ 330**

**POLYTRON**  
**HOME THEATER PMA 9501**  
Ambience Light  
LED Display  
Line, MP3, USB Input  
Speaker System Stereo : 2.1ch  
**DISKON BERSAMA HK\$ 130**

**SHARP**  
**LEMARI ES 2P SJ-237MG**  
Kapasitas (L) :187 L  
Ukuran: 545x 1380 x 988  
Daya (W) : 130 Watt  
Tegangan: 220V / 1P  
Berat (KG) : 37 kg  
**DISKON BERSAMA HK\$ 410**

**LG**  
**MESIN CUCI 1TB T2107-VSPCK**  
Volume: 7 kg  
Voltage/Frequency 220 V/ 50 Hz  
Power Consumption (W) : 285 W  
Berat : 30kg  
Dimensi : 540x540x850 Mm  
**DISKON BERSAMA HK\$ 410**

**hp**  
**PRINTER 2135 (COLOUR)**  
Functions: Copy, Scan, Print  
Duty cycle: Up to 1000 pages  
Connectivity: USB 2.0  
Media : Plain paper, Photo paper  
Brochure paper, media support:  
A4; B5; A6; DL envelopes.  
**DISKON BERSAMA HK\$ 150**

**ASUS**  
**LAPTOP 14 X441BA + AMD A4 (DVD)**  
14" HD Resolution  
Amd A4 9125P 2.3 up 2.6Ghz  
4GB, 1TB HDD  
Radeon R3, Windows 10 Home  
**DISKON BERSAMA HK\$ 610**

**vivo**  
**Y51**  
Display 6.58"  
RAM 8 gb, ROM 128 gb  
Front Camera 16mp  
Rear Camera 48mp+8mp+2mp+2mp  
Baterai 5000 mAh  
Available in Blue, White  
**DISKON BERSAMA HK\$ 360**

**superfit**  
**SPRING BED SUPERFIT SUPER SILVER**  
Kain Knitting + Oscar  
Lk. 160 x 200 cm  
**DISKON BERSAMA HK\$ 500**

**INDONESIA**  
**SINGLE BED SOFIA UNGU**  
Size : 120 x 200 cm  
Kain Knitting Oscar  
**DISKON BERSAMA HK\$ 250**

**HOME PLUS**  
**SOFA L CLAIRE + MEJA UTAMA**  
P2 X L2 X O.7  
Bahan synthetic  
Leather mewah  
**DISKON BERSAMA HK\$ 510**

**HOME PLUS**  
**KURSI ROTAN GREENLIFE (3+1)**  
3 seat 195x60x85  
1 seat 70x60x85  
**DISKON BERSAMA HK\$ 360**

**FURNI-HOMES**  
**MEJA MAKAN CALLISTA 4 PSN**  
Meja 4 psn ; 160x80x75  
Kursi : 40x37x92  
**DISKON BERSAMA HK\$ 280**

**Flora**  
**LEMARI PAKAIAN 3P LP 2198**  
1486 X 550 X 2005 mm  
**DISKON BERSAMA HK\$ 330**

**pliko**  
**MOBIL AKI MINI COOPER**  
Dual gearbox (penggerak roda belakang)  
Satu gearbox swing ayun  
Aqua 12voli (baterai) (permanen)  
Music, mp3 USB lampu nyala  
Berperdam anti kejut  
Shockbraker depan belakang  
**DISKON BERSAMA HK\$ 310**

**HONDA**  
**VARIO 125 CBS**  
Tipe Mesin : Air Cooled 4-stroke, SOHC  
Susunan Silinder: Single Cylinder  
Diameter x Panjang: 57.3 x 57.9  
Perbandingan Kompresi: 10.6 : 1  
Volume Silinder: 125 cc  
Fuel Injection  
Tangki Bensin : 5.5 liter  
**DISKON BERSAMA HK\$ 1940**

**LAYANAN BAHASA INDONESIA**  
**24-888-777**  
**WA: 6234-3851**



**ALAMAT KANTOR PUSAT**  
Room 1603,  
16/F Causeway Bay  
Commercial Bldg (CBCB),  
3 Sugar Street,  
Causeway Bay, Hong Kong

**>> PEMBAYARAN MELALUI**

or Office :

**>> PAKET PELAYANAN**

BERHENTI TERIMA DULU BARANG TERLAKUKAN PERAY DI HONGKONG BAYAR KEMUDIAN

# Bea Cukai Gagalkan Penyelundupan

**Hong Kong, BI** - Petugas bea cukai mengatakan bahwa kasus penyelundupan meningkat di tengah pandemi Covid-19, ketika mereka menyita barang senilai HK \$ 20 juta di Lau Fau Shan, yang diyakini sebagai upaya terbaru untuk menyelundupkan barang melintasi perbatasan dengan speedboat pada hari Kamis lalu [18/3].

Petugas dari Biro Investigasi Kejahatan Sindikat dari Departemen Bea dan Cukai mengatakan mereka telah mengumpulkan intelijen dan melakukan operasi pengawasan terhadap sindikat penyelundupan



laut yang dicurigai di daerah perbatasan, sebelum mengambil tindakan penangkapan.

Mereka melihat beberapa pria mencurigikan memindahkan karton dari truk ke speedboat. Para tersangka melompat ke kapal dan melarikan diri.

Pihak berwenang kemudian mencegat truk tersebut dan menemukan 22 kotak barang di dalamnya, senilai sekitar HK \$ 20 juta.

Seorang pria, berusia 32 tahun, ditangkap. Sejak itu dia dibebaskan dengan jaminan.

"Penyitaan tersebut termasuk beberapa makanan laut kering bernilai tinggi, dan juga beberapa lensa ponsel, sirkuit terintegrasi, dan beberapa kosmetik bernilai tinggi," kata kepala biro tersebut, Mark Woo.

Pihak berwenang yakin sindikat itu berencana memuat barang ke speedboat, menuju ke daratan. Woo mengatakan telah terjadi peningkatan

kasus penyelundupan terkait speedboat, serta nilai barang yang diselundupkan.

"Pada kuartal pertama tahun ini, kami telah mendeteksi seluruhnya 16 kasus, atau lebih tinggi 33 persen dibandingkan periode yang sama tahun lalu," kata Woo.

"Kami menyita barang senilai HK \$ 65 juta, naik 21 persen jika dibandingkan dengan periode yang sama tahun lalu," tambahnya.

"Saya pikir mungkin, dalam kasus ini, kami mengamati bahwa itu dipengaruhi oleh pandemi Covid-19 - penyelundup dapat beralih menggunakan pengiriman kargo udara dan laut untuk penyelundupan dalam skala besar."

Woo mengatakan petugas akan melanjutkan strategi investigasi yang ditargetkan sambil memperkuat kerja sama dengan lembaga penegak hukum lokal dan luar negeri. [rthk]

# 5 Kasus Kematian Akibat Vaksin

**Hong Kong, BI** - Sejauh Hong Kong melakukan gerakan vaksinasi sudah ada 5 orang yang dinyatakan meninggal setelah disuntik vaksin. Hal tersebut membuat komite ahli melakukan tindakan penelitian dan diskusi pencegahan pada 15 maret lalu.

Komite Ahli juga telah membahas dalam pertemuan hari itu tentang rencana komunikasi risiko yang ada setelah menerima pemberitahuan kejadian klinis.

Untuk lima kasus kematian tersebut dijelaskan sbb:

**Kasus pertama**, yang diumumkan pada 8 Maret, melibatkan seorang pria berusia 71 tahun yang menerima perawatan di United Christian Hospital, yang meninggal pada 8 Maret.

Berdasarkan temuan otopsi awal penyakit koroner serius.

Penyakit jantung yang berujung pada edema paru dan kematian, Panitia Ahli menilai bahwa almarhum tidak terkait langsung dengan vaksinasi COVID-19.

**Kasus kedua**, yang diumumkan pada 11 Maret, melibatkan seorang wanita berusia 70 tahun yang memiliki riwayat hipertensi dan osteoarthritis lutut. Ia mendapat perawatan di Rumah Sakit Kwong Wah (KWH) dan meninggal dunia pada 11 Maret.

Berdasarkan temuan otopsi awal penyakit jantung koroner serius, yang berujung pada infark miokard, edema paru dan kematian, Komite Ahli menilai bahwa almarhum almarhum adalah hasil

tidak terkait langsung dengan vaksinasi COVID-19.

**Kasus ketiga**, yang diumumkan pada 7 Maret melibatkan seorang pria berusia 80 tahun yang menerima perawatan di Caritas Medical Center dan kemudian dipindahkan ke Rumah Sakit Princess Margaret.

Dia meninggal pada 13 Maret karena penyakit iskemik usus. Komite Ahli mencatat kasus tersebut dan akan melakukan penilaian kausalitas jika laporan otopsi tersedia.

**Kasus keempat**, yang diumumkan pada 11 Maret, adalah tentang seorang pria berusia 67 tahun yang memiliki riwayat diabetes, hipertensi, dan hiperlipidemia. Ia menerima perawatan di KWH dan meninggal dunia pada 13 Maret.

Berdasarkan temuan otopsi awal penyakit kardiovaskular serius, yang dapat menyebabkan gagal jantung, aritmia, dan kematian, Komite Ahli menilai bahwa kematian almarhum tidak terkait langsung dengan COVID-19. vaksinasi.

**Kasus kelima**, yang diumumkan pada 13 Maret, adalah tentang seorang pria berusia 63 tahun yang dirawat di Rumah Sakit Distrik Utara dan meninggal pada 14 Maret. Komite Ahli mencatat kasus tersebut dan akan menyimpulkan penilaian kausalitas saat otopsi. Bersama laporan yang ada. [chp]



## Perlu uang? Butuh pinjaman?

**HUBUNGI :**  
**52396299**  
Telepon/WhatsApp

\* **Proses Mudah**  
\* **Tanpa CCSL**

**Satu kali penelponan saja  
untuk memenuhi kebutuhan keuangan Anda**

**Dalam 10 menit sudah tahu hasilnya  
Nggak pakai ribet, silahkan coba!**

**S Finance Ltd**  
*Sukses Pilihanku!* 👍 😊

Money Lender's Licence no. : 0370/2020

**Konsultasi gratis\***: Ketentuan berlaku, S Finance Ltd berhak atas keputusan terakhir. **Peringatan**: Anda harus membayar langsung hutang Anda. Jangan membayar melalui perantara.

# Polisi Selidiki Geng Penyerang Pria di Mong Kok

**Hong Kong, BI** - Polisi mengatakan mereka mencari sekitar enam orang yang diduga menyerang seorang pria berusia 28 tahun di luar Langham Place di Mong Kok pada Rabu malam [17/3] sebelum menculiknya dan mendorongnya keluar dari mobil di Tuen Mun.

Petugas mengatakan para tersangka kemudian melarikan diri dengan tiga

kendaraan berbeda, termasuk satu yang diyakini menggunakan plat nomor palsu.

Polisi mengatakan dalam sebuah pernyataan pada hari Kamis bahwa pria itu, bermarga Lau, dibuang di dekat Biara Ching Shan. Dia kemudian mencari bantuan dari pejalan kaki dan dibawa ke Rumah Sakit Tuen Mun dengan luka di kepala, tangan dan kakinya.



Detektif dari unit kejahatan regional West Kowloon sedang menyelidiki kasus tersebut, yang saat ini diklasifikasikan sebagai penjara palsu, melukai dan menggunakan instrumen palsu. Sebuah video yang beredar online menunjukkan seorang pria setengah telanjang dikeroyok oleh sekelompok pria - dengan salah satu pria bersenjatakan batang logam - sebelum dia didorong ke kursi tujuh di luar mal Mong Kok. [rthk]

## Menkes Matt Hancock Sebut Vaksin AstraZeneca Aman

**INGGRIS, BI** - Menteri Kesehatan Inggris Matt Hancock pada Selasa (16/3) mengatakan bahwa vaksin COVID-19 AstraZeneca masih aman dan mendesak masyarakat agar bersedia divaksin ketika mereka diundang oleh layanan kesehatan negara tersebut.

"Kami menyadari bahwa vaksin (COVID-19)

yang dikembangkan oleh Universitas Oxford dan AstraZeneca sedang menyelamatkan nyawa di Inggris Raya saat ini. Jadi, begitu Anda mendapat undangan, divaksinlah," kata Hancock melalui pernyataan.

Belasan negara Eropa lainnya telah menangguk penggunaan vaksin COVID-19

AstraZeneca pekan ini lantaran kekhawatiran risiko peningkatan pengentalan darah.

AstraZeneca pada Minggu (14/3) mengatakan bahwa tinjauan data keamanan dari penerima vaksin COVID-19 buatannya menunjukkan tidak adanya bukti peningkatan risiko pengentalan darah. Tinjauan AstraZeneca, yang mencakup lebih dari 17 juta penerima vaksin di Inggris Raya dan Uni Eropa, berlangsung setelah otoritas kesehatan di sejumlah negara menghentikan penggunaan vaksin buatannya atas kasus pengentalan darah. **(Antara/Ant)**

■ Menteri Kesehatan Inggris **Matt Hancock**



## Zona Industri Myanmar Jadi Tempat Mengerikan

**Myanmar, BI** - Ribuan warga menyelamatkan diri dari pinggir kawasan industri ibu kota Myanmar pada Selasa (16/3) di tengah kekhawatiran pertumpahan darah yang semakin parah setelah puluhan demonstran tewas di daerah tersebut dan junta menerapkan status darurat militer, lapor media setempat.

Pasukan keamanan masih bertahan di zona industrial Hlaing Tharyar di Yangon, di mana lebih dari 40 orang tewas pada Minggu (14/3) dan sejumlah pabrik dibakar, seperti yang diungkapkan warga. Akan tetapi pemutusan jaringan internet pasca aksi kekerasan dan berdampak pada semua wilayah - di mana hanya segelintir orang yang mempunyai akses internet - membuat informasi sulit diverifikasi.

"Di sini seperti zona perang, mereka lepaskan tembakan di mana-mana," kata demonstran buruh di daerah tersebut kepada Reuters, menambahkan bahwa sebagian besar warga sangat ketakutan untuk keluar.

Banyak warga Hlaing Tharyar, pinggir kota miskin yang banyak dihuni oleh para migran dan buruh pabrik, pada Selasa menyelamatkan diri. Mereka pergi membawa barang berharga miliknya dengan menggunakan sepeda motor dan bajaj setelah militer memberlakukan status darurat di daerah tersebut dan di lima kota lainnya di Yangon menyusul aksi kekerasan selama akhir pekan, lapor Frontier Myanmar. Dua dokter mengatakan kepada Reuters bahwa masih terdapat korban luka yang membutuhkan perhatian medis di daerah tersebut, tetapi militer menutup akses pintu masuk dan keluar. "Junta militer memblokir semua akses pintu masuk dan keluar," ungkap salah satu dokter.

Ketua kelompok HAM Fortify Rights, Matthew Smith, menuliskan di Twitter, "Kami diberitahu tentang kemungkinan puluhan orang lainnya tewas di #HlaingTharYar saat ini. Kendaraan darurat tidak bisa masuk ke area tersebut karena jalan ditutup."

Sejauh ini lebih dari 180 demonstran tewas saat pasukan keamanan berupaya menghancurkan penentang jenderal-jenderal, yang menggulingkan Aung San Suu Kyi beserta kabinetnya melalui kudeta militer 1 Februari. **(Antara/Ant)**



## PBB Minta Rakyat Myanmar Simpan Bukti Kejahatan Junta Militer

**New York, BI** - Perserikatan Bangsa-Bangsa (PBB) meminta publik Myanmar mengumpulkan dan menyimpan bukti dokumenter kejahatan junta militer sejak kudeta 1 Februari.

Pengumuman itu disampaikan kepala tim penyidik PBB, Nicholas Koumjian dalam sebuah pernyataan, Rabu (17/3).

Tim penyidik PBB mengumpulkan bukti penggunaan kekuatan memata-matai, penangkapan ilegal, penyiksaan, dan penahanan orang-orang yang keluarganya tidak diberitahu keberadaan mereka, sebuah praktik ilegal yang dikenal sebagai penghilangan paksa.

"Untuk membuktikan tanggung jawab, kami membutuhkan bukti laporan yang diterima, perintah yang diberikan dan bagaimana kebijakan ditetapkan," kata Nicholas.

Dia meminta orang-orang yang memiliki informasi untuk menghubungi penyidik melalui alat komunikasi yang aman seperti aplikasi Signal atau akun ProtonMail.

"Orang-orang yang paling bertanggung jawab



atas kejahatan internasional paling serius biasanya mereka yang memegang posisi kepemimpinan tinggi," kata Nicholas seperti dikutip Reuters.

"Mereka bukanlah orang yang secara fisik melakukan kejahatan dan bahkan seringkali tidak hadir di lokasi di mana kejahatan tersebut dilakukan," ujarnya.

Nicholas telah bekerja di pengadilan untuk menuntut tokoh-tokoh besar termasuk mantan

Presiden Liberia Charles Taylor dan mantan Presiden Kamboja Khieu Samphan, serta kepala sayap militer partai komunis Khmer Merah Nuon Chea.

Mekanisme Investigasi Independen yang berbasis di Jenewa untuk Myanmar dibentuk oleh Dewan Hak Asasi Manusia PBB pada September 2018 untuk mengkonsolidasikan bukti kejahatan paling serius dan pelanggaran hukum internasional yang dilakukan di Myanmar sejak 2011.

Pada Selasa (16/3) kantor hak asasi manusia PBB mengutuk penggunaan peluru tajam terhadap para pengunjuk rasa Myanmar. "Kami menyerukan kepada militer untuk berhenti membunuh dan menahan pengunjuk rasa."

Menurut catatan kelompok aktivis Asosiasi Bantuan untuk Tahanan Politik (AAPP), lebih dari 180 pengunjuk rasa telah tewas oleh pasukan keamanan yang berusaha menghancurkan gelombang demonstrasi sejak junta militer merebut kekuasaan. **(isa/dea/cnn)**

## Arab Saudi akan Beli Drone dari Turki

**ANKARA, BI** — Presiden Recep Tayyip Erdogan mengatakan, Arab Saudi akan membeli drone bersenjata dari Turki. Itu adalah sebuah langkah yang menandai pemulihan hubungan antara kedua negara.

Hubungan Turki dan Arab Saudi merenggang sejak kasus pembunuhan jurnalis Jamal Khashoggi di konsulat Saudi di Istanbul pada 2018. Perdagangan kedua negara telah jatuh di bawah boikot informal Saudi. Namun, kedua negara mengatakan mereka akan bekerja untuk meningkatkan hubungan.

Dalam konferensi pers pada Selasa (16/3), Erdogan mengatakan Saudi melakukan latihan udara bersama dengan Yunani yang merupakan pesaing Turki. Hal itu menunjukkan kesepakatan tentang penjualan drone bergantung pada perilaku Riyadh pada masa depan.

"Arab Saudi sedang melakukan latihan bersama dengan Yunani," kata Erdogan, dilansir Aljazeera, Rabu (17/3).

"Namun, pada saat yang sama, Arab Saudi meminta drone bersenjata kepada kami. Harapan kami adalah menyelesaikan masalah



ini dengan tenang tanpa menjadi panas," kata Erdogan menambahkan.

Turki merupakan salah satu negara pembuat drone bersenjata utama dunia, yang membantu sekutu Azerbaijan memperoleh keuntungan besar dalam perang enam minggu dengan Armenia tahun lalu atas wilayah sengketa Nagorno-Karabakh. Drone Turki juga telah dikerahkan untuk konflik di Suriah dan Libya.

Riyadh sudah memiliki perjanjian transfer teknologi dengan perusahaan swasta Turki, Vestel, yang mengizinkan Arab Saudi

untuk membuat drone militernya sendiri. Namun, ada spekulasi luas bahwa mereka juga mencari pengiriman militer yang dapat menghindari embargo senjata, yang diberlakukan beberapa negara Barat atas kampanye militernya di Yaman.

Harapan Turki untuk meredakan ketegangan dengan Arab Saudi adalah bagian dari upaya regional yang lebih luas. Ankara berkali-kali mengatakan, pihaknya juga melihat prospek untuk meningkatkan hubungan dengan Mesir.

Hubungan Turki dan Mesir mengalami ketegangan sejak tentara Mesir menggulingkan Presiden Ikhwanul Muslimin Mohamed Morsi, yang dekat dengan Erdogan, pada 2013.

Pekan lalu, Erdogan dan menteri luar negerinya mengatakan, Turki telah melanjutkan kontak diplomatik dengan Mesir dan menginginkan kerja sama lebih lanjut. Kairo mengatakan, tindakan Turki "harus menunjukkan keselarasan dengan prinsip-prinsip Mesir" untuk menormalkan hubungan. **[Republika]**

# Manfaat Senam Seru SKJ

**Jakarta, BI** - Hampir setiap orang pasti pernah melakukan senam kesegaran jasmani atau senam SKJ, baik itu di sekolah, tempat kerja, maupun lingkungan rumah. Selain menyenangkan, senam SKJ memiliki banyak manfaat yang luar biasa untuk kesehatan tubuh.

Senam kesegaran jasmani merupakan aktivitas senam yang gerakannya mengikuti irama, baik dari iringan musik atau hitungan mulut. Secara keseluruhan, senam SKJ dapat dikelompokkan menjadi 3 tahapan, yaitu tahap pemanasan, tahap latihan inti, dan tahap pendinginan atau relaksasi.

