



Dampak Letak Astronomis Indonesia

- Memiliki Iklim Tropis**
 Indonesia terletak di sepanjang garis khatulistiwa sehingga memiliki iklim tropis. Wilayah negara dengan iklim tropis akan memperoleh sinar matahari sepanjang waktu. Wilayah tropis menyebabkan Indonesia hanya memiliki dua musim, yakni musim hujan dan musim kemarau. Kondisi ini berbeda dengan yang terjadi di negara-negara wilayah subtropis. Negara beriklim subtropis memiliki 4 musim, yaitu musim panas, musim dingin, musim semi, dan musim gugur.
- Kelembaban Udara Tinggi**
 Pulau-pulau di Indonesia mudah dipengaruhi peredaran udara yang datang dari laut-laut yang mengelilinginya. Akibatnya, Indonesia banyak menerima hujan. Curah hujan yang tinggi menyebabkan kelembaban udara rata-rata yang tinggi pula.
- Kaya Flora dan Fauna**
 Akibat curah hujan yang tinggi dan dikelilingi arus laut, Indonesia kaya akan flora dan fauna. Pasokan makanan dan mineral yang dibutuhkan untuk flora tumbuh sangat kaya dan beragam. Fauna juga disajikan dengan berbagai flora sebagai sumber daya makan. Kedua sumber daya alam ini merupakan kekayaan alam sekaligus kekuatan Indonesia.
- Memiliki 3 Zona Waktu**
 Letak astronomis mempengaruhi perbedaan waktu yang ditetapkan mulai pada titik lintang dan bujur 0 derajat di Kota Greenwich, Inggris. Sesuai Keputusan Presiden No. 41 Tahun 1987, Indonesia terbagi atas 3 zona waktu, yaitu Waktu Indonesia bagian Barat (WIB), Waktu Indonesia bagian Tengah (WITA), dan Waktu Indonesia bagian Timur (WIT). Zona waktu Indonesia membuat waktu di pulau Jawa akan berbeda dengan waktu di Bali maupun di Papua.

(Sumber: Letak Astronomis dan Geografis Indonesia, Lengkap dengan Pengaruhnya (detik.com))

1. Dampak letak astronomis yang dirasakan di Indonesia, kecuali ...
 - A. Memiliki hanya dua musim di setiap tahunnya.
 - B. Memiliki perbedaan waktu di bagian barat dan timur Indonesia.
 - C. Curah hujan yang sedang sehingga menjaga wilayah Indonesia tetap panas.
 - D. Kekayaan flora yang berlimpah.
 - E. Membuat Indonesia beriklim tropis.

Ada yang masih ragu dengan vitamin C, khususnya untuk kulit kering? Eka Ayuningtyas Amd Kep, Koordinator Barokah Beauty Center (BBC) RSI Banjarnegara, Jawa Tengah mencoba membahas manfaat vitamin C berikut ini.

Eka mengatakan, kulit kering lebih rentan terhadap kerutan dan garis-garis halus. Lalu, apakah vitamin C baik untuk kulit kering?

"Vitamin dan terutama vitamin C adalah obat yang bagus untuk kulit kering. Vitamin C, juga disebut asam askorbat, adalah vitamin larut air yang penting untuk beberapa fungsi tubuh yang penting. Ini adalah agen penyembuhan penting yang mengisi luka pada kulit atau organ tubuh bagian dalam," ujarnya.

Menurutnya, vitamin C memiliki efek luar biasa dalam menyembuhkan masalah kulit kering karena kemampuannya untuk memproduksi kolagen di dalam tubuh.

Untuk diketahui, kolagen adalah anti de-hydrant yang efektif, itu adalah protein berserat yang secara alami ada di dalam tubuh di jaringan ikat kita. Ini mengikat sel-sel bersama-sama yang menghasilkan mengembalikan elastisitas kulit. "Kehilangan kolagen menyebabkan kulit kendur dan keriput," ungkap Eka.

Jadi, apakah vitamin C baik untuk kulit kering? Kulit, karena berbagai faktor seperti usia, paparan sinar matahari yang ekstrim, obat-obatan, konsumsi alkohol dan lainnya, mengalami dehidrasi dan mulai kehilangan kolagen, yang berarti tubuh akan cenderung lebih mudah memar, serta berdarah, dan tidak dapat membentuk jaringan parut yang mendukung.

