



EDISI JUMAT 06 MARET 2026

H A R I A N

LENTERA

Inspirasi Perubahan

02

GOVERNMENTTODAY
Konversi Motor Listrik Berlanjut, Disubsidi
Rp 6 Juta/Unit

04

NUSANTARA
Kasus Maidi, KPK panggil Kepala DPMPSTP dan
Waka DPRD Madiun

10

LISTSTYLE
Halo Lip, Riasan Bibir Penuh Alami Makin
Digandrungi

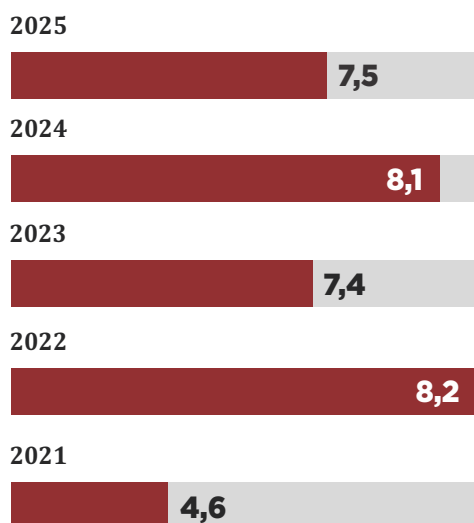
KIM JONG UN PAMER KAPAL PERANG

Korea Utara (Korut) menggelar uji coba kapal perang dengan melibatkan peluncuran rudal jelajah pekan ini. Pemimpin Korut, Kim Jong Un, senang karena angkatan laut Korut bakal dilengkapi dengan senjata nuklir..Dilansir AFP, Kamis (5/3/2026), Korean Central News Agency (KCNA) melaporkan uji coba Korut ini bertepatan dengan memanasnya situasi di kawasan Asia Barat, setelah Amerika Serikat (AS) dan Israel melancarkan serangan terhadap Iran. Korut dikabarkan menawarkan diri membantu Iran. Baca berita lengkap Hal.7. (KCNA VIA KNS)

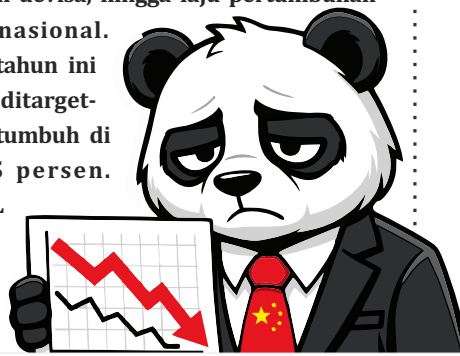
TANDA BAHAYA DARI CHINA

Ekonomi Makin Susah: Target Pertumbuhan 4,5% Terendah Sejak 1991

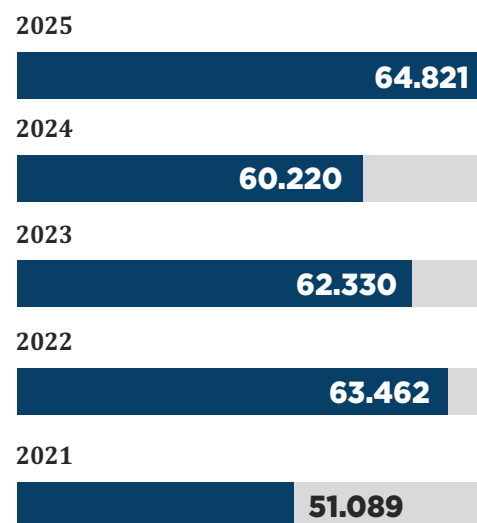
REALISASI INVESTASI CHINA DI INDONESIA (US\$ MILIAR)



Penurunan target pertumbuhan ekonomi China ke kisaran 4,5-5 persen--terendah dalam tiga dekade--menjadi sinyal per-lambatan dunia. Bagi Indonesia, perkembangan ini berpotensi menimbulkan efek berantai. Permintaan China terhadap komoditas utama seperti batu bara, nikel, dan minyak sawit bisa melemah, harga komoditas berisiko tertekan, dan kinerja ekspor nasional ikut terdampak. Jika gonjang-ganjing itu berlanjut, perlambatan ekonomi China dapat merembet pada perdagangan, penerimaan devisa, hingga laju pertumbuhan ekonomi nasional. Diketahui tahun ini Indonesia ditargetkan tetap tumbuh di kisaran 5 persen. BACA HAL 11...



