



BULETIN #1 | PADIEMAS BINTAN - PENGEMBANGAN DATA INOVASI DAN EKONOMI MASYARAKAT BINTAN

PADIEMAS BINTAN

PENGEMBANGAN DATA INOVASI DAN EKONOMI MASYARAKAT BINTAN



SERAGAM SEKOLAH DAN TRANSPORTASI GRATIS

**PEMKAB BINTAN
ANGGARKAN
8,8 M DI 2020
UNTUK
INSENTIF 2.043
GURU NGAJI**

**PEMKAB BINTAN INOVASI
MOBIL KHUSUS PENYEMPROT
DISINFEKTAN GUNA CEGAH COVID-19**

BAPELITBANG GELAR RAPAT SINKRONISASI HASIL
PEMBAHASAN MUSRENBANG KABUPATEN BINTAN

**4 TAHUN PIMPIN BINTAN APRI SUKSES BANGUN DAN
TINGKATKAN JALAN SEPANJANG 74,80 KM**

Puji dan syukur kita panjatkan atas kehadiran Allah SWT, Tuhan Yang Maha Esa sehingga atas segala rahmat, karunia dan ridha-Nya, untuk pertama kalinya Buletin Penelitian dan Pengembangan yang bernama “PADIEMAS BINTAN” dapat diterbitkan. Nama “PADIEMAS BINTAN” sendiri merupakan singkatan dari Pengembangan Data Inovasi dan Ekonomi Masyarakat Bintan. Dalam Edisi Perdana Buletin ini ada beberapa isu pokok terkait Kabupaten Bintan yang kami sampaikan pada edisi pertama ini fokus pada Capaian Pembangunan 4 Tahun Kabupaten Bintan, Kegiatan Musyawarah Perencanaan Pembangunan Kabupaten Bintan, Hasil-hasil Penelitian dan Kajian, Berita Daerah, Inovasi-inovasi yang telah dihasilkan Kabupaten Bintan, Potensi Pariwisata serta isu terkini seperti pencegahan Pandemi Covid-19 di Kabupaten Bintan. Tidak hanya itu, beragam rubrik juga menjadi sisipan seperti Resep Masakan , Lifestyle, Spiritual, Opini, Sains Teknologi serta Rubrik Humor dan Hiburan Inspirasi menjadi suguhan dari kami untuk para pembaca.

Dengan hadirnya Buletin PADIEMAS BINTAN ini diharapkan dapat memotivasi para peneliti untuk dapat menulis artikel maupun jurnal sehingga semakin terasah kompetensinya. Para Peneliti, para Inovator yang melakukan kegiatan penelitian/pengkajian/riset dan berkoordinasi dengan Badan Perencanaan Penelitian dan Pengembangan Daerah Kabupaten Bintan dapat menjadikan Buletin PADIEMAS BINTAN ini sebagai salah satu sarana untuk mempublikasikan jurnal, artikel, hasil penelitian maupun hasil-hasil inovasinya. Untuk itu diharapkan agar Buletin PADIEMAS BINTAN ini dapat terbit setiap 4 bulan sekali secara rutin.

Semoga Buletin PADIEMAS BINTAN dapat menambah wawasan, pengetahuan, dan dapat meningkatkan kompetensi Sumber Daya Manusia di Kabupaten Bintan. Sumber Daya Manusia yang berwawasan dan memiliki pengetahuan merupakan salah satu landasan untuk “Bintan yang Gemilang”.

SUSUNAN REDAKSI

PENANGGUNG JAWAB
Drs.MOHD.SETIOSO, MM

PEMIMPIN REDAKSI
DONY HADIPRIATNA,S.IP.,M.Si

REDAKTUR
DIDI KURNIADI,S.IP.,M.A.

PENYUNTING/EDITOR
JULAIKA FIRA USADA, S.Sos
DIANA MARTIN, ST
UMI HABIBIE, ST
BONDAN KURNIAWAN, A.Md

PELIPUTAN & DOKUMENTASI
MUHAMMAD TARMIZI, A.Md
GARTA YAN WINATA
DEO AFRIANSYAH

PENATA LETAK DAN GRAFIS
MOHD. JAMAL, A.Md

KONTRIBUTOR
S. SEBASTIAN, S.I.Kom.

SEKRETARIAT
TISMAU NELLY, SE
NANI WAHYUNI, S.IP
RIA ELFANNY, SE
TASHA NURMALASARI

ALAMAT REDAKSI
JL. JENDERAL AHMAD YANI Km.5,
TANJUNGPINANG, PROVINSI KEPRI

SALAM REDAKSI	1
SUSUNAN REDAKSI	2
DAFTAR ISI	2
LIPUTAN UTAMA	
4 TAHUN PIMPIN BINTAN APRI SUKSES BANGUN DAN TINGKATKAN JALAN SEPANJANG 74,80 KM	3 - 4
SERAGAM SEKOLAH DAN TRANSPORTASI GRATIS	5 - 6
PEMKAB BINTAN ANGGARKAN 8,8 M DI 2020 UNTUK INSENTIF 2.042 GURU NGAJI	7 - 8
5 KEBIJAKAN BINTAN UPAYA PENCEGAHAN PENYEBARAN VIRUS CORONA	9
BERITA DAERAH	
LUNCURKAN BERAS PADI MAS BUKTI BANGKITNYA PERTANIAN BINTAN	10
PEMKAB BINTAN INOVASI MOBIL KHUSUS PENYEMPROTAN DISINFECTAN GUNA CEGAH COVID-19	11 - 12
BUPATI BUKA MUSRENBANG KABUPATEN BINTAN TAHUN 2020	13
BUPATI BINTAN TERIMA SWASTI SABA WISTARA PENGHARGAAN TERTINGGI KABUPATEN SEHAT	16
LIPUTAN KHUSUS	
DISEMINASI RENCANA INDUK KELITBANGAN KABUPATEN BINTAN	17 - 18
JENDELA BAPELITBANG	
BAPELITBANG GELAR RAPAT SINKRONISASI HASIL PEMBAHASAN MUSRENBANG KABUPATEN BINTAN	19
PROGRAM DAN KEGIATAN 5 OPD BINTAN AKAN DIUSULKAN KE PEMPROV KEPULAUAN RIAU	20
SETIOSO TEKANKAN 4 ASPEK PRORITAS DALAM RAKOR BIDANG PEMBANGUNAN KABUPATEN BINTAN	21
INFO WISATA	
KREATIFITAS DAN INOVASI DESA PENGUDANG	22
5 DESTINASI WISATA PULAU BINTAN YANG WAJIB KAMU KUNJUNGI	23 - 24
INFO KULINER	
IKAN SEBAGAI SUMBER PROTEIN RESEP MASAKAN IKAN	25
SPIRITUAL	
BENING HATI BERBALAS SURGA	26
HUMOR	
	28

TIPS SEHAT	
29 - 30	5 TIPS MENJAGA KESEHATAN TUBUH AGAR TETAP SEHAT DAN BUGAR
31 - 32	COVID - 19 DAN CARA PENCEGAHANNYA
SAINS DAN TEKNOLOGI	
33	ILMUWAN TEMUKAN PLANET YANG PUNYA UKURAN DAN SUHU MIRIP BUMI
34	FOSIL HUTAN TERTUA DI DUNIA DITEMUKAN DI NEW YORK
LIFESTYLE	
35	JANGAN LENGAH, PASIEN CORONA RI DIDOMINASI USIA PRODUKTIF
36	WASPADA, ADA ORANG TANPA GEJALA TULARI VIRUS CORONA
HIBURAN DAN INSPIRASI	
37 - 38	5 SELEB INSPIRATIF, COCOK JADI PANUTAN DIHARI PEREMPUAN INTERNASIONAL
OPINI DAN ARTIKEL	
39 - 40	COVID-19 DAN POLEMIK HARGA MASKER
41 - 42	INFOGRAFIS

DAFTAR ISI



Apri juga menambahkan bahwa selama 4 tahun ini ia telah berupaya agar kerja-kerja pembangunan yang dilakukan oleh Pemerintah Kabupaten Bintang dapat dirasakan manfaatnya oleh masyarakat.

“Pembangunan dan penanganan jalan di Bintang untuk kebutuhan dan akses warga menjadi prioritas kita dalam membangun. Tentu infrastruktur jalan yang berkualitas menjadi harapan kita bersama. Semoga Bermanfaat”, tutup Apri.



Image by : seputarkepri.co.id

4 TAHUN PIMPIN BINTAN APRI SUKSES BANGUN DAN TINGKATKAN JALAN SEPANJANG 74,80 KM

“Pembangunan dan penanganan jalan di Bintang untuk kebutuhan dan akses warga menjadi prioritas kita dalam membangun. Tentu infrastruktur jalan yang berkualitas menjadi harapan kita bersama. Semoga Bermanfaat”, tutup Apri.

Infrastruktur khususnya jalan menjadi prioritas dalam program pembangunan Kabupaten Bintang di bawah kepemimpinan Bupati Apri Sujadi. Selama 2016 hingga 2019 atau empatan tahun, Apri sukses melakukan perbaikan ruas jalan kabupaten sepanjang 74,80 km.

Berdasarkan data yang dikutip dari Dinas Pekerjaan Umum dan Penataan Ruang Kabupaten Bintang Penataan Jalan diklasifikasikan menjadi Tiga Kategori yakni Pembangunan atau Pembukaan Jalan Baru, Peningkatan dan Pengaspalan Jalan serta Pemeliharaan Jalan Berkala (Overlay).

Selama empat tahun Apri memimpin, pembangunan atau pembukaan jalan baru di Kabupaten Bintang terus

meningkat setiap tahunnya. Dari Tahun 2016 yang berjumlah 0,4 km, 2017 berjumlah 1,7 km, 2018 berjumlah 6,95 km, dan tahun 2019 berjumlah 7,83 km sehingga total jalan baru yang dibangun selama empat tahun berjumlah 16,88 km.

Peningkatan dan Pengaspalan Jalan di Bintang juga terus diupayakan melalui APBD Kabupaten Bintang. Diawali 2016, mampu diselesaikan peningkatan jalan kabupaten sepanjang 24,12 km.

Kemudian tahun 2017 sepanjang 9,825 km , tahun 2018 sepanjang 4,2 km, dan tahun 2019 sepanjang 8,5467 km , sehingga total jalan yang ditingkatkan selama empat tahun berjumlah 46,69 km.

Jumlah tersebut masih bertambah lagi dengan

PENANGANAN JALAN BIDANG BINA MARGA DINAS PEKERJAAN UMUM DAN PENATAAN RUANG KABUPATEN BINTAN TAHUN ANGGARAN 2016 S/D 2019

PROGRAM / KEGIATAN	TAHUN 2016	TAHUN 2017	TAHUN 2018	TAHUN 2019	TOTAL PENANGANAN TAHUN 2016 S/D 2019
	KM	KM	KM	KM	KM
PEMBANGUNAN / PEMBUKAAN JALAN	0,4	1,7	6,95	7,83	16,88
PENINGKATAN / PENGASPALAN JALAN	24,12	9,825	4,2	8,5467	46,6917
PEMELIHARAAN BERKALA JALAN (OVERLAY)	4,75		1,9	4,5845	11,2345



Berbeda dengan daerah lainnya, selain bus sekolah yang selalu standby di setiap Kecamatan, Pemerintah Kabupaten Bintan juga menyediakan transportasi laut (pompong) untuk mengangkut siswa-siswi antar pulau. Tak bisa dipungkiri memang Bintan memiliki gugusan pulau-pulau yang membentang dengan jarak yang beragam. Untuk transportasi laut ini Pemerintah Kabupaten Bintan telah menyiapkan lebih dari 20 unit pompong yang dioperasikan untuk mengangkut pelajar.

SERAGAM SEKOLAH DAN TRANSPORTASI GRATIS

Program ini telah dimulai sejak tahun 2017 dan tahun 2020 ini memasuki tahun keempat.

Pendidikan menjadi suatu keharusan yang sangat penting demi menunjang kemajuan dan keseimbangan peradaban. Sebagaimana telah tertuang dan diamanatkan dalam pembukaan UUD 1945, bahwa setiap masyarakat berhak mendapatkan pendidikan yang layak. Dengan demikian, tidak ada lagi hambatan bagi keluarga yang hidup di bawah garis kemiskinan untuk mengenyam bangku pendidikan.

Pemerintah Kabupaten Bintan dalam hal ini melakukan terobosan dan inovasi yang sangat menyentuh dan dirasakan masyarakat. Bahkan terobosan baru ini menghantarkan Bupati Bintan meraih Penghargaan Ki Hajar Awards pada 2018 lalu sekaligus mencatatkan nama Kabupaten Bintan masuk dalam daftar 6 kabupaten/kota yang memberikan pendidikan gratis secara menyeluruh kepada masyarakatnya. Secara menyeluruh? Jelas, bayangkan saja bagaimana program pendidikan gratis ini sangat

membantu masyarakat. Setiap anak yang akan masuk sekolah baik ditingkat Sekolah Dasar (SD) maupun Sekolah Menengah Pertama (SMP) akan mendapatkan perlengkapan sekolah yang dibutuhkan. Mulai dari seragam sekolah (seragam Merah-Putih/Biru-Putih, seragam Batik, seragam pramuka, seragam kurung melayu dan seragam olahraga), tas sekolah beserta buku dan alat tulis, sepatu sekolah hingga kaos kaki. Tidak berhenti sampai disitu, biaya pendidikannya hingga transportasi sekolah juga disediakan secara gratis.

Program ini telah dimulai sejak tahun 2017 dan tahun 2020 ini memasuki tahun keempat. Begitu banyaknya respon positif yang hadir, mulai dari antusiasme masyarakat hingga Pemerintah Kabupaten/Kota dari berbagai daerah berkunjung ke Kabupaten Bintan untuk melakukan study terhadap program ini.



PEMKAB BINTAN ANGGARKAN 8,8 M DI 2020 UNTUK INSENTIF 2.043 GURU NGAJI

Pemerintah Kabupaten Binta memiliki perhatian khusus terhadap para guru ngaji, imam mesjid, penjaga mesjid, fardu kifayah dan pengelola TPU, yang berperan besar dalam pembentukan karakter generasi muda Binta yang berakhlak mulia. Jumlahnya sekitar 2.043 orang.