Hal ini juga akan mengakibatkan kekeringan dan pembentukan garis-garis halus yang akibatnya menyebabkan depresi dan kecemasan.

Vitamin C dapat diperoleh dari asupan buah jeruk seperti jeruk, lemon, grapefruits, limau, jeruk keprok dan mandarin, namun nutrisi ini juga dapat ditemukan dalam makanan lain.

"Sumber alami vitamin C yang baik lainnya termasuk tomat, stroberi, brokoli, kentang, paprika, kembang kol, kacang polong, dan sejumlah makanan lezat lainnya," terangnya.

Menurutnya, kita juga harus tahu bahwa ada juga efek samping yang harus dipertimbangkan ketika berpikir untuk menambahkan suplemen vitamin C ke dalam rutinitas vitamin harian. Tubuh manusia tidak dapat menyimpan vitamin C untuk waktu yang sangat lama, oleh karena itu, tubuh merespons dengan mengeluarkan jumlah berlebih melalui urin.

(Sumber: Apa Keuntungan Vitamin C bagi Kulit Kering Halaman 1 - Kompasiana.com)

2. Apa efek samping yang ditimbulkan dari penambahan suplemen vitamin C dalam rutinitas vitamin harian ...
 - A. Tubuh menjadi lebih segar akibat vitamin C berlebih
 - B. Membuat kulit terlihat lebih kering
 - C. Menjadi hyperaktif
 - D. Dapat menyebabkan penyakit kulit
 - E. Tubuh tidak bisa menyimpan vitamin C dalam waktu lama sehingga dibuang melalui urin
3. Kolagen merupakan zat yang penting dalam tubuh, kehilangan kolagen berakibat ...
 - A. Kesehatan kulit berkurang yang berdampak pada kulit kendur dan keriput
 - B. Tidak dapat menyembuhkan luka pada kulit
 - C. Membuat depresi dan kehilangan percaya diri
 - D. Kulit menjadi tidak kering
 - E. Pengurangan kulit keriput pada wajah
4. Apa intisari dari bacaan diatas ...
 - A. Manfaat kolagen pada kulit
 - B. Manfaat vitamin C pada kulit
 - C. Macam-macam buah yang baik bagi kulit
 - D. Efek samping vitamin C
 - E. Faktor yang menyebabkan kulit menjadi tidak sehat

Aceh Banjir, BMKG: Waspada Potensi Hujan Lebat hingga 3 Hari Mendatang

Badan Meteorologi Klimatologi dan Geofisika (BMKG) memprediksikan, sebagian wilayah Indonesia telah memasuki musim kemarau sejak awal Mei. Namun wilayah Kampung Paya Tumpu Baru, Kecamatan Kebayakan, Kabupaten Aceh Tengah, Provinsi Aceh dilanda banjir bandang, Rabu (13/5/2020).

Banjir bandang tersebut bahkan mengharuskan warganya untuk mengungsi ke tempat yang lebih aman. Banyak rumah mengalami kerusakan akibat dimasuki banjir, atau hanyut terbawa arus yang bercampur lumpur, material bebatuan, dan batang pohon.

Menanggapi bencana yang terjadi di Aceh, Kepala Bidang Prediksi dan Peringatan Dini Cuaca BMKG, Miming Saepudin mengungkapkan potensi hujan lebat memang masih terjadi di wilayah Aceh beberapa hari belakangan.

Potensi hujan dengan intensitas tinggi inilah yang menyebabkan bencana banjir bandang terjadi di beberapa wilayah. Termasuk Kampung Paya Tumpu Baru yang terletak di sekitar Teluk Benggala.

Dijelaskan Miming, kondisi hujan lebat tersebut dipicu oleh adanya pola tekanan rendah di sekitar Teluk Benggala bagian selatan beberapa hari terakhir ini yang menyebabkan terbentuknya pola konvergensi (pertemuan angin atau pampunan angin) di wilayah Aceh dan sekitarnya.

"Akibat konvergensi tersebut, pertumbuhan awan hujan menjadi sangat signifikan di wilayah Aceh," kata Miming kepada Kompas.com, Kamis (14/5/2020).