Senam SKJ biasanya dilakukan bersama-sama dan gerakannya meliputi semua anggota tubuh, mulai dari gerakan tangan, kepala, badan, hingga kaki. Kini gerakan senam SKJ telah banyak dikembangkan dan disesuaikan untuk semua kalangan, mulai dari anak-anak hingga lansia.

## Beragam Manfaat Senam SKJ

Manfaat senam SKJ tidak hanya fokus pada kesehatan fisik, tetapi juga mencakup kesehatan mental dan hubungan sosial seseorang. Berikut adalah manfaat senam SKJ yang bisa Anda peroleh:

Manfaat senam SKJ untuk kesehatan fisik

Pada dasarnya tubuh perlu membakar kalori dan bergerak setiap harinya agar sehat. Senam SKJ dapat membuat badan bergerak aktif dengan gerakan yang sederhana dan juga dapat



membantu membakar kalori. Oleh karena itu, manfaat senam SKJ bagi kesehatan fisik antara lain:

- Menjaga berat badan seimbang
- Menurunkan risiko serangan jantung
- Menurunkan risiko diabetes tipe 2 dan beberapa jenis kanker
- Memperkuat tulang, otot, dan persendian sehingga tidak rentan terkena osteoporosis
- Meningkatkan stamina dan membuat tubuh lebih rileks sehingga bisa tidur lebih nyenyak
- Manfaat senam SKJ untuk kesehatan mental

Aktivitas fisik yang rutin dilakukan diketahui dapat memberikan efek positif terhadap kesehatan mental. Ditambah lagi, selama senam SKJ, para pesertanya dapat bercanda dan tertawa bersama. Berikut adalah manfaat senam SKJ terhadap kesehatan mental:

- Meningkatkan rasa percaya diri
- Membantu mengatasi kecemasan dan stres

- Meningkatkan konsentrasi
- Menciptakan suasana hati atau mood yang lebih baik
- Manfaat senam SKJ dari sisi sosial

Senam SKJ biasanya dilakukan bersama-sama. Dengan begitu, senam SKJ bisa membuka kesempatan untuk bertemu orang baru dan berinteraksi dengan orang lain. Berikut adalah manfaat senam SKJ dari sisi sosial:

- Meningkatkan hubungan kekerabatan dengan teman, keluarga, dan masyarakat

- Menciptakan kesempatan untuk bersosialisasi dan berkenalan dengan orang baru
  - Mengurangi perilaku antisosial, termasuk tindakan agresif dan mengganggu
  - Membantu mengembangkan keterampilan kerja sama antarwarga maupun rekan kerja
- Senam SKJ dapat memberikan manfaat yang menyeluruh.

Tidak heran kalau senam SKJ memang dianjurkan untuk dilakukan oleh segenap masyarakat, baik di sekolah, perkantoran, maupun lingkungan rumah.

Anda dianjurkan untuk melakukan senam SKJ selama 30 menit per hari. Meski ada banyak video instruksi yang memungkinkan Anda melakukan senam ini sendiri, sebaiknya ajak keluarga untuk melakukannya bersama-sama agar semua manfaat senam SKJ dapat dirasakan secara optimal.

Selain aktivitas fisik rutin, Anda juga perlu disiplin menerapkan pola hidup sehat lainnya, seperti mengonsumsi makanan sehat dan bergizi seimbang, beristirahat yang cukup, serta menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat.

[allodokter]

## Cara Membuat Cairan Isotonik Sendiri

**Jakarta, BI** - Minuman isotonik atau disebut juga minuman olahraga adalah minuman yang diformulasikan secara khusus untuk mencukupi kebutuhan cairan tubuh setelah beraktivitas. Minuman isotonik biasanya mengandung karbohidrat atau gula yang dapat mengembalikan energi.

Selain karbohidrat, minuman isotonik juga mengandung elektrolit. Elektrolit adalah mineral yang berfungsi untuk mengatur fungsi dan kinerja berbagai organ tubuh. Elektrolit juga berperan penting untuk mengatur

keseimbangan pH, mengendalikan kontraksi otot dan fungsi saraf, serta menjaga jumlah cairan tubuh.

Jumlah elektrolit di dalam tubuh bisa berkurang saat Anda mengalami diare, muntah berlebihan, dehidrasi, banyak berkeringat, atau menjalani diet ekstrem.

### Cara Membuat Cairan Isotonik Sendiri

Kebanyakan minuman isotonik yang dijual di pasaran mengandung bahan pengawet dan kandungan gula yang tinggi. Alasannya, karena gula dapat mengisi kembali energi yang hilang dengan cepat. Minuman ini tidak dianjurkan untuk orang yang menderita diabetes atau sedang diet.

Agar lebih sehat, Anda bisa membuat cairan isotonik sendiri di rumah dengan mengurangi atau tidak menambahkan gula. Walau tidak mengandung gula, minuman ini tetap sehat karena bisa mencukupi kebutuhan cairan dan elektrolit tubuh.

Cairan isotonik rumahan juga bisa lebih sehat karena mengandung vitamin dan mineral dari berbagai buah-buahan. Nah, bila Anda tertarik untuk membuat cairan isotonik sendiri, beberapa resep minuman isotonik berikut ini mungkin dapat Anda coba di rumah:

### Minuman isotonik lemon

Lemon dapat menjadi minuman isotonik yang menyegarkan. Dalam 2 sendok makan lemon, terdapat sejumlah kalium yang sama dengan yang terkandung dalam 250 ml minuman olahraga di pasaran.

### Bahan-bahan:

- 1 gelas air
  - 2 sendok makan perasan lemon
  - Sedikit atau sejumput garam
  - Stevia
- Campur semua bahan tersebut, lalu aduk rata. Minuman isotonik lemon pun siap dinikmati.

## Daun Kucai Anti Kanker

**Jakarta, BI** - Daun kucai merupakan salah satu sayuran yang berasal dari keluarga Allium, bersama dengan bawang merah, bawang putih, dan daun bawang. Biasanya daun kucai sering kita temui sebagai hiasan pada hidangan makanan atau tambahan dalam omelet, salad, sup, dan kimchi. Inilah 4 Manfaat Daun Kucai yang Penting Diketahui

### Kandungan Nutrisi dan Manfaat Daun Kucai

Meski biasanya dikonsumsi dalam jumlah kecil, daun kucai bisa meningkatkan cita rasa sekaligus menambah nilai nutrisi makanan. Jadi, tidak ada salahnya Anda lebih sering menambahkan daun kucai di setiap santapan Anda.

Manfaat daun kucai untuk kesehatan tak terlepas dari kandungan nutrisi di dalamnya. Dalam 1 sendok makan daun kucai terkandung vitamin A, vitamin C, vitamin K, kolin, folat, kalsium, kalium, dan fosfor. Tak hanya itu, daun kucai juga diketahui mengandung flavonoid, glikosida, dan saponin, serta berbagai senyawa aktif lain yang memiliki sifat antiradang dan antikanker.

Berikut adalah beberapa manfaat daun kucai yang bisa Anda dapatkan:

### 1. Meningkatkan daya ingat

Kandungan kolin dan folat pada daun kucai bermanfaat untuk menjaga daya ingat, serta mendukung perkembangan

fungsi otak yang sehat. Beberapa penelitian pun menunjukkan bahwa orang yang memiliki kadar kolin dan folat yang rendah berisiko lebih tinggi terkena gangguan kognitif, seperti demensia dan penyakit Alzheimer.

### 2. Mencegah osteoporosis

Daun kucai memiliki kadar kalsium dan vitamin K yang cukup tinggi. Kandungan nutrisi tersebut bermanfaat untuk menjaga kepadatan tulang, memperkuat tulang dan sendi, serta mencegah terjadinya gangguan pada tulang, seperti osteoporosis.

### 3. Menjaga kesehatan usus

Manfaat daun kucai yang juga tak kalah penting adalah menjaga kesehatan usus. Ekstrak daun kucai diketahui memiliki efek antioksidan yang dapat menghambat pertumbuhan bakteri penyebab diare dan disentri.

### 4. Mengurangi risiko terjadinya kanker

Senyawa aktif yang ada dalam daun kucai diketahui memiliki sifat antioksidan dan antikanker. Beberapa riset menunjukkan bahwa ekstrak daun kucai dapat menghambat pertumbuhan sel kanker, seperti kanker lambung.

Meski memiliki potensi yang besar, manfaat daun kucai di atas masih memerlukan lebih banyak bukti penelitian

sebelum bisa digunakan sebagai pengobatan yang resmi. Namun, secara umum, Anda tetap bisa memanfaatkan daun kucai dalam masakan guna meningkatkan kesehatan Anda.

Untuk mendapatkan manfaat daun kucai dengan optimal, pilihlah daun kucai yang berwarna hijau cerah merata dan hindari membeli daun kucai yang layu atau mulai menguning. Daun kucai yang segar biasanya bisa bertahan sekitar 1 minggu di dalam kulkas.

Cara yang paling sering digunakan untuk mengambil manfaat daun kucai adalah dengan memotongnya kecil-kecil dan menaburkannya pada makanan yang sudah dimasak, misalnya di atas roti, sayur tumis, kentang panggang, atau salad.

Selain itu, Anda juga bisa mencampur daun kucai saat memasak atau mengolahnya menjadi kimchi. Cara ini bisa menjadi trik untuk menambah cita rasa makanan dan mengurangi asupan garam dan gula. Umumnya, daun kucai aman untuk dikonsumsi. Namun, apabila Anda memiliki alergi terhadap bawang-bawangan, sebaiknya batasi konsumsi daun kucai untuk mengurangi risiko munculnya reaksi alergi.

Jika Anda alami reaksi alergi atau keluhan yang mengganggu setelah mengonsumsi daun kucai, sebaiknya konsultasikan ke dokter untuk mendapatkan pemeriksaan dan penanganan bila perlu. [allodokter]





Sebuah papan nama tergantung di pintu satu ruangan rumah sakit umum daerah Yogyakarta. Di sana tertulis nama dr. Zainab Azalia, SpKK.

### Oleh: Karta Raharja Ucu

Seorang pemuda berusia 28 tahun sembari menggandeng ibunya dengan sungkan mengetuk pintu ruangan itu. Sang dokter dari dalam ruangan mempersilakan masuk.

Abdul, nama pria tersebut. Ia masuk merangkul pundak ibunya yang bemama Sarah ke dalam ruangan dokter spesialis kulit. Sarah sudah sepekan menggaruk-garuk tangan dan area wajahnya, termasuk ketika datang ke ruangan Dokter Zainab. Saking keras menggaruk, kulit Sarah mengalami luka.

Dokter Zainab mempersilakan Abdul dan ibunya duduk. Dokter perempuan berkacamata bulat dan jilbab lebar itu memperhatikan gerak-gerik Sarah, yang terlihat lain dari orang biasa.

"Maaf, ini dengan Ibu Sarah?" Dokter Zainab melayangkan pertanyaan setelah sebelumnya melihat nama daftar pasien di buku catatannya. Namun Sarah, perempuan yang sore itu memakai gamis panjang dan jilbab biru tidak merespon. Ia sedang sibuk memerhatikan sekeliling ruangan.

"Kamu bohong, Dul. Katanya kamu mau bawa ibu umroh. Katanya kamu mau bawa ibu ke Mekkah, lihat Kakbah. Katanya kamu mau bawa ibu ziarah ke makam Rasulullah. Kenapa ibu dibawa ke sini," teriak Sarah tiba-tiba. Tangan kanan dan kirinya memukul-mukul Abdul.

Kepala, lengan, paha, dada Abdul menjadi sasaran. Namun, dia hanya bisa diam sembari sesekali menghalau tangan ibunya yang hendak mengacak-acak meja dokter. Tiba-tiba lengan Abdul digigit ibunya. Abdul hanya bisa meringis menahan sakit. Ia sudah bertahun-tahun mendapatkan gigitan dari ibunya. Tubuhnya seolah menjadi kebal dan hatinya menjadi kian sabar.

"Ibu, ibu... iya habis dari sini kita umroh ya," kata Abdul sembari menahan sakit dan mengelus tangan ibunya. Ia rapikan kembali jilbab ibunya yang miring.

Ibunya sesaat diam. "Janji kamu ya. Jangan bohongi ibu lagi". Kemudian Sarah tak lagi bicara.

Dokter Zainab mematung di tempat duduknya. Ia tak banyak komentar, tapi ada banyak pertanyaan yang siap tumpah ruah dilontarkan kepada Abdul.

Abdul bisa membaca wajah Dokter Zainab yang kebingungan melihat tingkah ibunya. "Maaf dokter. Jiwa ibu saya sedikit lain dengan orang kebanyakan."

Dokter Zainab kikuk. Dia tak bisa menguasai keadaan melihat seorang laki-laki muda, dengan sangat sabar merawat ibunya.

"Maaf, Mas..."

"Abdul Dok, Abdullah Sutrisno. Panggil saja saya Dul."

"Baik Mas Abdul. Maaf sebelumnya, kulit wajah ibu kenapa?" Dokter Zainab tak enak hati jika langsung bertanya tentang keadaan Sarah. Ia mencoba fokus bertanya tentang alasan Abdul membawa ibunya berobat ke dokter spesialis kulit.

Namun, justru Abdul yang menerangkan keadaan jiwa ibunya. "Beliau bukan tidak waras, dok, bukan ODGJ. Tapi kejiwaan beliau sedikit terganggu. Ibu cenderung ke arah pengidap skizofrenia. Jika sedang kambuh, ibu selalu berteriak, tapi ibu tidak mengganggu orang lain. Hanya saya selama ini yang jadi sasaran kemarahan ibu."

Dokter Zainab diam. Seakan mendapatkan lampu hijau, dia memberanikan diri bertanya. Kali ini bukan tentang ruam-ruam di wajah Sarah, tapi soal kejiwaannya. "Ibu sejak kapan begini, Mas?"

"Kejiwaan ibu terganggu saat jatuh dari motor ketika pulang sekolah madrasah, Dok. Kepalanya terbentur hebat. Beruntung nyawa ibu selamat, tapi kejiwaan ibu sempat sekarat."

Sang ibu masih anteng di tempat duduknya. Sesekali, perempuan berkulit putih, berhidung bangir, bermata kecil yang dilengkapi alis tebal itu memutarakan kepalanya melihat isi ruangan. Wajahnya masih terlihat cantik untuk ukuran perempuan berusia 51 tahun. Keriput memang mulai tampak, tapi waktu seolah tak bisa merenggut kecantikannya.

# HARI BERDUKA CINTA

Dokter Zainab sesekali melihat wajah Abdul. Ada raut lelah di sana. Tapi tak tampak raut pemberontakan di wajah laki-laki yang sore itu memakai kaus berlambang sebuah warung makan gudeg legendaris yang hanya ada satu-satunya di Yogyakarta tersebut. Penampilan Abdul sederhana. Penampilannya sehari-hari.

Dokter Zainab hati-hati memeriksa Sarah, sembari sesekali bertanya kepada Abdul sejak kapan ibunya mengalami gatal-gatal. Dokter Zainab lalu melihat ruam-ruam merah di wajah dan tangannya, hingga menyimpulkan jika Sarah terkena alergi. Kembali ke kursinya kemudian menuliskan resep obat.

Sebelum kertas resep berpindah tangan, pertanyaan kembali meluncur dari bibir tipis Dokter Zainab. Ia sangat berhati-hati berbicara. "Maaf Mas Abdul, semoga pertanyaan saya tidak

dianggap lancang. Kalau keadaan ibu seperti ini, mohon maaf, apakah ibu Anda sebelumnya pernah menikah?"

Dokter Zainab langsung memindahkan pandangannya ke wajah Sarah saat Abdul tersenyum mendengar pertanyaannya. Senyum tulus laki-laki yang cinta kepada ibunya. Dokter Zainab tak enak hati. Ia juga malu. Dokter Zainab kini berdistraksi dengan wajah ibu Sarah.

"Ibu saya sempat menikah, Dok. Almarhum kakek saya menikahkan beliau ketika berusia 23 tahun. Setahun menikah, saya lahir, setelah itu ayah saya wafat karena kecelakaan."

"Saya lalu dibesarkan mbah, sampai beliau mangkat saat usia saya 25 tahun. Tiga tahun lalu. Eyang putri saya sudah

>> BERSAMBUNG KE HLM 08

## PENGUMUMAN

### Mendaftar sebagai Pemilih

Anda memenuhi syarat untuk mendaftar sebagai pemilih jika Anda:

- > berusia 18 tahun atau lebih;
- > adalah penduduk tetap Hong Kong;
- > biasanya tinggal di Hong Kong.

#### Batas waktu pendaftaran

Pendaftaran baru : 2 Mei 2021

Laporan perubahan keterangan : 2 April 2021

(Pemilih diharuskan untuk menyerahkan bukti alamat ketika mengajukan permohonan untuk mengganti alamat terdaftar kecuali untuk pemilih yang merupakan penghuni resmi dari perumahan sewa umum di bawah Departemen Perumahan atau penduduk terdaftar dalam penyewaan perumahan bersubsidi di bawah Masyarakat Perumahan Hong Kong.)

### Formulir pendaftaran tersedia di:

#### Pusat-Pusat Layanan Dukungan untuk Etnik Minoritas

- > HOPE Centre (Wanchai)
- > CHEER Centre (Kwun Tong)
- > HOME Centre (Yau Tsim Mong)
- > HOME Sub-centre (Sham Shui Po)
- > LINK Centre (Kwai Tsing)
- > SHINE Centre (Tuen Mun)
- > YLTH Centre (Yuen Long)
- > TOUCH Sub-centre (Tung Chung)

#### Kantor-kantor Pemerintah dan Lainnya

- > Kantor Pendaftaran dan Pemilihan (REO)
- > Kantor-kantor distrik dan kantor manajemen perumahan umum
- > Formulir pendaftaran dapat juga diunduh dari situs web pendaftaran ([www.voterregistration.gov.hk](http://www.voterregistration.gov.hk))

### Penyerahan Formulir

Formulir pendaftaran yang sudah diisi dan ditandatangani dapat dikirim ke REO:

- (1) melalui pos (alamat: 13 / F, Kowloonbay International Trade & Exhibition Centre, 1 Trademart Drive, Kowloon Bay, Kowloon);
- (2) melalui faks (nomor faks: 2891 1180);
- (3) melalui email (alamat email: [form@reo.gov.hk](mailto:form@reo.gov.hk)); atau
- (4) dengan mengunggah salinan yang dipindai (dan bukti alamat jika ada) ke Platform Unggah Online Kantor Pendaftaran dan Pemilihan ([www.reo-form.gov.hk](http://www.reo-form.gov.hk))

Para pemilih harus memberikan informasi yang benar dan akurat. Merupakan pelanggaran bagi seseorang di bawah Peraturan Komisi Urusan Pemilihan untuk secara sadar atau ceroboh memberikan informasi palsu atau menyesatkan untuk pendaftaran pemilih (misalnya alamat tempat tinggal palsu) kepada Kantor Pendaftaran dan Pemilihan, dan jika orang tersebut kemudian memberikan suara pada pemilihan, ia juga akan melanggar Undang-undang Pemilu (Korupsi dan Perilaku Ilegal) (Cap. 554).

### Pertanyaan

Jika Anda tidak bisa berbahasa Cina dan Inggris dan ingin bertanya kepada REO mengenai hal-hal yang berkaitan dengan pendaftaran pemilih, Anda dapat meminta bantuan dari CHEER yang menyediakan layanan penerjemahan melalui telepon secara gratis. Anda dapat meminta penerjemah dari CHEER untuk melakukan panggilan konferensi dengan petugas REO dengan menghubungi nomor hotline Pertanyaan REO selama jam kantor REO dari jam 8:45 pagi sampai 6 sore, dari hari Senin hingga Jumat (kecuali hari libur umum). Setelah panggilan konferensi tersambung, Anda dapat berbicara langsung dengan petugas REO melalui juru bahasa CHEER.

Nomor hotline CHEER adalah sebagai berikut:

Bahasa	Nomor Hotline	Bahasa	Nomor Hotline	Bahasa	Nomor Hotline
Bahasa Indonesia	3755 6811	Punjabi	3755 6844	Thai	3755 6866
Nepali	3755 6822	Tagalog	3755 6855	Hindi	3755 6877
Urdu	3755 6833			Vietnamese	3755 6888

# Pemerintah Fokus Percepat Terciptanya Herd Immunity

**Jakarta, BI** - Juru Bicara Vaksinasi Kementerian Kesehatan Siti Nadia Tarmizi mengatakan, pemerintah masih terus melakukan berbagai cara untuk mempercepat herd immunity atau kekebalan komunitas. Berbagai cara pun dilakukan untuk mempercepat proses itu.

"Pemerintah bekerja sama dengan pihak swasta dan BUMN dalam melaksanakan vaksinasi massal. Lokasi pelaksanaan vaksinasi massal terus diperbanyak," kata Siti Nadia dalam diskusi Alinea Forum bertema Peta Jalan Menuju Herd Immunity (17/3).

Kementerian Kesehatan menyadari, upaya mempercepat vaksinasi tidak hanya bergantung pada ketersediaan vaksin Covid-19, tetapi juga vaksinator. Karena itu, pemerintah terus menambah jumlah tenaga vaksinator, bekerja sama dengan asosiasi klinik swasta hingga fasilitas pelayanan kesehatan milik kementerian dan lembaga.

Selanjutnya, pemerintah berharap masyarakat yang menerima vaksin bisa terus meningkat, di atas 500 ribu orang per hari.