Apri Sujadi menegaskan Pemkab Binta telah memberikan penghargaan setinggi-tingginya kepada mereka yang berjasa dengan memberikan bantuan berupa insentif yang bersumber dari anggaran APBD Binta.

Di tahun 2021 ini, misalnya, Pemkab Binta telah mengalokasikan anggran miliaran rupiah yang disesuaikan dengan

kenaikan insentif guru ngaji di tahun sebelumnya. “Di tahun 2020 ini, kita anggar insentif guru ngaji sebesar Rp 8,8 miliar,” ungkap Bupati Apri Sujadi, di Binta, pada Sabtu (7/3/2020) lalu.

Menurut Bupati Binta Apri Sujadi, kenaikan anggaran senilai Rp 8,8 miliar di 2020, telah disesuaikan dengan kenaikan insentif guru ngaji yang bertugas di kabupaten Binta. Besaran anggaran tersebut juga telah disepakati oleh pemerintah daerah dan DPRD Binta.

Atas kenaikan intensif itu, Bupati Apri berharap dapat diterima dengan ucapan syukur. “Semoga (hal) ini menjadi keberkahan bagi kita semua,” ucap

Apri.

Apri menyadari bahwa nilai intensif yang diterima saat ini mungkin belum memadai dan masih jauh dari yang diharapkan karena keterbatasan kemampuan anggaran daerah (APBD) Binta.

Namun, Apri berjanji selama kepemimpinannya sebagai Bupati Binta akan terus memperjuangkan kesejahteraan para guru ngaji, juga imam mesjid, penjaga mesjid, fardu kifayah dan pengelola TPU, hingga lebih memadai lagi.

Apri juga menyakini dengan kenaikan insentif tersebut akan dapat memotivasi guru ngaji di Binta untuk lebih giat dalam menjalankan tugasnya.

“Kita tidak bisa mengesampingkan mereka (guru ngaji) begitu saja, karena cukup berjasa dalam membentuk akhlak generasi muda di Binta,” ujarnya.

Selain itu, menurut Apri, dalam beberapa tahun terakhir ini Pemkab Binta terus gencar mendorong generasi muda Qurani, diantaranya melalui program Gerakan Masyarakat Binta Maghrib Mengaji bagi pelajar jenjang TK/RA, SD/MI dan SMP/MTs se-Binta.

“Program ini sudah berjalan sejak akhir tahun 2018” ujarnya.

Sementara itu, Kabag Kesra Setda Kabupaten Binta Indra Gunawan mengungkapkan bahwa program-program religi seyogyanya terus digesa bagi membina akhlak. Menurutnya, pemerintah tidak akan mengesampingkan peranan orang-orang tua, khususnya para imam, guru ngaji yang sangat berjasa di



187 penjaga mesjid, 392 muballigh, 329 fardu kifayah, 149 pengelola TPU” tutupnya.

Sejak memimpin Binta dari tahun 2016 lalu, Apri memang terlihat memberikan perhatian khusus dalam meningkatkan keajahteraan para guru ngaji. Pemberian intensif guru ngaji juga dimulai sejak Apri Sujadi menjadi Bupati Binta.

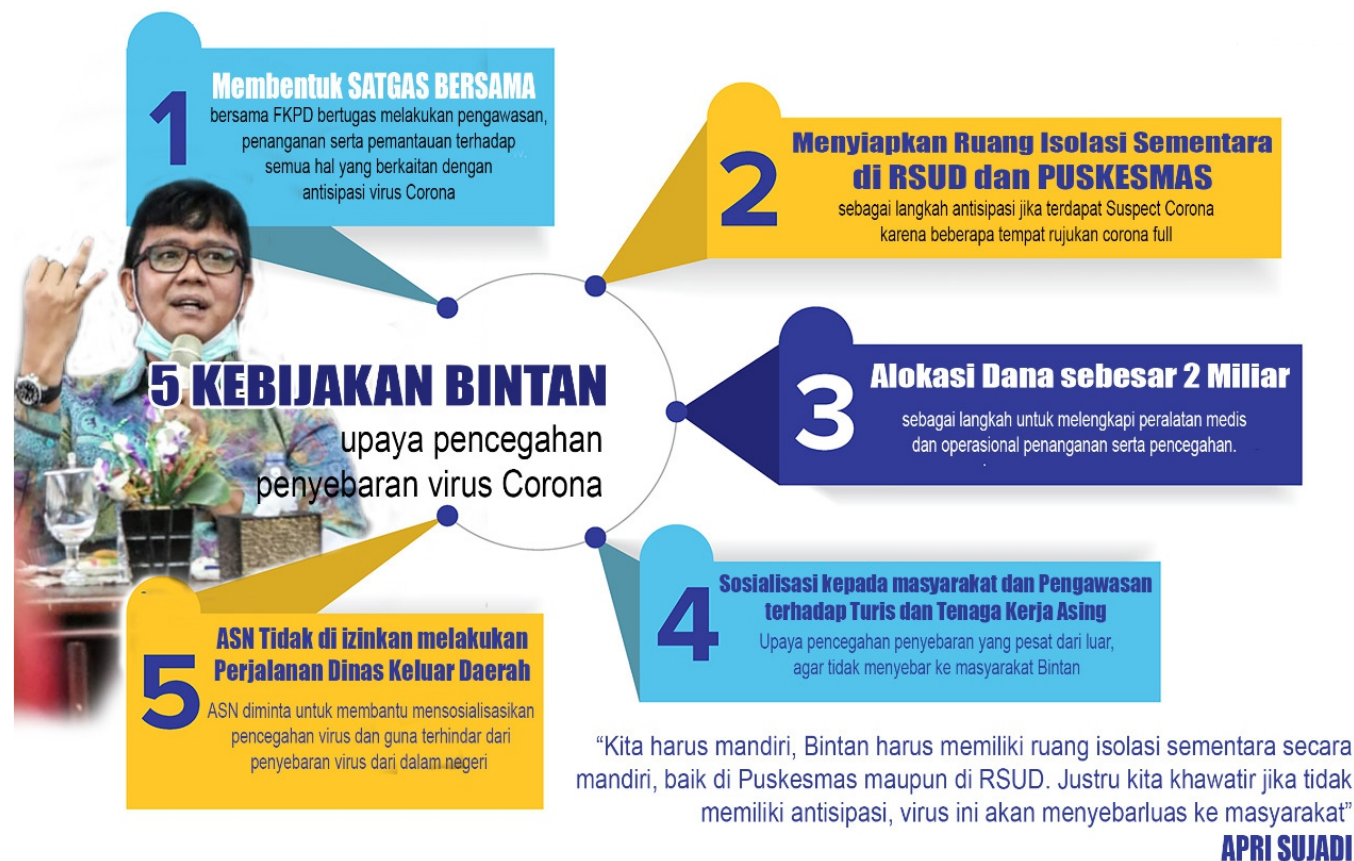
Dari data yang ada diketahui insentif guru ngaji dari tahun 2016 hingga tahun 2020 menunjukkan kenaikan.

Di tahun anggaran 2016 – 2018, misalnya, guru ngaji menerima insentif sebesar Rp 200 ribu/bulan. Mulai tahun 2019 – 2020 ini terjadi kenaikan menjadi Rp 350 rb/bulannya.

masyarakat.

“Program-program islami terus kita bina dimasyarakat, program maghrib mengaji bahkan mendapatkan antusiasme yang tinggi dari masyarakat. Untuk itu, kita mengalokasikan sekitar 8.818.200.000 milyar rupiah di tahun 2020 ini. Akan ada sebanyak 1.000 guru ngaji, 373 imam mesjid,





Penularan Virus Covid-19 dewasa ini telah menjadi perhatian dan kewaspadaan sejumlah pemerintah daerah di tanah air. Untuk menanggapi kasus tersebut Pemerintah Kabupaten Bintan telah melakukan berbagai tindakan sebagai upaya pencegahan penularan corona.

Bupati Bintan Apri Sujadi telah mengeluarkan kebijakan teranyar untuk melindungi warga Bintan dari virus corona. Ada 5 kebijakan Apri untuk penanganan corona di Kabupaten Bintan :

1. Satgas Bersama

Pemkab Bintan telah membentuk Satgas Bersama penanganan virus corona. Nanti Satgas ini bersama FKPD akan bertugas melakukan pengawasan, penanganan serta pemantauan terhadap semua hal yang berkaitan dengan antisipasi corona

2. Ruang Isolasi di RSUD dan Puskesmas

Bupati Bintan Apri Sujadi telah mengintruksikan Dinas Kesehatan untuk menyiapkan ruang isolasi pasien terjangkit virus corona di rumah sakit daerah (RSUD) hingga Puskesmas. Hal tersebut sebagai tindakan antisipasi jika nanti terdapat suspek vorona, sementara rumah sakit rujukan full.

3. Alokasi dana 2 Miliar

Apri juga telah membuat kebijakan untuk alokasi anggaran yang dibutuhkan untuk penanganan pasien termasuk untuk melengkapi peralatan medis yang dibutuhkan, dana operasional penanganan dan pecegahan. Pemkab Bintan telah mengalokasikan dana sebesar 2 miliar di APBD.

4. Sosialisasi kepada masyarakat, pengawasan terhadap tourist dan tenaga kerja asing

Pihak Pemkab Bintan gencar melakukan sosialisasi terkait tindakan pencegahan penyebaran virus corona yang dilakukan Pemda, juga langkah – langkah yang bisa dilakukan masyarakat sebagai pencegahan penularan virus corona. Selain itu, akan memperketat pengawasan kepada tourist dan tenaga kerja asing. Kabupaten Bintan adalah daerah tujuan wisata manca negara, yaitu kawasan wisata Lagoi.

5. Melarang ASN melakukan perjalanan dinas ke luar daerah

Bupati Apri tidak akan memberikan izin perjalanan dinas kepada ASN. Ia melarang pejabat OPD bepergian ke luar daerah. Akan tetapi, ASN Bintan diminta untuk membantu mensosialisasikan cara pencegahan virus corona, dan menjaga diri agar terhindar dari penyebaran virus dari dalam negeri.

“Kita harus mandiri, Bintan harus memiliki ruang isolasi sementara secara mandiri baik di Puskesmas maupun di RSUD, dan justru kita khawatir jika tidak memiliki (langkah antisipasi) visrus ini akan menyebar luas ke masyarakat,” kata Apri menjelaskan kebijakannya itu, Jumat (20/03/2020).

Sebelumnya Pemkab Bintan telah menutup kegiatan belajar di sekolah, dari PAUD, SD dan SMP/ sederajat, yang dimulai tanggal 17 – 29 Maret 2019. Namun siswa diminta belajar di rumah dengan pengawasan orang tua.

Ketentuan itu dituangkan dalam surat edaran Bupati Bintan selama. siswa Nomor 440/disdik/165 tentang Pencegahan Penyebaran Corona dilingkungan Satuan Pendidikan Kabupaten Bintan.



Luncurkan Beras Padi Mas Bukti Bangkitnya Pertanian Bintan

Bupati Bintan Apri Sujadi melaunching nama khas kemasan produk beras lokal Bintan, dengan nama merek "Padi Mas". Beras lokal produk Bintan itu juga ditargetkan bisa dipasarkan lebih luas lagi, hal ini agar bisa meningkatkan pendapatan bagi petani Bintan.

"Kita sudah merancang dan menetapkan nama "Padi Mas" sebagai produk beras asli petani Bintan. Dengan merek khas Bintan tersebut, kita harapkan nantinya bisa melakukan pemberdayaan serta pembinaan petani Bintan untuk lebih maju lagi," tegasnya usai panen raya di Kawasan Sawah Poyotomo, Minggu (12/4).



Menurutnya saat ini, Bintan telah memiliki 2 lokasi kawasan strategis untuk pengembangan kawasan pertanian tanaman padi, di Desa Sri Bintan dan Desa Toapaya. Untuk pengembangan budi daya padi ini, Pemkab Bintan sedang

mengembangkan varietas padi Inpari 32.

"Varietas padi yang dikembangkan saat ini, jenis Inpari. Kita memiliki keunggulan dari Ph dan Keasaman tanah cocok untuk tanaman padi. Jadi saat ini, fokusnya adalah bagaimana petani Bintan bisa memproduksi padi dan beras lokal lebih banyak lagi" ujarnya

Selain itu, menurutnya salah satu stigma yang sedang dibangun adalah bagaimana menggerakkan petani muda (milenial) untuk memajukan pertanian dengan ikut serta dalam sektor pertanian.

"Kita juga sedang menggerakkan bagaimana profesi petani tadi digerakkan oleh kaum muda (milenial)" tutupnya



PEMKAB BINTAN INOVASI MOBIL KHUSUS PENYEMPROT DISINFEKTAN GUNA CEGAH COVID-19

“Kita akan tambah beberapa unit, dari 5 hingga 7 armada lagi. Kapan, saat ini pengerjaan hampir selesai, dan segera dioperasikan,” ujarnya, Senin (30/03/2020)

Penyemprotan cairan disinfektan di ruang publik, atau tempat yang ramai dikunjungi masyarakat, dianggap sebagai langkah efektif pencegahan penyebaran virus corona atau covid-19.

Di kabupaten Bintan, penyemprotan cairan massal sudah beberapa kali dilaksanakan di area publik, menyusul intruksi dari Bupati Apri Sujadi. Bahkan penyemprotan di lapangan tidak lagi dilakukan secara manual.

Apri mengatakan saat ini Pemerintah Kabupaten Bintan sudah mulai melakukan penyemprotan dengan menggunakan mobil penyemprot cairan disinfektan yang dilengkapi mesin otomatis atau mesin pengembun (humidifier). Sehingga cairan disinfektan yang ditembakkan akan terlihat seperti embun.

Apri mengatakan saat ini Pemerintah Kabupaten Bintan baru memiliki satu unit mobil

penyemprot disinfektan yang memakai sistim pengembun. Sementara permintaan warga cukup tinggi agar di tempatnya juga segera dilakukan penyemprotan disinfektan.