Hujan yang signifikan ini juga bisa menyebabkan kondisi buruk seperti hujan lebat yang dapat berpotensi menimbulkan bencana banjir dan longsor.

Untuk diketahui, saat ini wilayah Aceh bagian Tengah masih berada dalam kategori periode transisi dari musim hujan ke musim kemarau.

"Sehingga kondisinya memang relatif masih basah (banyak curah hujan)," ujar Miming.

Ia menyebutkan bahwa BMKG akan bertindak sesuai dengan tupoksinya yaitu selalu update untuk prediksi cuaca dan peringatan dini. Informasi ini harus ditindaklanjuti juga oleh pihak terkait lainnya baik tingkat pusat maupun daerah setempat.

Ia menilai upaya mitigasi perlu dilakukan segera untuk meminimalisir dampak yang ditimbulkan dari potensi hujan lebat.

Untuk wilayah Aceh, BMKG telah mengeluarkan peringatan dini terhadap potensi hujan lebat yang dapat disertai angin kencang dan kilat atau petir yang berpotensi terjadi hingga 3 hari mendatang.

"Masyarakat dihimbau untuk tetap waspada dan selalu update informasi peringatan dini cuaca dari BMKG," tuturnya.

(Sumber: Aceh Banjir, BMKG: Waspada Potensi Hujan Lebat hingga 3 Hari Mendatang Halaman all - Kompas.com)

5. *"Potensi hujan dengan intensitas tinggi inilah yang menyebabkan bencana banjir bandang terjadi di beberapa wilayah."* dari kutipan kalimat tersebut, dapat dikatakan bahwa ...
- A. Terjadinya bencana banjir karena intensitas hujan yang tinggi
 - B. Musim hujan dapat mengakibatkan banjir bandang di beberapa daerah
 - C. Banjir bandang terjadi di seluruh wilayah di Indonesia
 - D. Banjir bandang diakibatkan oleh curah hujan yang tinggi di beberapa daerah
 - E. Beberapa wilayah telah terjadi banjir bandang
6. Berdasarkan teks di atas, apa yang menyebabkan curah hujan yang tinggi di wilayah Aceh ...
- A. Banjir bandang yang menyebabkan banyak properti rumah hancur
 - B. Terbentuknya pola konvergensi akibat pola tekanan rendah di sekitar Teluk Benggala
 - C. Adanya potensi terjadinya hujan hingga 3 hari mendatang
 - D. BMKG memprediksi curah hujan yang tinggi di wilayah Aceh
 - E. Karena wilayah Aceh berada di periode transisi musim hujan ke kemarau

Exxon Mobil memiliki komitmen untuk selalu menangani risiko-risiko yang berkaitan dengan keselamatan saat bekerja. Langkah pertama untuk mencapai prestasi kerja tanpa cacat adalah dengan memastikan tingkat motivasi dan partisipasi karyawan yang tinggi dalam mencegah terjadinya kecelakaan. Di samping itu, karyawan harus mengecek dan membenahi adanya kerusakan. Exxon Mobil yakin bahwa penciptaan lingkungan kerja yang aman dapat memberikan kinerja yang baik. Dengan bantuan teknologi baru, Exxon Mobil terus berupaya membuat kegiatan operasionalnya lebih aman, sehat, dan ramah lingkungan. Di Exxon Mobil, kesempurnaan dalam masalah keselamatan, kesehatan, dan perlindungan lingkungan merupakan unsur inti yang diutamakan.

(Sumber: Majalah Tempo, 17-23 November 2008)

7. Simpulan teks tersebut yang paling tepat adalah ...
- A. Exxon Mobil sangat peduli terhadap keselamatan kerja karyawan.
 - B. Exxon Mobil menetapkan dua langkah untuk mencapai prestasi kerja.
 - C. Lingkungan kerja yang aman akan menghasilkan kinerja yang baik.
 - D. Teknologi baru dapat membuat kegiatan di Exxon Mobil lebih aman.
 - E. Motivasi dan partisipasi karyawan Exxon Mobil harus tinggi.

**TERIMA KASIH BUAT TEMEN2 YANG SUDAH SUBSCRIBE, LIKE DAN
MENDUKUNG CHANNEL PRIVAT AL FAIZ, SEMOGA SUKSES.**