**KATEGORI BERITA: Hiburan/Gaya Hidup**

**21) Atta Halilintar dan Rizky Billar Minta Saran Nama Calon Anak ke Gus Miftah**

Laporan Wartawan Tribunnews.com, Mohammad Alivio

[TRIBUNNEWS.COM](http://tribunnews.com), JAKARTA - Gus Miftah mengungkapkan kalau Rizky Billar meminta saran nama untuk calon anaknya nanti pada dirinya.

Tak hanya Rizky Billar, Atta Halilintar pun juga meminta sarannya. Diketahui baik Atta maupun Billar cukup berteman dekat dengan Gus Miftah.

"Rizky sama Lesti udah minta nama ke saya, kalau Atta baru rencana nanti di pengajian tujuh bulanan," kata Gus Miftah di Kawasan Kuningan, Jakarta Selatan, Selasa (23/11/2021).

Tak hanya nama, selama ini kedua artis itu juga kerap meminta wejangan pada Gus Miftah.

Bahkan, dikatakan Gus Miftah, belakangan ini Atta dan Billar kerap menanyakan terkait bagaimana menjadi orang tua yang baik.

"Selama ini kalau ada pertanyaan soal agama saya jawab. Termasuk soal jadi orang tua. Insya Allah," ucap Gus Miftah.

Kendati demikian, menurut pemilik pesantren Ora Aji ini, Atta dan Billar  sebenarnya sudah mengerti soal menjadi orang tua yang baik.

Apalagi, Atta tumbuh di tengah keluarga yang cukup paham agama.

"Saya pikir proses itu sejak dia sebelum jadi orang tua karena Atta dari keluarga sangat agamis, makanya anak-anaknya begitu dan saya pikir Atta mampu buat itu," ungkap Gus Miftah.

Seperti diketahui, Rizky Billar dan istrinya, Lesti Kejora serta Atta Halilintar dan istrinya, Aurel Hermansyah sedang tengah menanti kehadiran sang buah hati.

**KATEGORI BERITA: Nasional/Hukum**

**22) Densus Berikan Kuasa Hukum Temui Farid Okbah Cs Sesuai Maksimal 21 Hari Pascapenangkapan**

Laporan Wartawan Tribunnews.com, Igman Ibrahim

[TRIBUNNEWS.COM](http://tribunnews.com), JAKARTA - Tim Densus 88 Antiteror Polri memastikan akan memberikan akses kuasa hukum untuk bertemu Farid Okbah, Zain An-Najah, dan Anung Al-Hamat maksimal 21 hari setelah penangkapan.

Kabag Banops Densus 88 Antiteror Polri Kombes, Aswin Siregar, mengaku pihaknya tidak pernah menyembunyikan ketiga tersangka yang diduga terlibat dalam tindak pidana terorisme tersebut.

"Insya Allah penyidik Densus 88 tidak melakukan hal tersebut (menyembunyikan tersangka). Sesuai masa penangkapan yang berlaku, setelahnya penyidik akan memberitahu keluarga. Masa penangkapan adalah 14 hari dapat diperpanjang tujuh hari," kata Aswin saat dikonfirmasi melalui pesan singkat, Rabu (24/11/2021).

Aswin memastikan penyidik nantinya akan memberikan kabar terhadap pihak keluarga ketiga tersangka usai batas waktu tersebut rampung.

Hingga saat ini, imbuh Aswin, ketiga tersangka masih sedang dalam proses pemeriksaan oleh penyidik Densus 88 Antiteror Polri.

"(Ketiga tersangka) masih diperiksa," tukasnya.

Diberitakan sebelumnya, Tim Densus 88 Antiteror Polri masih belum memberikan akses bagi Ustaz Farid Okbah, Ustaz Zain An-Najah, dan Ustaz Anung Al-Hamat untuk ditemui oleh pihak keluarga atau pun kuasa hukum.

Demikian disampaikan oleh kuasa hukum ketiga tersangka teroris Jamaah Islamiah (JI), Ismar Syafruddin. Hingga saat ini, pihaknya masih belum mengetahui keberadaan kliennya.

"Hingga sampai saat ini belum ada sama sekali pertemuan atau akses bertemu dengan klien maupun keluarga, bahkan kami belum mengetahui keberadaan beliau ada dimana?," kata Ismar saat dikonfirmasi melalui pesan singkat, Senin (22/11/2021).

Ia menyatakan pihaknya hanya mendapatkan sebuah video dari Densus yang menunjukkan ketiganya dalam kondisi sehat. Namun, untuk pendampingan hukum masih belum diberikan izin.

"Hanya diperlihatkan video bahwa mereka sehat, tetapi hak-hak dasar dari mereka untuk didampingi kuasa belum sama sekali," tukasnya.

**KATEGORI BERITA: Nasional/Metropolitan**

**23) Polri Tegaskan Tidak Akan Posko Penyekatan Selama PPKM Level Tiga Liburan Nataru**

Laporan Wartawan Tribunnews.com, Igman Ibrahim

[TRIBUNNEWS.COM](http://tribunnews.com), JAKARTA - Asops Kapolri, Irjen Imam Sugianto memastikan Polri tidak membuat posko penyekatan saat penerapan kebijakan PPKM Level tiga selama masa libur Hari Raya Natal 2021 dan Tahun Baru 2022 (Nataru).

"Yang jelas memang rapat dengan Menko PMK itu tidak ada penyekatan. Jadi itu yang akan kita pedomani," kata Imam kepada wartawan, Rabu (24/11/2021).

Nantinya, kata Imam, pihaknya akan melakukan pengoptimalan posko PPKM di setiap daerah agar mencegah penularan Covid-19.

"Mungkin kita mendirikan, mengoptimalkan pos PPKM di desa-desa. Di posko-posko PPKM yang sudah kita empat pilar. Itu yang akan kita berdayakan betul. Mungkin orang yang pulang itu harus membawa surat jalan. Dari RT-RT-nya misalnya. Lapor dulu di pos PPKM. Mungkin itu nanti yang akan kita rumuskan," jelasnya.

Namun demikian, Imam menjelaskan pihaknya masih tengah menggodok perihal penindakan yang dilakukan Polri selama kebijakan PPKM level tiga.

"Nanti tanggal 24 Kapolri akan memberi arahan kepada jajaran. Jadi nanti setelah itu kita detailkan cara bertindak kita di lapangan seperti apa. Nanti cara bertindak apa yang akan kita buat supaya masyarakat yang betul-betul harus pulang itu tidak menyebabkan terjadinya klaster baru," tukasnya.

Menteri Koordinator Bidang Pembangunan Manusia dan Kebudayaan, Muhadjir Effendy sebelumnya mengatakan pemerintah akan menerapkan kebijakan PPKM Level tiga untuk seluruh wilayah Indonesia selama masa libur Hari Raya Natal 2021 dan Tahun Baru 2022 (Nataru).

"Selama libur Nataru, seluruh Indonesia akan diberlakukan peraturan dan ketentuan PPKM Level tiga," ujar Muhadjir saat memimpin Rapat Koordinasi Tingkat Menteri Antisipasi Potensi Peningkatan Kasus Covid-19 pada Libur Nataru, secara daring, pada Rabu (17/11).

Kebijakan tersebut dilakukan untuk memperketat pergerakan orang dan mencegah lonjakan kasus Covid-19 pascalibur Nataru.

Nantinya seluruh wilayah di Indonesia, baik yang sudah berstatus PPKM Level satu maupun dua akan disamaratakan menerapkan aturan PPKM Level tiga.

"Oleh sebab itu, ada keseragaman secara nasional. Sudah ada kesepakatan, aturan yang berlaku di Jawa--Bali dan luar Jawa--Bali nanti akan diseragamkan," tutur Muhadjir.

Muhadjir menerangkan, kebijakan status PPKM Level tiga ini akan berlaku mulai 24 Desember 2021 sampai 2 Januari 2021.

Kebijakan ini akan diterapkan menunggu Kemendagri menerbitkan Instruksi Mendagri (Inmendagri) terbaru.

"Inmendagri ini sebagai pedoman pelaksanaan pengendalian penanganan Covid-19 selama masa libur Natal dan Tahun Baru yang akan ditetapkan selambat-lambatnya pada 22 November 2021," ujar Muhadjir.

Selain itu, Menko PMK meminta Kementerian/Lembaga secara sektoral, TNI/Polri, Satgas Covid Nasional melalui BNPB, Pemerintah Daerah, serta komponen strategis lainnya untuk menyiapkan SE dan dukungan operasional pelaksanaan pengendalian penanganan Covid-19 selama masa libur Nataru.