Sebagai respon, Apri juga telah menginstruksikan kepada jajarannya untuk dilakukan penambahan armada. Saat ini beberapa unit mobil penyemprot disinfektan sedang dimodifikasi yang dilengkapi alat mesin pengembun.

“Kita akan tambah beberapa unit, dari 5 hingga 7 armada lagi. Kapan, saat ini pengerjaan hampir selesai, dan segera dioperasikan,” ujarnya, Senin (30/03/2020), saat meninjau pembuatan mobil penyemprot cairan disinfektan yang sudah dimodifikasi.

Untuk penambahan armada, menurut Apri Pemerintah Kabupaten Bintan tidak perlu melakukan pemesanan atau pembelian, karena selain memakan

waktu lama, juga menelan anggaran lebih besar.

Lantas caranya? Apri menyebut akan melakukan modifikasi terhadap beberapa unit mobil milik Pemkab Bintan. Seperti mobil Damkar, mobil tangki air dan mobil pickup. Nantinya, mobil-mobil tersebut akan dirancang sedemikian rupa, dengan dilengkapi mesin pengembun, hingga cairan disinfektan bisa disemprotkan seperti embun.

“Kita tidak akan mungkin membeli mobil semprot yang dilengkapi sistim pengembun, karena pengadaannya akan lama, dan prosesnya panjang. Dari persetujuan anggaran sampai proses pengadaan,” katanya.

Maka langkah yang lebih cepat dan berbiaya lebih hemat lagi, menurut Apri, “Ya dengan cara memodifikasi mobil-mobil tersebut menjadi mobil penyemprot otomatis menggunakan sistim pengembun”.

Rencananya Pemkab Bintan akan menyiapkan 4 unit mobil Damkar, 2 truk tangki air dan 2 pickup, yang sudah dimodifikasi. Apri mengatakan seluruh armada ini akan dioperasikan dalam rangka pencegahan covid-19, yang sekaligus perluasan penyemprotan disinfektan sebagaimana permintaan warga.

Untuk sistim pengoperasian di lapangan, akan dibagi sesuai kapasitas mobil. “Mobil jenis Damkar untuk penyemprotan di ruas jalan-jalan utama, atau wilayah yang lebih besar. Sementara water tank ditempatkan di wilayah perumahan warga, dan mobil pickup untuk menjajal lorong-lorong perkampungan yang agak sempit,” jelas Apri.

“Mohon doanya semua, agar tim modifikasi kita dapat menyelesaikan tugasnya dengan baik dan cepat. Sehingga mobil dapat segera dioperasikan” ucapnya.



BUPATI BUKA MUSRENBANG KABUPATEN BINTAN TAHUN 2020

"Tentunya harus dilakukan efisiensi , dimana berkemungkinan kita akan merasionalisasi biaya perjalanan dinas para pejabat "



Bupati Bintan Apri Sujadi membuka Musyawarah Perencanaan Pembangunan Daerah (Musrenbang) Kabupaten Bintan tahun 2020 di Bhadra Resort Toapaya, Rabu (4/3) pagi. Dalam sambutannya, Bupati mengatakan, Musrenbang yang dilaksanakan ini mempunyai arti penting dalam rangkaian penyusunan dokumen rencana pembangunan Kabupaten Bintan, terkhusus rancangan Rencana Kerja Pembangunan Daerah (RKPD) Kabupaten Bintan Tahun Anggaran 2021.

Dikatakannya juga bahwa tahun 2021, Pemerintah Daerah Kabupaten Bintan akan melakukan

rasionalisasi alokasi anggaran mengingat alokasi anggaran menurun dibanding tahun-tahun sebelumnya.

"Tentunya harus dilakukan efisiensi , dimana berkemungkinan kita akan merasionalisasi biaya perjalanan dinas para pejabat " ujarnya

Dikatakannya juga, selain itu hal yang dibutuhkan adalah sinkronisasi program kesejahteraan masyarakat dimulai dengan Musrenbang Kabupaten dimana antara usulan mulai dari level bawah hingga ke atas harus menjadi satu kesatuan, dengan pokok pikiran dari DPRD Bintan.

Sementara Plt Bapelitbang Bintan Setioso mengatakan bahwa pelaksanaan Musrenbang dilakukan dalam rangka penyusunan RKPD Tahun 2021 yang diharapkan mampu mewujudkan kesamaan pandangan dan pemahaman terkait kebijakan dan prioritas pembangunan Bintan kedepan.

" Dengan dilibatkannya DPRD dalam pembahasan ini, DPRD dapat memberikan masukan berupa aspirasi masyarakat atau hal-hal yang dibutuhkan masyarakat ketika kami melakukan kegiatan reses maupun kunjungan kerja di seluruh kecamatan di Kabupaten Bintan , tutupnya.



PROGRAM Shalawat & MENGAJI

"Membangun daerah itu penting, tapi tidak kalah penting membangun generasi yang siap melanjutkan pembangunan. Percuma kalau negeri ini maju dalam infrastruktur tapi terbelakang dalam pendidikan"

* Apri Sujadi *



PROGRAM Pendidikan GRATIS!!!



PROGRAM Kesehatan GRATIS!!!



PROGRAM Asuransi untuk Nelayan

AYO SALING MEMBERI TETANGGA

kita yang kesulitan pangan
disaat Corona ini

Rasulullah shallallahu 'alaihi wa sallam
bersabda:

“Wahai Abu Dzarr, jika engkau
memasak masakan berkuah, maka perbanyaklah
kuahnya dan perhatikanlah tetanggamu.”
(HR Muslim)

YANG MAMPU MENOLONG YANG LEMAH

Rasulullah shallallahu 'alaihi wa sallam
bersabda:

“Wahai para wanita muslimah, tetaplah memberi hadiah pada tetangga
walau hanya kaki kambing yang diberi.”

(HR. Bukhari, no. 2566 dan Muslim, no. 1030)

“Mari gelorakan kembali sunnah Nabi untuk
saling memberi antar tetangga dengan
menghadiahi pangan”

APRI SUJADI
Bupati Bintang



BUPATI BINTAN TERIMA SWASTI SABA WISTARA, PENGHARGAAN TERTINGGI KABUPATEN SEHAT*



Bupati Bintang, Apri Sujadi didampingi Sekda Kabupaten Bintang Adi Prihantara menerima penghargaan Kabupaten Sehat Kategori Tertinggi, Swasti Saba Wistara di Gedung Sasana Bakti Praja Kemendagri RI, Selasa, (19/11).

Penganugerahan penghargaan itu berdasarkan Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor HK.01.07/Menkes/664/2019. Penghargaan juga diserahkan Menteri Dalam Negeri, Tito Karnavian disaksikan Menteri Kesehatan RI, Terawan Agus Putranto.

Predikat Swasti Saba Wistara itu merupakan untuk pertama kalinya diraih Kabupaten Bintang. Selama kurun waktu, 2016 hingga 2019, Bupati Bintang Apri Sujadi selalu berhasil mendapatkan Penghargaan Kabupaten Sehat dengan peningkatan kategori setiap

periodenya.

“Alhamdulillah, tahun ini berhasil meraih Swasti Saba Kategori Wistara, terima kasih dukungan segenap komponen masyarakat Kabupaten Bintang sehingga penghargaan ini dapat diraih” ujarnya.

Apri juga didampingi Kadis Kesehatan Bintang, dr Gama Isnaeni dan Kepala Bapelitbang Bintang Luki Zaiman Prawira yang mengungkapkan, penghargaan tersebut selayaknya menjadi pemicu untuk meningkatkan sektor kesehatan di masa mendatang.

“Tugas kita mempertahankan prestasi ini, mudah-mudahan komitmen dan kebersamaan bisa terus dijaga untuk bisa mewujudkan hal tersebut, untuk itu kita butuh dukungan seluruh sektor, terimakasih juga buat Forum Kabupaten Sehat Tingkat Kecamatan, Kelurahan dan Desa” ujarnya.



Untuk diketahui, penghargaan kabupaten sehat diberikan pemerintah pusat ke daerah sebagai apresiasi penyelenggaraan program kabupaten sehat yang

berkesinambungan.

Penilaian mengacu indikator pokok dan indikator tatanan dengan berbagai inovasi yang melibatkan peran aktif masyarakat dan dukungan pemerintah dalam kapasitas sebagai tim pembina program Kabupaten/Kota Sehat. Rencananya Pemkab Bintang akan menyiapkan 4 unit mobil Damkar, 2 truk tangki air dan 2 pickup, yang sudah dimodifikasi. Apri mengatakan seluruh armada ini akan dioperasikan dalam rangka pencegahan covid-19, yang sekaligus perluasan penyemprotan disinfektan sebagaimana permintaan warga.

Untuk sistim pengoperasian di lapangan, akan dibagi sesuai kapasitas mobil. “Mobil jenis Damkar untuk penyemprotan di ruas jalan-jalan utama, atau wilayah yang lebih besar. Sementara water tank ditempatkan di wilayah perumahan warga, dan mobil pickup untuk menjajal lorong-lorong perkampungan yang agak sempit,” jelas Apri.

“Mohon doanya semua, agar tim modifikasi kita dapat menyelesaikan tugasnya dengan baik dan cepat. Sehingga mobil dapat segera dioperasikan” ucapnya.

*Sumber : Kominfo Bintang

DISEMINASI RENCANA INDUK KELITBANGAN KABUPATEN BINTAN



Rencana induk Kelitbang (RIK) Kabupaten Bintan ini merupakan dokumen yang disusun dalam rangka mewujudkan keunggulan kelitbang dan inovasi di daerah, meningkatkan kapasitas sumberdaya manusia kelitbang, dan mengefisiensikan tata kelola kelitbang di Bapelitbang Kabupaten Bintan. Sekaligus sebagai dokumen arah kebijakan kelitbang yang memuat strategi pertahanan dan rincian program di bidang kelitbang yang akan dilaksanakan dalam waktu mendatang. Tujuan Rencana Induk Kelitbang adalah untuk memberikan masukan penyusunan rencana jangka menengah tentang kelitbang, baik kelitbang utama dan kelitbang penunjang sehingga mampu mengakomodir kebutuhan program kelitbang pemerintah daerah. Sedangkan sasaran Rencana Induk Kelitbang ini untuk memberikan arah pelaksanaan program kelitbang Kabupaten Bintan guna peningkatan kualitas kebijakan/regulasi berbasis kelitbang

Rencana Induk Kelitbang disusun melalui proses dan kerja kolektif, melibatkan seluruh perangkat daerah di Kabupaten Bintan, mulai dari identifikasi potensi, permasalahan, peluang dan tantangan, dan identifikasi kegiatan-kegiatan prioritas di bidang kelitbang. Kerja kolektif ini menunjukkan bahwa kerja kelitbang adalah kerja yang menyasar hampir semua sektor pembangunan daerah.

Rencana Induk Kelitbang ini memuat arah kebijakan kelitbang yang mengacu pada Rencana Pembangunan Jangka Panjang Daerah (RPJPD) Kabupaten Bintan, Rencana Pembangunan Jangka Menengah (RPJMD) Kabupaten Bintan, keselarasan dengan Rencana Induk Riset Nasional (RIRN), dan RIK Provinsi Kepulauan Riau. Proses Perumusan arah kebijakan yang mengacu dokumen-dokumen pembangunan daerah dan nasional tersebut guna memantapkan substansi dari RIK Kabupaten Bintan ini, sehingga dapat bersinergi dalam upaya peningkatan

pembangunan dilevel daerah secara khusus dan level nasional secara umum. Dengan demikian semua pihak yang berkompeten dari perangkat litbang daerah untuk menjalin kerjasama dengan berbagai institusi baik local, nasional maupun internasional sangat diperlukan sehingga diperoleh dukungan dari berbagai pihak, baik dalam bentuk penguatan sumber daya manusia, kelembagaan, anggaran dan sebagainya.

Dalam Implementasi RIK Kabupaten Bintan ini, Perlu mengoptimalkan peran kelembagaan sebagaimana diamanatkan dalam PERMENDAGRI No 17 Tahun 2017, yang meliputi Majelis Pertimbangan (MP), Tim Pengendali Mutu (TPM), dan unsur pelaksana dan unsur penunjang pada Tim Kelitbang (TK).

Dukungan mekanisme koordinasi yang terstruktur dan konsisten juga merupakan proses kegiatan kelitbang yang harus dibentuk. Koordinasi pelaksanaan khusus organisai kelitbang daerah ini



berbentuk sidang minimal 1 (satu) tahun sekali dengan melibatkan para pemangku kepentingan lainnya. Selain sidang tahunan yang dilaksanakan oleh MP, TPM juga harus melakukan koordinasi guna memberikan evaluasi, penilaian, dan pengendalian terhadap pelaksanaan kelitbang.

Strategi keterlibatan jaringan kelitbang juga perlu dibentuk sebagai daya dukung pemantapan hasil-hasil kerja sama kelitbang. Strategi tersebut dapat berupa peningkatan sinergitas/kerja sama kelitbang, baik antara pemerintahan (Kabupaten/Kota, Provinsi Pusat), maupun pihak lembaga penelitian di luar pemerintah (perguruan tinggi), pihak industry, LSM. NGO), termasuk dalam hal penyediaan anggaran dan sarana prasarana kelitbang.

Tahap evaluasi sebagai upaya tersedianya hasil kelitbang dan inovasi daerah yang implementasi juga harus digalangkan secara komprehensif. Alur yang dibentuk di dalam RIK ini menjelaskan proses koordinasi dan pengendalian. Proses diawali dari pengusulan kegiatan kelitbang dari masing-masing perangkat daerah ke Bapelitbang Kabupaten Bintan. Tim kelitbang melakukan tugas dan fungsinya dengan output tema dan usulan kegiatan kelitbang. Keseluruhan usulan diajukan kepada Tim Pengendali Mutu untuk mendapatkan saran dan masukan serta penilaian kelayakan kegiatan kelitbang yang diusulkan oleh masing-masing perangkat daerah. Selanjutnya, usulan yang telah mendapatkan penilaian dari Tim

Pengendali Mutu diajukan dalam sidang Majelis Pertimbangan Kelitbang memberikan arahan agar seluruh usulan kelitbang sesuai dengan kebutuhan perangkat daerah dan mendukung visi dan misi kepala daerah.