EKSPOR NONMIGAS INDONESIA KE CHINA (US\$ JUTA)



POPULASI MOTOR LISTRIK DI INDONESIA

- **Tahun 2022:**
Populasi tercatat sebanyak 31.069 unit.
- **Tahun 2023:**
Penjualan domestik melonjak signifikan hingga mencapai 4,7 juta unit secara industri (termasuk non-AISI) menurut laporan Kemenperin hingga September. Penyaluran motor listrik bersubsidi pada tahun ini mencapai 11.532 unit.
- **Tahun 2024:**
Penyaluran subsidi meningkat pesat menjadi 11.563 unit hanya dalam periode Januari-April, melampaui total tahun sebelumnya. Total populasi motor listrik hingga akhir 2024 menembus 172.000 unit.
- **Tahun 2025:**
Mengalami tantangan berat dengan penurunan penjualan yang drastis. Data AISI mencatat penjualan hanya sekitar 55.000 unit, turun 28,6% dibandingkan tahun 2024.

Sumber: Laporan AISI dan GAIKINDO



Pemerintah berencana mempercepat program konversi sepeda motor berbahan bakar bensin menjadi motor listrik mulai tahun ini.

Hal tersebut diungkapkannya usai rapat terbatas (ratas) bersama Presiden Prabowo Subianto di Istana

KONVERSI MOTOR LISTRIK BERLANJUT, DISUBSIDI RP 6 JUTA/UNIT

Menteri Energi dan Sumber Daya Mineral (ESDM), Bahlil Lahadalia, mengatakan program konversi motor konvensional menjadi listrik akan dilanjutkan tahun ini. Total subsidi yang akan diberikan hingga Rp 6 juta per unit. Targetnya, dapat mencapai 4 juta hingga 6 juta unit per tahun.



Menteri Energi dan Sumber Daya Mineral (ESDM), Bahlil Lahadalia

Kepresidenan, Jakarta, Kamis (5/3/2026). Pembahasannya meliputi pembangunan PLTS 100 GW dan percepatan konversi motor listrik.

"Percepatan konversi kit dari kendaraan bermotor kita yang 120 juta motor yang memakai bensin. Kita akan mencoba bertahap untuk melakukan konversi ke motor listrik," kata Bahlil.

Bahlil menyebutkan, Prabowo ingin implementasi program tersebut dilakukan segera, maksimal dalam

kurun waktu 4 tahun. "Bapak Presiden telah menyampaikan bahwa maksimal 3-4 tahun, bahkan kalau bisa lebih cepat lagi," ujarnya.

Bahlil mengatakan, pemerintah telah membentuk Satuan Tugas (Satgas) khusus terkait percepatan program konversi motor listrik dan diketahui oleh dirinya sendiri.

"Dan karena itu, Bapak Presiden membentuk tim Satgas untuk bisa melakukan percepatan ini. Kami diberikan tugas oleh Bapak Presiden

sebagai Ketua Satgas dalam menjalankan dan menerjemahkan secara cepat," ungkapnya.

Pada tahun 2023 saat program tersebut diluncurkan, program konversi motor listrik ditargetkan menasar sekitar 200.000 motor dengan jumlah subsidi Rp 7 juta per unit, kemudian naik menjadi Rp 10 juta per unit pada akhir 2023.

"Sekarang kan sudah mulai ada teknologi yang lebih murah, jadi mungkin sekitar Rp 5-6 juta, jadi ke sini semakin murah. Dan itu akan diupayakan untuk pemerintah bisa hadir bersama-sama dalam mengurangi beban mereka dalam konversi," jelas Bahlil.

Kendati demikian, Bahlil menyebutkan pemerintah masih mencari formulasi terbaik. "Nanti kita cari formulasinya yang baik. Satgas kan baru dibentuk, baru diumumkan hari ini. Jadi habis ini kami akan melakukan kerja-kerja Satgas sehingga perencanaannya lebih-lebih betul-betul presisi," katanya.

Bahlil Jadi Ketua Satgas

Dalam Satgas tersebut, Bahlil ditunjuk sebagai koordinator sekaligus ketua tim. Presiden Prabowo menargetkan implementasi energi bersih dapat terealisasi dalam waktu tiga hingga empat tahun.

Selain mendorong percepatan konversi motor listrik, satgas tersebut juga bertugas mempercepat pembangunan Pembangkit Listrik Tenaga Surya (PLTS) dengan kapasitas mencapai 100 gigawatt (GW).

Bahlil menilai langkah ini menjadi bagian dari upaya pemerintah untuk mewujudkan target Net Zero Emission Indonesia 2060.

Selain itu, kebijakan tersebut juga diharapkan dapat mengurangi beban subsidi energi yang selama ini ditanggung negara.

"Karena dengan kita mengonversi dari PLTD diesel ke PLTS, itu akan mengakibatkan efisiensi terhadap subsidi listrik kita dan sekaligus mendorong percepatan penggunaan motor dan mobil listrik," katanya.

"Bapak Presiden sangat berkeinginan untuk implementasinya dilakukan segera dan insyaallah kita akan melakukan dalam kurun waktu yang tidak lama. Bapak Presiden tadi menyampaikan bahwa maksimal 3 sampai 4 tahun, bahkan kalau bisa lebih cepat lagi," tuturnya. (tin,rls,kum/dya)

Tren Baru Multifinance: Kendaraan Listrik dan Mobil Bekas Laris

INDUSTRI pembiayaan mulai mencatat perubahan tren pada awal 2026. Di satu sisi, pembiayaan kendaraan listrik melonjak tajam, sementara di sisi lain, secara umum pembiayaan mobil bekas justru tumbuh lebih cepat dibanding mobil baru.