Lebih jauh, dia memaparkan, dalam kebijakan libur Nataru, perayaan pesta kembang api, pawai, dan arak-arakan yang mengumpulkan kerumunan besar akan sepenuhnya dilarang.

Sementara, untuk Ibadah Natal, kunjungan wisata, pusat perbelanjaan menyesuaikan kebijakan PPKM Level tiga.

"Kebijakan Nataru ini diperlukan untuk menghambat dan mencegah penularan Covid-19, tetapi ekonomi harus tetap bergerak. Pengetatan dan pengawasan protokol kesehatan juga dilakukan di sejumlah destinasi. Utamanya di tiga tempat, yaitu di gereja pada saat perayaan Natal, di tempat perbelanjaan, dan destinasi wisata lokal," pungkasnya.

Sebagai informasi, dalam kebijakan PPKM Level tiga dalam Inmendagri terdahulu di antaranya mengatur kegiatan di tempat ibadah maksimal kapasitas 50 persen, dan kegiatan di bioskop dan tempat makan minum maksimal kapasitas 50 persen.

Lalu, kegiatan di pusat perbelanjaan maksimal kapasitas 50 persen sampai pukul 21.00 dengan penerapan protokol kesehatan ketat, dan menutup fasilitas umum seperti alun-alun dan lapangan terbuka.

Sebelumnya pemerintah telah menetapkan beberapa kebijakan mengantisipasi libur Nataru.

Seperti himbauan bagi masyarakat agar tidak bepergian, tidak pulang kampung dengan tujuan yang tidak primer, serta memperketat aturan perjalanan menggunakan moda transportasi umum minimal harus sudah menerima vaksin dosis pertama.

Selain itu, pemerintah juga telah membuat kebijakan larangan untuk mengambil cuti dengan memanfaatkan momentum hari libur nasional bagi Aparatur Sipil Negara (ASN), TNI, POLRI dan Karyawan Swasta, serta memperketat penerapan prokes dan 3T (*tracing, tracking, treatment*), dan mengebut vaksinasi sampai akhir Desember 2021.

**KATEGORI BERITA: Umum/Nasional**

**24) Selain ke Jokowi dan Megawati, SBY Turut Berterima Kasih kepada Tim Dokter Kepresidenan**

Laporan Reporter Tribunnews.com, Rizki Sandi Saputra

[TRIBUNNEWS.COM](http://tribunnews.com), JAKARTA - Presiden keenam Republik Indonesia, Susilo Bambang Yudhoyono (SBY), menyatakan telah berhasil melewati masa tindakan operasi kanker prostat stadium awal yang dialaminya di Mayo Clinics, Rochester, Amerika Serikat.

Atas keberhasilan tersebut, SBY turut bersyukur sekaligus menghaturkan terima kasihnya kepada para pihak yang telah memberikan semangat serta doa, termasuk kepada Presiden RI Joko Widodo dan Presiden kelima RI Megawati Soekarnoputri.

Ungkapan terima kasih itu disampaikan SBY dalam video berdurasi tujuh menit melalui akun Instagram resmi milik mendiang istrinya @aniyudhoyono.

Tak hanya kepada para tokoh dan pejabat negara tersebut, SBY juga turut mengucapkan terima kasihnya kepada jajaran dokter kepresidenan yang telah berkoordinasi baik dengan pihak dokter Mayo Clinics.

"Operasi pengangkatan prostat yang saya alami telah berjalan dengan baik dan lancar sesuai dengan ekspektasi baik tim dokter Indonesia, maupun tim dokter Mayo Clinics dan tentunya harapan saya sendiri," kata SBY dalam video tersebut, dikutip Selasa (23/11/2021).

Lebih lanjut, mantan Ketua Umum Partai Demokrat itu menyatakan, selama pengobatan di Amerika Serikat, dirinya selalu didampingi oleh kedua dokter Indonesia.

Kedua dokter tersebut yakni Profesor Raini Umbas dan Dokter Robertus Bebet Prasetya yang sekaligus juga membantu proses pengobatan dirinya.

"Dalam proses tindakan beberapa saat yang lalu ada dua dokter Indonesia yang mendampingi saya, satu Prof. Raini Umbas yang kedua Dokter Robertus Bebet Prasetya yang sangat membantu saya dalam pengobatan di Mayo Clinics ini," ucap SBY.

"Tentu tim dokter kepresidenan di bawah pimpinan Letjen Budi Sulistya dan tentu jajaran PDK terus menerus merawat membantu termasuk komunikasi dengan mayo Clinics, juga Profesor Munawar ahli jantung kita yang juga berkomunikasi dengan koleganya untuk kelancaran pengobatan saya ini," sambungnya.

Atas hal tersebut SBY menuturkan terima kasihnya kepada jajaran dokter serta seluruh masyarakat di Indonesia yang telah membantu penanganan tindakan operasinya beberapa hari lalu hingga memberikan semangat dan doa.

"Sekali lagi saya mengucapkan terima kasih dan penghargaan kepada para sahabat yang mendoakan kesembuhan saya, terima kasih dan sampai jumpa di tanah air," ucapnya.

Diketahui, Susilo Bambang Yudhoyono (SBY) menghaturkan terima kasih kepada Presiden RI Joko Widodo dan Wakil Presiden Ma'ruf Amin.

Ungkapan itu diberikan SBY karena Jokowi dan Ma'ruf turut memberikan dukungan, doa serta perhatian yang diberikan kepadanya selama menjalani pengobatan.

"Secara khusus saya menyampaikan ucapan terima kasih yang tak terhingga kepada Bapak Presiden Jokowi dan Wapres Ma'ruf Amin atas kepedulian perhatian dan bantuannya untuk kelancaran pengobatan saya di AS ini," ucapnya.

Bahkan, ungkapan terima kasih itu juga diucapkan oleh mantan Menko Polhukam RI tersebut untuk Presiden kelima RI Megawati Soekarnoputri, mantan Wakil Presiden RI Jusuf Kalla dan mantan Wakil Presiden RI Budiono.

Dirinya mengatakan, seluruh tokoh politik tersebut telah memberikan perhatian serta dukungan lebih kepadanya saat pengobatan hingga menjalani tindakan operasi.

"Saya juga menghaturkan terima kasih kepada Ibu Megawati Soekarnoputri presiden RI kelima atas perhatian, kepedulian dan doa baik beliau terhadap apa yang saya alami sekarang ini juga kepada bapak Jusuf Kalla bapak Budiono atas juga doanya yang disampaikan kepada saya dan keluarga," ucap SBY.

"Juga kepada kerabat saya Perdana Menteri Singapura Lee Hsien Loong dan menteri luar negeri singapura Vivian Balakrishnan yang juga mengirimkan surat doa untuk kesembuhan saya di Mayo Clinics ini, itu tentu sangat saya syukuri dari para sahabat semuanya," tukasnya.

Sebelumnya, dalam pesan tersebut, orang tua dari Agus Harimurti Yudhoyono (AHY) tersebut menyampaikan kalau dirinya akan menetap beberapa waktu ke depan di AS seraya dalam proses pemulihan pascaoperasi.

"Beberapa saat mendatang saya masih akan berada di Rochester untuk kelanjutan *recovery* dan Insya Allah nanti pada saatnya segera kembali ke tanah air," kata SBY dalam video tersebut dikutip, Selasa (23/11/2021).

Dalam kesempatan tersebut juga SBY turut mengucapkan terima kasih kepada masyarakat Indonesia yang telah bersedia mendoakan proses pengobatan dirinya di Amerika Serikat.

Kata dia, berkat doa dan kesungguhan serta optimistis keluarga juga pertolongan dari Allah SWT, proses operasi kanker prostat stadium awal yang dialaminya berjalan dengan baik.

"Operasi pengangkatan prostat yang saya alami telah berjalan dengan baik dan lancar sesuai dengan ekspektasi, baik tim dokter Indonesia maupun tim dokter Mayo Clinics dan tentunya harapan saya sendiri," bebernya.

Atas hal itu SBY mengungkapkan untuk beberapa hari kedepan, dirinya akan terus menjalani pemulihan dan mematuhi segala anjuran yang sandiberikan oleh tim dokter dari Indonesia dan dari Mayo Clinics.

Terlebih kata dia, di usianya yang mulai senja, risiko akan penyakitnya tersebut sebenarnya sangat besar, tetapi dengan keberhasilan dari operasi yang dijalaninya itu, mantan Menko Polhukam itu merasa bersyukur.