Juru Bicara Vaksinasi Kemenkes Siti Nadia Tarmizi

Direktur Lembaga Biologi Molekuler Eijkman Amin Soebandrio mengatakan, untuk mencapai kekebalan kelompok tergantung pada beberapa faktor, seperti jumlah pasien yang telah disuntik dan efikasi vaksin Covid-19. Juga terkait lama kekebalan tubuh setelah disuntik vaksin Covid-19.

"Proteksinya panjang. Padahal saat ini kita

menghadapi tantangan baru dengan adanya mutasi-mutasi itu, sehingga harus berlomba (kecepatan vaksinasi versus mutasi virus)," ucapnya.

Ia berharap Indonesia dapat segera mencapai herd immunity sebelum varian baru B117 dominan. Karena masih merupakan populasi kecil dari virus yang ditemukan. Tetapi bukan tidak mungkin akan bertambah banyak.

"Jadi kita berlomba untuk bisa memutuskan rantai penularan saat ini. Kita harus sesegera mungkin mencapai herd immunity," tutur Amin.

Sedangkan anggota Komisi IX DPR Adang Sudrajat mengatakan, banyak hal yang harus diperbaiki untuk mewujudkan herd immunity. Di antaranya mengupayakan perluasan vaksinasi kepada masyarakat.

Selain itu, dia mengusulkan agar pemerintah memprioritaskan golongan usia produktif mendapatkan vaksinasi. Apalagi mereka yang berusia produktif sangat mobile. Dengan menjadi prioritas, diharapkan bisa mengurangi penularan Covid-19. [Jawapos]

## >> HARI BERDUKA CITA...DARI HLM 07

Lebih dulu meninggal saat saya kuliah. Setelah itu, saya seorang diri mengurus ibu, karena beliau anak tunggal."

Dokter Zainab tak tahu lagi apa yang harus ia bicarakan. Pikirannya berkelana ke rumah orang tuanya di Jakarta. Ingatannya meloncat ke wajah almarhum bundanya yang sangat mencintai ia dan ayahnya. Ibunda Dokter Zainab meninggal saat ia baru menyelesaikan studi di Fakultas Kedokteran Universitas Gajah Mada (UGM) Yogyakarta. Dokter Zainab rindu bunda dan ayahnya.

Seumur hidupnya yang tahun ini menginjak tiga dekade, Dokter Zainab baru melihat secara nyata penghormatan anak kepada orang tuanya. Kesabaran dan cinta anak kepada ibunya. Entah sudah berapa banyak kajian ilmu yang sudah Dokter Zainab datangi. Entah sudah berapa banyak ceramah tentang birrul walidain yang Dokter Zainab dengarkan. Namun, baru kali ini Dokter Zainab melihat secara langsung contoh anak berbakti kepada orang tua.

Otak Dokter Zainab berupaya sekuat tenaga memerintahkan matanya untuk tidak berair. Namun, usahanya gagal. Entah Abdul melihat air matanya atau tidak.

"Mas Abdul," kata Dokter Zainab menyerahkan secarik kertas berisi resep obat, "Ibu Mas Abdul terkena alergi. Kemungkinan besar dari makanan atau udara dingin. Ini saya berikan resep obat untuk ditebus kemudian ibu minum. Saya juga sertakan salep untuk dioleskan ke kulit ibu."

Abdul menerima kertas resep dan berterima kasih. Laki-laki yang janggutnya disesaki rambut tersebut hendak pamit.

"Saya yang berterima kasih kepada Mas

Abdul, karena sudah memberikan pelajaran sangat berharga tentang berbakti kepada orang tua."

Abdul merangkul ibunya dan bilang kalau sudah waktunya pulang. Ibunya digandeng hendak dibawa ke luar ruangan. Dokter Sarah berdiri dari tempat duduknya dan mengantarkan pasiennya ke luar ruangan.

"Maaf Mas Abdul," kata Dokter Sarah menghentikan langkah Abdul, "Apa Mas Abdul bekerja di Warung Gudeg Mbah Trisno?"



"Eh, iya Dok," ujar Abdul sembari memegang lambang rumah makan gudeg legendaris di atas kausnya. Abdul lalu benar-benar pamit dan keluar dari ruangan sembari mengucapkan salam.

Dokter Zainab kini sendiri di ruangnya. Ia kembali duduk di kursinya. Di atas meja kerjanya ada sebuah foto berbingkai kayu. Gambar Dokter Zainab, ayah, dan bundanya saat berwisata ke Candi Prambanan terabadikan di sana.

Melihat Abdul, Dokter Zainab terkenang jawaban bundanya saat ditanya mengapa mau menikah dengan ayahnya. "Ayahmu," jawab

ibunda Dokter Zainab, "sangat mencintai ibunya, nenekmu. Ayahmu sangat berbakti kepada nenekmu. Ayahmu, sangat lembut kepada nenekmu. Dari semua kebaikan hatinya, apa ada alasan lagi untuk tidak mencintai ayahmu? Dari sana bunda jatuh hati. Di mata bunda, ayahmu adalah permata."

"Ndok, nanti, jika kamu ingin menikah, jangan asal menikah. Jangan karena takut dibilang telat menikah, kamu menikah dengan laki-laki yang kasar terhadap perempuan.

Menikahlah dengan laki-laki yang rasa cinta kepada ibunya, jauh lebih besar daripada rasa cinta kepada dirinya sendiri. Laki-laki seperti itu insha Allah akan sangat mencintai istri dan anak perempuannya."

Suara kontralto milik ibunya seolah berputar-putar di telinganya. Senja itu, petang itu Dokter Zainab berduka cinta. Berduka mengenang ibunya, jatuh cinta melihat putra dan pasiennya.

Gasdis yang menyelesaikan studi dengan IPK 3,85 alias magna cum laude itu, merengkuh ponselnya, membuka WA lalu mengirimkan pesan kepada ayahnya, yang tadi pagi ketika berbincang lewat telepon bilang bahwasanya ia bermimpi sedang menggendong cucu. Kode

keras untuk putri semata wayang yang belum naik pelaminan.

"Yah, sepertinya Zainab menemukan permata seperti yang ibu pernah dapatkan". Pesan terkirim. Centang dua abu-abu.

Layar ponselnya kini berpindah ke mesin pencarian. Ujung bibir Dokter Zainab tertarik pipi tembenya. Ibu jarinya mengetik sebuah alamat: "Warung Gudeg Mbah Trisno".

Pasar Minggu, 4 Februari 2020. - Cerpen Sudah pernah dipublikasi di *Republika*

## GeNose Diterapkan di Bandara Per 1 April

**Jakarta, BI** - Pemerintah dalam hal ini Kementerian Perhubungan (Kemenhub) bakal memasang alat tes GeNose di bandara pada 1 April 2021. Artinya, deteksi Covid-19 melalui hembusan nafas tersebut akan dilakukan pada penumpang pesawat.

Juru bicara Kemenhub Adita Irawati mengatakan, tidak menutup kemungkinan nantinya GeNose dapat dijadikan persyaratan untuk perjalanan udara. "Nantinya demikian, direncanakan per 1 April," ujarnya kepada JawaPos.com, Senin (14/3).

Saat ini, persyaratan penumpang pesawat masih menggunakan antigen atau swab PCR. Hal tersebut masih merujuk pada ketentuan satgas Covid-19.

"Hingga saat ini syarat perjalanan masih diatur satgas penanganan covid, kami merujuk pada ketentuan itu," tuturnya.

Sementara, Direktur Utama PT Garuda Indonesia (Persero) Tbk Irfan Setiawan masih menunggu aturan resmi terkait hal tersebut. Sebab, perseroan masih belum tau secara rinci terkait aturan tersebut.

"Belum tau persisnya. Kita tunggu Kementerian Perhubungan," untkapnya saat dihubungi.

Namun, kata Irfan, jika alat pendeteksi GeNose sudah dapat digunakan di bandara, semestinya alat tersebut juga dapat digunakan oleh penumpang sebagai persyaratan perjalanan udara. Atau tidak harus menggunakan Antigen maupun swab PCR lagi.

"Mestinya enggak," ucapnya.

Sebagai informasi, Menteri Perhubungan (Menhub) Budi Karya Sumadi telah berdiskusi dengan Menteri Kemaritiman dan Investasi Luhut Binsar Pandjaitan untuk memasang alat deteksi Covid-19 berupa GeNose di bandara. Rencana tersebut akan dilakukan pada 1 April 2021.

Direktur Jenderal Perhubungan Udara Kemenhub, Novie Riyanto, mengungkapkan kegembiraannya lantaran tes GeNose sudah mendapat izin dari Menko Luhut. Dan itu dapat dijadikan salah satu opsi. Sebab, saat ini hanya berlaku PCR dan rapid antigen.

Untuk saat ini, Novie menambahkan, tim dari Direktorat Jenderal Kemenhub tengah mempersiapkan SOP agar pelaksanaan tes GeNose di bandara dapat berjalan lancar. [\*\*]







**Hemat**  
Kartu SIM prabayar  
Served by  
**CSL** Mobile Limited



**Leria**  
Served by  
**CSL** Mobile Limited

# Kabar gembira

## Berlangganan internet tak terbatas berikut kecepatan dari 3.6Mbps Di percepat ke **21Mbps**

Indonesia

Served by

Berhemat Pilihlah **Hemat** **CSL** Mobile Limited

Senin hingga Jumat:

Tarif spesial untuk panggilan IDD ke  
Indonesia dan negara lain



Makin ngobrol lokal dengan **Hemat** **CSL** makin murah

1 menit ~ 30 menit

**\$0.06**/menit

31 menit ke atas

**\$0.03**/menit

IDD ke **Indonesia** (Senin hingga Jumat)

Jakarta & Surabaya **\$0.027** / 6 detik

Blitar & Malang **\$0.05** / 6 detik

Kota Lainnya **\$0.053** / 6 detik

Seluler Telkomsel **\$0.042** / 6 detik

Seluler Lainnya **\$0.052** / 6 detik

**BARU**  
up to **21mbps**

**4G-LTE Paket ~~\$264~~ 3 bulan  
Data Interent Sepuasnya**

Harga Spesial **\$198** (\$66/bulan)

**90 hari internet sepenuhnya**

Press \*101\*428# Press "Call")"

**KUSUS PELANGAN BARU \$188**

BELI SIM CARD \$38 + \$50 ISI ULANG (ISI \$65) + \$100 ISI ULANG (ISI \$130) = ISI \$233

(ANDA BISA DAFTAR INTERNET 3 BULAN TAK TERBATAS)

Active the  
Sim Card Libre ng  
**1GB**  
Data Internet  
Trial  
Should active the Sim card from  
01-03-2021 to 31-05-2021

Active the  
Sim Card enjoy  
**2000** Min Local  
Call Air time  
total 10 month each month free  
200 min Local Call Air time  
Should active the Sim card from  
01-03-2021 to 31-05-2021  
\*\* the free local airtime  
valid 30day\*\*

**BARU**  
up to **21mbps**

**4G-LTE Paket ~~\$98~~ bulanan  
Data Interent Sepuasnya**

Harga Spesial **\$88** bulanan

**30 hari internet sepenuhnya**

Press \*101\*420# Press "Call")"

**Paket bulanan**

**\$38-1GB Hemat**

Press \*101\*612# Press "Call")"

nikmatilah **Hemat** **CSL** sekarang  
**bisa roaming data internet,  
pulang indo sama kenegara lain**

China/ Macau/Taiwan \*\*

Philippines/ **Indonesia**

**\$28 ~~\$48~~/Day (500 MB)\***

Press \*101\*402# Press "Call")"

**\$48 ~~\$118~~/30 Days (1GB)\***

Press \*101\*403# Press "Call")"

**\$70 ~~\$148~~/30 Days (2GB)\***

Press \*101\*404# Press "Call")"

DENGAN TANDA INI  
Kumpulkan bekas Isi Ulang  
**Hemat CSL \$50** x 10 pcs  
bisa di tuker 1 Pc. Isi Ulang Kartu  
Hemat CSL \$50  
Selama Persediaan  
Masih Ada  
**BERLAKU SAMPAI  
30 March 2021**



x 10 pcs



bisa dituker



x 1 pc. **GARTIS**

Kumpulkan bekas Isi Ulang Kartu Hemat \$50 x 5 pcs

bisa dituker 1Pc. Isi Ulang Kartu Hemat \$50

**BERLAKU SAMPAI 31-03-2021 Selama Persediaan Masih Ada)**

**Beli Isi Ulang  
Ekstra bonus**

**30%**



Beli Isi Ulang \$20  
Bonus Ekstra \$6  
total \$26  
Seluruh Isi Ulang ~~\$20~~  
10 month Lokal Airtime



Beli Isi Ulang \$50  
Bonus Ekstra \$15  
total \$65  
Seluruh Isi Ulang ~~\$50~~  
10 month Lokal Airtime



Beli Isi Ulang \$100  
Bonus Ekstra \$30  
total \$130  
Seluruh Isi Ulang ~~\$100~~  
10 month Lokal Airtime

**BARU** **4G-LTE Paket ~~\$264~~ 3 bulan  
Data Interent Sepuasnya**  
Harga Spesial **\$198** (\$66/bulan)  
**90 hari internet sepenuhnya**  
Press \*101\*428# Press "Call")"

**\$198** **Harga Spesial**

promosi hanya tersedia di

**TOKO hemat csl center dan promotor hemat csl**

# Warga Hong Kong Bisa Vaksin Sendiri Ke Dokter

**Hong Kong, BI** - Dengan dilaksanakannya Program Vaksinasi COVID-19, Departemen Kesehatan (DH) mulai mendistribusikan vaksin Sinovac kepada dokter dan klinik swasta yang berpartisipasi dalam program Skema Subsidi Vaksinasi sejak 1 Maret.

Program tersebut telah berjalan dengan lancar sejak diluncurkan. Sampai hari ini (17 Maret), lebih dari 1.200 dokter (lebih dari 1.300 lokasi klinik) yang bergabung dengan program ini telah mendekati DH untuk memesan lebih dari 170.000 dosis vaksin. Sekitar 160.000 dosis vaksin telah dikirimkan ke klinik dokter.

Dan sekitar 53.000 orang menerima dosis pertama vaksin Sinovac di dokter dan klinik swasta yang berpartisipasi dalam program tersebut.

Sampai hari ini, DH telah menyelesaikan lebih dari 1.500 aplikasi pendaftaran dokter (melibatkan lebih dari 2.100 klinik) dan menggugah daftar dokter dan klinik swasta yang



berpartisipasi yang telah membuat pesanan vaksin ke situs web program yang ditunjuk

([www.covidvaccine.gov.hk/id/VSS](http://www.covidvaccine.gov.hk/id/VSS)).

DH akan terus memproses aplikasi baru yang diterima dan memperbarui daftar secara teratur sebagaimana mestinya. Secara umum, aplikasi dari dokter dan klinik swasta akan diproses dalam waktu tiga hari kerja setelah semua dokumen pendukung yang diperlukan diterima.

DH sebelumnya telah menyelenggarakan pengarahan untuk dokter swasta yang berpartisipasi tentang perincian program, termasuk bahwa setiap dokter swasta akan dialokasikan sejumlah dosis vaksin Sinovac pada permulaan.

Setelah dosis hampir habis, dokter swasta dapat membuat pesanan sesuai dengan kebutuhan mereka. DH akan mengoordinasikan

pengiriman vaksin dan memantau penggunaan vaksin secara keseluruhan, berdasarkan penggunaan vaksin dan pasokan vaksin oleh dokter swasta.

Anggota masyarakat dapat memilih dan membuat janji untuk vaksinasi langsung dengan dokter atau klinik swasta di bawah program, tanpa melalui sistem pemesanan online Pemerintah.

Saat akan vaksinasi, perlu membawa dokumen identitas dan bukti untuk kelompok prioritas. Masyarakat juga dapat membaca lembar fakta untuk CoronaVac dan informasi relevan lainnya di halaman web yang ditunjuk ([www.covidvaccine.gov.hk/en/vaccine](http://www.covidvaccine.gov.hk/en/vaccine)).

DH mengimbau masyarakat untuk berpartisipasi dalam Program Vaksinasi COVID-19, dengan tujuan untuk menjaga kesehatan masyarakat di masyarakat. Untuk detailnya, silakan kunjungi situs web tematik ([www.covidvaccine.gov.hk](http://www.covidvaccine.gov.hk)).

## Pemerintah Larang Warga Konsumsi Obat LKS Coffee

**Hong Kong, BI** - Departemen Kesehatan (DH) mengimbau masyarakat untuk tidak membeli atau mengonsumsi produk pelangsing bernama LKS Coffee karena ternyata mengandung bahan obat yang tidak diumumkan dan dilarang yang dapat membahayakan kesehatan [17/3]

Bertindak berdasarkan kecerdasan, sampel produk di atas dibeli melalui platform jaringan media sosial untuk dianalisis. Hasil pengujian dari Laboratorium Pemerintah mengungkapkan bahwa sampel tersebut mengandung bahan obat terlarang yaitu sibutramine. Investigasi DH terus berlanjut.

Sibutramine adalah racun Bagian 1 di bawah Undang-undang Farmasi dan Racun (Cap. 138). Itu pernah digunakan sebagai penekan nafsu makan. Sejak November 2010, produk farmasi yang mengandung sibutramine telah dilarang di Hong Kong karena peningkatan risiko kardiovaskular.

Menurut Undang-undang, semua produk farmasi harus terdaftar di Badan Farmasi dan Racun Hong Kong sebelum dapat dijual secara resmi di pasar.

Penjualan ilegal atau kepemilikan produk farmasi yang tidak terdaftar atau racun Bagian 1 adalah tindak pidana. Hukuman maksimum untuk setiap pelanggaran adalah denda \$ 100.000 dan penjara dua tahun.

Juru bicara DH dengan tegas mengimbau masyarakat untuk tidak membeli produk yang tidak diketahui komposisinya atau meragukan, atau mengonsumsi produk dari sumber yang tidak diketahui.

Masyarakat yang telah membeli produk di atas harus segera berhenti mengonsumsinya. Mereka harus berkonsultasi dengan profesional perawatan kesehatan untuk mendapatkan nasihat jika merasa tidak sehat setelah konsumsi.



Juru bicara menambahkan bahwa pengendalian berat badan harus dicapai melalui

diet seimbang dan olahraga yang tepat. Masyarakat harus berkonsultasi dengan profesional perawatan kesehatan sebelum menggunakan obat apa pun untuk pengendalian berat badan.

Mereka dapat mengunjungi situs web Drug Office of DH untuk "Pesan kesehatan tentang masalah kelebihan berat badan dan produk pelangsing" dan "Informasi tentang produk pelangsing dengan bahan obat Western/Barat yang tidak disebutkan" untuk informasi lebih lanjut.

Masyarakat dapat mengirimkan produk di atas ke Kantor Obat DH di Kamar 1801, Wu Chung House, 213 Queen's Road East, Wan Chai, selama jam kerja untuk dibuang. [chp]

## ASEAN FINANCE COMPANY LIMITED

Money Lender's Licence No. 0869/2020

**Causeway Bay Branch:** Tel: 3565 4666 / 3565 4667  
Fax: 3565 4665 WA: 9714 4204

**North Point Branch:** Tel: 3590 5803 / 3590 3404  
Fax: 3590 5459 WA: 6442 9849

**Tsuen Wan Branch:** Tel: 2320 0087 / 2320 0085  
Fax: 2320 0111 WA: 5989 7868

1. Jumlah pinjaman hingga HK\$10,000
2. Tidak diminta menunjukkan kartu CCSL
3. Menerima fotokopi paspor dan kontrak kerja
4. Staff Indonesia akan melayani anda
5. Tiga hari masa perpanjangan pembayaran

**JAM KANTOR:**  
Minggu - Jumat : 9:00 am - 6:00 pm  
Sabtu : 9:00 am - 1:00 pm  
Libur Nasional : 9:00 am - 6:00 pm

**Complaint Hotline:**  
**3590 5803**

**Lowongan Kerja:** Dibutuhkan staff untuk bagian pinjaman dan penagihan, Komputer programmer, serta staff untuk supervisor. Ada gaji menarik dan bonus akhir tahun.

**Alamat:**  
**Causeway Bay :** Room 1701A, 17/F, Causeway Bay Commercial Building, 3 Sugar Street, Causeway Bay, HK  
**North Point :** Room 1504, 15/F, Java Commercial Centre, 128 Java Road, North Point, HK (North Point MTR exit A1 belok kanan)  
**Tsuen Wan :** Unit 2301A6-A, 23/F, Nan Fung Centre, 264-298 Castle Peak Road, Tsuen Wan New Territories (MTR Tsuen Wan Exit A)

**"Warning: You have to repay your loans. Don't pay any intermediaries."**



## Klaster Keracunan Di Restoran Bertambah

**Hong Kong, BI** - Pusat Perlindungan Kesehatan (CHP) Departemen Kesehatan melaporkan pembaruan tentang penyelidikan terhadap kelompok yang diduga keracunan makanan [15/3] terkait dengan sebuah restoran di Wan Chai yang diumumkan pada 11 Maret. Kelompok pertama melibatkan satu laki-laki dan satu perempuan, berusia 25 dan 33 tahun, yang mengalami diare, demam, mual dan muntah sekitar 17 hingga 38 jam setelah makan malam di restoran pada 5 Maret;

Kelompok kedua melibatkan tiga pria dan dua wanita, berusia 24 hingga 29 tahun, yang mengalami sakit perut, diare, demam, mual dan muntah sekitar 25 hingga 59 jam setelah makan malam di restoran pada 9 Maret;

Kelompok ketiga melibatkan dua pria, berusia 24 dan 34 tahun, yang mengalami sakit perut, diare, demam, mual dan muntah sekitar 35 hingga 43 jam setelah makan malam di restoran pada 12 Maret; Kelompok keempat melibatkan satu pria dan satu wanita, berusia 44 dan 50 tahun, yang mengalami sakit perut, diare, mual dan muntah sekitar 38 hingga 39 jam setelah makan malam di restoran pada 11 Maret; Kelompok kelima melibatkan dua wanita, berusia 10 dan 40 tahun, yang mengalami sakit perut, diare, mual dan muntah sekitar 13 hingga 17 jam setelah makan di restoran pada 11 Maret.