Keterlibatan seluruh sumber daya manusia kelitbang di Bapelitbang Kabupaten Bintan, sangat diharapkan dalam kerangka menuju institusi litbang daerah yang terdepan dalam menjawab permasalahan seluruh aspek pembangunan daerah melalui produk kelitbang. Selain penguatan secara internal, keberhasilan pelaksanaan program/tema/kegiatan prioritas kelitbang yang terdapat dalam Rencana Induk Kelitbang sangat tergantung pada kerjasama dan komitmen seluruh pihak terkait, khususnya di lingkup Pemerintah kabupaten Bintan. Tersusunnya Rencana Induk Kelitbang ini sekaligus diharapkan menjawab permasalahan kelitbang daerah yang identik dengan kurang tersedianya kualitas sumber daya manusia khususnya tenaga peneliti daerah, belum maksimalnya koordinasi antar aktor kelitbang, belum tersedianya data dasar yang lengkap dan akurat, dan minimnya kerja-kerja kelitbang sebagai bahan pertimbangan kebijakan pembangunan daerah. Melihat kondisi yang demikian, koridor dalam pemanfaatan dokumen Rencana Induk Kelitbang ini seharusnya dapat menyelesaikan persoalan-persoalan kegiatan kelitbang yang ada.



BAPELITBANG GELAR RAPAT SINKRONISASI HASIL PEMBAHASAN MUSRENBANG KABUPATEN BINTAN

"Tujuan rapat ini digelar untuk mengintegrasikan dan menyelaraskan perencanaan pembangunan yang di susun secara akuntabel"

Dalam rangka melaksanakan tahapan mekanisme penyusunan dokumen perencanaan pembangunan sebagai wujud implementasi dalam rangka mengintegrasikan dan menyelaraskan perencanaan pembangunan, Badan Perencanaan, Penelitian dan Pengembangan Daerah (Bapelitbang) Kabupaten Bintan menggelar Rapat Sinkronisasi Hasil Pembahasan Musrenbang Kabupaten Bintan tahun 2020.

Rapat yang digelar di Ruang Rapat Bapelitbang Kabupaten Bintan (06 Maret 2020) ini dihadiri oleh seluruh perwakilan Organisasi Perangkat Daerah (OPD) di lingkungan Pemerintah Kabupaten Bintan. Kepala Bidang Infrastruktur dan Ekonomi Bapelitbang Kabupaten Bintan Wan Afandi, ST menjelaskan tujuan rapat

ini digelar untuk mengintegrasikan dan menyelaraskan perencanaan pembangunan yang di susun secara akuntabel, sehingga diharapkan dapat menunjang proses perencanaan pembangunan di Kabupaten Bintan terutama dalam proses penyelarasan rancangan awal Rencana Kerja OPD untuk



Tahun 2021 dengan Renstra OPD dan RPJMD Kabupaten Bintan.

Dalam rapat tersebut terdapat beberapa pembahasan yang Pertama; untuk pembagian pagu final yang telah disesuaikan dan

disepakati, membuat format yang telah diseragamkan dan tercatat didalam pembahasan musrenbang yang telah ditetapkan dengan capaian dokumen renstra, yang telah disesuaikan dengan Rencana Pembangunan Jangka Menengah Daerah (RPJMD).

Kedua, Pagu dari Pokok – pokok Pikiran Anggota DPRD yang telah disampaikan. Ketiga, Program Prioritas Kepala Daerah yang Sudah disampaikan melalui Kasubbid yang ada di Bapelitbang dan Kegiatan rutin Operasional yang wajib terlebih dahulu dipenuhi dan Pendampingan dana Transfer.

Adapun pembagian, penyeragaman, pagu dana pokir, dan program prioritas yang termasuk dalam renja dapat disampaikan dan diverifikasi oleh tim dari Bapelitbang Kabupaten Bintan.

Wan Afandi diakhir Rapat tersebut berharap agar kegiatan ini mampu mewujudkan proses perencanaan pembangunan di Kabupaten Bintan terutama dalam proses penyelarasan rancangan awal Rencana Kerja OPD untuk Tahun 2021 dengan Renstra OPD dan RPJMD Kabupaten Bintan merupakan wujud dari kegiatan pembangunan Kabupaten Bintan dengan Tema "Peningkatan Daya



Badan Perencanaan, Penelitian dan Pengembangan Daerah (Bapelitbang) Kabupaten Bintan melalui Bidang Pemerintahan dan Pembangunan Manusia menggelar rapat koordinasi dengan beberapa OPD di lingkungan Pemerintah Kabupaten Bintan. Adapun Rakor tersebut digelar untuk menginventarisasi beberapa usulan dari forum OPD yang belum tercover dalam APBD Kabupaten Bintan yang kemudian akan diusulkan kepada Pemerintah Provinsi Kepulauan Riau.

Rapat Koordinasi yang berlangsung di Ruang Studio Bapelitbang Bintan pada Kamis, (12 April 2020) resmi dibuka oleh Kepala Bidang Pemerintahan dan Pembangunan Manusia Rizki Bintani dan dihadiri oleh sejumlah Kasubag Program dari Dinas Kepemudaan dan Olahraga, Dinas Perpustakaan dan Arsip Daerah, Dinas Pemberdayaan Perempuan, Perlindungan Anak, Pengendalian Penduduk dan Keluarga Berencana (DP3KB), Dinas Sosial serta Dinas Kependudukan dan Pencatatan Sipil.

Rizki Bintani selaku Kabid Pemerintahan dan Pembangunan Manusia meminta kepada kasubag program untuk dapat melakukan mapping beberapa kegiatan yang belum tercover dalam APBD Kabupaten Bintan. Mapping ini

penting menurutnya agar beberapa proyek dan kegiatan dapat diteruskan usulannya ke Pemerintah Provinsi Kepulauan Riau untuk direalisasikan.

Dalam Hasil tersebut telah diusulkan 5 kegiatan-kegiatan OPD untuk diteruskan ke Pemerintah Provinsi Kepulauan Riau, diantaranya sebagai berikut:

- Dinas Kepemudaan dan Olahraga = Usulan oleh dispora adalah terkait pembangunan kolam renang water sport center. Pihak Dispora memilih melaksanakan pembangunan Kolam renang tersebut di wilayah Kecamatan Gunung Kijang karena lokasi yang sebelumnya dipilih yakni Kecamatan Bintan Utara sudah ada Kolam Renang yang dimiliki oleh pihak swasta.
- Dinas Perpustakaan dan Arsip Daerah = Program pengembangan Perpustakaan dan Program penyelamatan dan pelestarian dokumen/ arsip daerah
- Dinas Pemberdayaan Perempuan, Perlindungan Anak, Pengendalian Penduduk dan Keluarga Berencana (DP3KB) = Pembangunan OPTD sebesar Rp 5.000.000.000, Peran Penyelenggara, perlindungan anak dalam melindungi dan memenuhi Hak Anak sebesar Rp 270.000.000, Bimtek KHA dan

PROGRAM DAN KEGIATAN 5 OPD BINTAN AKAN DIUSULKAN KE PEMPROV KEPULAUAN RIAU

"Rizki Bintani selaku Kabid Pemerintahan dan Pembangunan Manusia meminta kepada kasubag program untuk dapat melakukan mapping beberapa kegiatan yang belum tercover dalam APBD Kabupaten Bintan"

manajemen Khusus bagi SDM Penyedia layanan perlindungan anak sebesar Rp 175.000.000, Parenting Class (Bicara dengan remaja) sebesar Rp 300.000.000,-

- Dinas Sosial = Program Pelayanan dan reabilitasi kesejahteraan sosial sebesar Rp 1.693.206.000, Program pemberdayaan sosial sebesar Rp 250.000.000, Program perlindungan dan jaminan sosial Rp 815.120.000, Program Penanganan fakir miskin sebesar Rp 4.600.000.000.
- Dinas Kependudukan dan Pencatatan Sipil = Pembangunan Gedung Kantor Dinas, Pengadaan sarana Mobil keliling, Pembangunan dan pengoperasian SAK dan SIAK secara terpadu.

"Terima kasih kepada rekan-rekan Kasubag Program yang telah hadir dan melakukan inventarisasi usulan kegiatan di tiap-tiap OPD yang belum masuk dalam covering APBD Kabupaten Bintan. Usulan ini akan kami tampung dan juga akan diteruskan sehingga proyek dan kegiatan tersebut dapat terlaksana dengan baik serta memberikan manfaat bagi masyarakat Kabupaten Bintan", tutup Rizki.

SETIOSO TEKANKAN 4 ASPEK PRIORITAS DALAM RAKOR BIDANG PEMBANGUNAN KABUPATEN BINTAN

“Setioso Menyebutkan Beberapa Aspek Prioritas Dalam Pembangunan Daerah Kabupaten Bintan Disinkronkan Dengan Program Prioritas OPD Masing - Masing”

Badan Perencanaan, Penelitian dan Pengembangan Daerah (Bapelitbang) Kabupaten Bintan menggelar Rapat Koordinasi Bidang Pembangunan Kabupaten Bintan tahun 2020. Acara ini dibuka secara resmi oleh Asisten II Bidang Perekonomian Setda Bintan Drs. Mohd. Setioso, MM selaku Plt Kepala BAPELITBANG Kabupaten Bintan didampingi Sekretaris Bapelitbang Dony Hadi Priatna, M.Si . Acara Rakor ini diadakan di Gedung Convention Hall Hotel Hermes Agro, dan berlangsung selama dua hari mulai tanggal 19 Februari 2020 hingga 20 Februari 2020).

Penyelenggaraan kegiatan Rakorbid Pembangunan ini dimaksudkan untuk mempersiapkan pelaksanaan Musrenbang Tingkat Kabupaten Bintan Tahun 2020 dalam membahas dan menyepakati langkah-langkah penangan program kegiatan prioritas hasil dari Musrenbang Kecamatan yang diintegrasikan dengan prioritas pembangunan daerah kabupaten guna penyusunan Rencana Kerja Perangkat Daerah (RKPD) Tahun 2021.

Disamping itu, pelaksanaan Rakorbid ini juga bertujuan untuk memetakan program kegiatan sesuai dengan fungsi OPD dan kemampuan daerah. Sinkronisasi agenda prioritas pembangunan kabupaten dengan program prioritas OPD yang memerlukan dukungan pendanaan yang lebih besar dan atau kewenangan yang bukan menjadi kewenangan Pemerintah Kabupaten akan diusulkan melalui APBD Provinsi, APBN serta dana lain yang sesuai dengan peraturan perundangan.

Dalam sambutannya Setioso menyebutkan beberapa aspek prioritas dalam pembangunan daerah kabupaten bintan disinkronkan dengan program prioritas OPD masing-masing.

“Berdasarkan hasil evaluasi, masih terdapat beberapa isu pokok pembangunan masyarakat di Kabupaten Bintan yang perlu mendapatkan perhatian dalam menyusun rencana pembangunan ke

depan yang dirangkum kedalam empat aspek yaitu, Aspek Kesejahteraan Masyarakat, Aspek Pendidikan dan Keshatan, Aspek Infrastruktur dan Aspek Pengembangan Potensi Daerah. Keempat Aspek tersebut akan menjadi dasar dalam merencanakan pembangunan di Kabupaten Bintan pada tahun 2021 yang akan datang, tegasnya”.

Setioso juga menyampaikan tema Pembangunan Kabupaten Bintan Tahun 2021 ini adalah “ Peningkatan Daya Saing dan Pembangunan Berkelanjutan Menuju Bintan Gemilang” yang dimana terdapat 6 (enam) Prioritas Pembangunan didalamnya yaitu :

- Melanjutkan upaya pembentukan penyelenggaraan tata pemerintahan yang baik (good governance) sebagai langkah perwujudan birokrasi yang melayani masyarakat dengan sepenuh hati;
 - Meningkatkan kualitas sumber daya manusia melalui pendidikan, kesehatan, olahraga dan keagamaan;
 - Meningkatkan ketersediaan infrastruktur terutama yang berhubungan terhadap pelayanan dasar;
 - Meningkatkan keterhubungan antar wilayah dan antar pulau untuk mendukung pertumbuhan wilayah secara merata;
 - Mengoptimalkan potensi aktivitas lokal terutama di bidang pariwisata, kebudayaan, dan kepemudaan; serta
 - Meningkatkan produksi dan produktifitas pertanian, perkebunan dan peternakan guna memenuhi kebutuhan masyarakat.
- Dalam penyusunan rancangan awal RKPD di tahun 2021, dalam Rakorbid Pembangunan Tahun 2020 ini perlu mempertimbangkan untuk melakukan penilaian berdasarkan hal-hal sebagai berikut:
- Penyusunan rencana program dan kegiatan agar tetap merujuk pada Dokumen Perencanaan Daerah (RPJMD);



- Menyesuaikan pilihan-pilihan program dan kegiatan dengan arah dan kebijakan umum pembangunan daerah serta mensinkronkannya dengan potensi wilayah dan kebijakan penatan ruang; serta
 - Mendukung keberlanjutan program dan kegiatan tahun terdahulu serta sektor pembangunan yang merupakan hajat kepentingan masyarakat.
- Sementara itu, Sekretaris Bapelitbang Kabupaten Bintan Dony Hadi Priatna menjelaskan bahwa tujuan Rakor Bidang Pembangunan ini adalah yang pertama untuk mengidentifikasi capaian kinerja OPD terhadap target indikator kinerja yang ditetapkan dalam Rencana Pembangunan Jangka Menengah Daerah (RPJMD) Kabupaten Bintan; yang kedua, menyelaraskan Rancangan Awal Renja OPD Tahun 2021 dengan usulan kegiatan prioritas hasil dari Musrenbang Kecamatan; dan yang terakhir adalah untuk menginventarisasi daftar usulan program dan kegiatan lintas OPD dan lintas wilayah yang bukan menjadi pemerintah kabupaten untuk diusulkan melalui Musrenbang tingkat provinsi dan nasional”, tutupnya.