"Saya ingin mengatakan, ucapan terima kasih dengan rasa syukur dan rasa haru, untuk semua doa yang disampaikan kepada saya memohon pertolongan kepada Allah agar pengobatan saya berlangsung dengan baik, baik itu disampaikan melalui telepon melalui media sosial acara-acara doa bersama termasuk yang mengunjungi saya di Rochester, AS," tukasnya.

Kendati begitu, SBY tidak menjelaskan secara detail hingga kapan dirinya akan menetap di Negeri Paman Sam tersebut.

Terpenting kata dia, untuk saat ini yang akan dilakukannya yakni menjalani pengobatan hingga kondisinya kembali sehat dan pulih.

**KATEGORI BERITA: Umum/Nasional**

**25) Eks Pegawai KPK yang Tak Lulus TWK Meninggal Dunia**

Laporan Wartawan Tribunnews.com, Ilham Rian Pratama

[TRIBUNNEWS.COM](http://tribunnews.com), JAKARTA - Salah satu mantan pegawai Komisi Pemberantasan Korupsi (KPK) yang tak lulus asesmen Tes Wawasan Kebangsaan (TWK) meninggal dunia.

Dia adalah Nanang Priyono. Nanang dulu menjabat sebagai Kepala Bagian Pelayanan Kepegawaian KPK.

Dia juga merupakan anggota Indonesia memanggil 57 *Institute* (IM57+ *Institute*). Sebuah wadah bentukan eks pegawai KPK pecatan Firli Bahuri Cs.

"Telah meninggal dunia rekan kami, Saudara Nanang, anggota IM57+ Institute," kata Ketua IM57+ Institute Praswad Nugraha dalam keterangannya, Selasa (23/11/2021) malam.

IM57+ *Institute* mendoakan agar *almarhum* diberikan pahala yang berlipat ganda, diampuni dosanya, dan dimudahkan segala urusannya.

"Mewakili keluarga beliau, dengan ini mohon dimaafkan segala kesalahan dan kekhilafan beliau semasa masih hidup," kata Praswad.

Praswad mengatakan, Nanang akan disemayamkan di Malang, Jawa Timur.

Ia menginformasikan bahwa Nanang sempat terkena *stroke* tak lama setelah dinonaktifkan sebagai pegawai karena dinyatakan tak lulus asesmen TWK.

"Beliau sangat terpukul sekali karena difitnah antiPancasila," kata Praswad.

**KATEGORI BERITA: Hiburan/Gaya Hidup**

**26) Ayah Bibi Ardriansyah Bantah Jual Barang-barang Mendiang Vanessa Angel**

Laporan Wartawan Tribunnews.com, Fauzi Alamsyah  
  
[TRIBUNNEWS.COM](http://tribunnews.com/), JAKARTA - Baru-baru ini mencuat soal dugaan ayah mendiang Bibi Ardriansyah, Faisal menjual barang-barang mendiang Vanessa dan Bibi.  
  
Terkait hal itu, Faisal membantah dirinya menjual barang-barang sepeninggalan anaknya dan menantunya itu.  
  
"Belum ada barang-barang mendiang yang dijual," kata Faisal saat ditemui di kawasan Gatot Subroto, Jakarta Selatan, Selasa (23/11/2021).  
  
Bahkan dirinya tak sama sekali membicarakan hal tersebut. Terlebih soal rencananya ingin menjual barang-barang mendiang Vanessa dan Bibi.  
  
Ia menyebutkan barang-barang yang telah ditinggalkan ya itu semua kini milik sang anak, Gala Sky.  
  
"Tidak ada saya bicara seperti itu, itu salah, tidak ada omongan seperti itu. Soalnya bagi kita apa ada yang ada sekarang, dalam pikiran kami adalah merupakan hak milik Gala, semuanya akan berpulang kepada Gala sebagai cucu," ungkap Faisal.  
  
Hingga kini Faisal juga tak memiliki sedikit niat buruk terkait hal itu. Terlebih soal sepeda Brompton yang dinilai seharga puluhan juta.  
  
"Sampai sekarang saja belum menjual, itu salah,"  
  
Itu (sepeda *Brompton*) sebelum almarhum meninggal sudah tidak ada itu, kan dulu ada kepentingan. Dia butuh uang dijual," tutup Faisal.

**KATEGORI BERITA: Hiburan/Gaya Hidup**

**27) Dianggap Cari Keuntungan Lewat Gala Sky di Media Sosial, Adik Bibi Ardiansyah: *No Comment***   
  
Laporan Wartawan Tribunnews.com, Fauzi Alamsyah   
  
[TRIBUNNEWS.COM](http://tribunnews.com), JAKARTA - Adik Bibi Andriansyah, Fuji ogah menanggapi tudingan mencari keuntungan keuntungan lewat Gala Sky.   
  
Tudingan tersebut mencuat ketika Fuji terlalu sering membuat konten bareng anak mendiang Vanessa dan Bibi Andriansyah di media sosial miliknya.   
  
Terkait hal tersebut, Fuji nampaknya ogah menanggapi komentar tersebut. Bahkan ia tahu betul bagaimana sikap netizen yang seakan-akan dapat berkomentar sesuka hati.   
  
"*No comment* sih aku biar netizen yang mikir bagaimana," kata Fuji saat ditemui di kawasan Gatot Subroto, Jakarta Selatan, Selasa (23/11/2021).   
  
Saat ditinggal kedua orang tuanya, Fuji berharap Gala Sky tetap mendapat kasih sayang dari orang terdekatnya. Bahkan ia menginginkan keponakannya itu hidup senang hingga besar.   
  
"Aku lebih pengin bikin Gala senang, merawat Gala sampai gede. Itu saja. Terserah netizen mau ngomong apa," tutur Fuji.   
  
"Aku tidak mau *negative thinking* sih biar saja," sambungnya.   
  
Sebagai informasi, Fuji adik dari mendiang Bibi Andriansyah banyak dituding mengeksplorasi Gala Sky. Bahkan dirinya disebut memanfaatkan popularitas lewat beberapa konten di media sosial.   
  
Menanggapi hal tersebut, Fuji mengaku bahwa dirinya tak punya sedikit pun niat untuk itu.

Terkait tudingan tersebut Fuji berujar ia lebih pilih Bibi Andriansyah dan Vanessa Angel kembali dari pada followers di Instagram bertambah.  
  
"Pas awal-awal itu banyak netizen yang 'manfaatin Gala demi followers ya' aku tidak minta followers ya sumpah, aku kalau bisa minta mau abangku balik saja sama Kak Vanes, sudah begitu saja sih."   
  
"Bahkan, sekarang aku nge-*post*-nya sekali atau dua kali sehari, dulu tuh aku sehari bisa 10 *story* Gala, Gala saja, padahal itu *Instagram* aku," papar Fuji, dikutip dari Youtube TS Media, Senin (22/11/2021).

**KATEGORI BERITA: Kesehatan**

**28) Merokok Masih Jadi Penyebab Utama Penyakit Paru Obstruktif Kronis**  
  
Laporan Wartawan Tribunnews.com, Rina Ayu   
  
[TRIBUNNEWS.COM](http://tribunnews.com), JAKARTA  -- WHO menyebut, Penyakit Paru Obstruktif Kronis (PPOK) merupakan penyebab kematian ketiga terbanyak di dunia. Tiga juta kematian dunia pada 2019 disebabkan oleh merokok.   
  
Spesialis Kardiovaskular, Dr. Arto Yuwono Soeroto mengatakan, PPOK memiliki gejala keluhan saluran pernapasan yang menetap seperti batuk berdahak, sesak napas, memiliki keluhan yang menetap.   
  
Gejala pernapasan tersebut bersifat menetap dan progresif yang disebabkan karena adanya kerusakan saluran napas pada gelembung alveolus atau kantung udara kecil di dalam paru-paru yang menjadi tempat pertukaran oksigen dan karbon dioksida.   
  
''Kerusakan tersebut disebabkan oleh pajanan dengan gas atau partikel berbahaya seperti merokok dan polusi,'' katanya pada konferensi pers secara virtual, Selasa (23/11/2021).   
  
Tahun 2020, *Global initiative for Chronic Obstructive Lung Disease* memperkirakan secara epidemiologi di tahun 2060 angka prevalensi PPOK akan terus meningkat karena meningkatnya jumlah angka orang yang merokok.   
  
Di Indonesia berdasarkan data riset kesehatan dasar 2013 prevalensi PPOK mencapai 3,7 persen atau sekitar 9,2 juta jiwa yang mengalami PPOK.   
  