Di antara kelompok tambahan, enam orang yang terkena dampak telah mencari perhatian medis tetapi tidak ada yang membutuhkan rawat inap. Semua orang yang terkena dampak berada dalam kondisi stabil.

"7 kelompok baru-baru ini mempengaruhi 18 orang yang makan di restoran yang sama telah dicatat. Investigasi epidemiologi menunjukkan bahwa orang-orang dalam 4 kelompok makan di restoran terkait sebelum penyelidikan dan tindakan pengendalian dilembagakan oleh Departemen Kebersihan Makanan dan Lingkungan (FEHD). Kami telah memberitahu FEHD tentang cluster tambahan dan penyelidikan sedang berlangsung," kata juru bicara CHP.[chp]



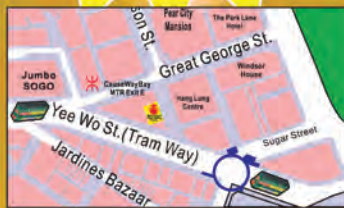
# GRATIS SIM Card

pulsa di dalam \$38 dan Satu bulan internet sepuasnya

Untuk org Indonesia, tunjukkan HKID kamu ke toko di Causeway bay untuk mendapatkan 1 kartu SIM Gratis (pulsa di dalam \$38 dan Satu bulan internet sepuasnya) "Setiap hari telpon termurah dan terbaik" mulai dr 01/03/2021 smp 30/06/2021

**GRATIS! Cepat datang**

L3, G/F, 1-7 Paterson Street CauseWayBay MTR Exit E  
Whatsapp Hotline : 9102 9500



## Baru Toko

Shop 1A, G/F, Lung Mong Building No.38-44 Mong Kok Road, Kowloon.  
Whatsapp Hotline : 9102 9500



Shop 19 A-C, G/F, Lok Shing Centre, No.2-8 Sugar Street CauseWay Bay  
Whatsapp Hotline : 9102 9500

**Kamu**  
yg sudah member Hemat CSL



dan

**teman kamu**



Member Hemat CSL yg mengajak teman datang ke toko hemat csl YG baru Di cwby untuk mengambil Gratis satu sim card hemat CSL .Di Dalam SIM card ADA pulsa \$38 untuk menelfon juga dapat 1 Bulan internet tak terbatas . Untuk plangan lama YG membawa teman untuk mengambil gratis sim Akan mendapat kan satu coupon welcome \$50/Hemat 50 voucher isi ulang .  
Ayo buruan ajak teman2mu datang ke toko baru Hemat csl. **mulai dr 01/03/2021 smp 30/06/2021.**

## Baru Toko

Shop 1A, G/F, Lung Mong Building No.38-44 Mong Kok Road, Kowloon.  
Whatsapp Hotline : 9102 9500



# KAMI MELAYANI PENGIRIMAN PAKET KE INDONESIA DOOR TO DOOR

KIRIM PESAN HARI INI!  
SMS/WHATSAPP HOTLINE  
**+85291607030**

## KETENTUAN PENGIRIMAN

- Antarjemput gratis
- Box kami sediakan gratis!
- Berat tidak ditimbang!
- Tidak ada harga tambahan
- Kiriman langsung di kirim ke alamat tujuan
- Barang kiriman boleh dititipkan dulu, gratis untuk 3 bulan pertama

Njukuk kardus sek Dapat Diskon 20-50 HKD  
Langsung Paket Diskon sampe 80 HKD

## HARGA PAKET NITIP DULU atau PAKET NANG OMAH

HARGA BARU	JAWA	LAMPUNG	LUAR JAWA
<b>AGENG</b> (61x61x92cm)	1,100	1,700	2,200
<b>JUMBO</b> (61x61x66cm)	800	1,300	1,900
<b>BESAR</b> (61x61x51cm)	720	1,250	1,650
<b>SEDANG</b> (61x36x61cm)	520	1,080	1,280
<b>IMUT</b> (61x36x36cm)	320	710	910
<b>MUNGIL</b> (36x30x30cm)	190	400	550

## HARGA DISKON PAKET DI KANTOR

	JAWA	LAMPUNG	LUAR JAWA
<b>AGENG</b> (61x61x92cm)	1,020	1,620	2,120
<b>JUMBO</b> (61x61x66cm)	720	1,220	1,820
<b>BESAR</b> (61x61x51cm)	670	1,200	1,600
<b>SEDANG</b> (61x36x61cm)	470	1,030	1,230
<b>IMUT</b> (61x36x36cm)	270	660	860
<b>MUNGIL</b> (36x30x30cm)	190	400	550

BAWA KUPON INI DAN DAPATKAN DISKON TAMBAHAN 20 HKD UNTUK SETIAP PENGIRIMAN

Kami Bangga Melayani Anda



2330 1715  
2504 2468



## 4 Zodiak Yang Gampang Tersinggung



**Jakarta, BI** - Berteman dengan orang-orang yang ada dibawah zodiak dibawah ini kamu harus hati-hati dan berpikir dua kali sebelum mengatakan apapun.

Berikut empat zodiak yang terlalu sensitif sehingga mudah tersinggung.

**Cancer**  
Cancer adalah makhluk sensitif dan moody. Kamu tidak akan pernah tahu kapan dan perkataan apa yang telah menyinggung perasaannya. Siapapun harus ekstra hati-hati jika berada di sekitar Cancer dan harus berpikir dua kali sebelum berbicara.

**Virgo**  
Karena Virgo paham betul apa yang ada di dalam kepalanya, termasuk keterbatasan dan kekurangan yang dimiliki, orang-orang ini agak sensitif jika bicara tentang dirinya dan selalu merasa gelisah.

Bahkan saat seseorang melontarkan lelucon yang tergolong biasa saja, mereka bisa tersinggung dan cenderung akan membuat kebuntuan.

**Scorpio**  
Karena Scorpio tidak biasa mengatakan apa yang ada di pikirannya, mereka cenderung memiliki banyak perasaan terpendam di dalam dirinya. Sifat ini akan muncul dengan cara yang buruk ketika seseorang menjadikan mereka bahan lelucon.

**Pisces**  
Orang yang lahir di bawah zodiak Pisces, selalu mencari validasi dari sumber eksternal. Jika sumber-sumber eksternal ini mengolok-olok mereka, alih-alih memvalidasi, Pisces menjadi marah dan merasa sangat terluka. [1]

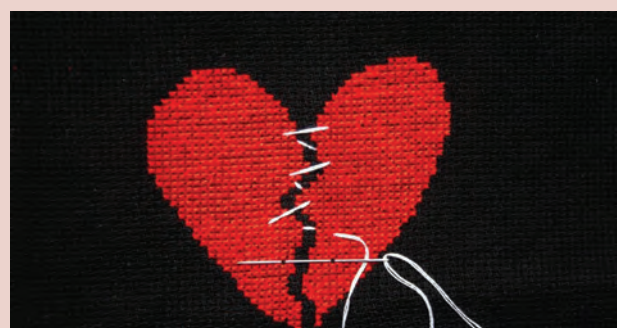
## Benarkah Parasetamol Bisa Sembuhkan Patah Hati?

**Jakarta, BI** - Banyak yang mengatakan, sakit hati tak ada obatnya, bahkan sulit untuk disembuhkan. Tapi, baru-baru ini, sebuah penelitian mengungkapkan, konsumsi parasetamol bisa menyembuhkan luka patah hati. Apa benar berkhasiat?

Walau terasa aneh, tak ada salahnya untuk mencoba. Sebuah penelitian membuktikan bahwa rasa sakit hati fisik dan emosional sebenarnya saling berkaitan. Untuk itu, penggunaan obat penghilang rasa sakit bisa berpengaruh untuk menyembuhkan luka batin.

University of California baru-baru ini melakukan sebuah studi bahwa rasa sakit emosional yang diproses pada otak ternyata sama

dengan rasa yang dirasakan secara fisik. Studi ini pun disimpulkan bahwa sakit hati atau patah hati akibat asmara dapat merespons obat penghilang rasa sakit, seperti parasetamol.



Dikutip laman Klik Dokter, penelitian yang dilakukan melibatkan 62 peserta yang diminta mengonsumsi parasetamol tylenol kemudian diteliti perasaannya setiap hari selama tiga pekan. Apa hasilnya?

Mereka yang terlibat dalam penelitian ini setidaknya mengonsumsi 1000 mg obat penghilang rasa sakit (2 tablet) menunjukkan penurunan perasaan sakit hati.

Para ahli pun menyimpulkan rasa sakit fisik dan emosional saling berkaitan. Profesor Psikologi Sosial yang terlibat dalam penelitian, Naomi Eisenberg bahkan mengungkapkan bahwa cinta yang ditolak sangat berpengaruh pada perasaan masing-masing peserta. [viva]

## Sia SINCERE COMPANY

Agan Sincere adalah agan yang jujur di Hong Kong, memiliki banyak majikan yang baik

1. Finish Kontrak Tidak Di Pungut Biaya
2. Selamat Datang Bagi Yang Bukan Dari Sia Sincere Agency, Finish Kontrak / Cari Majikan, Dapat Bonus
3. Untuk Yang Finish Kontrak / Terminate Bisa Pulang Ke Indonesia / Boleh Tunggu Visa Di Rumah
4. Ganti Majikan ( Finish Kontrak ) Majikan Baru Yang Bayar Tiket Dari Indonesia Ke Hongkong / Dapat Di Ganti Uang Jika Tidak Pulang Ke Indonesia

Hotline Indonesia: 2331-3111 / 5448-2588 - SEMUA KANTOR TIAP HARI BUKA -

TSUEN WAN Rm. 1231, Nan Fung Centre, 264-298 Castle Peak Rd. (Near MTR Exit A1)  
MONG KOK Rm. 1708, Wu Sang House, 655 Nathan Rd. (MTR Near Exit E1)  
TAI PO Shop A58, L2, Tai Po Plaza (Near Tai Po Centre)  
2331-3111 5147-4533 2381-1199 9055-4818 3598-6629 9127-2627

# Baru Kantor cabang Admiralty

Proses pengambilan uang dalam waktu yang cepat dengan pelayanan staf yang ramah

Sekarang ada 9 Kantor cabang untuk pelayanan yang lebih baik!

9 Kantor cabang  
• Central • Admiralty • Wan Chai • Causeway Bay  
• North Point • Mongkok • Shatin • Tsuen Wan • Yuen Long

Shop 2024, 2/F, United Centre, 95 Queensway, Admiralty, HK (MTR exit D)

Download ini dan daftar sekarang juga [www.hsfinance.com.hk](http://www.hsfinance.com.hk)

**Peringatan: Anda harus membayar langsung hutang Anda. Jangan bayar lewat perantara.**  
Hotline Pengaduan 3476-3188

Telepon Pendaftaran 3476-3100

## Kisah Perempuan Bercadar Pelihara 70 Anjing

**Bogor, BI** - Kisah Suhaesti Sutrisno (41), perempuan bercadar yang memelihara puluhan ekor anjing di Bogor, Jawa Barat, viral di media sosial. Hesti disorot setelah ormas setempat protes dan hendak mengusir anjing-anjing peliharaannya.



Perempuan yang akrab disapa Hesti itu memang mendedikasikan hidupnya untuk mengurus dan menjaga hewan liar tak terurus di jalanan, seperti kucing dan anjing. Ia menampung anjing dan kucing liar itu di rumah penampungan sementara atau green house di kawasan Tenjolaya, Bogor, Jawa Barat

Sejauh ini, Hesti menampung sebanyak 70-an ekor anjing liar yang telantar untuk dirawat di shelter anjing green house. Hesti mengaku anjing-anjing liar itu dirawat dengan baik, diberi makan dan divaksin rabies agar terhindar dari virus berbahaya.

Di dalam green house itu juga dilengkapi kandang-kandang dan septic tank khusus untuk membuang kotoran hewan. Sehingga tidak mencemarkan lingkungan.

Hesti memang tidak setiap harinya tinggal di Kampung Gunung Mulya, Tenjolaya. Walaupun ia asli Kampung Gunung Mulya, tapi sehari-hari tinggal di Pamulang, Tangerang Selatan. Green house tempat menampung anjing ini pun dia bangun di lahan miliknya sendiri.

"Di Pamulang masih ada alhamdulillah, ada 39 (anjing), kalau disini (Green House Tenjolaya) ada 70," kata Hesti [15/3]

Keberadaan green house yang menampung puluhan anjing liar ini belakangan disorot warga setempat. Warga yang terganggu meminta pendampingan LSM setempat untuk memprotes keberadaan anjing-anjing yang ditampung Hesti di

green house. Warga menuntut agar Hesti secepatnya mengosongkan green house dari anjing-anjing liar tersebut. "Mereka (yang memprotes) sebenarnya pendatang, bukan orang sini, semua warga (asli) justru kaget saya diginiin," ujar Hesti.

Hesti mengakui merawat puluhan anjing liar di sebuah lahan yang tak jauh dari pemukiman warga sejak Agustus tahun lalu. Saat itu anjing yang dia tampung belum sebanyak seperti sekarang. Warga sekitar pun sebenarnya mahfum dengan keberadaan green house, sebab di kampung tersebut juga banyak anjing liar.

"Saya kebanyakan dari sini, disini kan banyak anjing liar kan, itu 47 ekor itu dari kampung sini. Belum lama juga ditawari 5 puppy (anak anjing), itu anak kecil yang jual ditawarin ke kita," ujarnya.

Ia mengelola sendiri green house dibantu enam warga sekitar untuk mengurus anjing-anjing tersebut. Sembari mengurus anjing-anjing liar tersebut, Hesti berjualan kripik singkong. Hasil keuntungannya digunakan untuk mengurus anjing dan memberdayakan masyarakat sekitar.

"Saya cuma pedagang rumahan, semua hasil penjualan itu untuk melakukan kebaikan di kampung ibu saya ini. Baik itu untuk hewan, betulin jalanan, apapun itu semua warga kebagian dari hasil jualan itu," ungkapnya.

Sementara itu, Camat Tenjolaya, Farid Manuf membenarkan ada forum diskusi bersama pemilik green house, Hesti Sutrisno pada Kamis 11 Maret lalu, yang dihadiri jajaran Muspika Tenjolaya.

Dari pertemuan itu, disampaikan bahwa warga menolak akan aktivitas shelter anjing. Kemudian, warga dan masyarakat setempat menyebut ada fatwa MUI yang melarang kegiatan tersebut dan mendorong agar ditangani oleh Dinas Peternakan.

Hesti mengaku tak masalah dengan keberatan beberapa warga soal keberadaan green house yang berisi anjing liar yang dia pelihara. Bahkan, ia tak gentar jika nantinya ada pihak yang akan memperkarakan ke meja hijau karena dianggap mengganggu ketertarikan. "Ya saya sih siap, kan dicek dulu sebelum diadili di pengadilan, bener enggak mengganggu atau gimananya. Saat ini pilih mengalah tapi bukan berarti kalah. Keburukan mereka bukan berarti saya balas dengan keburukan, harus saya balas dengan kebaikan, justru saya akan datang dengan kebaikan. Pada hakikatnya saya minta pengamanan green house saya enggak akan pergi dari tanah saya, dari kampung saya sendiri," tegasnya. [viva]

## Rekayasa Pisang Mbrojol

**Yogyakarta, BI** - Masa panen dan kualitas buah dari pohon pisang kini bisa diatur. Ini berkat temuan teknik rekayasa bernama Pisang Mbrojol. Ini merupakan cara membuat pohon pisang bisa berbuah di bagian tengahnya. Jadi, batang pohon pisang cukup dipasak menggunakan bambu, lalu tandan pisang akan muncul dengan sendirinya



di tengah-tengah. Penemu teknik rekayasa Pisang Mbrojol ini adalah Budi Riyanto. Warga Kelurahan Srimulyo, Kecamatan Kapanewon Piyungan, Kabupaten Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta, tersebut tidak sengaja menemukan teknik pasak bambu ini. Awalnya Budi mendapati pohon pisang di pekarangan rumahnya yang berbuah di bagian tengah. Setelah diperhatikan, ternyata ada potongan bambu yang menancap di bagian tengah pohon itu.

Temuan ini kemudian dipraktikkan pada tanaman pisang yang lain. Hasilnya muncul tanda pisang di tengah batang pohon dengan ketinggian disesuaikan keinginan pemilikinya. Namun, tidak sembarangan pohon pisang bisa dipasak, harus yang sudah cukup tua dan siap berbuah.

# Jaja Miharja Keluhkan Sakit Lutut

**JAKARTA, BI** - Jaja Miharja masih aktif menjalani syuting meski usianya tak lagi muda. "Layar lebar sudah selesai dua," ujar Jaja [15/3]

Namun di sisi lain, usia Jaja yang sudah memasuki tahun ke-74 tetap memberikan dampak bagi kondisi fisiknya.

"Jaga kesehatan iya, cuma kaki saja mulai sakit," tutur sang aktor.

Diceritakan Jaja Miharja, setiap 40 hari sekali dia harus melakukan injeksi di bagian

lutut. Faktor usia membuat kinerja sendi Jaja mulai terganggu.

"Kata dokter, mesti dikasih pelumas, kasih pelumas kayak macam minyak di dengkul. Sudah keropos kali," kata dia seraya bercanda.

Kendati demikian, Jaja Miharja memastikan saat ini hanya kakinya yang bermasalah. Gangguan itu tidak terlalu mempengaruhi aktivitas Jaja sehari-hari.

"Ya masih sehat, alhamdulillah," pungkasnya. (LID/okzone)



# Thomas Djorghji Sakit Hati Dituding Gay

**Jakarta, BI** - Pendangdut senior Thomas Djorghji belum juga menikah meski usianya sudah memasuki 51 tahun. Hal itu membuat Thomas kerap disukan netizen dengan beragam rumor.

Salah satu isu yang kerap didengar adalah Thomas disebut penyuka sesama jenis atau gay.

Thomas bercerita perihal ini dalam tayangan di YouTube miliknya. Thomas bahkan mengaku sakit hati karena disukan sebagai gay.

"Sakit hati pernah pasti ya, pembicaraan-pembicaraan tentang 'Thomas begini, suka sesama jenis, nggak nikah-nikah, nggak laku kali ye'," ungkap Thomas di YouTube miliknya.

Thomas menjawab dengan diam karena merasa jika netizen sama sekali tak tahu apa-

apa tentang kehidupannya.

"Diemin aja, terserah mereka mau menilai apa tentang aku monggo silahkan karena yang menjalankan hidup adalah diri aku," tutup Thomas santai.

Selain menjadi gay Thomas Djorghji juga pernah dituduh telah melakukan operasi plastik sehingga wajahnya awet muda meski usianya sudah kepala lima.

"Aku yang namanya suntik aja takut, jadi nggak mungkin aku melakukan hal itu, aku perawatan itu hanya pakai masker aja dan minum air putih, nggak pernah aku bikin perubahan muka," tutup Djorghji. [bi]



## Kewajiban - Kewajiban Para Pembantu Rumah Tangga Asing



Menahan diri dari peminjaman uang yang berlebihan. JANGAN membayar agensi anda dengan meminjam uang dari perusahaan peminjaman uang walaupun diminta oleh agen tersebut.

Hanya melakukan pekerja rumah tangga sesuai dengan alamat majikan yang tertulis dalam kontrak. JANGAN bekerja untuk orang lain selain majikan anda.



Menahan diri untuk "berganti-ganti majikan". Permohonan untuk mengganti majikan dalam kontrak anda biasanya tidak akan diijinkan kecuali dalam kondisi khusus. Penyalahgunaan atas pemutusan kontrak sebelum waktunya dapat mengakibatkan permohonan visa anda di masa mendatang tidak berhasil/ ditolak.



Anda disediakan tempat tinggal gratis di rumah majikan anda sesuai dengan alamat yang tertulis dalam kontrak dan hanya diijinkan tinggal di alamat tersebut. Untuk yang akan datang mungkin permohonan visa anda akan ditolak jika anda tinggal di luar walaupun diijinkan atau dibayar oleh majikan anda.



JANGAN melakukan pekerjaan apapun yang tidak sah atau pekerjaan paruh waktu apapun, walaupun majikan atau agen anda mengijinkan atau meminta anda melakukannya.

Pelanggaran atas persyaratan ijin tinggal yang diterapkan terhadap diri anda dapat mengakibatkan anda dikenakan tuntutan dan kemudian dipulangkan.



# Viral Kisah Istri Rela Donorkan Ginjalnya untuk Suami

Jakarta, BI- Kisah pasangan suami istri yang langgeng sampai hari tua kerap menjadi inspirasi. Walaupun usia kian bertambah, namun cinta kepada pasangan seakan tak pernah habis malah selalu bertambah setiap harinya. Hal apapun tentunya akan dilakukan untuk saling menguatkan satu sama lainnya ketika hadapi masalah.

Bahkan tak jarang setiap kisah haru hingga inspiratif pun viral di media sosial. Seperti yang belum lama ini viral dan melintasi linimasa For Your Page (FYP)



kisah seorang istri yang rela donorkan satu ginjalnya untuk sang suami.