Kreatifitas Dan Inovasi Desa Pengudang



Desa adalah sebuah wilayah yang jauh dari pusat keramaian kota, karena hal itu kondisi di desa cenderung masih alami. Jumlah penduduknya pun cenderung sedikit dan di desa masih banyak lahan kosong yang biasanya dimanfaatkan untuk bertani dan berkebun sebagai mata pencaharian utamanya.

Pada dasarnya baik masyarakat kota maupun desa saling membutuhkan. Tanpa masyarkat desa, orang-orang yang berada di kota tidak akan terpenuhi kebutuhan pokoknya. Dan sebaliknya, hasil yang mereka tanam akan dijual pada masyarakat kota guna memenuhi kebutuhan mereka di desa. Namun, seiring dengan perkembangan zaman lonjakan urbanisasi yaitu perpindahan penduduk desa kota ini semakin banyak. sehingga tidak terjadi keseimbangan antar kota maupun daerah. Akibatnya, desa pun semakin tertinggal karena tidak ada yang mau untuk berinovasi atau membangun desanya sendiri terutama dikalangan anak muda.

Penyebabnya bermacam-macam, namun yang pasti biasanya didasari oleh fasilitas desa yang tidak serba mudah seperti yang ada di kota. Tentunya bila terus dibiarkan tidak adakan bagus untuk perkembangan disesa maupun kota di masa yang akan datang. Oleh karena itu, saling membantu antara masyarakat kota dan desa sangat diperlukan. Untuk mewujudkan bisa dimulai dari membuat program inovasi desa yang tentunya baik untuk mereka

Masalah sampah plastik saat ini semakin menjadi sorotan. Salah satunya penggunaan plastik sekali pakai seperti sedotan. Mayoritas sedotan plastik sekali pakai berasal dari gerai-gerai minuman atau restoran Hal ini karena bumi, khususnya laut, semakin dipenuhi sampah. Untuk mengurangi sampah, masyarakat pun mulai menggantikan sedotan plastik dengan bahan sedotan yang ramah lingkungan.

Bila tertarik mengeliminasi kebiasaan penggunaan sedotan plastik, Anda dapat coba beralih ke sedotan bamboo. Selain bahannya yang ramah lingkungan, sedotan bambu dibanderol dengan harga yang tergolong murah.

Kamilus yang merupakan salah salah



satu Ketua RT yang ada di Desa Pengudang memiliki suatu kreativitas inovasi di desanya. Dengan kreatif, ia menciptakan produk alami yang ramah lingkungan sebagai pengganti sedotan yang biasa menggunakan bahan baku plastik. Orang modern menyebutnya Bamboo Straw.

Karena terbuat dari bambu, sedotan ini dapat digunakan berkali-kali, tidak seperti sedotan plastik yang hanya sekali pakai. Melihat potensi sedotan bamboo ini, Kamilus sedang membudidayakan bambu-bambu yang ada dihutan untuk ditanam diperkebunan miliknya. Kamilus mengatakan, sedotan bamboo buatannya sudah banyak diminati konsumen. Ia sering memasok sedotannya ke salah satu resort bintang lima yang ada di Kabupaten Bintan yakni Resort Nikoi Island.

Ia menjelaskan proses pembuatan sedotan bambu ini dilakukan dengan waktu yang cukup lama yakni sekitar 10 hari untuk jadi 100%. Namun dalam waktu yang cukup lama itu dapat menghasilkan kurang lebih 100 sedotan

bambu.

Sedotan bambu yang ia ciptakan ini di jual dengan harga Rp.3500 per sedotan dan Rp.30.000 untuk 1 pakatnya dengan mendapatkan 10 sedotan bambu beserta tabung penyimpanan sedotan. Kamilus juga berniat untuk menjadikan sedotan bambunya dapat dijual sebagai souvenir pernikahan dengan dituliskan nama mempelai pengantin disedotannya.

Dengan kreatifitas inovasinya, kini Kamilus mendapatkan penghasilan tambahan dari hasil penjualan sedotan bambu miliknya. Selain Sedotan bambu yang diciptakan oleh Kamilus, ia juga menciptakan beberapa produk lain dari bahan bambu, yakni klip penjepit serbet makan (napkin) yang juga dipesan oleh resort-resort berbintang di Kabupaten Bintan, keranjang buah, serta piring.

Ia berharap hasil kreatifitas dan inovasinya ini mendapat dukungan dari Pemerintah Daerah untuk membantu memasarkan produknya ke resort-resort lainnya, mengingat Kabupaten Bintan merupakan kawasan wisata yang sangat terkenal dengan banyak resort berbintang.





5 Destinasi Wisata Pulau Bintan Yang Wajib Kamu Kunjungi*

Mendengar kata liburan, kebanyakan orang pasti langsung membayangkan bersantai menikmati alam bersama orang terdekat di sebuah resort yang mewah. Sangat menyenangkan bukan dapat menikmati pengalaman wisata alam yang nyaman dan terhindar dari kebisingan suasana perkotaan yang sehari-hari dialami. Nyatanya, sensasi liburan seperti itu dapat Anda wujudkan di destinasi wisata dalam negeri yang dapat ditempuh dengan mudah. Bukan kawasan Raja Ampat, Anda dapat menikmati waktu bersantai di resort mewah dengan pemandangan laut yang indah di Kepulauan Riau, tepatnya di Pulau Bintan.

Pulau yang berdekatan dengan negara tetangga yaitu Singapura, termasuk sebagai salah satu tujuan wisata yang mewah dan penuh dengan suasana eksotis. Karena alasan itulah mengapa banyak turis berduit asal Singapura yang gemar berwisata ke Pulau Bintan saat mempunyai waktu senggang.

Tak hanya terkenal dengan suguhan resort elit, pulau ini juga memiliki daya tarik alam yang tak kalah memukau dengan tempat berlibur lainnya. Nah, bagi yang berminat untuk berlibur ke Pulau Bintan dalam beberapa waktu ke depan, berikut kumpulan destinasi yang tidak boleh dilewatkan.

1. Bukit Pasir Busung yang Mengundang Kagum Setiap Pelancongnya

Banyak orang pasti beranggapan bahwa liburan di sebuah pulau hanya memiliki suguhan wisata berupa pantai atau kawasan bahari saja. Tapi ternyata pulau ini juga memiliki kawasan bukit pasir yang tak kalah mengagumkan. Destinasi wisata tersebut dikenal dengan nama Bukit Pasir Busung. Tempat yang merupakan bekas lokasi penambangan bauksit di Pulau Bintan. Setelah kegiatan penambangan dihentikan dan dibiarkan oleh pihak pengelola, bukit pasir ini malah memiliki pemandangan alam yang dapat membuat takjub setiap wisatawan. Meski belum memiliki atraksi wisata, Bukit Pasir Busung sangat cocok dijadikan sebagai spot foto yang instagenic. Jadi, Anda dapat mengisi feed Instagram dengan hasil gambar yang menakjubkan dan tidak dapat ditemui di tempat wisata lainnya.



Sumber Gambar : Jamal Muhammad

2. Buat Diri Terpukau dengan Pemandangan Laut Cina Selatan di Lagoi Bay

Untuk memulai masa liburan di Pulau Bintan, Anda harus mencari tempat yang bisa dihuni terlebih dahulu. Namun, bukankah sangat disayangkan jika hunian sementara saat berwisata hanya berfungsi sebagai tempat berteduh saja? Padahal, ada pilihan resort mewah yang tidak hanya menawarkan ruang tidur yang nyaman saja, tapi juga suguhan alam sekitar yang menakjubkan.

Anda bisa dengan mudah mendapatkan resort elit tersebut di area wisata Lagoi Bay. Lagoi Bay adalah tempat wisata di Pulau Bintan yang memiliki banyak pilihan tempat menginap yang megah. Meski tidak sepopuler Bali, resort di Lagoi Bay bisa dibilang memiliki kualitas tempat tinggal serta pelayanan yang setara.

Selesai beristirahat, Anda bisa langsung membuka jendela kamar dan memanjakan mata dengan melihat betapa rupawannya Laut Cina Selatan. Ajak keluarga bermain aktivitas pantai, seperti bermain air atau berswafoto di lokasi yang penuh dengan karang dan makhluk laut yang menawan.



Sumber Gambar : discoverbintan.com

3. Pantai Trikora, Spot Liburan yang Cocok untuk Pecinta Suguhan Bahari

Layaknya pantai di kawasan Belitung, pantai di Pulau Bintan juga terdiri dari batuan granit yang memiliki ukuran cukup besar. Memiliki material pantai yang unik, membuat Pantai Trikora menjadi spot wisata yang wajib dikunjungi. Terlebih bagi Anda yang termasuk sebagai anak pantai.

Selaras dengan kawasan wisata Pulau Bintan lainnya, Pantai Trikora juga memiliki banyak resort yang bisa disewa para wisatawan. Tak hanya itu, pantai ini juga memiliki kawasan umum yang bebas dimasuki oleh siapa saja yang berkunjung.

Saat berlibur ke Pantai Trikora, para pengunjung akan dimanjakan dengan panorama lautan yang dangkal dan terlihat jernih. Tentunya, ada banyak fasilitas yang disediakan di pantai ini dan bisa digunakan untuk menambah



Sumber Gambar: sahabatnestle.co.id

keseruan liburan bersama keluarga.

Dengan begitu, liburan di pulau ini akan menjadi pengalaman wisata yang sulit untuk dilupakan

4. Kawasan Laguna Air Buatan Pertama di Asia Tenggara, Crystal Lagoon

Sebuah destinasi wisata yang khusus dibuat oleh manusia untuk keperluan liburan nyatanya tidak kalah menariknya dengan yang alami. Tidak percaya? Anda dapat menyambangi Crystal Lagoon saat berkunjung ke Pulau Bintan yang merupakan kawasan laguna air buatan pertama yang ada di Asia Tenggara.

Para wisatawan yang berkunjung ke Crystal Lagoon akan disuguhkan dengan pemandangan yang pasti membuat semua orang berdecak kagum. Kawasan yang menyerupai pantai ini memiliki kejernihan air dengan warna gradasi kebiruan, seperti belum pernah terjamah oleh manusia.

Anda juga dapat menginjakkan kaki di atas pasir putih dan lembut yang dirancang khusus untuk memanjakan kulit. Untuk itu, tunggu apa lagi, tulis Crystal Lagoon dalam itinerary liburan Anda sekarang juga.



Sumber Gambar: cermati.com

5. Dapatkan Suasana Liburan Surrealis dengan Mengunjungi Danau Biru

Pada dasarnya, Danau Biru bukanlah sebuah destinasi resmi yang dimiliki oleh Pulau Bintan. Danau Biru sebenarnya adalah sebuah kawasan tambang pasir yang hingga kini masih aktif beroperasi. Namun, karena aktivitas penambangan itu pula lah area ini memiliki pemandangan yang menarik perhatian para wisatawan.

Terdapatnya sebuah cekungan hasil dari kegiatan para penambang yang berisikan air dengan jumlah yang cukup banyak. Hal tersebut membentuk sebuah danau dengan warna estetik. Ya, sesuai dengan namanya, Danau Biru memiliki air berwarna biru yang terlihat jernih bagaikan langit yang jatuh ke permukaan bumi.



Sumber Gambar : Dinas Pariwisata Bintan

Tak ayal suguhan wisata yang unik dan jarang ditemukan tersebut banyak mengundang rasa penasaran wisatawan yang berkunjung ke pulau ini. Oleh karena itu, jangan lupa sempatkan diri berkunjung ke Danau Biru. *Sumber : cermati.com



IKAN SEBAGAI SUMBER PROTEIN

Sebagai sumber pangan, ikan memiliki kandungan gizi yang sangat baik seperti protein sebagai sumber pertumbuhan, asam lemak omega 3 dan 6 yang bermanfaat bagi kesehatan ibu dan pembentukan otak janin, vitamin, serta berbagai mineral yang sangat bermanfaat bagi ibu dan janin. Ikan sebagai bahan makanan yang mengandung protein tinggi dan mengandung asam amino esensial yang diperlukan oleh tubuh, disamping itu nilai biologisnya mencapai 90%, dengan jaringan pengikat sedikit sehingga lebih

mudah dicerna. Hal yang paling penting adalah harganya yang jauh lebih murah dibandingkan dengan sumber protein lainnya.

Kadar protein ikan segar atau olahan cukup tinggi, seperti cakalang 24,2 %, tuna 23,7 %, bandeng 21,7 %, lemuru 20,2 %, ikan mas 16 %, pindang 27 %, ikan asap 30 %, ikan asin 42-50 %, udang segar 21 % dan udang kering 62,4 %. Kandungan lemak ikan rendah, umumnya di bawah 5 persen. Bandingkan dengan kandungan lemak ayam yang mencapai 25 %. Ikan juga kaya akan kalsium, fosfor, besi, Vitamin A dan B1.



Resep Masakan

Ikan Tongkol Masak Buncis

Bahan - bahan :

300gr ikan tongkol salai, suir kasar
100gr buncis, potong serong
2 buah terong bulat, potong sesuai selera
4 butir bawang merah, iris
2 siung bawang putih, iris
15-20 buah cabe rawit merah, iris
1 buah tomat ijo, potong-potong
3 ruas lengkuas, di geprek
1 lembar daun salam
65ml santan kental
2 gelas air
garam, gula dan kaldu jamur secukupnya

Cara Memasak :

Panaskan minyak, tumis dua bawang, cabe, tomat, lengkuas dan daun salam sampai harum, beri garam, gula dan kaldu bubuk secukupnya, aduk rata.

Masukkan ikan tongkol salai, aduk-aduk sebentar, masukkan terong dan buncis, beri santan kental dan air, aduk rata dan masak sampai sayuran matang dan bumbu meresap. Matikan api, dan sajikan

BENING HATI BERBALAS SURGA

Oleh : Zaenal Arifin

Suatu hari Rasulullah SAW sedang duduk di masjid dikelilingi para sahabat ketika sedang mengajarkan ayat-ayat Alquran.

Tiba-tiba Rasulullah berhenti sejenak dan berkata, "Akan hadir di antara kalian seorang calon penghuni surga."

Para sahabat pun bertanya-tanya dalam hati, siapakah orang istimewa yang dimaksud Rasulullah ini? Dengan antusias mereka menunggu kedatangan orang tersebut. Semua mata memandang ke arah pintu.