PPOK bukan termasuk penyakit menular, PPOK adalah penyakit paru obstruktif yang dapat diobati sehingga tata laksananya lebih diupayakan pada pencegahan perburukan gejala maupun fungsi paru.   
  
PPOK disebabkan karena adanya korelasi erat antara paparan partikel atau gas berbahaya yang signifikan dan meningkatnya respons utama pada saluran napas dan jaringan paru.   
  
Partikel gas berbahaya utama adalah asap rokok, kemudian polusi bahan kimia di tempat kerja dan asap dapur.   
  
Riset Kesehatan Kementerian Kesehatan memperlihatkan jumlah perokok di Indonesia masih sangat tinggi, kira-kira 33,8 persen atau satu dari tiga orang di Indonesia merokok. Hal ini memberikan kontribusi pada kejadian PPOK yang besar.  
  
  
Angka merokok dengan perokok pria mempunyai proporsi yang besar sekitar 63 persen atau dua dari tiga pria di Indonesia saat ini merokok.   
  
Selain itu, peningkatan prevalensi merokok cenderung lebih tinggi pada kelompok remaja usia 10 sampai 18 tahun, yakni sekitar 7,2 persen naik menjadi 9,1 persen di tahun 2018 atau hampir satu dari 10 anak di Indonesia merokok.   
  
Wakil Menteri Kesehatan RI, dr. Dante Saksono Harbuwono mengatakan, penyebab utama Penyakit Paru Obstruktif Kronis (PPOK) adalah merokok sangat penting disosialisasikan ke masyarakat.   
  
''Implikasi kesehatan, implikasi investasi manusia itu jadi terhambat dengan adanya paparan rokok pada anak-anak yang berusia 10 sampai 18 tahun yang menjadi 'PR' kita semua bersama,'' ucap dr. Dante.   
  
Hari PPOK diselenggarakan setiap tahunnya tanggal 17 November dengan tujuan meningkatkan kewaspadaan masyarakat awam terhadap PPOK. Hari PPOK Tahun 2021 mengangkat tema 'Health Lungs: Ever More Important'. Subtema untuk Indonesia yaitu 'Tiada yang Lebih Penting daripada Sehat untuk Indonesia Hebat'.

**KATEGORI BERITA: Olahraga**

**29) Jakmania Optimistis Persija Bisa Libas Bali United: Kami Menang Lawan Persib yang Belum Terkalahkan di Liga 1**

Laporan wartawan [tribunnews.com](http://tribunnews.com), Lusius Genik

[TRIBUNNEWS.COM](http://tribunnews.com), JAKARTA - Pengurus Pusat (PP) The Jakmania optimistis Persija Jakarta bisa mengalahkan Bali United. l

Klub berjuluk Macan Kemayoran akan berhadapan dengan Serdadu Tridatu di pekan ke-13 Liga 1, pada Kamis (25/11/2021) pukul 19.00 WIB.

Kabid Litbang PP The Jakmania, Afrizal Kasriyanto mengatakan, The Jakmania yakin Persija bisa menang dari Bali United yang kini bertengger di posisi lima klasemen Liga 1.

Optimisme itu tumbuh setelah Persija berhasil mengalahkan Persib Bandung dengan skor 1-0, di pekan ke-12 Liga 1, Sabtu (20/11) kemarin.

"Kami tetap optimistis Persija bisa menang lawan Bali United," kata Afrizal kepada Tribunnews.com, Selasa (23/11/2021) malam.

"Kita lihat kemarin bagaimana Persija bisa menang lawan Persib yang belum terkalahkan, jadi peluang menang lawan Bali besok itu sebenarnya terbuka lebar," sambung dia.

Secara statistik, Persija dan Bali United disebut Afrizal tidak jauh berbeda.

Dari 12 pertandingan, Persija empat kali menang, enam kali imbang, dan dua kali mengalami kekalahan.

Sementara Bali United berhasil mengemas enam kemenangan, empat kali bermain imbang, dan dua kali kalah.

"Dari gaya permainan Persija dan Bali menurut kami berimbang. Bisa saja Persija lebih unggul walaupun secara pemain mungkin Bali United lebih oke," tutur Afrizal.

"Ditambah lagi semangat juang pemain kami lagi besar, dan performa Persija sedang naik setelah menang lawan Persib. Persija di *top form*nya," sambung dia.

Kendati demikian, Litbang PP The Jakmania sangat menyadari bahwa Bali United bukanlah klub yang bisa diremehkan.

Sebab, klub berjuluk Serdadu Tridatu itu masih berada di papan atas klasemen sementara Liga 1.

Selain itu, Litbang PP The Jakmania sangat menyadari bahwa striker Bali United, Ilija Spasojevic berpotensi menyebar ancaman ke gawang Persija yang dijaga Andritany Ardhiyasa.

"Tetapi Bali United juga masih *on track* di jalur juara, masih di papan atas. Itu bukti bahwa mereka tim kuat yang sukses menjuarai liga 2019," kata dia.

"Belum lagi Spaso (Ilija Spasojevic) itu striker tajam yang harus diantisipasi," pungkas Afrizal.

**KATEGORI BERITA: Hiburan/Gaya Hidup**

**30) Faisal Tepis Adanya Perselisihan Rebutan Hak Perwalian Anak dengan Keluarga Vanessa Angel**   
  
Laporan Wartawan Tribunnews.com, Fauzi Alamsyah   
  
[TRIBUNNEWS.COM](http://tribunnews.com), JAKARTA - Ayah mendiang Bibi Andriansyah, Faisal, menepis tudingan adanya keributan soal hak perwalian cucunya, Gala Sky dengan keluarga Vanessa Angel.  
  
Bahkan ia menegaskan tak tau menau terkait tudingan tersebut.   
  
"Tidak ada itu. Saya belum sampai ke situ istilahnya saya tidak tahu itu," kata Faisal saat ditemui di kawasan Gatot Subroto, Selasa (23/11/2021).   
  
Keluarganya saat ini berfokus untuk melakukan musyawarah terhadap keluarga Vanessa untuk terus mengutamakan hubungan yang baik dalam mencari titik terang.  
  
"Saya, kami lebih utama atas nama keluarga ingin bermusyawarah mufakat dan ingin utamakan kekeluargaan," ungkap Faisal.   
  
Terlebih dirinya menyerahkan semua surat-surat keperluan yang harus diselesaikan kepada kuasa hukumnya, Sandy Arifin.   
  
"Saya tidak ingin ada gontok-gontokan, slek, saya menyerahkan urusan ke bang Sandy dkk karena saya sibuk," tuturnya.   
  
"Jadi, mengurus surat-surat segala macam masalah hukum saya takut salah jadi sudah ditangani bang Sandy dkk," imbuh Faisal.   
  
Kendati demikian, dirinya dan menantunya itu saat ini masih berhubungan baik. Tak ada permasalahkan yang diributkan usai Vanessa Angel dan Bibi Andriansyah meninggal dunia.   
  
"Masalah-masalah lain tidak ada persoalan antara saya dan bapak Vanes aman-aman saja damai-damai saja jadi semoga ada musyawarah bagi kami untuk mencapai kesepakatan," tutupnya.

Sebelumnya, usai meninggalnya Vanessa Angel dan Bibi Ardiansyah, banyak menuai konflik keluarga.   
  
Konflik tersebut terjadi karena keluarga Vanessa Angel dan Bibi Ardiansyah dikabarkan berebut perwalian dan hak waris dari cucu mereka, yakni Gala Sky Ardiansyah.

Keduanya mengajukan perwalian dan hak waris terhadap Gala Sky di Pengadilan Agama Jakarta Pusat dan Jakarta Barat.  
  
Oleh sebab itu, konflik tersebut menuai kabar adanya dua kubu yang mengincar perwalian dan hak waris Gala.

**KATEGORI BERITA: Nasional/Pendidikan**

**31) Kemendikbudristek: Angka Pengangguran Lulusan SMK Alami Penurunan**

Laporan wartawan Tribunnews.com, Fahdi Fahlevi

[TRIBUNNEWS.COM](http://tribunnews.com), JAKARTA - Direktur Jenderal Pendidikan Vokasi Kemendikbudristek, Wikan Sakarinto, mengungkapkan angka pengangguran terbuka lulusan Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) mengalami penurunan dalam setahun terakhir.

Badan Pusat Statistik, kata Wikan, mencatat persentase pengangguran terbuka SMK pada *year on year* Agustus 2020 hingga 2021 turun dari 13 persen menjadi 11 persen.