Video tersebut sudah ditonton lebih dari 2

juta kali dan menuai ragam respon dari warganet. Tak sedikit yang menyebut bahwa aksi yang dilakukan sang istri untuk mendonorkan satu ginjalnya kepada sang suami ini adalah bukti cinta sejati. Kisah haru istri yang rela donorkan ginjalnya untuk sang suami ini dilansir Liputan6.com dari laman TikTok @yunitarusdan pada Selasa, (16/3).

## Istri Rela Donorkan Satu Ginjalnya untuk Suami

Setiap pasangan tentunya mempunyai cerita cintanya masing-masing. Bahkan setiap pasangan punya cara tersendiri untuk menunjukkan rasa sayangnya. Tak hanya pasangan muda yang bisa menunjukkan rasa cinta kepada pasangan, pasangan suami istri yang sudah lama menikah pun selalu punya cara berbeda untuk menunjukkan rasa cinta.

Upaya apapun akan dilakukan seseorang untuk kebahagiaan pasangannya. Kehilangan orang yang dicinta adalah kehilangan mendalam yang tak pernah terbayangkan sebelumnya. Oleh sebab itu pasangan tentunya akan menjaga satu sama lainnya untuk melewati banyak rintangan yang akan dihadapi, apalagi ketika pasangan sedang sakit dan berjuang melawan penyakitnya.

Seperti yang belum lama ini viral dan melintasi linimasa FYP video seorang istri yang rela mendonorkan satu ginjalnya untuk sang suami. Video tersebut diunggah oleh keponakannya dan sudah ditonton lebih dari 2 juta kali.

"Segimana level bucin kalian? Kalo tanteku

>>BERSAMBUNG KE HLM 17

## Pramugari Jadi Penjual Tahu Goreng

Malaysia, BI – Akibat pandemi covid-19 banyak perusahaan yang bangkrut hingga harus mengurangi pegawainya atau bahkan menutup usahanya.

Bidang usaha travel juga mendapati pukulan berat karena adanya pembatasan – pembatasan dari pemerintah sebagai usaha penyebaran virus corona baru yang memang mudah sekali menular.

Hal ini juga terjadi kepada kisah pramugari asal



Malaysia, Maliah MD Noor yang kini banting setir menjadi sales mobil, penjahit dan penjual tahu goreng akibat PHK.

Dikutip dari laman mStar, Maliah MD Noor mulai mengudara sebagai pramugari di salah satu maskapai penerbangan Malaysia, sejak 2018.

"Saya dapat panggilan tentang kabar PHK itu pada Hari Raya (Idul Fitri) lalu saat di rumah di Subang, Selangor. Waktu itu saya memang sudah menduganya," ujar perempuan 27 tahun itu. Tak sampai di situ, Maliah juga tidak bisa pulang pulang ke kampung halamannya di Johor

>>BERSAMBUNG KE HLM 17

*Assalamualaikum wrwb...*

woro woro.. Buat mbk mbk yg di hongkong yang jauh dr keluarga..  
Yuukkk...kita manjain keluarga kita dgn paket A,B,C,  
gak perlu susah2, barang di anter dpn pintu. Plis call me lewat WA  
di no **+62852217014500**.  
Khusus daerah Jawa Barat siap antar ya gaess

## Penata Laksana Rumah Tangga Asing Hak-hak dan Perlindungan menurut Peraturan Kerja

### Hari Libur Resmi

- Seorang pramuwisma asing berhak untuk :
  - ♦ **12 hari libur resmi** dalam satu tahun; dan
  - ♦ pembayaran hari libur apabila dia sudah bekerja 3 bulan lamanya sebelum dari hari libur resmi apa saja.
- Pembayaran sebagai pengganti pemberian hari libur resmi tidak diizinkan.
- Jika hari libur resmi jatuhnya pada hari libur / istirahat maka hari libur harus diberikan pada hari setelah hari libur / istirahat itu.
- Hari libur alternatif harus diatur dalam jangka waktu 60 hari sebelum atau setelah hari libur resmi jika pramuwisma asing perlu bekerja pada hari libur.



### Hari Libur / Istirahat

- Seorang Pramuwisma asing :
  - ♦ harus paling sedikit mempunyai **1 hari libur / istirahat** dalam setiap masa waktu 7 hari; dan
  - ♦ boleh bekerja secara suka rela pada hari libur / istirahat.
- Seorang majikan tidak boleh memaksa seorang pramuwisma untuk bekerja pada hari libur / istirahat.



### Cuti Tahunan

- Seorang pramuwisma asing berhak untuk cuti tahunan yang dibayar setelah bekerja 12 bulan dengan majikan yang sama sebagai berikut :
  - ♦ masing-masing 7 hari untuk tahun kerja pertama dan kedua; dan
  - ♦ dimulai dari tahun ketiga, jumlahnya bertambah 1 hari untuk setiap tahun sampai mencapai maksimum 14 hari.



### Informasi dan Pengaduan

Hotline 24 jam: 2157 9537 (ditangani oleh "1823") Formulir online di Portal FDH: [www.fdh.labour.gov.hk](http://www.fdh.labour.gov.hk)  
Email: [fdh-enquiry@labour.gov.hk](mailto:fdh-enquiry@labour.gov.hk)

## Anak Sekelas DiKarantina Karena 1 Teman Terinfeksi

**Hong Kong, BI** – Para orang tua mencela keputusan yang ‘mbingungkan’ untuk mengkarantina anak-anak prasekolah/Pau dan TK.

‘Kami tidak pernah diberitahu ketika kami mengembalikan anak-anak kami ke sekolah bahwa mereka akan pergi ke pusat karantina jika salah satu teman sekelas mereka dinyatakan positif,’ kata seorang ibu.

Secara terpisah, seorang ahli kesehatan menyerukan kepada pemerintah untuk meningkatkan kampanye inokulasi dengan menawarkan vaksin yang lebih luas kepada masyarakat.

Orang tua dari anak-anak dari prasekolah internasional yang makmur mengkritik apa yang mereka anggap sebagai keputusan tidak pengertian dari pihak berwenang untuk mengirim



anak-anak mereka ke kamp karantina, karena Hong Kong mencatat 10 kasus virus korona baru pada hari Kamis.

Sekelas 15 siswa berusia antara tiga dan empat tahun dari Akademi Montessori Woodland di Caine Road diperintahkan untuk masuk karantina setelah mereka diidentifikasi sebagai kontak dekat putri berusia 3 tahun dari dua karyawan konsulat AS yang dipastikan terinfeksi pada Rabu.

Setidaknya tiga orang tua telah memberi tahu Post bahwa mereka sangat prihatin dan bingung dengan pengaturan dan peraturan tersebut. [scmp]

## Anak Usia 12 Tahun Rampas Hape Wanita 25 Tahun

**Hong Kong, BI** – Kenakalan anak di Hong Kong rupanya membutuhkan perhatian khusus sebelum terlambat, diberitakan ada lima anak yang masih berstatus murid sebuah sekolah ditangkap karena mencuri ponsel seorang wanita [25 thn] senilai HK \$ 10.000 di area perumahannya

Lima anak sekolah, termasuk beberapa yang berusia 12 tahun, telah diamankan oleh pihak berwajib.

Salah satu anak laki-laki, yang berusia antara 12 dan 16, dilaporkan mendekati wanita berusia 25 tahun itu dan mengambil ponselnya di Shek Fong House, Shek Wai Kok Easted Tsuen Wan sekitar pukul 19.30 pada hari Senin.

‘Korban saat itu sedang membawa ponsel di tangannya. Tersangka meminta petunjuk untuk mengalihkan perhatiannya dan merebut teleponnya,’ kata Inspektur Wan Pik-ye dari unit investigasi kriminal Tsuen Wan pada hari Rabu.

Korban berusaha mengambil kembali ponselnya dengan berteriak minta tolong hingga lapor polisi. [scmp]



## Ayah Anak Kompak Tipu Pemerintah

**Hong Kong, BI** - Kebijakan bantuan sosial akibat pandemi covid-19 banyak dimanfaatkan oleh orang-orang yang berhati jahat dan serakah, seperti apa yang dilakukan oleh seorang ayah [70] dan anak [38] yang tinggal di kawasan Sham Shui Po ini. Akibat mengajukan bantuan sosial dari pemerintah dengan menggunakan data orang yang sudah meninggal mereka diciduk polisi dan akan diadili.

Mereka, ayah dan anak diduga menggunakan identitas kakek berusia 99 tahun yang telah meninggal untuk mengklaim bantuan sosial akibat virus corona senilai HK \$ 10.000

Kedua pria tersebut dituduh mendaftarkan sang kakek untuk skema pembayaran tunai melalui perbankan online pada 21 Juni, delapan hari setelah ia meninggal pada 13 Juni. Skema tersebut dibuka untuk pendaftaran pada 15 Juni.

Petugas regu kriminal memulai penyelidikan mereka setelah menerima laporan penipuan tersebut pada bulan september 2020 lalu. [bi/scmp]



**LEA** 力勤僱傭  
Lincoln Employment Agency

**Searching for The Right Employer?  
Lincoln is The Right Place!**

**Mencari majikan yang tepat? Lincoln adalah TEMPATNYA!**

- Kami adalah Agen di HK Yang Memiliki Banyak Majikan Untuk Anda
- Kami Menerima Finish Kontrak
- Bisa proses perpanjangan Kontrak atau Terminat
- Disini Anda Semua Akan Mendapatkan Gaji Full-\$4630
- Anda Juga Akan Mendapatkan Libur Setiap Minggu dan hari Libur Resmi Lainnya
- Daftarkan Segera Diri Anda!!!

**Kenalkan Saudara/  
Teman Anda Untuk  
Daftar Sekarang,  
DAPATKAN BONUS  
MENARIK**

**Daftarkan Sekarang Juga, Hubungi Hotline Kami di**



**852-62222-860, 852-2338-5444**

**• Rm1904, 19/F, Royal Commercial Centre,  
56 Parkes Street, Jordan, Kowloon**

## Protes Orangtua Karena Anaknya Dikarantina

**Hong Kong, BI** - Kasus mengkarantina bayi dan anak-anak membuat para orang tua komplain dan mendesak perwakilan rakyat untuk tidak terlalu keras terhadap anak-anak mereka, apalagi ada tindakan pengikatan anak dan bayi agar tidak banyak bergerak agar peralatan kesehatan yang dipasang di tubuhnya tetap dalam posisi yang aman, seperti infus dan selang oksigen.

Grup media sosial dipenuhi dengan komentar dan curhatan keluarga pasien anak yang dibawa ke bangsal isolasi atau kamp karantina.

Keluhan mereka terkait dengan kebijakan pemerintah yang memisahkan orang tua dari anak-anak mereka, bahkan ada larangan menyusui bayi dan beberapa bayi yang bahkan diikat di tempat tidur untuk menghentikan gerakan mereka.

Ramainya keluhan dan curhatan para orang tua pada minggu ini, membuat pihak pemerintah

“Secara umum, rumah sakit hanya akan mempertimbangkan penerapan pengkekangan fisik pada pasien anak untuk keselamatan dan kesejahteraan pasien,” kata Otoritas Rumah [18/3]

“Persetujuan yang tepat dan sebelumnya akan diminta dari orang tua atau wali,” tambahnya.

Otoritas Rumah Sakit menambahkan orang tua dengan hasil tes negatif biasanya akan diizinkan untuk menemani anak-anak yang terinfeksi di bangsal isolasi jika ada ruang.

Dalam beberapa hari terakhir, konsulat Swiss, Inggris, dan Amerika Serikat semuanya telah menyatakan keprihatinan tentang bagaimana tindakan anti-virus Hong Kong yang keras

berdampak pada keluarga, termasuk ketakutan yang dimiliki orang tua tentang dipisahkan dari anak-anak. [†]



## Sepasang Kekasih Palak Anak Sekolah

**Hong Kong, BI** – Kenakalan remaja menghantui remaja di Hong Kong, sepasang kekasih ditangkap setelah menarget/memalak siswi di stasiun kereta kota.

Mereka diduga telah melakukan kejahatan memalak terhadap sembilan siswi sekolah dengan merampas uang tunai dan barang berharga lebih dari HK \$ 40.000 (US \$ 5.000) di berbagai stasiun kereta api di Hong Kong selama lima bulan terakhir.

Pria dan wanita tersebut dituduh telah menjadikan mangsa murid perempuan berusia antara 11 dan 16 tahun di stasiun MTR yang berbeda antara Oktober tahun lalu dan Maret tahun ini.

Mengklaim mereka telah kehilangan ponsel atau dompet mereka, para tersangka meminta bantuan korban mereka dan kemudian meminjam ponsel, uang tunai dan bahkan kartu Octopus sebelum melarikan diri dengan barang-barang tersebut, menurut Penjabat Kepala Inspektur Yam Suet-ying.

Saat ini pasangan tersangka tersebut ditahan di wisma di Mong Kok dengan tuduhan kasus mencuri ponsel, uang tunai, dan kartu perjalanan, mereka pria usia 43 tahun dan wanita usia 35 tahun. [scmp]

# Mendadak Kaya dari Usaha Kue Kering

Jakarta, BI - Kue kering atau cookies kerap menjadi salah satu hidangan yang wajib disajikan di meja ruang tamu atau keluarga saat hari raya perayaan atau acara tertentu, seperti Hari Raya Idul Fitri, Natal, arisan atau sekedar kumpul bersama teman-teman di rumah.

Bukan hanya itu saja, saat ini kue kering juga dijadikan sebagai parcel atau bingkisan untuk diberikan kepada orang lain sebagai bentuk tanda bakti, hormat dan sebagainya.

Bagi Anda yang memiliki keahlian dalam membuat berbagai macam kue kering, sebaiknya manfaatkan keahlian tersebut dengan membuka usaha kue kering. Hal ini tentu mendatangkan keuntungan besar sehingga bisa menjadi orang yang mendadak kaya.

Tertarik untuk usaha kue kering dilebaran tahun ini, simak tips tipsnya berikut ini:

## 1. Tentukan Jenis Kue Kering

Kue kering memiliki berbagai macam jenis, mulai dari nastar, semprit, lidah kucing, kastengel, sagu keju, putri salju dan sebagainya, sebaiknya tentukan jenis kue kering yang akan dijual terlebih dahulu.

Lakukanlah survey di lapangan untuk melihat kue kering yang selalu dicari masyarakat. Selain itu, saat memilih kue kering juga harus disesuaikan dengan kemampuan yang dimiliki.

## 2. Pakai Resep yang Terbaik

Kue kering yang enak tentunya disukai



banyak pelanggan, yaitu memiliki keseimbangan rasa antara manis, gurih dan sebagainya. Hal ini tentunya berdasarkan resep yang digunakan saat membuat kue kering.

Cobalah kumpulkan resep dari berbagai macam sumber, mulai dari internet, buku-buku resep atau tanyakan kepada nenek, ibu dan saudara karena pada umumnya setiap keluarga yang memiliki hobi membuat kue memiliki resep turun-temurun.

## 3. Gunakan Bahan yang Berkualitas

Walau menggunakan resep yang tepat, namun bahan-bahan yang dipakai saat pembuatan kue tidak berkualitas.

Untuk itu, gunakanlah bahan-bahan kue yang baik dan berkualitas, mulai dari terigu, mentega, telur dan bahan lainnya. Selain memberikan rasa yang enak, pemakaian bahan-bahan yang berkualitas juga membuat kue kering tahan lama. Artinya, kue

kering tersebut tidak cepat kadaluwarsa.

## 4. Buat Inovasi Baru

Bila inovasi dilakukan pada usaha kue kering, tentu akan sangat menguntungkan Anda sebagai penjual, yaitu customer lebih mudah tertarik untuk membelinya sehingga bisa saja dalam waktu dekat akan menerima banyak pemesanan kue kering.

Dengan begitu, galilah kreatifitas yang dimiliki agar tampilan pada kue kering menjadi lebih menarik atau Anda juga bisa mencari referensi di internet atau buku resep lainnya.

Selain itu, Anda juga perlu melakukan inovasi pada tempat yang biasa digunakan untuk menyimpan kue kering atau toplesnya.

## 5. Tentukan Harga yang Pantas

Baiknya, lakukan pencatatan semua pengeluaran dengan rinci sejak awal agar lebih mudah saat menghitung harga yang akan ditetapkan. Berhubung usaha kue kering ini baru akan dijalankan, janganlah langsung mematok harga tinggi dengan keuntungan yang besar.

Tetapkanlah harga dengan keuntungan yang sewajarnya, bila usaha kue kering sudah berjalan dengan lancar, berkembang pesat dan banyak customer yang pesan, maka menaikkan keuntungan bisa dilakukan secara bertahap.

## 6. Lakukan Gencar Promosi

Lakukan promosi kue kering dengan berbagai cara; door to door, tester kue yang dijual untuk dicicipi kepada calon pelanggan dan harga khusus.

## 7. Jaringan Luas dengan Media Online

Pilihlah media online yang tepat, artinya yang banyak digunakan oleh target, seperti Instagram, Facebook dan sebagainya. Tidak perlu khawatir untuk mendapatkan kepercayaan pelanggan, Anda bisa mengandalkan kumpulan testimoni yang diberikan para pelanggan sebelumnya.

Selain itu, jangan mengabaikan konsep tampilan pada media online yang digunakan. Tingkatkanlah kreatifitas dalam membuat tampilan yang menarik, mulai dari foto produk, desain, pemilihan tipografi dan sebagainya.

## Jalani dengan Tekun

Percayalah tidak ada hasil yang mengkhianati usaha. Jika setiap proses dilakukan dengan keyakinan yang kuat dan bersungguh-sungguh, maka hasil baik berupa kesuksesan seperti, kelancaran dan berkembangnya usaha bisa didapatkan dengan mudah. [\*]



## >> VIRAL ISTRI RELA DONOR..DARI HLM 15

level bucin nya sudah sampai berani mendonorkan 1 ginjalnya untuk suaminya >DzY>DāY." tulis sang pemilik akun pada kolom caption unggahannya.

Dalam video tersebut terlihat detik-detik kebersamaan pasangan suami istri yang saling menguatkan satu sama lainnya sebelum mulai operasi. Momen manis pasangan suami istri membuat tak sedikit warganet merasakan haru dan menyebutkan bahwa apa yang dilakukan tante sang pemilik akun kepada suaminya adalah bukti cinta sejati.

Kisah serupa memang kerap menyita perhatian. Tak sedikit orang yang bagikan ragam kisah haru sampai inspiratif di media sosial, salah satunya kisah yang diunggah oleh sang pemilik akun @yunitarusdan.

Sang pemilik akun juga mengunggah potret saat tante dan suaminya sudah selesai operasi. Tak sedikit warganet yang mendoakan pasangan suami istri agar segera pulih dan rumah tangganya tetap harmonis sampai maut memisahkan.

Sebelumnya juga pernah viral di media sosial kisah haru perjumpaan pasangan lansia setelah seminggu tidak berjumpa. Momen pertemuan pasangan lansia ini ramai di media sosial dan tentunya menuai pujian dari warganet. Kerap beredar banyaknya kisah pasangan lansia membuktikan bahwa cinta sejati itu benar adanya.



## Komentar Haru Warganet

Video yang diunggah pada 15 Maret 2021 ini sudah ditonton lebih dari 2 juta kali dan dibagikan lebih dua ribu kali. Video tersebut juga mendapatkan 250 ribu likes dari pengguna TikTok dan ada sekitar 4 ribu komentar dibubuhkan warganet pada kolom komentar unggahan tersebut.

"Ternyata bucin sesungguhnya ada yah, halal dan bukan sekedar gombal atau janji manis, REAL." tulis kaaaaa58 disertai dengan emot sedih.

"Bucin yang dapat pahala." kata MangTata disertai dengan emot love.

"Bucin level dewa nih. Smoga samawa y om&tante." timpal dian aryani.

"Inilah istri yang benar benar soleha. Terimakasih, kalian sudah mengajarkan kita semua tentang pembelajaran hidup." imbuh idoy31 disertai dengan emot love.

"MasyaAllah definisi cinta mati." tambah Herlina Safitri disertai emot love.

## >> ATASI HAID TIDAK TERA..DARI HLM 15

mengatasinya dengan pengobatan rumahan dengan bahan-bahan alami berikut ini, seperti dilansir Times of India.

## 1. Kayu manis

Kayu manis bekerja sangat baik dalam hal masalah menstruasi. Kayu manis bahkan membantu dalam mengobati PCOS. Ini membantu dalam mengatur menstruasi Anda dan juga mengurangi rasa sakit yang disebabkan selama menstruasi.

## 2. Jinten

Jintan membantu dengan mengencangkan otot rahim dan memperbaiki menstruasi yang tidak teratur. Konsumsi jintan yang direndam semalaman setiap pagi dengan air hangat untuk mendapatkan hasil terbaik.

## 3. Jahe

Johor karena pembatasan – pembatasan wilayah.

Tak hanya karir di maskapai penerbangan yang terputus namun rencana untuk menikah dengan sang kekasih juga harus ditunda karena tindakan PHK dari tempat calon suaminya bekerja.

## Maliah Bangkit

Maliah merupakan lulusan S1 Seni Desain Fesyen dan Tekstil di Universitas Malaysia Sarawak (Unimas). Mengandalkan pengetahuannya semasa sekolah dulu, ia pun akhirnya memutuskan untuk men-

Jahe membantu meredakan gejala PMS dan mengatur menstruasi. Dianjurkan untuk mulai mengonsumsi jahe tujuh hari sebelum tanggal haid untuk mendapatkan hasil terbaik. Ini juga membantu mengurangi jumlah darah yang hilang selama menstruasi.