Tak berapa lama kemudian seorang laki-laki melenggang masuk masjid. Para sahabat heran, inilah orang yang dimaksud Rasulullah? Dia tak lebih dari seorang laki-laki dari kaum kebanyakan. Dia tidak termasuk di antara sahabat utama. Dia juga bukan dari golongan tokoh Quara'isy. Bahkan, tak banyak orang yang mengenalnya. Pun, sejauh ini tak terdengar keistimewaannya.

Ternyata kejadian ini berulang sampai tiga kali pada hari-hari selanjutnya. Tiap kali Rasulullah berkata akan hadir di antara mereka seorang calon penghuni surga, laki-laki itu lah yang kemudian muncul.

Berbalas Surga Maka para sahabat pun menjadi yakin bahwa memang laki-laki itu lah yang dimaksud Rasulullah.

Mereka juga menjadi semakin penasaran, amalan istimewa apakah yang dimiliki laki-laki ini hingga

Rasullah menjulukinya sebagai calon penghuni surga? Akhirnya para sahabat pun sepakat mengutus salah seorang di antara mereka untuk mengamati keseharian lakilaki ini.

Pada suatu hari, sahabat yang diutus ini menyatakan keinginannya untuk bermalam di rumah laki-laki tersebut. Si laki-laki calon penghuni surga mempersilakannya. Selama tinggal di rumah tersebut, sahabat tadi terus menerus mengikuti kegiatan sang pria calon penghuni surga itu. Saat laki-laki itu makan, sang sahabat ikut makan. Saat laki-laki tersebut mengerjakan pekerjaan rumah, sang sahabat menunggu.

Ternyata seluruh kegiatannya biasa saja. "Oh, mungkin ibadah malam harinya sangat bagus," pikirnya. Tapi ketika malam tiba, sang laki-laki itu pun bersikap biasa saja. Dia mengerjakan ibadah wajib sebagaimana biasa. Dia membaca Alquran dan mengerjakan ibadah sunnah, namun tak banyak. Ketika tiba waktunya tidur, dia pun tidur dan baru bangun ketika waktu akan tiba azan subuh berkumandang. Sungguh, sang sahabat heran, karena ia tak jua menemukan sesuatu yang istimewa dari laki-laki ini. Tiga malam sang sahabat bersama sang calon penghuni surga tetapi semua tetap berlangsung biasa. Apa adanya, akhirnya,

sahabat itupun berterus terang tentang maksudnya bermalam di rumah pria tadi. Dia bercerita tentang pernyataan Rasulullah. Kemudian dia bertanya, "Wahai kawan, sesungguhnya amalan istimewa apakah yang kau lakukan sehingga kau tersebut salah satu calon penghuni surga oleh Rasulullah? Tolong beritahu aku agar aku dapat mencontohnya. Sang pria menjawab, "Wahai sahabat, seperti yang kau lihat dalam kehidupan sehari-hari, aku adalah seorang Muslim biasa dengan amalan biasa pula. Namun, ada satu kebiasaan yang bisa kuberitahukan padamu. Setiap menjelang tidur, aku berusaha membersihkan hatiku. Kumaafkan orang-orang yang menyakitiku dan kubuang semua iri, dengki, dendam, dan perasaan buruk kepada semua saudaraku sesama Muslim. Hingga aku tidur dengan tenang dan hati bersih serta ikhlas. Barangkali itulah yang menyebabkan Rasulullah menjuluki demikian." Mendengar penjelasan itu wajah sang sahabat menjadi berseri-seri, "Terima kasih, Kawan, atas hikmah yang kau berikan. Aku akan memberitahu pada sahabat mengenai hal ini." Sang sahabat pun pamit dengan membawa pelajaran berharga.

5 TIPS MENJAGA KESEHATAN TUBUH AGAR TETAP SEHAT DAN BUGAR*

1. Berpikiran Positif (Positive Thinking)



Dalam tubuh yang sehat terdapat jiwa yang kuat. Maksud dari kalimat ini, jika di dalam jiwa seseorang sehat (positive thingking) maka tubuh pun akan sehat. Kondisi gangguan pada mental seperti stress dan depresi telah terbukti mengganggu kesehatan tubuh seseorang. Untuk itu, teruslah berpikir positif dan manage kondisi mental agar tidak mengalami stress yang berpotensi mengganggu kesehatan.

Pikiran positif sangat penting bagi kehidupan dan kesehatan kita. Karena jika kita sering berpikiran buruk, energi yang buruk akan menyelimuti tubuh dan memicu stress sehingga kita harus menghindarinya.

Kita juga harus menjauhi orang-orang dengan pola pikir negatif. Sikap mental yang positif merupakan bagian penting dari hidup sehat. Ini tentu menjadikan kita tidak perlu untuk mendekati Orang-orang berpikiran negatif yang akan meracuni pikiran kita dengan segala pemikiran yang dapat menyebabkan stres yang berdampak buruk untuk kesehatan Anda.

2. Kendalikan Stres

Kelola emosi dengan baik, Jangan

mudah untuk marah-marah, hal ini sangat penting, karena akan membuat habis energi tubuh dan juga tidak baik untuk hati nantinya. Jadilah orang yang mudah tersenyum dan ramah karena ini baik untuk diri sendiri maupun oranglain.

Perasaan seseorang seperti sedih, marah, cemas, kecewa, dll akan direspon oleh organ tubuh lainnya. Stress yang dialami oleh seseorang bisa menjadi pemicu



terbentuknya radikal bebas di dalam tubuh, yang jika dibiarkan dalam jangka waktu panjang berakibat tubuh rentan terkena penyakit.

Maka dari itu, untuk menjaga tubuh agar tetap sehat kita harus bisa mengendalikan stress yang kita miliki. Jangan pernah menganggap remeh penyakit stress ini. Stress yang tidak segera diatasi akan berubah menjadi depresi. Depresi merupakan tingkatan gangguan psikis yang lebih membahayakan dibandingkan dengan stress. Orang yang depresi bahkan bisa membahayakan keselamatan dirinya sendiri. Stres ini biasanya muncul di lingkungan kerja, lingkungan keluarga, lingkungan sosial atau bahkan di lingkungan pergaulan. Agar terhindar dari depresi ada baiknya kita mengetahui

bagaimana cara mengatasi stress yang efektif.

3. Kenali bahasa tubuh

Kelelahan setelah melakukan aktifitas atau berolahraga merupakan bahasa tubuh kita untuk menyampaikan pesan bahwa tubuh perlu beristirahat. Tanggapi pesan tersebut dengan mengistirahatkan tubuh. Kita harus sadar bahkan untuk hal kecil sekalipun, misal mata yang terasa perih dan berair ketika bekerja di depan komputer, itu berarti mata kita sudah lelah dan butuh istirahat. Jangan paksakan kalau tidak ingin mengalami gangguan pada mata.

Beristirahat merupakan kondisi alamiah yang dibutuhkan tubuh untuk mengembalikan stamina yang telah terkuras. Istirahat yang cukup dan teratur merupakan kunci sehat yang harus kita lakukan. Tidur merupakan istirahat terbaik, dan usahakan waktu tidur berkualitas sekitar 7 sampai 8 jam perhari terpenuhi. Jangan kurang dan jangan berlebihan, sebab kebanyakan tidur pun akan memicu timbulnya penyakit.

Karena Banyak orang yang terkena penyakit sebab jam tidur mereka serampangan dan tidak berkualitas. Mereka banyak yang tidur sudah larut malam kemudian bangun terlalu pagi. Alasan pekerjaan membuat mereka melakukan pola hidup yang tidak sehat. Setelah seharian bekerja, tubuh kita perlu istirahat agar organ yang ada di dalam tubuh juga tidak bekerja terlalu keras. Ada banyak sekali penyakit akibat kurang tidur yang mengintai orang dengan jam tidur yang tidak cukup.

Dan pada saat tidur, alangkah baiknya jika tidur dengan lampu tidak menyala dan tingkatkan kualitas tidur kita dengan tidur tanpa bantal. Tidak hanya pada malam hari saja, tidur di siang hari pun akan sangat memberi manfaat bagi tubuh kita.

4. Menjaga Pola Makan



Kita harus bisa menjaga pola makan, jangan sampai kita meninggalkan sarapan dan atur selalu jam makan. Orang yang tidak bisa menjaga pola makannya dia akan mudah sekali terkena penyakit maag. Gejala penyakit maag pertama yang akan dirasakan orang yang tidak memiliki pola makan yang teratur adalah perut terasa melilit dan sering terkena sakit perut. Untuk menghindari hal yang seperti itu, berikut juga beberapa tips menjaga pola makan yang baik:

- Mengonsumsi Gizi Seimbang
- Hindari Makan Berlebihan atau kurang



- Hindari Makanan Sampah (Junk Food)
- Makan makanan yang berserat (sayur dan buah)



5. Cukupi Kebutuhan Cairan

Sebagian besar dari kita tidak sadar bahwa sebenarnya kita sering sekali kurang cukup meminum air setiap hari. Ini tentu hal yang tidak baik, sebab seperti kita ketahui air sangat penting bagi tubuh kita. Ini karena kita kehilangan air setiap hari melalui urine, buang air besar, keringat dan pernapasan, sehingga kita perlu mengisi asupan air untuk



tubuh kita.

Sebuah penelitian menunjukkan jumlah air yang kita butuhkan adalah tergantung pada berbagai faktor. Seperti kondisi iklim dan cuaca, aktivitas fisik yang kita lakukan, dan juga berat badan. Tetapi umumnya kita perlu 2,7 sampai 3,7 liter asupan air. Atau setidaknya kita meminum 8 gelas air per hari guna memenuhi kebutuhan cairan tubuh setiap harinya. Jangan kurang, jangan pula berlebihan. Alih-alih ingin mendapatkan hasil maksimal dari manfaat minum air,

jangan mengonsumsi air secara berlebihan karena justru akan berdampak buruk bagi kesehatan.

Jika muncul tanda-tanda seperti misalnya; urine kita berwarna atau agak kekuningan, bibir kering, mulut kering dan sedikit buang air kecil. Segeralah minum air karena itu tanda-tanda yang muncul karena tubuh kita mulai kekurangan cairan.

Dan sebaiknya kita jangan mengonsumsi cairan selain air putih, sebab air putihlah yang paling baik untuk menghindarkan kita dari bahaya dehidrasi. Air putih juga mampu membuat tubuh kita menjadi bugar dikarenakan aliran darah dan aliran oksigen ke seluruh tubuh menjadi lancar. Karena jika aliran darah dan oksigen tidak lancar kita akan mudah lelah, lesu, lunglai dan lain sebagainya.

Untuk menjaga tubuh tetap sehat dan tidak mudah sakit ada baiknya kita mencukupi kebutuhan cairan di dalam tubuh kita. Ada banyak bahaya yang timbul akibat kekurangan cairan terhadap otak dan organ lain yang ada di dalam tubuh manusia. Kekurangan cairan di dalam tubuh bisa menyebabkan aliran darah dan aliran oksigen di pembuluh darah menjadi terganggu, akibatnya adalah darah menjadi kental. Organ yang ada di dalam tubuh manusia terdiri dari air atau cairan sehingga jika organ kekurangan air fungsi organ itu pun terganggu.*Sumber : rumahsakitislam.com

COVID-19 DAN CARA PENCEGAHANNYA

Corona Virus Disease 2019 (Covid-19) merupakan virus yang ditemukan pada manusia dan hewan. Sebagian virusnya dapat menginfeksi manusia serta menyebabkan berbagai penyakit, mulai dari penyakit umum seperti flu, hingga penyakit-penyakit yang lebih fatal, seperti Middle East Respiratory Syndrome (MERS) dan Severe Acute Respiratory Syndrome (SARS).

Saat ini, dunia tengah diguncangkan oleh mewabahnya COVID-19. Penyakit yang disebabkan oleh corona virus jenis terbaru ini telah memakan ratusan ribu korban jiwa di dunia. Di tengah mewabahnya infeksi virus Corona (COVID-19), muncul beragam istilah yang berkaitan dengan penyakit ini, mulai dari social distancing, lock down, hingga PDP dan ODP.

Beberapa istilah yang berhubungan dengan COVID-19

1. Pembatasan Sosial (Social Distancing) yakni menghindari tempat umum, menjauhi keramaian, dan menjaga jarak optimal 1,5-2 meter dari orang lain. Dengan adanya jarak, penyebaran penyakit ini diharapkan dapat berkurang.

2. Karantina Wilayah (Lockdown) yakni pembatasan pergerakan penduduk dalam suatu wilayah, termasuk menutup akses masuk dan keluar wilayah. Penutupan jalur keluar masuk serta pembatasan pergerakan penduduk ini dilakukan untuk mengurangi kontaminasi dan penyebaran penyakit COVID-19.

3. Pasien Dalam Pengawasan (PDP) dan Orang Dalam Pemantauan (ODP). Secara umum, ODP dan PDP bisa dibedakan dari gejala yang dialami. Pada ODP, gejala yang muncul hanya salah satu antara demam atau gangguan pernapasan, seperti batuk, pilek, sakit tenggorokan, dan sesak napas. Sedangkan pada PDP, sudah ada gejala demam maupun gangguan pernapasan.

Terhadap PDP, dilakukan rawat inap terisolasi di rumah sakit, pemeriksaan laboratorium, dan pemantauan pada orang lain yang memiliki kontak erat dengan PDP tersebut. Sementara ODP harus menjalani isolasi di rumah dan kondisinya akan dipantau setiap hari selama 2 minggu, menggunakan formulir khusus. Jika kondisi ODP mengalami perburukan dan sudah memenuhi kriteria PDP atau hasil laboratoriumnya positif terinfeksi virus Corona, maka ODP tersebut harus dibawa ke rumah sakit.

Bagaimana cara mencegah penularan Covid-19 ini. Berikut beberapa caranya :

1. Rajin Mencuci Tangan



Tangan adalah sumber kuman dan bakteri yang dapat menyebabkan beragam penyakit. Cuci tangan minimal 20 detik dengan menggunakan sabun, dan air mengalir. Langkah ini efektif membunuh kuman dan bakteri, termasuk virus corona. Cuci tangan menjadi salah satu cara mencegah penyebaran virus corona yang sangat direkomendasikan, termasuk oleh Badan Kesehatan Dunia (WHO).