“Secara tren ini sudah sangat baik. Walaupun pandemi ini belum selesai, kita bisa menurunkan tingkat pengangguran,” kata Wikan dalam Webinar Peran Strategis Industri dalam pembangunan SDM Vokasi, Selasa (23/11/2021).

Menurut Wikan dari segi program, Kemendikbudristek sudah menjalankan amanat Presiden Joko Widodo agar para lulusan vokasi bisa terserap oleh Dunia Usaha dan Dunia Industri (DUDI).

Meski begitu, Wikan mengatakan persoalan vokasi tidak harusnya melulu difokuskan pada penyerapan lulusan.

Dirinya meminta, lulusan vokasi nantinya tidak sekadar terserap, tetapi juga harus berkualitas.

“Yang jadi tantangan itu kan tidak sekadar terserap, tetapi memuaskan atau tidak secara kualitas. Itu yang menurut saya harus dievaluasi. Kalau keterserapan atau tingkat presentasi, bisa kita tingkatkan karena industri pasti butuh tenaga kerja,” tutur Wikan.

Wikan menginginkan kualitas lulusan vokasi dapat memuaskan DUDI. Dirinya mengakui selama ini industri mengeluhkan masih kurangnya kecakapan *soft skill* lulusan vokasi.

Maka dari itu, DUDI masih harus memberikan tambahan pelatihan pada lulusan vokasi yang terserap karena kurangnya kecakapan *softskill* seperti *leadership*, komunikasi, dan kreativitas.

“Oleh karena itu, *link and match* mulai dari kurikulum, *Project Based Learning* sampai dengan *softskill* itu harus dilakukan. Jadi, secara kuantitas memang kita sudah *on the track*, tetapi kita masih harus tetap *work harder* disoal kualitasnya,” pungkas Wikan.

**KATEGORI BERITA: Nasional/Kesehatan/Pendidikan**

**32) Pentingnya Akreditasi Rumah Sakit untuk Jamin Mutu dan Keselamatan Pasien**

Laporan Wartawan Tribunnews.com, Eko Sutriyanto

[TRIBUNNEWS.COM](http://tribunnews.com), JAKARTA - Ketua Umum Lembaga Akreditasi Mutu dan Keselamatan Pasien Rumah Sakit (LAM-KPRS),  Andi Wahyuningsih Attas, mengingatkan pentingnya akreditasi rumah sakit untuk meningkatkan pelayanan mutu rumah sakit dan melindungi keselamatan pasien.

Saat ini dari total 3.145 rumah sakit yang ada di seluruh penjuru Indonesia, baru 2.482 rumah sakit yang terakreditasi.

Pemerintah sendiri menargetkan 2023 mendatang seluruh rumah sakit telah mengantongi akreditasi.

"Akreditasi rumah sakit berguna untuk mendapatkan gambaran bagaimana pemenuhan standar yang telah ditetapkan oleh rumah sakit-rumah sakit di Indonesia sehingga mutu pelayanan rumah sakit dapat dipertanggungjawabkan," kata Andi Wahyuningsih kepada wartawan, Selasa (23/11/2021).

Akreditasi juga bentuk pengakuan pemerintah kepada rumah sakit yang telah memenuhi standar yang telah tetapkan dan menjadi faktor sangat penting untuk mengukpur mutu pelayanan rumah sakit.

"Persoalan akreditasi ini sangat penting sehingga harus mendapatkan perhatian utama seluruh *health care provider*," ungkap Wahyuningsih.

Saat pengukuhan organisasi dan pelantikan pengurus Lembaga Akreditasi Mutu dan Keselamatan Pasien Rumah Sakit (LAM-KPRS) di Jakarta belum lama ini, Wahyuningsih mengatakan, akreditasi penting, mengingat rumah sakit memberikan pelayanan yang paling kritis, dan berbahaya dalam sistem pelayanan, dan sasaran kegiatannya adalah jiwa manusia.

"Ini artinya pekerjaan rumah terkait persoalan akreditasi RS masih cukup panjang," ujarnya.

Menurut Wahyuningsih, dengan tantangan global yang semakin kompleks, standar mutu rumah sakit di Indonesia juga dituntut untuk sejajar dengan mutu pelayanan rumah sakit tingkat Internasional.

Peningkatan mutu dan keselamatan pasien harus dilakukan seluruh rumah sakit di Indonesia secara berkesinambungan dan berkelanjutan.

"Kami berharap akreditasi tidak dijadikan sebagai beban, tetapi dijadikan pemacu untuk menaikkan kelas rumah sakit tersebut.

Jika rumah sakit tersebut memiliki akreditasi yang baik, saya yakin jumlah pasien yang datang juga akan semakin banyak dan tingkat kepuasaan pasien pun akan semakin meningkat," imbuhnya.

Lebih lanjut Wahyuningsih mengatakan, bahwa RS akan dirugikan jika tidak segera melakukan akreditasi.

Pasalnya, salah satu dampak jika RS belum terakreditasi adalah tidak adanya asuransi yang mau bekerja sama dalam hal pembiayaan dengan RS tersebut, baik BPJS Kesehatan maupun asuransi swasta.

Selain itu, izin operasional RS tersebut tidak akan diperpanjang pemerintah jika RS tidak juga melakukan akreditasi.

"Pemerintah harus menjamin masyarakatnya berobat di tempat yang betul karena dilihat juga SDMnya, ada dokter spesialis yang kompeten tidak, ada tidak izin praktiknya tidak, ada tidak faskesnya, bagaimana pengelolaan manajemennya berpihak masyarakat atau tidak," ujarnya.

Dalam kesempatan tersebut Wahyuningsih juga menyampaikan bahwa Lembaga Akreditasi Mutu dan Keselamatan Pasien Rumah Sakit (LAM-KPRS) adalah lembaga Independen yang dapat menyelenggarakan Akreditasi Rumah Sakit yang sudah ditetapkan berdasarkan Surat Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor HK.01.07/MENKES/6604/2021 tentang Lembaga Independen Penyelenggara Akreditasi Rumah Sakit tanggal 12 November 2021.

LAM-KPRS sendiri didirikan oleh Para Pakar Perumahsakitan dan Pakar Pendidikan Kedokteran serta Pendidikan Tenaga Kesehatan Lainnya yang terpanggil membantu pemerintah untuk menjaga mutu dan keselamatan pasien di rumah sakit.

"Kami berorientasi pada kepuasan dan keselamatan pasien. Rumah sakit dapat mengetahui pelayanan yang berada di bawah standar atau perlu ditingkatkan," ujarnya.

Komisaris Utama LAM-KPRS Supriyantoro mengatakan, akreditasi rumah sakit layaknya seperti penilaian atau rapornya rumah sakit.

Tujuannya selain sebagai upaya standarisasi layanan, juga memberikan pengakuan dan penghargaan kepada rumah sakit yang telah mencapai tingkat pelayanan kesehatan sesuai dengan standar yang telah ditetapkan.

"Akreditasi juga sangat penting guna memberikan jaminan dan kepuasan kepada *customers* dan masyarakat bahwa pelayanan yang diberikan oleh rumah sakit diselenggarakan sebaik mungkin," kata Supriyantoro.

Disebutkan, RS harus secara berkala, apakah dalam perjalanan pelayanannya sudah betul-betul memenuhi standar dan harapan masyarakat atau belum.

"Maka dari itu, akreditasi RS yang dilaksanakan oleh LAM-KPRS juga akan melakukan pemantauan pascaakreditasi , untuk memastikan sejauh mana implementasi yang dirasakan masyarakat," katanya.

Supriyantoro berharap LAM-KPRS dapat berkontribusi lebih terhadap upaya pencapaian target pemerintah dalam hal akreditasi rumah sakit.

"Saat ini sudah ada enam lembaga yang ditetapkan pemerintah melalui Kementerian Kesehatan untuk melakukan proses akreditasi.

LAM-KPRS mengajak lembaga akreditasi yang lain untuk saling berkolaborasi guna memenuhi harapan pemerintah dalam mengejar target 2023 semua RS sudah harus terakreditasi," tuturnya.

**KATEGORI BERITA: Umum/Megapolitan**

**33) Diduga Frustrasi Akibat *Stroke*, WN China di Tangerang Hendak Bunuh Diri**

Laporan wartawan [tribunnews.com](http://tribunnews.com), Lusius Genik

[TRIBUNNEWS.COM](http://tribunnews.com), JAKARTA - Seorang Warga Negara (WN) asal China berinisial ZS hendak mengakhiri hidupnya dengan cara melompat dari lantai enam Apartemen Aeropolis, Neglasari, Tangerang, Banten, Selasa (23/11/21).