## 4. Cuka apel

Minum cuka apel dapat membantu mengatur siklus menstruasi dan mengobati PCOS. Pastikan untuk mengonsumsi cuka apel hanya setelah diencerkan dengan air.

## 5. Nanas

Nanas adalah obat rumahan yang bagus untuk menstruasi yang tidak teratur. Nanas mengandung bromelain, enzim yang melembutkan lapisan rahim dan membantu mengatur menstruasi. Ini juga bersifat anti-inflamasi dan dengan demikian membantu meredakan nyeri haid. (DRM)



## >> PRAMUGARI JADI PENJU..DARI HLM 15

Johor karena pembatasan – pembatasan wilayah.

Tak hanya karir di maskapai penerbangan yang terputus namun rencana untuk menikah dengan sang kekasih juga harus ditunda karena tindakan PHK dari tempat calon suaminya bekerja.

## Maliah Bangkit

Maliah merupakan lulusan S1 Seni Desain Fesyen dan Tekstil di Universitas Malaysia Sarawak (Unimas). Mengandalkan pengetahuannya semasa sekolah dulu, ia pun akhirnya memutuskan untuk men-



jahit, agar kebutuhan hidupnya beserta keluarganya terpenuhi.

Kemudian rezeki tak diduga akhirnya datang menghampirinya. Ia diterima di agen penjualan mobil pada Agustus 2020 lalu.

Meski belum memiliki pengalaman di bidang tersebut, namun ia tetap bersyukur dan akan

menekuni pekerjaan tersebut. [\*]



## Tradisi Meugang Sangat Penting Buat Aceh

**ACEH, BI** - Tradisi ini telah muncul bersamaan dengan penyebaran agama Islam di Aceh yaitu sekitar abad ke-14 M. Ali Hasjimy menyebutkan bahwa tradisi ini sudah dimulai sejak masa kerajaan Aceh Darussalam.

Tradisi meugang ini dilaksanakan oleh kerajaan di istana yang dihadiri oleh para sultan, menteri, para pembesar kerajaan serta ulama.

Pada hari itu, raja memerintahkan kepada balai fakir yaitu badan yang menangani fakir miskin dan dhuafa untuk membagikan daging, pakaian dan beras kepada fakir miskin dan dhuafa. Semua biayanya ditanggung oleh bendahara Silatu Rahim, yaitu lembaga yang menangani hubungan negara dan rakyat di kerajaan Aceh Darussalam.

Denys Lombard dalam bukunya "Kerajaan Aceh Zaman Sultan Iskandar Muda" menyebutkan adanya upacara meugang di Kerajaan Aceh Darussalam, bahkan menurutnya, disana ada semacam peletakan karangan bunga di makam para sultan.

Ada yang menyebutkan bahwa perayaan meugang ini dilaksanakan oleh Sultan Iskandar Muda sebagai wujud rasa syukur raja menyambut datangnya bulan Ramadhan, sehingga dipotonglah lembu atau kerbau, kemudian dagingnya dibagikan kepada rakyat.

Setelah perang dan masuk penjajah Belanda, tradisi tersebut juga masih dilakukan yang dikoordinir oleh para hulubalang sebagai penguasa wilayah hingga sekarang. [bi]

Meugang sangat penting bagi semua lapisan masyarakat di



Aceh, karena sesuai dengan anjuran agama Islam, datangnya bulan Ramadhan sebaiknya disambut dengan meriah, begitu juga dengan dua hari raya, yaitu hari raya Idul Fitri dan Idul Adha. (\*)

## Tradisi Unik Bajong Banyu di Magelang

**MAGELANG, BI** - Warga Dusun Dawung, Desa Banjarnegoro, Kabupaten Magelang memiliki cara unik dalam menyambut bulan Ramadhan. Mereka melaksanakan tradisi yang dinamakan Bajong Banyu.

Bajong Banyu adalah tradisi 'Padusan' tetapi dengan cara perang air. Tradisi ini ditujukan untuk mensucikan diri menyambut bulan puasa.

Dari informasi yang dihimpun Tribunjogja.com, tradisi yang sudah enam tahun dilaksanakan tersebut diawali dengan upacara diiringi pertunjukan tarian tradisional, kemudian dilanjutkan dengan prosesi pengambilan air suci di sumber air Sendang Kedawung oleh puluhan warga serta para tokoh dan perangkat desa setempat.

Para tokoh masyarakat dengan membawa kendi, mengambil air yang ada di Sendang Kedawung dikawal dan dijaga oleh pasukan



Bregada berjalan sejauh 100 meter menuju sumber air.

Puluhan penari cilik juga mengiringi perjalanan mereka. Sambil membunyikan kendang, dan gamelan, ritual mengambil air dimulai. Para penari telah menunggu di sendang, menyambut dengan tarian.

Sesepuh desa kemudian memimpin doa di sendang, dan mengambil air menggunakan kendi. Air dari sendang tersebut dibawa lagi ke tengah-tengah dusun.

Selanjutnya sesepuh desa menuangkan air yang dianggap suci tersebut ke dalam gentong. Lalu menyiramkan dan melemparkannya kepada masyarakat.

Terjadilah perang air atau Bajong Banyu yang merupakan inti dari tradisi tersebut. Ketua Karangtaruna Dusun Dawung, Gepeng Nugroho, mengatakan, tradisi ini adalah tradisi yang dilakukan setiap menjelang bulan Ramadhan.

Tujuannya adalah untuk mensucikan diri

sebelum memasuki bulan Ramadhan.

"Ini adalah tradisi tahunan menjelang bulan suci ramadhan, tujuannya untuk pembersihan diri," kata Gepeng, Rabu (1/5/2019), di sela-sela tradisi Bajong Banyu di Dusun Dawung, Desa Banjarnegoro, Kecamatan Mertoyudan, Kabupaten Magelang.

Gepeng mengatakan, banyak makna filosofis yang terkandung dalam Tradisi Bajong Banyu tersebut.

Pertama adalah arti pentingnya air di Sendang Kedawung yang memberikan penghidupan untuk masyarakat Dawung dan sekitarnya. Ia mengatakan, sumber air tersebut tidak pernah kering bahkan di saat musim kemarau.

Oleh karena itu, mata air tersebut harus terus dijaga untuk keberlangsungan hidup masyarakat desa.

"Sejak dulu sampai sekarang mata air di Sendang Kedawung ini unik karena tak pernah kering, meskipun kemarau.

Ritual ini adalah untuk mengingatkan kita akan pentingnya sumber mata air, yang harus terus dijaga, karena sumber air itu yang memberikan penghidupan untuk ma-



sasyarakat," kata Gepeng.

Selain itu, diadakannya Bajong Banyu ini adalah untuk kemas tradisi padusan menjelang bulan Ramadhan agar lebih menarik lagi.

Tradisi ini menjadi atraksi seni dan budaya yang juga menarik wisatawan untuk berkunjung dan menyaksikannya.

### Ada 15 kelompok kesenian yang menghibur masyarakat.

"Kemasan padusan yang lebih menarik. Ada seni dan budaya yang ada di sana. Kalau padusan kan sudah biasa, nah bagaimana kita kemas dengan atraksi budaya, sehingga dapat menarik pariwisata juga," ujar Gepeng.

Salah seorang warga Dusun Dawung, Suparno, mengatakan, selain tujuannya untuk Padusan, tujuan dari Bajong Banyu ini juga sejatinya adalah kebersamaan, dimana masyarakat saat Bajong Banyu dapat saling berbaur menjadi satu, membawa semangat kebersamaan melalui perang air tersebut.

"Kita saling bersama-sama, bergembira bersama menyambut bulan suci Ramadhan dengan bersemangat," kata Suparno.

Rangkaian acara selain kesenian tradisional, ritual pengambilan air, perang air, juga diadakan peragaan busana dengan kostum yang unik hasil kreasi dari masyarakat Dusun Dawung dan sekitarnya.

Hal ini membuat Tradisi Bajong Banyu semakin menarik dan diminati tahun ke tahun. (\*)

## Tradisi Bebersinan Lombok

**Lombok, BI** - Masyarakat Lombok memiliki tradisi tersendiri bahkan unik menyambut datangnya bulan suci Ramadhan.

Pada H-1 datangnya bulan Ramadhan, oleh masyarakat Lombok menyebutnya sebagai tradisi penampahan. Tradisi dimaksud ditandai dengan prosesi mandi sapar atau mandi besar atau mandi junub. Ini sebagai perantara untuk membersihkan diri baik secara lahir maupun batin.

Dalam tradisi ini masyarakat Lombok juga menyebutnya "Bebersinan". Beragam versi oleh warga yang melakukan hal ini. Ada warga yang melakukan prosesi mandi di rumah mereka masing-masing.

Ada juga yang mandi besar di danau atau sendang sebagaimana banyak dijumpai di sejumlah air terjun terkenal di Lombok.

Seperti Air Terjun Kembang Kuning (Otak Kokok), Air Terjun Sendang Gile di Lombok Utara atau di Taman Raja Kolam Air Awet Muda, Narmada, bahkan di pemandian Sesaot Lombok Barat.

"Ada juga warga Lombok yang melakukan prosesi penampahan ini dengan mandi di

pantai baru, membilasnya dengan air tawar. Mandi di pantai diyakini sebagai cara untuk meluruhkan segala jenis kesalahan dan dosa," kata Budayawan Lombok L Sahnun.

Menurutnya, laut lepas nan luas juga dipercaya bisa menghanyutkan semua keburukan yang ada dalam diri seseorang. Setelah mandi di pantai, mereka akan melanjutkan dengan mandi dengan air tawar. Tujuannya untuk mensucikan diri sebelum masuk



ke bulan Ramadhan.

Tradisi Lombok lainnya menyongsong Ramadhan, umat islam di Lombok akan melakukan ziarah kubur ke makam keluarga yang sudah meninggal. Selain itu tak lupa juga berziarah ke makam alim-ulama atau tokoh agama yang disegani.

Misalnya Makam Loang Baloq, Makam Batu Layar, Makam Tuan Guru Saleh Hambali (Bengkel, Lombok Barat) atau Makam Ketaq (Tuan Guru Lopan) di Lombok Tengah.

Umat Islam di Lombok juga akan melakukan aksi saling memaafkan dengan keluarga, kerabat dan tetangga. Ini bertujuan untuk melebur kesalahan sebelum memasuki bulan puasa. Setelah acara ziarah dan bermaaf-maafan ini selesai, umat islam di sini bakal mengadakan pengajian atau dzikir bersama.

Kegiatan ini disebut juga acara "Roahan" atau kenduri (selamatan) yang biasanya dilakukan di masjid atau mushola. Ada pula yang menggelar pengajian atau dzikir di rumah warga. (kominfo)

# Beda Kondisi: Mudik Tak Dilarang

**Bandung, BI** - Gubernur Jawa Barat Ridwan Kamil sepakat dengan pemerintah pusat terkait kebijakan mudik Lebaran yang tak dilarang tahun ini.

Menurut Emil, sapaannya, kondisi penanganan covid-19 tahun ini berbeda dengan tahun 2020. Salah satunya, tahun ini pemerintah telah memiliki teknologi pengetesan antigen untuk mendeteksi covid-19 yang belum ada di tahun lalu.

"Kelebihan tahun 2021 dibanding tahun 2020 ada dua yaitu kita punya teknologi antigen yang melimpah untuk pengetesan di jalan, dulu kan tidak ada, PCR juga melimpah," ucap Emil di Gedung Sate, Bandung (17/3).

Dengan keberadaan alat tes antigen, kata dia,



pengetesan bisa dilakukan dengan cepat, baik dalam perjalanan maupun di tempat tujuan.

Kelebihan kedua, lanjut dia, vaksinasi covid-19 juga sudah gencar dilakukan di berbagai daerah.

"Vaksinasi sudah gencar hingga berjuta-juta orang sudah divaksin. Dua peristiwa ini tidak terjadi di 2020," kata Emil. Untuk itu, Emil mengaku tidak memperlakukan silaturahmi mudik Lebaran dilakukan tahun ini dengan catatan disiplin menerapkan protokol kesehatan dan menghindari potensi penularan.

"Jadi saya tidak masalah silaturahmi mudik dibolehkan asal saat ketemu di kampung dan di perjalanan hindari potensi penularan dengan disiplin protokol kesehatan," ujarnya.

Menurutnya, saat ini aktivitas apapun dibolehkan selama disiplin menerapkan protokol kesehatan dengan mematuhi 3M yakni mencuci tangan, memakai masker, dan menjaga jarak.

"Pada dasarnya apapun sekarang boleh asal 3M," tuturnya.

## 6 Bulan Insentif Covid Tak Cair, Nakes Protes!

**BALI, BI** - Sudah setahun Covid-19 berjalan ternyata sejumlah tenaga kesehatan daerah masih saja ada yang belum menerima insentif tenaga kesehatan.

Padahal tenaga kesehatan nyaris setiap hari berjibaku menangani pasien Covid-19. Mereka yang berada digarda terdepan juga harus kehilangan nyawa.

Di Tabanan dari informasi sejumlah tenaga kesehatan yang bekerja untuk penanganan Covid-19, sejak Covid-19 mewabah, pembayaran intensif tenaga kesehatan hanya cair sampai dengan bulan September 2020 lalu.

Sisa insentif kesehatan dari tahun 2020 selama tiga bulan masih tertunggakan. Begitu pula dengan tahun 2021 sudah dua bulan lebih dana insentif Covid-19 belum dicairkan.

Kepala Dinas Kesehatan Tabanan dr. I Nyoman Suratmika membenarkan perihal terjadi tertunggakan pembayaran intensif bagi



**dr. I Nyoman Suratmika**  
Kadin Kesehatan Tabanan

tenaga kesehatan.

"Ya, tahun 2020 lalu tiga bulan belum dibayar. Dan masuk tahun 2021, mau masuk tiga bulan juga belum dibayar insentif tenaga kesehatan. Karena tahun 2020 insentif baru sampai bulan September terbayarkan," ucap dr. Suratmika.

Kadiskes dr. Suratmika menyebutkan jumlah tenaga kesehatan yang belum menerima insentif mencapai ratusan nakes. Padahal selama ini pihaknya telah mengirim SPJ ke pusat. Malah hingga saat ini belum ada realisasi.

Insentif pembayaran tenaga kesehatan memang semua anggaran berasal dari pusat. Pihaknya hanya mengirim SPJ.

Dana pusat ini masuk dalam alokasi umum dan masuk dalam pembahasan APBD. Baru disahkan oleh APBD.

"Insentif tenaga kesehatan diberikan secara gelondongan. Tidak terpisah bersama dengan bantuan alat-alat kesehatan untuk penanganan Covid-19," ungkapnya.

Kisaran pembayaran insentif tenaga kesehatan bervariasi mulai dari Rp 15 juta untuk tenaga dokter spesialis, Rp 10 juta untuk dokter umum dan dokter selevel lainnya serta Rp 7,5 juta bagi perawat dan bidan.

Selain itu dikatakan dr. Suratmika pembayaran insentif tenaga kesehatan juga tergantung dari berapa pasien yang ditangani, berapa hasil tracing dan berapa lama mereka bekerja.

Dia menambahkan, insentif tenaga kesehatan juga anggaran ada yang bersumber dari APBD daerah dan Provinsi.

Salah satu bagi petugas laboratorium yang melakukan uji tes Covid-19, petugas ambulans dan petugas tracing di lapangan.

"Intinya kami sudah ajukan untuk intensif tersebut, namun hingga sekarang ini belum cair," ungkapnya.

Kendati belum cair insentif tenaga kesehatan pihaknya meminta

kepada tenaga kesehatan untuk bersabar. Yang menjadi kendala biasanya saat pencairan insentif tenaga di pusat adalah selalu terjadi perubahan aturan. Sehingga itu yang membuat pihaknya di daerah terus melakukan perubahan data.

"Kami minta tenaga kesehatan tetap sabar meski sudah masuk enam bulan insentif belum cair," pungkasnya. (rb/jawapos)

Sebelumnya Kementerian Perhubungan (Kemenhub) menyatakan tidak akan melarang masyarakat untuk mudik Lebaran tahun ini.

Menteri Perhubungan Budi Karya Sumadi mengungkapkan akan membuat mekanisme protokol kesehatan ketat yang disusun pihaknya dan Satgas Covid-19.

"Terkait dengan mudik 2021 pada prinsipnya pemerintah lewat Kemenhub tidak akan melarang," ujar Budi Karya dalam rapat kerja dengan komisi V DPR RI, Selasa (16/3).

Mekanisme mudik akan diatur bersama dengan pengetatan dan tracing pada mereka yang akan berpergian. (hyg/priscnn)

### >> REKAYASA PISANG...DARI HLM 13



"Kalau pohonnya belum tua, bukan tandan yang muncul, tetapi batang pohon pisang baru di tengah," ungkapnya.

Temuan ini juga sudah disampaikan kepada perangkat kalurahan supaya bisa diajarkan kepada warga lain. Petani akan mudah mendapatkan pisang dengan ketinggian tertentu. Caranya cukup mudah, yakni dipasang pasak dengan potongan bambu sepanjang 50 sentimeter.

Budi memastikan kualitas buah dan rasanya sama dan tidak jauh berbeda dengan pisang pada umumnya. Besar kecilnya buah pisang juga akan sesuai ukuran dari batang pohon yang tumbuh dengan normal.

"Rasanya tetap manis, tidak berbeda dengan buah pisang pada umumnya," ungkapnya.

Budi Riyanto menamakan rekayasa ini dengan nama Pisang Mbrojol. Ini dilakukan karena muncul di tengah-tengah batang induk pohon pisang. Dirinya berharap teknik rekayasa ini bisa membantu petani memudahkan dalam memanen pisang. Bahkan, ketika tumbuh di pekarangan rumah bisa menjadi hiasan. (han/okzone)

### >> SAYA SUDAH DIVAKSIN..DARI HLM 01

masyarakat (herd immunity)

4. Melindungi dan memperkuat sistem kesehatan secara menyeluruh
5. Melindungi masyarakat dari Covid-19 agar tetap produktif secara sosial dan ekonomi

#### Efek Samping?

Secara umum, sebagian besar vaksin aman. Efek samping yang umum terjadi biasanya ringan dan bersifat sementara misalnya demam ringan, nyeri, ruam atau bengkak di bekas suntikan. Beberapa mungkin mengalami efek samping yang lebih parah, tetapi secara umum jarang terjadi.

Faktanya, masa penelitian dan pengembangan vaksin COVID-19 sangat padat dibandingkan dengan vaksin biasa lainnya. Oleh karena itu, kejadian efek samping parah yang jarang atau tidak dapat diprediksi setelah vaksinasi yang meluas pada populasi tidak dapat sepenuhnya dikesampingkan. Pemerintah HK akan memantau setiap kejadian buruk yang terjadi pada penerima terkait dengan pemberian vaksin yang relevan. Untuk itu Sobat PMI, ayo lakukan vaksin, jangan takut, berfikir positif bahwa vaksinasi adalah salah satu iktiar guna melindungi diri dan juga melindungi orang-orang yang ada disekitar kita![\*]

### >> SUAMI TERPAKSA...DARI HLM 22

istrinya. "Saya sudah minta waktu ke bapak kos. Karena dari tengah malam saya sudah muter-muter," terangnya. Sekitar pukul 11.30, ambulans akhirnya datang. Setelah tertahan hampir setengah hari di kamar kos, jenazah Indah bisa dikuburkan di kompleks pemakaman Desa Losari, Kecamatan Gedeg, Kabupaten Mojokerto.

Kapolsek Prajurit Kulon Kompol M. Sulkan yang turut datang ke lokasi menyebutkan, kejadian ini menjadi hal penting untuk diperhatikan. Pihaknya mengimbau kepada warga supaya lebih peka dan komunikatif dengan sesama. Hal ini dilakukan supaya kejadian jenazah telantar seperti ini tidak berulang. "Yang membuat lama karena suaminya bingung dimakamkan di mana. Kalau ini tadi (Senin (15/3), red) informasi dari dokter meninggalnya wajar dan tidak ada tanda-tanda kekerasan. Dan saksi dari tetangga sini memang sudah lama sakit," katanya. (mj/ris/ron/JPR)

## Razia Busana Ketat di Meulaboh

**MEULABOH, BI** - Sebanyak sepuluh pengendara sepeda motor di Meulaboh terjaring razia busana ketat yang digelar polisi syariah Aceh di kawasan Gampa, Johan Pahlawan, pada Rabu (17/3) siang.

"Lima laki-laki dan lima perempuan ini terjaring karena kedatangan menggunakan pakaian tidak Islami dan berbusana ketat," kata Kepala Bidang Wilayahul Hisbah (WH) Lazuan Satpol PP WH Kabupaten Aceh Barat di Meulaboh.

Menurut dia kesepuluh orang pelanggar tersebut kemudian dilakukan pendataan, sekaligus dilakukan pembinaan oleh petugas.

Para pelanggar tersebut, lanjut Lazuan, juga dinasihati oleh petugas agar tidak mengulangi lagi perbuatan yang sama ke depannya.



# Mengenal BB Cushion

**Jakarta, BI** - Penemuan produk kecantikan Korea terkait BB Cushion ini menggunakan formula BB yang dibasahi dengan spons yang hadir dalam kemasannya sendiri. Formulanya lebih encer dan ringan dibanding foundation.