2. Kenakan Masker



Meskipun virus corona tidak menular lewat udara, upayakan untuk menggunakan masker agar tetap terlindungi dari virus. Jika kondisi Anda sehat, maka

masker kain sudah cukup aman untuk dipakai.



Virus corona bisa menyerang tubuh lewat area segitiga wajah seperti mulut, mata, dan hidung. Jadi, hindari untuk menyentuhnya agar tidak ada kemungkinan masuknya virus corona ke tubuh.



5. Etika Batuk dan Bersin

Virus corona bisa menular lewat droplet. Jadi saat bersin dan batuk, tutup dengan tisu atau lipatan tangan agar virus tidak menyebar ke orang lain. Jangan lupa untuk segera mencuci tangan setelahnya.

6. Tingkatkan Imunitas Tubuh

Hindari stres, makan makanan bergizi yang kaya vitamin dan mineral serta lakukan olahraga ringan agar badan tetap fit selama WFH di rumah. Saat imunitas



tubuh baik, maka akan memperkecil kemungkinan Anda untuk terkena virus corona yang membahayakan kesehatan. Dengan beberapa langkah di atas, maka Anda bisa menjaga tubuh agar terhindar dari virus corona yang kian mewabah. Covid-19 merupakan virus yang ditemukan pada manusia dan hewan. Sebagian virusnya dapat menginfeksi manusia serta menyebabkan berbagai penyakit, mulai dari penyakit umum seperti flu, hingga penyakit-penyakit yang lebih fatal, seperti Middle East Respiratory Syndrome (MERS) dan Severe Acute Respiratory Syndrome (SARS). Beberapa istilah mengenai Covid-19 yakni Social Distancing, Lockdown, PDP dan ODP.

3. Hindari Bersentuhan

Berjabat tangan adalah hal yang harus dihindari. Dengan menghindari kontak kulit maka tak ada kemungkinan perpindahan virus dan kuman yang terjadi.

4. Jangan Sentuh Area Wajah



ILMUWAN TEMUKAN PLANET YANG PUNYA UKURAN DAN SUHU MIRIP BUMI*

Sebuah tim ilmuwan transatlantik mengklaim telah menemukan planet ekstrasurya seukuran Bumi yang mengorbit di zona layak huni. Dengan menggunakan data yang dianalisis ulang dari teleskop ruang angkasa Kepler NASA, planet ekstrasurya di daerah di sekitar bintang itu memiliki batuan yang dapat mendukung keberadaan air.

Para ilmuwan menemukan planet yang disebut Kepler-1649c itu ketika melihat hasil pengamatan lama dari Kepler, yang pensiun beroperasi pada 2018. Para peneliti yang meninjau data Kepler melihat tanda kedua dan mengenalinya sebagai sebuah planet meski pada pencarian sebelumnya dengan algoritma komputer salah mengidentifikasikannya.

Peneliti menyampaikan Kepler-1649c terletak 300 tahun cahaya dari Bumi memiliki ukuran dan suhu yang mirip dengan bumi. Kepler-1649c disebut hanya 1,06 kali lebih

besar dari planet Bumi.

Melansir Science Daily, Jumat (17/4) peneliti berkata jumlah cahaya bintang yang diterima Kepler-1649c dari bintang inangnya sebesar 75 persen dari jumlah cahaya yang diterima Bumi dari Matahari. Hal itu, membuat suhu planet ekstrasurya tersebut mungkin sama dengan planet Bumi.

Namun, peneliti berkata Kepler-1649c mengorbit pada bintang katai merah tidak seperti bumi mengorbit mengelilingi matahari.

"Dunia yang menarik dan jauh ini memberi kita harapan yang lebih besar bahwa bumi kedua terletak di antara bintang-bintang, menunggu untuk ditemukan," kata Thomas Zurbuchen, associate administrator dari Direktorat Misi Sains NASA.

"Data yang dikumpulkan oleh misi seperti Kepler dan Satelit Survei Transit Exoplanet kami [TESS] akan terus menghasilkan penemuan luar biasa ketika komunitas sains

memperbaiki kemampuannya untuk mencari planet yang menjanjikan tahun demi tahun," ujarnya.

Sejauh ini, peneliti mengaku belum dapat banyak mengetahui tentang Kepler-1649c, termasuk soal atmosfer yang mempengaruhi suhu planet tersebut. Selain itu, Perhitungan terhadap ukuran planet memiliki margin kesalahan yang signifikan, seperti halnya dalam semua penilaian astronomi ketika mempelajari objek yang begitu jauh.

Selain Kepler-1649c, peneliti mengatakan ada exoplanet lain yang diperkirakan lebih memiliki ukuran mirip dengan Bumi, seperti TRAPPIST-1d dan TOI 700d. Kepler-1649c mengorbit bintang katai merah kecilnya begitu dekat. Sehingga satu tahun di Kepler-1649c setara dengan hanya 19,5 hari Bumi.

Melansir Forbes, Kepler-1649c merupakan planet ekstrasurya yang paling mirip yang pernah ditemukan

di Bumi dalam hal ukuran dan suhu. Kepler-1649c yang dianggap sebagai dunia baru berjarak 302 tahun cahaya di konstelasi Cygnus. Planet itu mengorbit pada bintang tipe-M yang tidak terlihat dari Bumi. Bintang tipe-M adalah bintang bermassa rendah yang juga dikenal sebagai katai merah, yang sejauh ini merupakan bintang paling umum yang ditemukan di Bima Sakti. Bintang katai merah dikenal memiliki satu karakteristik yang mematikan karena bisa menutupi planet yang mengorbit dalam radiasi yang membuat kehidupan sangat tidak mungkin terjadi.

*Sumber : cnnindonesia.com



FOSIL HUTAN TERTUA DI DUNIA DITEMUKAN DI NEW YORK*

Sumber Gambar : inet.detik.com

Para peneliti dari Cardiff University Inggris dan Binghamton University New York menemukan jejak hutan tertua di dunia. Fosil ini ditemukan di New York bagian utara, tepatnya di sebelah barat Sungai Hudson, di sebuah tambang batu kapur. Temuan yang tersisa dari hutan yang diperkirakan berusia 386 juta tahun itu berupa fosil jaringan akar fosil. Para ilmuwan meyakini fosil ini adalah bukti keberadaan pohon-pohon raksasa di hutan kuno yang membentang hingga ke wilayah Pennsylvania dan sekitarnya. Fosil ini 2-3 juta tahun lebih tua dari fosil hutan purba pemegang rekor sebelumnya yang ditemukan 40 kilometer di barat Gilboa, New York.

"Mengejutkan melihat tanaman

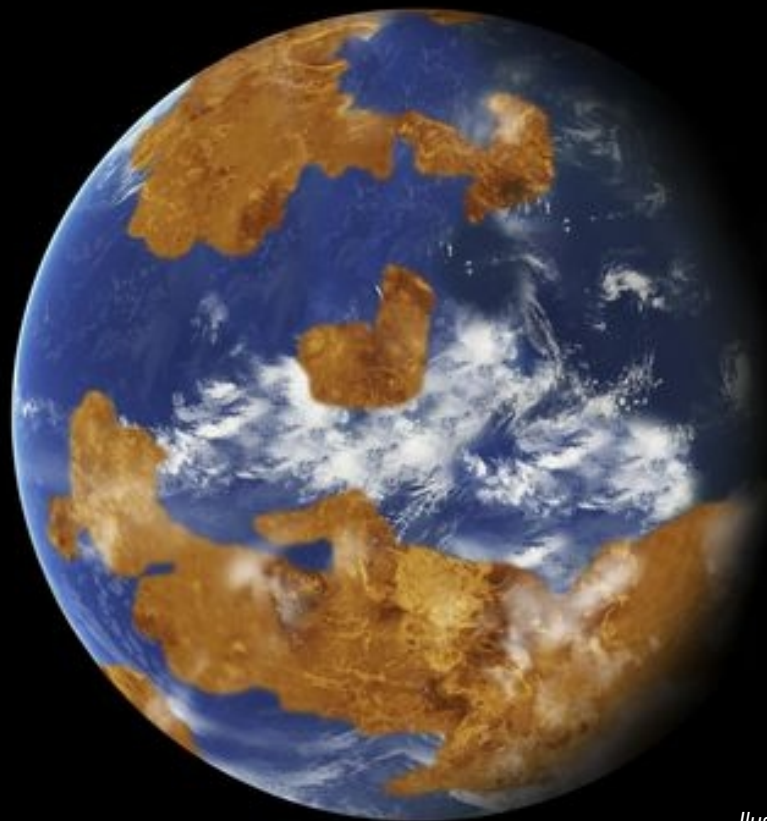
yang sebelumnya dianggap memiliki preferensi habitat yang saling eksklusif tumbuh bersama," kata Chris Berry, peneliti dari Cardiff University.

Ketika hutan tersebut masih ada, bagian dari lembah Sungai Hudson ini adalah delta sungai. Itulah sebabnya ditemukan pula fosil ikan di tambang yang sama.

Dikutip dari Live Science, hutan ini mengungkap tonggak penting dalam sejarah iklim Bumi. Saat tanaman mengembangkan akar kayu yang tebal, berumur panjang, dan kaya karbon, mereka akan mengeluarkan karbon dioksida dari atmosfer dan mengubah komposisi udara planet secara mendasar. Tanaman itu sendiri menjadi penyerap karbon yang signifikan

Lebih penting lagi, penelitian ini juga menunjukkan masa transisi planet mulai dari tanpa hutan hingga sebagian besarnya tertutup oleh pohon. Berry mengatakan, mempelajari fosil ini akan memberikan pemahaman lebih baik tentang bagaimana pohon berevolusi dan menurunkan karbon dioksida dari atmosfer.

"Kita menyadari saat ini bahwa mempunyai hutan adalah hal yang baik dan deforestasi serta membakar hutan merupakan hal buruk," tutupnya.*Sumber : inet.detik.com



Ilustrasi planet mirip Bumi. (Foto: Dok. NASA)



JANGAN LENGAH, PASIEN CORONA RI DIDOMINASI USIA PRODUKTIF*

Pasien positif COVID-19 didominasi oleh kelompok usia produktif dengan mobilitas yang tinggi. Juru Bicara Pemerintah untuk Penanganan Covid-19 Achmad Yurianto mengatakan sebanyak 54% dari pasien COVID-19 adalah kelompok usia 30-59 tahun, kelompok usia 60-79 tahun sebesar 16%, dan 15-29 tahun sebesar 15%.

"Sebagian besar yang positif adalah mereka yang dengan kelompok usia produktif 30-59 tahun. Mereka ini yang mobilitas dan aktivitas sosial yang tinggi," kata Yurianto yang akrab disapa Yuri, Kamis (30/04/2020).

Dia mengingatkan dalam menghentikan penyebaran COVID-19, masyarakat memiliki peran yang

sangat besar agar tidak terpapar langsung dari droplet penderita dan masuk ke saluran pernapasan secara langsung. Yuri menegaskan dalam perkembangan penyakit ini, tidak bisa diketahui secara pasti siapa yang sakit disekitar kita karena seringkali tidak menunjukkan gejala.



"Batasi aktivitas sosial yang tidak perlu, karena ini akan meningkatkan risiko tertular. PSBB adalah upaya

secara besar dan kelembagaan terstruktur di masyarakat, untuk membatasi aktivitas sosial yang merupakan cara bagi penularan virus," kata Yuri.

Hingga Kamis (30/04/2020) pukul 12:00 WIB sudah ada 10.118 kasus konfirmasi positif Covid-19 atau bertambah 347 orang dibanding hari sebelumnya. Sementara jumlah yang sembuh mencapai 1.552 orang atau naik 131 orang. Kemudian yang meninggal delapan orang sehingga total sebanyak 792 orang.

"Dan masih didominasi oleh faktor komorbid tunggal maupun yang lebih dari satu," ujar Yuri.

Sumber : cnbcindonesia.com

WASPADA, ADA ORANG TANPA GEJALA TULARI VIRUS CORONA*



DISKOMINFO
KABUPATEN BINTAN

KATEGORI BARU

ORANG TANPA GEJALA

Kategori Orang Tanpa Gejala Melengkapi Dua Kategori Terkait COVID-19 Yang Sebelumnya, Yakni Orang Dalam Pemantauan (ODP) dan Pasien Dalam Pengawasan (PDP)

NEWS



PENJELASAN SEBAGAI BERIKUT

- 1 Biasanya Orang Tanpa Gejala (OTG) Tidak Memiliki Gejala Seperti Orang Terkonfirmasi Positif COVID-19
- 2 Beresiko **Tetular** Dari Orang Terkonfirmasi Positif COVID-19. Resiko Lain Adalah **Menularkan** COVID-19
- 3 Memiliki **Riwayat Kontak** Erat Dengan Kasus Konfirmasi COVID-19
- 4 Berada Dalam Ruang Atau Berkunjung Dalam Radius 1 Meter Dengan Orang Terkonfirmasi Positif COVID-19

#BERSAMA LAWAN CORONA

diskominfo.bintankab.go.id

Gugus Tugas Covid-19 mengidentifikasi bahwa ada sejumlah kelompok yang tidak memiliki gejala Covid-19 yang justru menularkan penyakit tersebut kepada orang lain.

Hal tersebut dikemukakan Ketua Gugus Tugas Penanganan Wabah Corona Doni Monardo dalam konferensi pers usai rapat terbatas melalui video conference di Istana Merdeka, kompleks Istana Kepresidenan, Jakarta.

"Orang tanpa gejala, mereka positif Covid-19 tapi belum sempat

diperiksa dan berkeliling ke daerah dan menularkan kelompok lain," kata Doni, Senin (13/4/2020).

Berdasarkan catatan pemerintah, penurunan terbanyak bukan dari orang yang berada di rumah sakit atau yang sedang melakukan isolasi mandiri, melainkan dari kelompok yang berstatus Orang Dalam Pemantauan (ODP).