Beruntung aksinya dapat digagalkan polisi dan BPBD Kota Tangerang.

"Masyarakat langsung menginformasikan kepada pihak Kepolisian Polsek Neglasari dan juga pihak BPBD Kota Tangerang. Ketika dibujuk oleh penerjemahnya yang bernama Griselda dan juga petugas, yang bersangkutan akhirnya membatalkan niatnya itu," ujar Kasubag Humas Polres Metro Tangerang, Kompol Abdul Rachim dalam keterangannya.

Pria asal China berusia 43 tahun itu diduga depresi lantaran tak bisa kembali ke negaranya.

Saat ini kondisi ZS juga tengah menderita sakit *stroke*.

"Berdasarkan penerjemahnya, yang bersangkutan yang bekerja di sini itu tengah sakit *stroke* punya keinginan pulang ke negaranya tetapi terhambat surat-surat," kata Abdul Rachim.

Di masa pandemi Covid-19 seperti sekarang, aturan untuk keluar masuk Indonesia menjadi lebih ketat.

Menurut Abdul Rachim, serangkaian aturan di masa pandemi Covid-19 seperti kewajiban melaksanakan karantina, memenuhi berkas pemeriksaan Covid-19 dan lain-lain, membuat ZS semakin depresi.

"Untuk bisa pulang ke negaranya kan harus ada surat-surat dan pengecekan, terus harus karantina juga selama 14 hari. Jadi, agak sulit kalau surat suratnya belum lengkap, tiket pesawatnya belum bisa keluar. Itu yang membuat dia frustasi dan berniat (bunuh diri)," jelas Abdul Rachim.

Kendati demikian, upaya ZS melakukan percobaan bunuh diri berhasil digagalkan.

Saat ini kondisi psikis ZS disebut Abdul mulai stabil.

Penanganan medis juga diberikan agar penyakit *stroke* yang diderita ZS tak semakin parah.

"Setelah diselamatkan, yang bersangkutan langsung kita berikan penanganan medis. Kita juga minta perawatnya untuk menjaga benar-benar yang bersangkutan agar tidak terulang lagi hal tersebut," pungkasnya

--

**KATEGORI BERITA: Hiburan/Musik/Gaya Hidup**

**34) Aurel Hermansyah Berikan Sebuah Lagu sebagai Hadiah Ulang Tahun untuk Atta Halilintar**

Laporan Wartawan Tribunnews.com, Bayu Indra Permana

[TRIBUNNEWS.COM](http://tribunnews.com), JAKARTA - Aurel Hermansyah memberikan sebuah kado istimewa untuk hari ulang tahun Atta Halilintar ke-27.

Di momen ulang tahun Atta pada 20 November 2021 kemarin, Aurel mempersembahkan sebuah lagu untuk suaminya itu.

Lagu berjudul 'Ungkapan Hati' itu diberikan kepada Atta sebagai hadiah karena ia tahu suaminya itu jarang mendapat kado ulang tahun.

"Dulu tuh Abang pernah bilang ke aku, kalau seumur-umur dia kalau ulang tahun tidak pernah dikasih kado," kata Aurel Hermansyah kepada awak media, Selasa (23/11/2021).

"Jadi, di hari ulang tahun dia tahun ini, tahun pertama kami merayakan ulang tahun berdua sebagai suami-istri, aku mau kasih banyak kado dan doa untuk suamiku," tuturnya.

Atta mengaku tak menyangka bahwa dirinya mendapat sebuah *single* dari istrinya tersebut.

"Aku tidak tahu kalau dia sampai mempersiapkan lagu segala, dan ternyata sudah ada video klipnya juga," ujar Atta.

"Aku tidak tahu kapan dia syutingnya karena selama beberapa hari ini, aku sempat ngelarang dia buat keluar rumah, takut kecapean," lanjut Atta.

Aurel sengaja merahasiakan semuanya karena ia tahu nantinya Atta akan melarang dirinya beraktivitas terlalu berat.

"Iya, Abang sempat melarang aku buat syuting karena takut akunya kecapean. Akhirnya aku cari cara dan bilang kalau ada *photo shoot* dua hari, padahal itu syuting video klip untuk lagu ini," ungkap Aurel.

Aurel juga berterima kasih untuk Somethinc yang sudah membantunya untuk mewujudkan lagu 'Ungkapan Hati' menjadi nyata dan menjadi kado yang indah untuk ulang tahun suaminya.

*Caption*: (istimewa) Aurel Hermansyah yang baru saja merilis single baru berjudul 'Ungkapan Hati' sebagai kado ulang tahun untuk Atta Halilintar.

**KATEGORI BERITA: Nasional/Metropolitan**

**35) Berikut Persiapan Pemerintah untuk Natal dan Tahun Baru yang Aman dari Covid-19**

Laporan Wartawan Tribunnews.com-

Aisyah Nursyamsi

[TRIBUNNEWS.COM](http://tribunnews.com), JAKARTA- Setiap ada mobilitas yang tinggi, tidak dapat dipungkiri jika kasus Covid-19 melonjak pesat. Dalam beberapa hari ke depan, pemerintah pun telah mengatur strategi.

Hal ini dikarenakan tahun baru tinggal hitungan hari. Begitu pula perayaan Natal bagi umat Nasrani.

Namun, menurut Juru Bicara Pemerintah untuk Covid-19, dr. Reisa Broto Asmoro adanya pandemi bukan berarti harus kehilangan momen beribadah.

"Sudah melewati 22 bulan pandemi, sudah saatnya mengetahui bagaimana melakukan ibadah di masa seperti ini," ungkapnya pada siaran Radio Kesehatan, Selasa (23/11/2021).

Namun, Reisa mengingatkan masyarakat untuk belajar dari pengalaman sebelumnya. Data menyebutkan, angka pasien yang terinfeksi Covid-19 meningkat tajam di Indonesia saat periode libur panjang.

Pada libur Idul Fitri 2020, misalnya. kata Reisa, masyarakat tidak bisa menutup mata. Setiap kali ada libur panjang dan mobilitas masyarakat tinggi.

Ditambah kelalaian protokol kesehatan, pasti dapat menyebabkan kenaikan Covid-19. Nyatanya karena adanya periode libur panjang, terjadi penambahan kasus 413 hingga 549 perhari. Atau,, sekitar 68-93 persen kasus harian.

Lalu pada akhir 2020, banyak rentetan hari libur yaitu Maulid Nabi, Natal dan tahun baru. Pada saat itu terjadi penambahan 1157 s hingga 5477 kasus. Atau 37-95 persen kasus harian baru.

Kemudian, terjadi lagi pada periode liburan Idul Fitri 2021. Lonjakan kasus menjadi-jadi. Yaitu ada sekitar 1972 hingga 46.297 atau 52 hingga 1237 persen kasus baru.

Tentunya, lonjakan kasus di masa pertengahan tahun diperparah oleh varian delta. Varian ini memiliki kemampuan tiga kali lebih menular dibandingkan varian lain.

"Oleh karena itu, untuk mengantisipasi, kita harus mengerti mengurangi risiko dan potensi lonjakan kasus seperti sebelumnya. Kalau dari pemerintah untuk menghapus cuti bersama pada saat Natal," katanya lagi

Hal ini sesuai dengan keputusan SKB 3 Menteri No 712 Tahun 2021, yaitu pada Nomor 1 tahun 2021 dan Nomor 3 tahun 2021. Terkait tentang libur cuti bersama di akhir tahun 2021.

Selain menghilangkan cuti bersama, kata Reisa, pemerintah memiliki komitmen untuk menetapkan aturan keseluruhan Indonesia. Periode ini berlaku sejak 24 Desember hingga 2 Januari 2022.

Instruksi ini berlaku pada seluruh pegawai negeri, Polri-TNI, serta karyawan swasta. Hal ini diikuti dengan memperketat 3T yaitu *Testing, Treacing dan Treasing*. Berikut dengan vaksinasi Covid-19.

Sumber: <https://www.instagram.com/tv/CWkptCzlnc3/?utm_medium=copy_link>

**KATEGORI BERITA: Hiburan/Gaya Hidup**

**36) Selain Syuting, Ini yang dilakukan Adipati Dolken Selama Pandemi Covid-19**

Laporan Wartawan Tribunnews.com, Mohammad Alivio

[TRIBUNNEWS.COM](http://tribunnews.com), JAKARTA - Aktor Adipati Dolken mengaku mempunyai banyak kegiatan selama pandemi Covid-19 melanda Tanah Air.