Mereka menawarkan berbagai manfaat seperti menyediakan aplikasi yang lebih terkontrol dan formula non-cakey yang sempurna untuk touch-up saat dalam perjalanan.

Karena dilengkapi dengan aplikator spons bawaan dan cermin, BB Cushion menjadi alat makeup yang cocok untuk dimasukkan ke dalam tas Anda dan dibawa saat bepergian.

Berikut cara menggunakan BB Cushion untuk penampilan yang flawless.

## 1. Rendam aplikator

Pertama, masukkan jari Anda di bawah aplikator puff yang disertakan dengan setiap BB Cushion. Selanjutnya, letakkan aplikator secara perlahan di bagian spons untuk menarik isi produk. Basahi sedikit bagian tengah puff (berhati-hatilah agar tidak menekan terlalu keras untuk menghindari mengeluarkan terlalu banyak produk!)

## 2. Oleskan BB Cushion ke wajah

Daripada menggunakan gerakan "menyeka" wajah Anda, untuk cakupan terbaik, oleskan, tepuk, atau tekan puff aplikator ke wajah Anda. Untuk tempat yang sulit dijangkau



(seperti kulit di antara hidung dan mata), gunakan aplikator puff hanya untuk membururkan produk untuk menghasilkan tampilan yang sempurna.

Salah satu hal terbaik tentang BB Cushions adalah Anda dapat mengaplikasikan beberapa lapisan tanpa takut caking atau flaking. Untuk mendapatkan cakupan tambahan, cukup tap-tap puff ke wajah Anda sampai Anda mencapai tingkat cakupan yang diinginkan.

## 3. Lapsi dengan concealer

BB Cushions akan bekerja dengan sempurna jika Anda menggunakan concealer setelah mengaplikasikannya. Cukup aplikasikan concealer seperti biasa setelah Anda menggunakan BB Cushion untuk menghindari garis-garis yang terlihat.

## 4. Atur BB Cushion untuk mendapatkan tampilan matte

Jika Anda lebih menyukai hasil akhir matte, usapkan bedak tabur alami ke wajah Anda untuk mengatur BB Cushion Anda. [\*]

# Makanan yang Wajib Dikonsumsi Para Wanita

**Jakarta, BI** - Ada beberapa makanan yang wajib dikonsumsi wanita. Peralnya, makanan ini tergolong sehat dan bisa memaksimalkan organ tubuh yang ada pada wanita. Selain itu juga bisa membantu mengelola penyakit seperti diabetes, kanker payudara, dan penyakit jantung. Makanan jenis khusus juga bisa memperkuat tulang, menambah kekebalan, dan melindungi kulit.

Berikut penjelasannya:

## 1. Pisang

Penelitian menunjukkan risiko wanita terkena stroke meningkat setelah menopause karena penurunan kadar estrogen. Pisang tinggi kalium dan rendah natrium. Mereka dapat menurunkan tekanan darah dan melindungi dari serangan jantung dan stroke.

## 2. Tomat

Tomat adalah salah satu makanan tersebut untuk kesehatan wanita. Tomat mengandung antioksidan yang disebut likopen yang melindungi DNA dari kerusakan yang dapat menyebabkan kanker payudara, endometrium, paru-paru, perut, dan prostat.

## 3. Kenari

Kenari mengandung antioksidan dan asam lemak omega-3. Lalu telah ditemukan bahwa memakan 2 ons kenari sehari akan membantu meningkatkan aliran darah ke dan dari jantung hanya dalam 8 minggu. Jumlah yang sama juga memiliki kapasitas untuk memperlambat perkembangan kanker payudara. Efisiensi kenari dalam mencegah penyakit jantung koroner telah dikonfirmasi oleh beberapa penelitian.

## 4. Bayam

Makan lebih banyak makanan prebiotik seperti bayam akan membantu mencegah flare-up seperti alergi, diabetes gestasional, infeksi vagina, dan penambahan berat badan berlebih.

Makanan ini mengandung sulphoquinovose, sumber makanan untuk kutu usus, sehingga mencegah pertumbuhan bakteri jahat di dalam tubuh.

## 5. Daun jelatang

Jelatang adalah sumber zat besi dan kaya asam folat nabati. Jelatang juga mengandung vitamin K yang membantu mengatasi anemia akibat menstruasi yang berat. Bisa membuat teh menggunakan ramuan jelatang dan tidur setidaknya 30 menit setelah mengonsumsinya.

## 6. Paprika merah

Paprika merah adalah sumber vitamin C terbaik dan bermanfaat untuk kulit dan kekebalan tubuh. Makan lebih banyak paprika merah dapat membantu mengurangi kerutan dan kekeringan pada kulit. Menambahkan vitamin C dalam jumlah cukup ke dalam menu makanan akan membantu melindungi dari masuk angin atau flu.

## 7. Kayu manis

Jika keluarga memiliki riwayat alzheimer maka Anda harus sangat memerhatikan pola makan untuk meminimalkan risikonya. Salah satu hal terbaik yang dapat Anda lakukan adalah menambahkan kayu manis ke makanan. Kayu manis mengandung proanthocyanin dan cinnamaldehyde yang membantu menghambat pembentukan protein penyebab alzheimer. Selanjutnya, itu juga memoderasi lonjakan kadar gula darah.

## 8. Daging sapi tanpa lemak

Salah satu sumber zat besi terbaik untuk wanita pramenopause adalah daging sapi tanpa lemak, ini dapat membantu meningkatkan kadar zat besi dalam tubuh jika dikonsumsi seminggu

sekali.

## 9. Lentil

Mengonsumsi lentil sekali seminggu dapat membantu menyeimbangkan kadar gula, membantu pemeliharaan berat badan, dan memiliki senyawa pencegah kanker.

## 10. Labu

Tambahkan labu ke dalam makanan Anda untuk kesehatan mata yang lebih baik. Dalam bentuk beta-karoten, vitamin A yang ada dalam labu dapat membantu meningkatkan penglihatan dan memperlambat masalah penglihatan terkait usia.

## 11. Roti gandum utuh

Makan lebih banyak makanan kaya serat dapat mengurangi risiko kanker payudara. Ini mengurangi kadar estrogen dalam darah, yang terkait dengan pembentukan perkembangan kanker payudara. Sepotong roti utuh dapat menyediakan hingga 6 gram serat.

## 12. Salmon

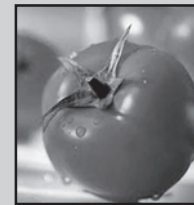
Salmon kaya akan kandungan omega-3 dan asam lemak anti-inflamasi yang dapat menurunkan kemungkinan seseorang meninggal akibat penyakit jantung hampir 33 persen. Ini juga membantu mengurangi kemungkinan radang sendi.

## 13. Bit Buah

Bit adalah sumber pigmen betalain yang unik, yang telah terbukti menunjukkan sifat antioksidan, anti-inflamasi dan kemopreventif yang kuat.

Buah bit mengandung betaine yang membantu melawan peradangan dan meningkatkan metabolisme.

Ini juga meningkatkan kadar serotonin dan membantu meningkatkan mood. [\*]



# Atasi Haid Tidak Teratur dengan 5 Bahan Alami

**Jakarta, BI** - Setiap wanita pasti ingin haid secara teratur. Sebab hal itu menandakan kesehatan dan kesuburan tubuhnya.

Namun memang ada sejumlah wanita yang mengalami haid tidak teratur bahkan saat haid sampai kesakitan. Sebenarnya ada berbagai hal yang memengaruhi haid termasuk stres, masalah hormonal, dan lainnya. Tidak mendapatkan haid secara teratur dapat menimbulkan berbagai masalah kesehatan.

Dengan demikian, seseorang harus memastikan untuk melacak tanggal haid terakhir mereka dan memeriksa apakah mereka mendapatkan haid tepat waktu bulan depan.

Jika haid datang terlambat dan tidak dapat diprediksi, ada baiknya Anda

>> BERSAMBUNG KE HLM 17

>> CARA MEMBUAT CAI...DARI HLM 06

## Minuman isotonik buah delima

Minuman isotonik dari buah delima mengandung sedikit karbohidrat dan sekitar 0,5 gram natrium per liter. Minuman isotonik ini baik untuk Anda konsumsi setelah berolahraga.

### Bahan-bahan:

- ¼ sendok makan garam
- ¼ cangkir jus buah delima
- ¼ cangkir jus lemon
- 1 ½ cangkir air kelapa muda
- 2 cangkir air

Aduk atau kocok semua bahan tersebut dalam botol dan lebih nikmat bila disajikan saat dingin.

Air kelapa rendah gula dan mengandung beragam mineral elektrolit, seperti natrium, kalium, magnesium, dan kalsium. Di samping itu, buah delima juga kaya akan kalium, vitamin C, vitamin K, antioksidan, dan folat.

## Minuman isotonik pisang

Minuman isotonik pisang bisa dikonsumsi oleh anak-anak yang sedang membutuhkan lebih banyak asupan cairan dan elektrolit, misalnya saat sedang diare atau sakit. Pisang dikenal sebagai sumber kalium yang baik. Jika tidak menyukai pisang, Anda bisa menggantinya dengan alpukat yang juga mengandung banyak kalium.

### Bahan-bahan:

- 1 sendok makan madu
- ¼ sendok teh garam
- 1 cangkir jus jeruk atau air kelapa
- 1 buah pisang yang sudah dilumatkan
- 500 ml air

Aduk semua bahan hingga tercampur rata. Karena mengandung madu, minuman isotonik ini tidak cocok diberikan kepada anak berusia di bawah 1 tahun.

Saat hendak membuat cairan isotonik sendiri, jangan lupa mencuci bersih semua buah yang akan digunakan dan pastikan menggunakan air yang bersih. Hal ini penting untuk mencegah keracunan makanan.

Tak hanya baik untuk orang yang sehat, minuman isotonik juga baik dikonsumsi oleh orang yang sedang sakit atau lemas karena dehidrasi, misalnya akibat diare, dan orang yang sering melakukan aktivitas fisik atau olahraga berat, misalnya para atlet atau binaragawan. Jika Anda terbiasa minum cairan isotonik selesai berolahraga, Anda bisa mencoba membuat cairan isotonik sendiri. Bahan-bahan alami tentunya lebih sehat dan aman bagi tubuh. [\*]

# Cara YouTuber Meraup Pendapatan Besar

**Jakarta, BI** - Salah satu sumber penghasilan YouTuber didapat dari AdSense yang konon bisa berjumlah besar.

AdSense merupakan program kerja sama periklanan yang dikelola Google. Selain YouTuber, para blogger dan pemilik website juga bisa memanfaatkan AdSense untuk mendapatkan iklan.

Untuk bisa mendapatkan AdSense, YouTuber harus memiliki minimal 1.000 subscriber (pelanggan) dan 4.000 jam tayang dalam 12 bulan terakhir.

Setelah akun Google tertaut dengan AdSense, setiap video yang ditonton minimal 30 detik akan terhitung dan dikonversikan ke AdSense.

Selain sulit mendapatkannya, nilai AdSense dari YouTube ternyata terbilang kecil. Apalagi di Indonesia, nilai AdSense/CPM (cost per milles) lebih rendah dibanding negara lain.

Pendapatan AdSense yang diterima YouTuber bisa fluktuatif. Hal ini juga bergantung pada momen-momen tertentu saat para pengiklan memasang iklannya di YouTube. Menurut Irwan, momentum biasanya datang ketika memasuki kuartal baru atau menjelang hari raya.

"Untuk kami yang memiliki 700.000 subscriber, pendapatan sekitar 17-20 juta per bulan," kata YouTuber Irwan soal pendapatan kanalnya dari iklan AdSense. Menurut dia, angka tersebut terbilang kecil jika dibandingkan dengan pemasukan lewat jalur lain.

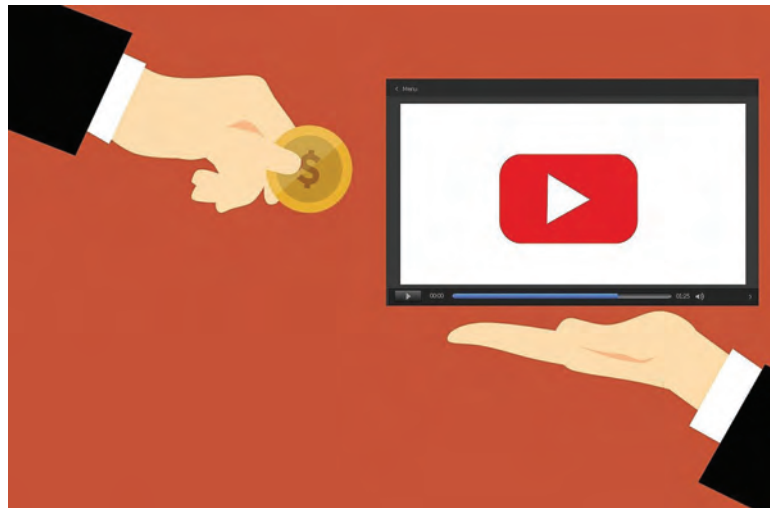
Irwan mengatakan, iklan AdSense hanya menyumbang sekitar seperdelapan dari pendapatan Sobat Hape per bulan.

"Kami menganggap AdSense itu bonus, enggak usah dipikirkan," katanya. Subscriber banyak bukan berarti kaya. Seorang YouTuber tidak akan menghasilkan uang yang banyak jika hanya menyerahkan urusan monetisasi sepenuhnya pada AdSense.

## Jumlah Subscriber Menjadi Modal Utama

Jumlah subscriber memang menjadi modal kanal YouTube untuk menarik uang dari AdSense, namun bukan faktor utama. Sebab, kanal dengan jumlah subscriber banyak belum tentu mendapat penonton yang banyak pula.

Jumlah "Subscriber" Menurut Mouldie Satria



yang menjadi tandem Irwan di kanal Sobat Hape, perhitungan AdSense juga ditentukan oleh kesesuaian iklan dengan demografi penonton kanal tersebut.

YouTube akan lebih mudah memasang iklan di kanal yang memiliki karakteristik penonton sesuai dengan target audience pengiklan.

Misalnya saja, brand barang mewah tidak

akan memasang iklan di kanal YouTube yang mayoritas ditonton remaja atau anak-anak.

Tapi kalau view videonya besar, sementara yang menonton anak-anak dan pengiklannya kecil, nilainya akan sedikit," jelas Mouldie. Jika konten video tidak sesuai dengan target penonton, bisa saja video tidak akan mendapatkan iklan.

Sekalipun ada iklan yang menarik, nilai AdSense yang dihasilkan pun jauh lebih kecil dibanding dengan konten video yang sesuai target.

Selain AdSense endorsement juga menjadi pintu uang YouTuber, promosi produk pengiklan oleh sang pemilik kanal. Sementara, kegiatan offline contohnya menjadi pembicara di sebuah event.

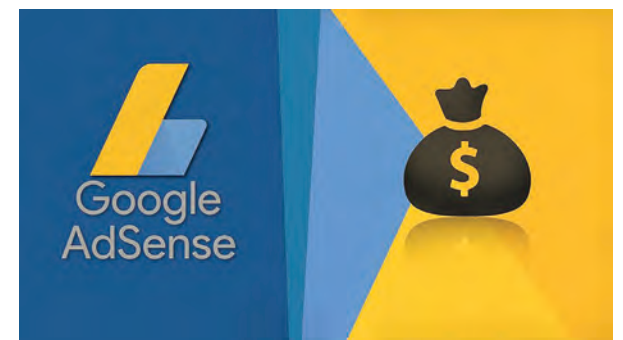
Endorsmen dan pembicara biasanya hanya dilakukan apabila sang YouTuber sudah dikenal luas dan memiliki jumlah pengikut yang signifikan sehingga dipandang

sebagai influencer.

Dengah kata lain, mereka bisa memanfaatkan pengaruh sebagai influencer untuk mendatangkan uang. Endorsement yang dipilih tentunya juga yang berkaitan dengan konten video kanalnya. Misalnya, kanal kecantikan mempromosikan produk make-up.

Di Indonesia, beberapa YouTuber juga menjual produk buatan mereka, seperti T-Shirt atau make up, meski tanpa memanfaatkan layanan merchandise YouTube.

Para YouTuber juga sering mendapatkan pesanan untuk membuat konten berbayar. Biasanya, mereka diminta untuk membuat review sesuatu, bisa makanan atau motor.[bi]



## Siap-Siap, AS Akan Tarik Pajak dari YouTuber

**Amerika Serikat** berencana menerapkan pajak terhadap kreator konten atau YouTuber yang menghasilkan uang lewat video mereka ciptakan.

Melansir 9to5Google(10/3), penarikan pajak AS itu dilaporkan berlaku untuk semua YouTuber, bahkan jika mereka tidak tinggal di AS. Email pemberitahuan telah dikirimkan YouTube kepada kreator konten di luar AS tentang perubahan tersebut.

Google memberitahukan bahwa mereka telah diwajibkan untuk memotong pajak sesuai perhitungan di AS di semua channel.

"We're reaching out because Google will be required to deduct U.S. taxes from payments to creators outside of the U.S. later this year (as early as June 2021).

Over the next few weeks, we'll be asking



you to submit your tax info in AdSense to determine the correct amount of taxes to deduct, if any apply. If your tax info isn't provided by May 31st, 2021, Google may be required to deduct up to 24% of your total earnings worldwide," tulis email itu.

Pada intinya, YouTuber perlu mendaftarkan

informasi pajak yang relevan via AdSense sampai batas waktu 31 Mei 2021, sehingga Google dapat melakukan kalkulasi pajak dengan benar.

YouTuber Mancanegara Jika tidak dilakukan, YouTuber akan kena pajak 24 persen dari seluruh pendapatannya dari YouTube. Kemudian, views yang dikenai pajak hanya berasal dari pemirsanya yang berasal dari AS.

Jadi, kebijakan tersebut akan berdampak besar bagi channel YouTube yang punya banyak penggemar dari Negeri Paman Sam itu.

Aturan baru diterapkan YouTube berdasarkan Chapter 3 U.S. Internal Revenue Code, yang mewajibkan perusahaan memotong pajak dari kreator konten ketika mereka menghasilkan pendapatan dari pemirsanya yang berbasis di Amerika Serikat. (rdo/jpnn)

## Cara Download Story Instagram

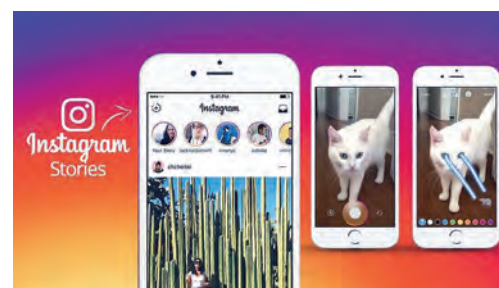
**JAKARTA** - Cara download Story Instagram sebenarnya sangat mudah. Terlebih jika Anda ingin mengunduh Instagram Story milik Anda sendiri, baik itu foto, gambar, maupun video, yang dapat disimpan di perangkat apapun yang Anda punya.

Seperti kita ketahui, Instagram tidak hanya sekadar berbagi foto dan video di feed-nya. Pada tahun 2016, muncul lah fitur Instagram Story yang membuat penggunanya dapat berbagi momen

seru lewat foto, gambar, maupun video.

Kini, pengguna juga dapat berbagi kegiatan lain lewat Instagram Story, seperti membagikan tontonan yang Anda tonton atau musik yang Anda dengarkan.

Nah, ada kalanya Anda ingin menyimpan Instagram Story milik Anda sendiri atau pengguna lain ke perangkat Anda. Bila itu berupa foto, mungkin Anda dapat dengan mudah screenshot-nya, tetapi bagaimana jika itu



berbentuk video?

### Cara download Instagram Story, dirangkum dari berbagai sumber

1. Anda cukup membuka Instagram Story Anda.
2. Lalu, pilih titik tiga di bagian kanan bawah.
3. Pilih Simpan

Secara otomatis, Instagram Story Anda, baik berupa foto dan video dapat disimpan ke perangkat Anda.

### Cara download Instagram Story milik

### pengguna lain

1. Buka website yang untuk mengunduh Instagram Story. Salah satu contohnya StorySaver.net.
2. Masukkan username Instagram yang ingin Anda simpan Instagram Story-nya.
3. Kemudian website akan meminta Anda mengkonfirmasi bahwa Anda bukan bot.
4. Setelah itu, web akan menampilkan beberapa Instagram Stories yang dibuat sang pengguna.
5. Anda dapat memilih gambar atau video mana yang ingin Anda simpan.
6. Kemudian klik Save As Photo.

### Lewat aplikasi pihak ketiga

Ada beberapa aplikasi pihak ketiga yang membuat Anda dapat mengunduh Instagram Story pengguna lain dengan mudah. Beberapa di antaranya ada Story Saver dan Download & Repost for Instagram. Untuk caranya sendiri, Anda hanya tinggal mengikuti instruksi yang tersedia di masing-masing aplikasi. Selamat mencoba. (sst/okzone)

follow media sosial berita indonesia agar selalu  
mendapatkan berita terupdate dari kami:



@Beritaindo\_HK



beritaindohk



beritaindohk

beritaindonesiahongkong



# Mobil Kepala Sekolah Dibobol Bandit, Uang Rp 100 Juta Raib



**PRABUMULIH, BI** - Nasib apes menimpa Kepala Sekolah Menengah Atas (SMAN 1) Kota Prabumulih, Maas Sobirin SPd, 55, pada Rabu (17/3) pukul 10.00 WIB. Ia menjadi korban pencurian dengan modus pecah kaca mobil.