Kelompok yang rentan dan memiliki riwayat penyakit dalam, sambung Doni, diharapkan menghindari kelompok ODP untuk menghindari hal-hal yang tidak diinginkan dengan tertular wabah Covid-19.

"Kelompok yang rentan itu dan penyakit penyerta seperti hipertensi, jantung diabetes, kanker, tumor, asma dan penyakit lain agar kelompok rentan jangan didekati dulu oleh kelompok muda yang punya potensi covid 19," katanya.

"Dan mereka tidak sadar terpapar dan mobilitas tinggi dibutuhkan kesadaran dan kesabaran untuk tidak dekat kelompok rentan," tegas Doni.

Maka dari itu, Doni menegaskan bahwa masyarakat harus meningkatkan kedisiplinan untuk memitigasi penularan Covid-19. Menurutnya, dengan bekerja sama, penyakit ini bisa dilewati bersama.

"Ada masyarakat yang belum patuh dalam mengikuti PSBB, beliau mengingatkan kita untuk meningkatkan disiplin baik pribadi maupun kolektif. Kalau ada 1-2 warga yang tidak disiplin, harus ada keberanian dan kepedulian dari yang lain untuk saling mengingatkan," katanya.

Sumber : cnbcindonesia.com

5 SELEB INSPIRATIF, COCOK JADI PANUTAN DIHARI PEREMPUAN INTERNASIONAL*



Hari Perempuan Internasional atau yang juga akrab dengan istilah International Women's Day diperingati serentak setiap tanggal 8 Maret. Peringatan itu adalah hari di mana perempuan di seluruh dunia diakui atas prestasinya dan mengesampingkan adanya konflik, baik secara nasional, etnis, bahasa, budaya, ekonomi, politik dan lainnya.

Selain itu, peringatan Hari perempuan Internasional ini juga sekaligus melihat lebih jauh terhadap berbagai persoalan yang dihadapi oleh perempuan. Termasuk di dalamnya adalah ketimpangan gender. Dengan adanya peringatan ini diharapkan mampu menjadi katalisator untuk kesetaraan gender.

Di Indonesia, banyak perempuan yang patut untuk dijadikan inspirasi terkait Hari Perempuan Internasional. Bahkan, banyak juga perempuan-perempuan luar biasa itu muncul dari kalangan selebriti. Tidak hanya berprestasi, mereka juga masih sangat muda dan memiliki paras yang rupawan



Maudy Ayunda. Foto: Aria Pradana/kumparan

Maudy Ayunda

Penyanyi sekaligus aktris muda, Maudy Ayunda patut menjadi inspirasi terkait Hari Perempuan Internasional. Meski telah sukses berkarier di dunia tarik suara dan peran, perempuan kelahiran tahun 1994 itu juga peduli dengan pendidikan. Pemeran film 'Perahu kertas' itu telah menyelesaikan pendidikannya di Universitas Oxford, Inggris. Ia mengambil jurusan P.P.E (Politics, Philosophy, and Economics). Bahkan kini Maudy Ayunda diterima di dua universitas bergengsi di dunia sekaligus, Harvard University dan Stanford University.

Gita Gutawa



Gita Gutawa. Foto: Munady Widjaja/kumparan

Tak hanya Maudy Ayunda, penyanyi lainnya yang juga menginspirasi adalah Gita Gutawa. Penyanyi kelahiran 11 Agustus 1993 itu mendapatkan beasiswa S2 di Londen School of Economics (LSE). Hanya

membutuhkan waktu setahun, ia berhasil menyelesaikan pendidikannya tersebut.

Tercatat ia telah mendapatkan empat penghargaan musik nasional. Di antaranya adalah Penyanyi dan Album Terbaik SCTV Awards 2007, serta Pendatang Baru Terbaik dan Album Terbaik Anugerah Musik Indonesia tahun 2008.

Sherina Munaf



Sherina Munaf Foto: Munady/kumparan

Masih dari penyanyi tanah air, kali ini nama Sherina Munaf juga patut menjadi sosok inspiratif Hari Perempuan Internasional. Tidak hanya di bidang tarik suara, bahkan ia juga mengasah kemampuan menggambar. Tidak tanggung-tanggung, perempuan yang mulai berkarier sejak tahun 1999 itu belajar menggambar hingga ke Negeri dengan julukan Matahari Terbit, Jepang.

Tasya Kamila



Tasya Kamila. (Foto: Munady Widjaja/kumparan)

Mantan penyanyi cilik, Tasya Kamila juga patut disandangi sebagai selebriti tanah air yang inspiratif. Perempuan yang kini tengah mengandung buah hati pertamanya itu telah menyelesaikan pendidikannya di Columbia University, New York pada tahun lalu.

Pada tahun 2005, Tasya Kamila ditunjuk sebagai Duta Lingkungan Hidup oleh Kementerian Lingkungan Hidup (KLH) Indonesia. Selain itu, penyanyi sekaligus aktris bernama lengkap Shafa Tasya Kamila itu juga ditunjuk menjadi Duta Kampanye minum susu bersama Ricky Subagja, Mashanda, Dian Nitami, dan Farhan pada tahun 2007.

Cinta Laura



Pemain film Cinta Laura (Foto: Instagram @claurakiehl/kumparan)

Cinta Laura juga salah satu selebriti yang sangat peduli dengan pendidikannya. Penyanyi sekaligus aktris kelahiran Jerman 25 tahun silam ini juga memiliki prestasi yang mencolok di bidang pendidikan. Ia telah menyelesaikan pendidikan di Columbia University mengambil dua jurusan berbeda, Psikologi dan Sastra Jerman. Ia juga lulus dan menyandang peringkat Cumlaude dengan waktu tempuh pendidikan hanya tiga tahun. *Sumber : kumparan.com

COVID-19 DAN POLEMIK HARGA MASKER

Virus Corona atau nama yang baru disematkan belakangan ini dengan label Covid-19 (Corona Virus Disease-19) sudah berada dalam puncak kekhawatiran dunia. Seperti diketahui sebelumnya bahwa asal mula munculnya virus ini adalah bersumber dari Negara Republik Rakyat Tiongkok tepatnya di Kota Wuhan, Provinsi

Hubei. Covid-19 saat ini juga sudah mewabah hampir kesegala penjuru dunia. Tidak heran kenapa belakangan ini dunia internasional semakin mewaspadai dampak yang terjadi akibat ganasnya virus tersebut.

Kemunculan virus ini telah membuat ribuan korban mengalami gangguan kesehatan hingga berujung maut. Kejadian ini tidak hanya ditemukan di kawasan Asia namun sudah menyebar di berbagai negara. Tentu hal tersebut akan menambah kekhawatiran level tinggi bagi masyarakat dunia, namun hingga saat ini solusi untuk mengentaskan penyebaran virus tersebut masih belum ditemukan.

Tentu saja, dampak yang terjadi akan semakin parah dan akan menyerempet kemana-mana. Setelah sorotan ribuan kamera dan penyiaran berita yang tak henti-hentinya disiarkan hampir disegala stasiun televisi internasional terkait ancaman virus tersebut, sontak ekonomi dunia langsung terpukul dan bergoyang lesu. Dan lebih parah lagi situasi

gejolak politik makin tidak karuan, sebab semua negara merasa cemas dan khawatir akibat terjadinya penyebaran virus yang makin meluas.

Namun disela-sela kekhawatiran dan keprihatinan akan munculnya virus Corona yang sudah memakan ribuan korban akibat keganasannya. Rasanya ada yang ganjal dan sekaligus heran jika kita melihat areal disekitar kita khususnya Indonesia. Walaupun jarak Indonesia dengan Negara Cina, sumber bersemayamnya virus tersebut masih tergolong dekat dibandingkan dengan negara yang lain. Namun penyebaran virus Corona ke Negara kita masih terjaga dan cukup aman jika dibandingkan dengan beberapa negara yang sudah mengkampanyekan siaga satu.

Tentunya hal itu patut dan wajib kitas syukuri bersama dan semoga penyebaran virus tersebut terhindar dari negara kita. Disisi yang lain kita juga merasa prihatin atas dampak yang terjadi, sebut saja satu permasalahan yang masih trending dan menjadi perbincangan hangat ditengah-tengah masyarakat kita, yakni masalah kenaikan harga Masker dan Hand Sanitizer yang makin menggila, bahkan menjadi barang langka.

Setelah beberapa pejabat tinggi di negara kita mengkampanyekan agar lebih berhati-hati dan berupaya untuk menjaga interaksi dengan keramaian himbauan untuk mengkampanyekan pemakaian masker dan juga berlangsung cukup lama. Sehingga tidak heran masker saat ini menjadi bagian dari perlengkapan wajib untuk dipakai ketika berkeluaran rumah.



Dan pada saat seperti ini, muncullah harga nominal masker yang cukup membuat masyarakat di tanah air harus geleng-geleng kepala, sebab dibalik wabah virus yang mematikan masih saja ada oknum-oknum yang ingin memanfaatkan keadaan dan ingin mengkayakan diri sendiri tanpa perlu berpikir panjang untuk menaikkan harga masker tersebut. Hingga pada akhirnya beberapa oknum penjual masker tersebut harus berurusan dengan aparat kepolisian. Secara kemanusiaan jika kita berpikir lebih rasional, para pelaku penjual masker dengan harga yang tidak masuk akal memang sungguh keterlaluan. Dan rasanya tidak

berlebihan jika hal tersebut menuai kontropersi, sebab diluar sana ada ratusan atau bahkan ribuan masker sip dibagi-bagikan ketegah-tengah masyarakat secara gratis dengan harapan agar masyarakat terjaga dari ganasnya virus corona. Namun jika kita melihat kaidah ekonomi pasar hal itu sangat wajar terjadi, dimana ketika keadaan pasar mendesak membutuhkan suatu barang dan keadaan barang yang sangat terbatas maka pada saat ini secara otomatis harga barang tersebut akan naik. Hanya saja kenaikan harga masker yang sampai saat ini masih menjadi perbincangan berada diatas harga nominal prediksi dan jauh dari perkiraan.

Namun walaupun demikian, jika dilihat dari segi hukum berdasarkan beberapa referensi yang dirujuk dari peraturan yang ada. Naiknya harga

masker bukanlah merupakan sebuah pelanggaran di dalam aturan perdagangan. Hal ini disebabkan karena status barang "masker" masih menjadi pertanyaan yang sangat fundamental. Sebut saja di dalam Undang-Undang No. 7 Tahun 2014 pasal 107 menyebutkan "Pelaku usaha yang menyimpan barang kebutuhan pokok dan/atau barang penting dalam jumlah dan waktu tertentu pada saat terjadi kelangkaan barang, gejolak harga, dan/atau hambatan lalu lintas perdagangan barang sebagaimana dimaksud dalam pasal 29 ayat (1) dipidana dengan pidana penjara paling lama 5 (Lima) Tahun dan/atau denda paling banyak Rp 50.000.000.000,00 (Lima Puluh Miliar Rupiah).

Selain regulasi di atas, juga ada regulasi yang mengatur bagaimana idealnya dunia perdagangan di tanah air bisa berjalan dengan baik dan juga efektif. Regulasi kita tidak saja hanya mengatur posan barang, nilai dan jumlah barang atau bahkan hanya sekedar harga barang. Namun regulasi kita juga mengatur bagaimana perdagagn via online bisa berjalan baik.

Hal itu sudah diatur di dalam Undang-Undang No. 7 Tahun 2014 pasal 115 "setiap pelaku usaha yang memperdagangkan barang dan/atau jasa dengan menggunakan sistem elektronik yang tidak sesuai dengan data dan/atau informasi sebagaimana dimaksud dalam pasal 65 aya 2 (dua) dipidana dengan pidana penjara paling lama 12 (dua belas) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp 12.000.000.000,00- (Dua belas miliar rupiah).



Sumber : wartaekonomi.co.id

SUHERRY, S.Sos, M.Si

Apa perbedaan antara kedua tes?

Tes swab (tes diagnostik)

Tes darah (tes antibodi)

Apakah saya mengidap?

Apakah saya pernah terjangkit?



Berapa lama hasil dapat diketahui?

Hitungan hari

Hitungan detik

Apa yang diperlukan?

Swab dari hidung
atau tenggorokan

Sampel darah

Apa selanjutnya?

Laboratorium
menjalankan polymerase
chain reaction (PCR)

Sampel cairan
dimasukkan ke perangkat tes

Bagaimana cara kerjanya?

Mencari materi
genetika virus corona

Mendeteksi antibodi
yang diciptakan tubuh
untuk melawan virus

Apa makna hasil positif?

Pasien sedang
terjangkit virus

Pasien pernah terjangkit
virus di masa lalu

Mencari Waktu Terbaik untuk Berjemur

Salah satu cara yang dianjurkan untuk menjaga kesehatan tubuh dan tulang adalah dengan berjemur di bawah sinar matahari.

Dewasa

- ✓ Sinar matahari di atas pukul 09.00 WIB
- ✓ Batas maksimal pukul 11.00 WIB maksimal 15 menit
- ✓ Pakai kacamata hitam anti UV untuk melindungi mata
- ✓ Pakai tabir surya

- ✓ Berjemur 15 menit
- ✓ Makin siang makin sebentar
- ✓ Berjemur wajah, tangan, punggung, kaki

Bayi

- ✓ Jemur bayi antara pukul 7-8 pagi atau sesuaikan dengan waktu terbitnya matahari
- ✓ Agar mata bayi tak silau, manfaatkan penutup mata khusus bayi atau gunakan kain kecil

- ✓ Dilakukan selama 10-15 menit
- ✓ Bayi yang berusia kurang dari enam bulan, baiknya dijemur ketika matahari baru saja terbit

- ✗ Berjemur di bawah pukul 09.00 WIB karena belum punya UV B yang dibutuhkan tubuh dewasa

- ✗ Jangan berlebihan berjemur karena bisa menyebabkan kanker kulit

- ✗ Paparan sinar matahari setelah pukul 9 pagi dinilai cukup menyengat dan berpotensi menimbulkan iritasi pada kulit bayi

- ✗ Hindari untuk menjemur bayi dari balik kaca yang tertutup, sebab sinar ultraviolet tidak mampu untuk menembus kaca jendela atau kaca mobil