Walaupun lagi pandemi Covid-19, Adipati tetap menjalankan rutinitasnya sebagai aktor. Tak hanya syuting ia juga melakukan beberapa *project* lainnya.

“Banyak sih (kegiatan selama pandemi). Tetap syuting film pastinya. Saya saja juga sudah nabung film, sempat promo film *Akhirat* juga," kata Adipati Dolken saat ditemui saat ditemui di Kawasan Kebayoran Lama, Jakarta Selatan, belum lama ini.

Apabila tidak ada jadwal syuting, suami Canti Tachril ini memilih menghabiskan waktunya untuk bermain *game online*.

"Terus main *game*, ya *streaming-streaming game*. Saya sih mencoba *survive* saja di masa pandemi,” ujar Adipati.

Adipati Dolken saat ini tengah sibuk untuk mempersiapkan sejumlah film terbarunya, apalagi saat ini bioskop sudah boleh kembali beroperasi dengan kapasitas 70% di beberapa tempat.

Film mendatang Adipati yang akan tayang yaitu berjudul *Akhirat: A Love Story* yang tayang pada  2 Desember di seluruh bioskop Indonesia.

**KATEGORI BERITA: Umum/Metropolitan/Politik**

**37) Reuni 212 Dipastikan Bakal digelar 2 Desember, Tempat Masih dalam Proses Perizinan**

Laporan Reporter Tribunnews.com, Rizki Sandi Saputra

[TRIBUNNEWS.COM](http://tribunnews.com), JAKARTA - Pimpinan Persaudaraan Alumni (PA) 212 memastikan bakal kembali menggelar reuni pada 2 Desember 2021.

"Reuni Insya Allah sudah dipastikan digelar tanggal 2 Des 2021," kata Novel saat dikonfirmasi Tribunnews.com, Selasa (23/11/2021).

Kendati begitu, Novel belum dapat memastikan perihal tempat dari agenda akbar yang rencananya bakal dihadiri para tokoh dan pemuka agama Islam tersebut.

Seperti diketahui, tersiar kabar kalau rencananya gelaran reuni PA 212 itu akan dilakukan di area Monas, Jakarta Pusat.

Hanya saja kata Novel, terkait hal tersebut masih dalam proses pembahasan dan perizinan.

"Untuk masalah tempat masih proses penggodokan," ucap Novel.

Hal senada juga disampaikan Ketua PA 212 Slamet Ma'arif yang menyebut kalau terkait tempat masih menunggu izin keluar.

Adapun perizinan itu telah dilayangkan pihaknya ke beberapa instansi termasuk Polda Metro Jaya serta Dinas Perhubungan.

"Masih tunggu izin keluar, jika diizinkan, sudah (menyerahkan) ke Monas, Polda, dan Dishub," tukasnya.

Atas hal itu PA 212 kata dia, akan menyampaikan kabar pastinya nanti jika sudah mendapatkan izin dari keseluruhan pihak tersebut.

**KATEGORI BERITA: Bisnis/Industri**

**38) *Founder* OK OCE Ungkap Strategi Bertahan di Masa Pandemi Covid-19**

Laporan wartawan Tribunnews.com, Fahdi Fahlevi

[TRIBUNNEWS.COM](http://tribunnews.com), JAKARTA - *Founder* sekaligus Ketua Dewan Pembina OK OCE Indonesia, Indra Uno mengungkapkan cara UMKM bertahan di masa pandemi Covid-19.

Menurutnya, silaturahmi memberikan banyak manfaat untuk UMKM tetap bertahan.

"*The Power of* Silaturahmi (TPS) dapat memberikan manfaat yang sangat besar dalam pertumbuhan UMKM di Indonesia yang di masa pandemi ini perlu memahami kondisi strategi pertumbuhan usaha," ujar Indra melalui keterangan tertulis, Selasa (23/11/2021).

Hal tersebut diungkapkan oleh Indra dalam *Virtual Business Gathering* yang dilaksanakan oleh OK OCE Qalam bersama *Seeker Revolution*.

Indra mengatakan terdapat tiga strategi untuk UMKM bertahan di masa pandemi Covid-19.

UMKM, menurutnya, perlu mendapatkan pendampingan agar mampu bertahan di tengah krisis.

" UMKM perlu mempunyai pendampingan dalam melakukan tiga strategi yaitu, dapat bertahan, bangkit, dan berkembang”, ungkapnya.

"Semangat *together we are more*, maka artinya bersama-sama kita lebih besar, lebih kuat, lebih tumbuh, dan lebih semuanya," tambah Indra.

Sementara itu, Kabid Koperasi sekaligus Plt Kabid UMKM, Perindustrian Diskopdagperin Kuningan asri Cucu Sukmawati mengatakan pendampingan UMKM terus dilakukan.

Ketua Umum OK OCE Indonesia, Iim Rusyamsi   mengatakan UMKM menyampaikan bahwa UMKM harus memiliki empat prinsip kerja.

"Empat As, yaitu kerja keras, kerja cerdas, kerja tuntas, kerja ikhlas. Maka dari itu, tercapai  tujuan dalam pertumbuhan usaha," kata Iim.

Seperti diketahui, pandemi Covid-19 saat ini memengaruhi sektor perekonomian, salah satunya UMKM yang ada di Indonesia.

Beberapa kendala yang dialami UMKM antara lain penurunan produktivitas, penurunan penjualan, permodalan, distribusi terhambat, kesulitan bahan baku, dan sebagainya.

Dalam acara tersebut, terdapat *training* langsung terkait dengan tahapan 7 TOP, yaitu salah satunya dalam ranah pelatihan disampaikan oleh Hj. Masfu'ah Soematno dari Owner LPK Imas Indah.

Pendampingan oleh Moh. Yudi M (Ketua Tax Center UGJ), pemasaran disampaikan oleh Fena dari OK OCE Xpress dan pencatatan serta pelaporan keuangan yang disampaikan Oleh Fatmalia dari Eresto.

--

**KATEGORI BERITA: Metropolitan**

**39) Antisipasi Banjir, PPSU Kelurahan Bambu Apus Rutin Angkut Sampah Penghambat Laju Air di Kali**

Laporan wartawan [tribunnews.com](http://tribunnews.com), Lusius Genik

[TRIBUNNEWS.COM](http://tribunnews.com), JAKARTA - Petugas Penanganan Sarana dan Prasarana (PPSU) Kelurahan Bambu Apus, Cipayung, Jakarta Timur, rutin membersihkan drainase (saluran air) dan kali dari sampah di wilayahnya.

Semua itu dilakukan demi memastikan laju air, baik yang berada di kali maupun saluran resapan air hujan dapat bekerja secara optimal.

Petugas PPSU Kelurahan Bambu Apus, Parman mengatakan, rutinitas membersihkan kali dan saluran air di wilayah Bambu Apus dilakukan sejak memasuki musim penghujan di akhir tahun.

"Di akhir tahun tim PPSU selalu membersihkan saluran air dan kali-kali, kami membersihkan penghambat atau penyumbatan. Entah dihambat sampah atau lumpur itu kita bersihkan, biar nanti air hujan lancar," kata Parman kepada Tribunnews.com di Kelurahan Bambu Apus, Cipayung, Jakarta Timur, Selasa (22/11/2021).

"Kami juga menangani sampah-sampah liar yang ada di kali. (Sampah-sampah di kali) itu selalu kita angkat, supaya kali bersih dan laju air tidak tersendat," sambung dia.

Kendati demikian, Parman mengakui bahwa sejumlah fasilitas untuk mengevakuasi korban banjir belum tersedia, utamanya bila banjir benar terjadi di wilayah Bambu Apus.

"Sementara ini memang belum ada fasilitas pengangkutan atau alat-alat evakuasi kalau benar terjadi banjir. Kami memang belum berdiskusi dengan warga untuk membahas persiapan itu," kata Parman.

Menurut Parman selama ini Bambu Apus belum pernah dilanda banjir besar.

"Karena di sini banjir yang menggenang terlalu lama itu belum pernah terjadi, kalau terjadi genangan biasanya sebentar saja," kata dia.

Meski demikian, Kelurahan Bambu Apus rutin melakukan sosialisasi terkait antisipasi potensi banjir kepada seluruh warga Kelurahan Bambu Apus.

Sosialisasi antisipasi banjir di Kelurahan Bambu Apus dilakukan dengan melibatkan seluruh elemen masyarakat.