Uang tunai Rp 100 juta yang disimpan di dalam mobil Innova putih BG 1936 KE raib dibawa pencuri. Kejadian itu sendiri terjadi di Jalan Ahmad Yani Kelurahan Prabujaya Kecamatan Prabumulih Timur, tepatnya diparkiran Indomaret.

Maas Sobirin warga Jalan Arimbi RT 002 RW 003 Kelurahan Prabujaya Kecamatan Prabumulih Timur pun melaporkan kejadian tersebut ke Polsek

Prabumulih Timur.

Sementara petugas Reskrim Polsek Prabumulih Timur yang turun, langsung melakukan olah TKP dan melihat rekaman CCTV guna penyelidikan.

Kepsek SMAN 1 Kota Prabumulih Maas Sobirin SPd menjelaskan, saat itu dirinya datang sendiri ke Bank Sumsel Babel untuk mencairkan dana BOS Rp 107 juta.

Setelah dicairkan, uang Rp 107 juta yang diletakan dalam amplop coklat itu disimpan dalam tas di bangku tengah. Karena ingin membeli sesuatu, ia pun mampir ke sebuah minimarket untuk berbelanja dan meninggalkan uang

tersebut.

Usai belanja dirinya beranjak keluar, dan tiba-tiba saja datang tukang parkir Ujang Sadri, 67, yang mengatakan kalau kaca mobil sebelah kanannya telah pecah.

"Ya duet dana BOS Rp 107 juta disimpan dalam tas beserta laptop dalam tas sudah hilang diambil orang. Memang tadi pergi ambil uang di Bank Sumsel sendirian saja. Selama di jalan tidak ada yang mencurigakan ataupun orang yang membuntuti. Kasusnya sudah dilaporkan ke Polsek Timur," kata Maas Sobirin saat dikonfirmasi awak media.

Kasat Reskrim Polres Prabumulih AKP Abdul Rahman SH membenarkan kejadian adanya pecah kaca dengan korban mengalami kerugian uang Rp 107 juta.

"Sudah dilaporkan dan masih dalam penyelidikan dan pemeriksaan saksi-saksi. Korbannya kepala SMAN 1 Kota Prabumulih. Barang-barang yang hilang yakni uang Rp 107 juta dan laptop," pungkasnya. (palpres.com/jpnn)



## Modus Baru Pembobolan Mesin ATM

**CIREBON, BI** - Pria inisial H dan W ditangkap polisi karena diduga melakukan aksi pembobolan anjungan tunai mandiri (ATM) di wilayah Kota Cirebon, Jawa Barat.

Dari tangan keduanya, petugas Satreskrim Polres Cirebon Kota menyita beberapa barang bukti. "Tersangka yang kita (Polresta Cirebon, red) tangkap berinisial H dan W," kata Wakapolres Cirebon Kota Kompol Ali Rais di Cirebon, Rabu (17/3).

Kompol Ali mengatakan dua tersangka pembobol mesin ATM ini menjalankan aksinya ketika keadaan sekitar sepi, sehingga mereka leluasa melakukan aksi kejahatannya.

Modus yang digunakan dua tersangka itu dengan memasukkan kartu ATM ke mesin, kemudian mengambil uang dengan nominal Rp2 juta. Setelah mesin ATM memproses uang yang akan diambil, lanjut Ali, salah seorang tersangka kemudian mencabut aliran listrik.

"Sehingga mesin ATM itu mati dan setelah itu tersangka mengambil uang yang sudah berada di mulut mesin ATM," ungkapnya. Modus yang dilakukan kedua tersangka kata Ali, memang masih bisa dikatakan baru, karena keduanya tidak menggunakan kartu ATM-nya sendiri.

Aksi yang dilakukan dua tersangka tidak hanya di Cirebon. Mereka sudah beraksi di beberapa daerah lainnya dan saat ini kasusnya masih dalam pengembangan pihak kepolisian.

"Tersangka sudah melakukan aksi kejahatannya sudah di beberapa daerah lain," ujanya.

Dari kedua tersangka lanjut Ali, pihaknya menyita beberapa barang yang dijadikan sebagai alat bukti di antaranya empat kartu ATM, satu tongkat eksis (tongsis) yang telah dimodifikasi, tang, obeng dan lainnya.

## Suami Terpaksa Simpan Jenazah Istri di Kamar

**MOJOKERTO, BI** - Selama dua hari, Deddy Hakim Sugiharto, 43, kalut bukan main. Dia terpaksa menyimpan jasad istrinya, Indah Kusaini, 30, yang meninggal pada Minggu (14/3) di kamar indekos tempat tinggal mereka di Lingkungan Panggerman, Kelurahan/Kecamatan Kranggan, Kota Mojokerto, Jawa Timur, Senin (15/3).

Deddy hampir seharian pontang-panting mencari ambulans hingga lahan pemakaman seorang diri. Sang istri Indah Kusaini diketahui meninggal pada Minggu siang pukul 14.00 di kamar indekos nomor dua milik Naryo tersebut.

Satu jam kemudian, jenazah dievakuasi menggunakan mobil ambulans menuju Rumah Sakit (RS) Gatoel Kota Mojokerto. Hingga tengah malam, masih dilakukan proses pemulasaran.

"Sekitar pukul 00.30 WIB pulang dari rumah sakit diantar ambulans sudah dalam kondisi dikafani," ungkap Damayanti, salah satu penghuni indekos dilansir dari Radar Mojokerto, Rabu (17/3). Menurut Damayanti, jenazah Indah dibawa pulang dengan kondisi sudah siap untuk dimakamkan. Jasadnya juga sudah dimandikan sekaligus disalatkan.

Sekitar pukul 02.00, lanjut dia, Deddy kembali keluar indekos. Dia meninggalkan jenazah istrinya untuk mencari lokasi pemakaman. "Sampai akhirnya sekitar pukul 09.00 tadi (Senin (15/3), red) kembali ke sini menengok istrinya. Rumah pamit lagi katanya mau mencari ambulans di rumah sakit," katanya.

Namun demikian, hingga berjam-jam kemudian Deddy belum juga pulang. Kondisi itu sempat membuat warga sekitar resah.

Pasalnya, hampir 24 jam, jenazah Indah tak kunjung dimakamkan. Dia tertahan di kamar indekos tanpa ada yang menjaga.

Sementara itu, keberadaan Deddy juga tak jelas di mana. Situasi ini mulai bisa kondisikan setelah petugas kepolisian datang ke lokasi. Deddy akhirnya kembali setelah mendapat kabar ambulans milik PMI Kota Mojokerto yang siap mengantar jenazah istrinya.

"Maaf kalau terlalu lama, karena dari pagi masih menunggu konfirmasi ambulans rumah sakit. Alhamdulillah ini tadi (Senin (15/3), red) katanya ada bantuan ambulans gratis. Makanya saya senang," ujar Deddy, Senin (15/3).

Dia berkelirar selama berjam-jam mencari pinjaman uang untuk biaya pemakaman istrinya. Meliputi, biaya pemulasaran rumah sakit, lahan makam, hingga tenaga penggali kuburan. "Karena posisi mendadak kan tidak punya uang. Jadi cari pinjaman dulu. Untuk biaya rumah sakit dan



kuburannya juga.

Karena kalau tidak warga setempat kan harus beli tanah juga istilahnya," katanya. Deddy tidak mau menyebutkan secara detail berapa jumlah biaya yang dibutuhkan.

Biaya ini berhubungan dengan status istrinya yang berasal luar daerah. Indah merupakan warga kelahiran Jakarta yang selama setahun terakhir bersama Deddy tinggal di indekos tersebut. Selama ini istrinya memang sakit-sakitan. Dia memiliki riwayat penyakit kelenjar getah bening.

Dia mengaku lega setelah menemukan ambulans yang sukarela mengantarkan jenazah

>> BERSAMBUNG KE HLM 19

## Lecehkan Anak Kandung, Guru SMK Ditangkap Polisi

**MEDAN, BI** - Polisi menangkap NIS, 41, karena disangka melakukan tindak pidana pelecehan seksual terhadap dua anak kandungnya, NNS, 9, dan KS, 6, di Kecamatan Medan Sunggal, Kota Medan, Sumatera Utara.

"Pelaku ini merupakan guru di salah satu sekolah menengah kejuruan," kata Kapolsek Sunggal Kompol Yasir Ahmadi seperti dilansir dari Antara di Mapolsek Sunggal.

Dia mengatakan, perbuatan pelaku diketahui ibu kandung korban yang kemudian melaporkannya ke Polsek Sunggal, dengan Nomor LP/17/K/1/2021 tanggal 18 Januari 2021. Berdasar laporan tersebut, petugas kemudian melakukan penyelidikan dan menangkap tersangka di kediamannya.

"Tersangka selanjutnya dibawa ke Mapolsek Sunggal untuk penyelidikan lebih lanjut," tutur Yasir Ahmadi.

Kapolsek menjelaskan, dari hasil

pemeriksaan terhadap tersangka dan bukti visum et repertum, polisi menetapkan NIS sebagai tersangka pelaku pelecehan terhadap kedua anak kandungnya.

Untuk mempertanggungjawabkan perbuatannya, tersangka dikenakan pasal 82 ayat (1) subside pasal 81 ayat (2) jo 76 E UU No. 35 Tahun 2014 tentang perubahan atas UU No. 23 Tahun 2002 tentang Perlindungan Anak dengan ancaman hukuman 15 tahun penjara. [jwapos]



# Basmalah Membawa Barokah



## MIMBAR AGAMA & ROHANI ANDA

Tanyakan masalah Anda, keraguan Anda dan Kegelisahan Anda tentang syariat Islam pada **Ustad Muhaemin Karim** di email: [a\\_muhaemin@yahoo.co.uk](mailto:a_muhaemin@yahoo.co.uk)

Nabi berpesan: "Setiap pekerjaan yang baik jika tidak dimulai dengan bismillah maka pekerjaan tersebut akan terputus dari keberkahan"

Dengan mengucapkan *bismillah-rahmanirrahim* ketika akan melakukan aktivitas apa pun, anda akan dijaga dan diridhai Allah swt.

Dengan menyebut nama Allah yang Maha Kuasa atas segala sesuatu maka Allah pun hadir di sana membantu dan melindungi anda hingga pekerjaan dan tugas anda selesai. Jika Allah hadir membantu dan melindungi anda maka dengan izin-Nya tugas-tugas anda akan selesai dengan kemenangan dan keberkahan.

Mulailah dari sekarang mengamalkan pesan mulia Nabi tersebut, apalagi sebagian dari anda ada yang bekerja melebihi jam kerja dan berada 24 jam di rumah orang yang berbeda bangsa dan agama, yang tentunya akan menemui benturan-benturan budaya.

Membaca bismillah sebelum

melakukan pekerjaan merupakan pekerjaan yang amat ringan diucapkan, dan amat disukai oleh Ar-Rahman.

Bacalah bismillah sebelum masuk dan keluar rumah, sebelum bertemu atasan, sebelum memasak dan apapun aktivitas yang akan dikerjakan,

Insya Allah, dengan begitu pekerjaan anda akan mudah dilakukan dan akan mendapat keberkahan.

Dengan bismillah pula, setan dapat hilang kekuatannya dan mengecil hingga sebesar lalat. Itu baru dua keberkahan dari bismillah. Dan masih banyak lagi yang lainnya.

Suatu ketika salah seorang sahabat Rasulullah bernama Usamah bin Umair menyertai beliau, lalu ia berkata: "Celakalah setan! Maka Nabi mengurnya: "Janganlah kamu mengatakan celakalah setan, sebab jika engkau mengatakan begitu, setan akan semakin membesar sembari mengatakan:"

Dengan kekuatanku, aku akan melawanmu." Namun, jika kamu mengatakan bismillah, ia akan mengecil hingga menjadi seperti seekor lalat." (Ahmad dan An-Nasai)



Mengawali setiap aktivitas dengan bismillah secara tidak langsung dapat membantu kita merasa ringan untuk mengerjakan pekerjaan seberat apapun. Sebab kita melakukannya bukan atas dorongan hawa nafsu belaka.

Syaikh Al-Maraghi memberikan tafsiran yang jelas tentang penyebutan nama Allah ketika memulai pekerjaan. Hal ini berarti bahwa seseorang

memulai pekerjaan dengan nama Allah dan atas perintah-Nya, bukan atas dorongan hawa nafsu belaka.

Bagi wanita Muslimah di manapun ia berada, sepertinya ucapan basmalah ini bukanlah sesuatu yang asing. Kalimat ini jika disempurnakan menjadi bismillahirrahmanirrahim, mengandung arti yang lebih sempurna lagi.

Kalimat yang sempurna ini amat mudah dibaca dan dipraktikkan. Hanya saja, siapa pun harus membiasakan untuk mengucapkannya ketika hendak beraktivitas jika berharap tambahan kebaikan dalam hidup.

Hidup bahagia itu amat penting, tetapi lebih penting lagi jika kebahagiaan itu dilengkapi keberkahan. Berkah dunia, berkah akhirat. Bukanlah itu ganjaran besar yang bisa diperoleh hanya dengan ucapan bismillah ketika mengawali setiap aktivitas?

Wallahu a'lam

## 17 Kehebatan Bismillah

Bismillah memiliki arti "dengan nama Allah yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang", diantara kelebihan-kelebihan Bismillah ialah:

**Satu:** Yang pertama ditulis Qalam adalah BISMILLAH. Maka apabila kamu menulis sesuatu, maka tuliskan BISMILLAH pada awalnya kerana BISMILLAH tertulis pada setiap wahyu yang Allah S.W.T. turunkan melalui pengan-

taraan Jibrail.

**Dua:** BISMILLAH untukmu dan rumahmu, suruhlah mereka apabila memohon sesuatu dengan BISMILLAH. Aku tidak akan meninggalkannya sekejap mata pun sejak BISMILLAH diturunkan kepada Adam. (Hadith Qudsi)

**Tiga:** Tatkala BISMILLAH diturunkan ke dunia, maka semua awan berlari ke arah barat, angin terdiam, air laut bergelora, mendengarkan seluruh

binatang dan terlempar semua syaitan.

**Empat:** Demi Allah dan keagungan-Nya, tidaklah BISMILLAH itu dibacakan pada orang sakit melainkan menjadi ubat untuknya dan tidaklah BISMILLAH dibacakan di atas sesuatu melainkan Allah beri keberkatan ke atasnya.

**Lima:** Barangsiapa yang ingin hidup bahagia dan mati syahid, maka bacalah BISMILLAH setiap kali memulakan sesuatu perkara yang baik.

**Enam:** Jumlah huruf dalam BISMILLAH ( EöÖúUUUUUUUUUãö öýöÇáNóóíúãööö ÇáNóóíóíã ) ada 19 huruf dan malaikat penjaga neraka ada

19 (QS.AL Muddatsir:30). Ibnu Mas'ud berkata : "Sesiapa yang ingin Allah selamatkan dari 19 malaikat neraka maka bacalah BISMILLAH 19 kali setiap hari."

**Tujuh:** Setiap huruf BISMILLAH ada JUNNAH (penjaga/khadam) hingga tiap huruf berkata, "Sesiapa yang membaca BISMILLAH maka kamilah kekuatannya dan kamilah kehebatannya."

**Delapan**

Barangsiapa yang memuliakan tulisan BISMILLAH nescaya Allah

>> BERSAMBUNG KE HLM 16

IKLAN BARIS - IKLAN KOTAK - MURAH MERIAH - BERMINAT? SILAHKAN HUBUNGI +852-6222-4345

**LOWONGAN ASISTEN TOKO My Optical**

**Syarat & Kesejahteraan**

- Lancar bahasa Indonesia
- Dapat MPF dan Cuti Tahunan
- Dapat BONUS kalau capai Target
- Dapat Asuransi Tenaga Kerja
- Hadiah Ulang Tahun, Libur Buruh
- Cuti Hamil.

**Gaji \$10,000 plus BONUS**

**Alamat** Rm 701B, 7/F, Causeway Bay Commercial Building 1-5 Sugar Street, Causeway Bay.

**Kontak person Mr.Ng 9494 3337**

**Aksesori Headset/Handsfree MURAH MERIAH**

Berminat bisa hubungi:

**Aseh: WA di +852-9513-2975**

Follow media sosial berita indonesia agar selalu mendapatkan berita terupdate dari kami:

@Beritaindo\_HK

beritaindohk

beritaindonesiahongkong

**BI**

ingin pasang iklan kolom di Berita Indonesia?

**GAMPANG!**

Jika berminat, hubungi **+852-6222-4345**

ingin pasang iklan kolom di Berita Indonesia?

**GAMPANG!**

Jika berminat, hubungi **+852-6222-4345**

**Kenali "SASARAN" Anda**

Keterangan lebih lanjut silakan hubungi: **+852-6222-4345**

**SUCCESS**

Ayo kita raih **BERSAMA**

Keterangan lebih lanjut silakan hubungi: **+852-6222-4345**

# Specially for all Overseas Contract Workers

Take a loan at **PUBLIC FINANCE**  
and redeem a Samsung Galaxy Smartphone\*



Sekarang tersedia jasa pengiriman uang ke Indonesia

PERKENALKAN NASABAH BARU DAN DAPATKAN 2,000 POIN CGC SETELAH PERSETUJUAN PINJAMAN  
01MAR-30APR'21\*

Ambil pinjaman lunak dari **PUBLIC FINANCE** dan dapatkan Samsung Galaxy Smartphone\*

\* Subject to loan approval and availability. Terms and conditions apply.

Dengan persetujuan pinjaman dan ketersediaan. Syarat dan ketentuan berlaku.

Because at **PUBLIC FINANCE**, we care.

For more information, please visit or call us at one of our branches as follows:

**World-Wide House Branch (TERSEDIA JASA PENGIRIMAN UANG)**

Room 2, 3 & 5, 20/F World-Wide House, 19 Des Voeux Road Central, Hong Kong. Tel : 2522-4067

**Wing On House Branch (TERSEDIA JASA PENGIRIMAN UANG)**

Room 1109 -10 Wing On House, 71 Des Voeux Road Central, Hong Kong. Tel : 2524-5603

**North Point Branch (TERSEDIA JASA PENGIRIMAN UANG)**

Shop No. 1, G/F., Wah Hing Bldg, 449-455 King's Road, North Point, Hong Kong. Tel : 2147-4696

**Star House Branch (TERSEDIA JASA PENGIRIMAN UANG)**

Unit 921, 9/F., Star House, 3 Salisbury Road, Tsim Sha Tsui, Kowloon. Tel : 2377-0139

**Shatin Branch**

Portion of Shop 4-6B, Lucky Plaza Commercial Centre, Shatin, N.T. Tel : 2699-6098

**Nan Fung Centre Branch (TERSEDIA JASA PENGIRIMAN UANG)**

Room 1523, Nan Fung Centre, 264-298 Castle Peak Road, Tsuen Wan, N.T. Tel : 2414-8667

**Mongkok Branch**

JCG Building, 2/F., 16 Mongkok Road, Mongkok, Kowloon. Tel : 2394-4202

**Causeway Bay Branch (TERSEDIA JASA PENGIRIMAN UANG)**

No. 2201-2202, 22/F., Island Beverley, 1 Great George Street, Causeway Bay, H. K. Tel : 2893-6897

**Prince Edward Branch**

Shop D, G/F., 785-787A Nathan Road, Prince Edward, Kowloon. Tel : 2380-3100

**Tai Kok Tsui Branch**

Shop 3B, G/F., Tai Wing Bldg., 44-60 Tai Tsun St., Cosmopolitan Estate, Tai Kok Tsui, Kln. Tel : 2791-2289

**Tai Po Branch**

Shop C, G/F., Kwong Fuk Place, 8 Kwong Fuk Road, Tai Po, N.T. Tel : 2658-3806

**Yuen Long Branch (TERSEDIA JASA PENGIRIMAN UANG)**

M/F., 182 Main Road, Yuen Long, N.T. Tel : 2473-9908

**Wanchai Branch (TERSEDIA JASA PENGIRIMAN UANG)**

4/F., CNT House, 120 Johnston Road, Wan Chai, Hong Kong. Tel : 2574-6732

**Kowloon City Branch**

Shop LG11C, LG/F., Kowloon City Plaza, 128 Carpenter Road, Kowloon City, Kowloon Tel : 2382-7007

**Admiralty Branch**

Shop 2010, 2/F., United Centre, Admiralty, Hong Kong. Tel : 2520-3020

**Shau Kei Wan Branch**

G/F., 134 Shau Kei Wan Road, Hong Kong. Tel : 2567-0465

**Sheung Shui Branch**

G/F., 6 Lung Sum Avenue, Sheung Shui, N. T. Tel : 2673-2709

**Aberdeen Branch**

Shop A, G/F., Kong Kai Bldg., 184-188 Aberdeen Main Road, H. K. Tel : 2553-8148

**Kwun Tong Branch**

Unit 804, 8/F., Kwun Tong View, No. 410 Kwun Tong Road, Kowloon. Tel : 2345-7875

**Ma On Shan Branch**

Shop A02, G/F., Ma On Shan Centre, 1 On Chun St., Ma On Shan, N. T. Tel : 2621-6468

To borrow or not to borrow? Borrow only if you can repay!  
Meminjam atau tidak meminjam? Meminjam hanya jika Anda bisa membayar!

24 Hours Hotline : 2522 4067

Website : [www.publicfinance.com.hk](http://www.publicfinance.com.hk)



**PUBLIC FINANCE LIMITED**

(A subsidiary of Public Bank Berhad)