"Kami rutin melakukan sosialisasi dan penyuluhan terkait potensi banjir kepada warga Bambu Apus," tutur dia.

"Penyuluhan kami lakukan melalui RT, RW, LMK, itu selalu kami sampaikan agar siap siaga dengan kondisi terburuk yang mungkin ada," sambung Parman.

Kelurahan Bambu Apus sendiri telah mengoperasikan kembali posko banjir.

Di penghujung tahun 2021 yang marak cuaca ekstrem akibat fenomena El Nino, posko banjir Kelurahan Bambu Apus makin intens disiagakan.

"Di penghujung tahun ini curah hujan lebih deras, itu mengapa kami lebih intens dan selalu bersiaga," kata Parman.

Posko banjir, jelas Parman, difungsikan untuk menampung para korban banjir, tidak hanya bagi warga Kelurahan Bambu Apus, tetapi juga untuk warga dari wilayah lain.

"Biasanya kalau di sini tidak banjir tapi lokasi lain banjir, posko kami bisa jadi tempat evakuasi korban-korban banjir dari wilayah lain begitu," tutur dia.

Adanya posko banjir di Kelurahan Bambu Apus, menurut Parman sangat membantu.

"Misal ada bantuan-bantuan untuk warga terdampak banjir, itu bisa disalurkan lewat posko banjir ini. Entah bantuan berupa pakaian, makanan, di posko itu disiapkan bila nanti terjadi banjir," pungkas dia.

--

**40) Jalani Hidup Sehat di Masa Pandemi, Rajin Olahraga, dan Hentikan Kebiasaan Merokok**

Laporan Wartawan Tribunnews, Fitri Wulandari

[TRIBUNNEWS.COM](http://tribunnews.com), JAKARTA - Pandemi virus corona (Covid-19) memang masih berlangsung, tetapi angka kematian yangHfmnfgddfdisebabkan virus ini kini kian mengalami penurunan. Bt1

Saat ini, beberapa wilayah di Indonesia bahkan telah melakukan pelonggaran Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat (PPKM).

Ini tentunya menjadi sinyal bagi banyak orang untuk mempersiapkan diri hidup berdampingan dengan Covid-19 dan kembali beraktivitas seperti sebelum masa pandemi, tetapi dengan tetap menerapkan protokol kesehatan.

Lalu, apa saja yang bisa diterapkan dalam menjaga kesehatan tubuh selama hidup berdampingan dengan Covid-19 ini?

1. Jaga kebugaran tubuh

Membiarkan tubuh untuk banyak berdiam diri dan tidak banyak melakukan aktivitas selama menjalani momen kerja dari rumah atau *Work From Home* (WFH), tentu saja dapat menghambat metabolisme tubuh.

Tubuh pun akan terasa kurang bugar, terlebih pola hidup yang selama ini diterapkan pun tidak sehat.

Saat di rumah, aktivitas dalam mengonsumsi makanan pun cenderung menjadi lebih sering karena didukung kemudahan akses layanan pesan antar makanan secara *online*.

Namun, hal ini justru dapat menimbulkan sederet dampak buruk, mulai dari berat badan semakin bertambah yang memicu obesitas, kehilangan massa otot, hingga melemahnya jantung dan paru-paru.

Kondisi seperti ini tentunya akan membuat tubuh merasa lebih cepat lelah sehingga berdampak pada terhambatnya aktivitas dan mobilitas, produktivitas pun dapat berkurang.

Dikutip dari laman *American College of Sports Medicine* (ACMS), Selasa (23/11/2021), berolahraga bisa menjadi salah satu cara yang dapat dilakukan untuk menjaga kebugaran tubuh.

Terkait hal ini, sebenarnya disarankan untuk berolahraga minimum 30 menit setiap harinya.

Olahraga yang dipilih pun bisa disebut tergolong kategori ringan karena kebugaran tubuh dapat diperoleh hanya dengan melakukan aktivitas seperti jalan cepat, jogging, atau gabungan dari keduanya.

Nah, jika tubuh telah kembali bugar, aktivitas apa pun yang dijalani tentunya akan terasa ringan dan mudah untuk dilakukan.

2. Kurangi risiko 'skindemi'

Aturan PPKM memang telah dilonggarkan, tetapipenerapan protokol kesehatan pun harus terus dilakukan, satu di antaranya dengan selalu memakai masker.

Perlu diketahui, pandemi Covid-19 kini turut menciptakan istilah 'skindemi', yakni masalah kulit yang muncul karena kebiasaan yang dilakukan selama pandemi.

Dikutip dari laman Alodokter, dr. Kevin Adrian mengatakan skindemi tercipta akibat pemakaian masker yang terlalu lama sehingga menyebabkan kulit menjadi kusam, kemerahan, gatal, dan mudah berjerawat.

"Penggunaan masker dalam waktu yang lama membuat kulit wajah terus bergesekan dengan masker, gesekan ini yang memicu iritasi kulit. Selain itu, menghela napas dan berbicara saat menggunakan masker juga akan menjebak hawa panas yang membuat kulit wajah menjadi lembab," kata dr. Kevin.

Kondisi skindemi ini bahkan dapat semakin parah jika dialami oleh seorang perokok.

Oleh karena itu, aktivitas merokok yang 'membuka dan menutup masker' berulang kali, akan membuat hawa panas hasil pembakaran rokok 'terjebak' di area yang tertutup masker.

Akibatnya, pori-pori akan mudah tersumbat sehingga bakteri dan kuman dapat secara mudah berkembang biak.

Oleh karena itu, menghentikan kebiasaan merokok tentu dapat menjadi pilihan utama untuk mencegah terjadinya sederet hal buruk tersebut.

Namun, jika anda merasa sulit menghentikan kebiasaan mengonsumsi rokok, produk tembakau alternatif bisa menjadi solusinya.

Hal itu karena banyak produk tembakau alternatif yang kini dapat dikonsumsi tanpa pembakaran, seperti kantung tembakau, kantung nikotin, bahkan produk tembakau yang dipanaskan.

Sejumlah riset bahkan menyebut risiko dari produk tembakau alternatif, terutama produk tembakau tanpa asap (*smokeless tobacco*) bahkan dapat mengurangi risiko dari konsumsi rokok hingga mencapai 99 persen.

Dikutip dari laman *ABC News*, Peneliti di University of Michigan School of Public Health, Ken Warner pun menyebut produk tembakau alternatif bisa menjadi sarana untuk menghentikan kebiasaan merokok karena merupakan produk yang memiliki risiko jauh lebih rendah.

"Produk tembakau tanpa asap tidak diragukan lagi, memiliki risiko yang jauh lebih kecil dibandingkan rokok. Produk-produk ini mungkin dapat membantu perokok untuk bisa berhenti merokok," kata Warner.

Demi mengoptimalkan langkah pencegahan terjadinya skindemi, pastikan Anda juga selalu menggunakan masker yang bersih, dan secara berkala mengganti masker jika aktivitas yang dijalani sangat padat.

Maka dari itu, Anda pun tidak perlu khawatir skindemi akan muncul pada wajah Anda.

3. Jaga kesehatan mulut

Salah satu faktor yang membuat kesehatan mulut tidak terjaga adalah dengan munculnya bau mulut.

Munculnya bau mulut ini dapat disebabkan berbagai hal, mulai dari tidak rajin menggosok gigi hingga kebiasaan merokok.

Bagi para perokok, produk tembakau alternatif sebenarnya bisa menjadi solusi agar terhindar dari bau mulut.

Perlu diketahui, sejumlah residu hasil dari pembakaran rokok dianggap sebagai pemicu terciptanya kondisi bau mulut dan sejumlah penyakit oral lainnya.

Sementara itu, produk-produk tembakau alternatif, tidak melalui proses pembakaran dan tanpa menghasilkan residu.

Satu di antaranya terdapat produk tembakau yang dipanaskan dan menghantarkan nikotin dengan memanaskan tembakau pada alat berteknologi khusus.

Oleh karena itu, konsumsi produk tembakau yang dipanaskan diklaim memiliki risiko lebih rendah hingga 95 persen jika dibandingkan rokok.

Di masa pandemi ini, mayoritas masyarakat kini tidak hanya *concern* dalam menjaga kesehatan tubuhnya saja.

Namun, mereka juga mulai *concern* pada kesehatan kulit wajah hingga kesehatan mulut yang sebenarnya dapat berdampak pula pada pencegahan penyakit di organ penting tubuhnya.

Ingat, menjaga kesehatan seluruh anggota tubuh dapat membuat Anda terhindar dari penyakit, termasuk Covid-19'