Otoritas Jasa Keuangan (OJK) mencatat pembiayaan kendaraan listrik oleh industri multifinance pada Januari 2026 mencapai Rp21,05 triliun, atau tumbuh 39,13% secara tahunan (year on year/yoy). Pertumbuhan ini sejalan dengan meningkatnya penjualan kendaraan listrik serta tren elektrifikasi kendaraan di Indonesia.

Kepala Eksekutif Pengawas Lembaga Pembiayaan, Perusahaan Modal Ventura, Lembaga Keuangan Mikro, dan Lembaga Jasa Keuangan

Lainnya Agusman menilai pembiayaan kendaraan listrik masih memiliki prospek pertumbuhan positif sepanjang tahun ini, didorong oleh meningkatnya minat masyarakat terhadap kendaraan berbasis energi baru serta dukungan ekosistem kendaraan listrik yang terus berkembang.

Di sisi lain, tren pembiayaan kendaraan roda empat menunjukkan pola berbeda. Dalam periode 2022-2025, piutang pembiayaan kendaraan roda empat tumbuh rata-rata 6,80% yoy. Namun, segmen mobil bekas mencatat pertumbuhan lebih tinggi, yakni sekitar 12,75% yoy.

Per Januari 2026, total penyaluran pembiayaan kendaraan roda empat oleh industri multifinance tercatat mencapai Rp229,43 triliun.

"Fenomena pertumbuhan yang lebih kuat pada kendaraan bekas

mencerminkan antara lain preferensi masyarakat terhadap harga yang lebih terjangkau serta fleksibilitas pembiayaan," kata Agusman.

Sementara itu, total piutang multifinance per Januari 2026 mencapai Rp 508,27 triliun, naik 0,78% secara tahunan (yoy). Pertumbuhan Januari tahun ini jauh melambat dibandingkan dengan periode yang sama tahun 2025.

OJK pun menargetkan piutang multifinance dapat tumbuh 6%-8% secara tahunan. Angka itu dinilai realistis dengan mempertimbangkan target industri dan kondisi perekonomian. "Untuk mencapainya, perusahaan perlu mengoptimalkan potensi sektor dan wilayah yang prospektif dengan tetap menjaga kualitas aset dan manajemen risiko," kata Agusman. (wid,ist/dya)

3 LAPORAN SOAL ETIK ADIES KADIR TAK DITERIMA MKMK

Majelis Kehormatan Mahkamah Konstitusi (MKMK) menggelar sidang putusan terkait adanya laporan dugaan pelanggaran etik Hakim MK Adies Kadir. Total ada tiga laporan yang disidangkan oleh MKMK dan semuanya tidak diterima.

Laporan pertama diajukan oleh Syamsul Jahidin selaku mahasiswa/advokat. Khusus laporan ini, Syamsul mempersoalkan dua Hakim MK. Selain Adies Kadir, Anwar Usman juga yang dipersoalkan oleh Syamsul.

Laporan kedua diajukan oleh Edy Rudyanto yang tercatat pula sebagai mahasiswa/advokat. Sementara laporan ketiga diajukan oleh Constitution And Administrative Law Society (CALS) yang terdiri dari 21 Guru Besar dan Dosen Hukum Tata Negara dan Hukum Administrasi Negara.

"Memutuskan, menyatakan: Majelis Kehormatan tidak berwenang memeriksa, mengadili, dan memutus Laporan a quo," kata Ketua MKMK I Dewa Gede Palguna didampingi Anggota MKMK, Ridwan Mansyur dan Yulianti, membacakan putusan, Kamis (5/3/2026).

Dalam pertimbangannya, MKMK menjelaskan bahwa kewenangan



mereka adalah seputar perilaku Hakim Konstitusi sebagai objek yang terikat dengan kode etik dan perilaku yakni Sapta Karsa Utama.

MKMK menyatakan tidak memiliki kewenangan untuk memeriksa dan mengadili perilaku seseorang yang

tidak terikat oleh Sapta Karsa Utama. Baik ketika seseorang belum menjabat sebagai Hakim Konstitusi maupun setelah purnatugas dari jabatan Hakim Konstitusi.

Menurut MKMK, laporan yang disampaikan pelapor menguraikan

PAYUNG HUKUM HAKIM KONSTITUSI DARI UNSUR PARLEMEN (DPR)

Pasal 18 ayat (1) dan (2) Undang-Undang Nomor 24 Tahun 2003 tentang Mahkamah Konstitusi, yang menegaskan bahwa 3 (tiga) orang anggota hakim konstitusi diajukan oleh Dewan Perwakilan Rakyat (DPR), bersama dengan 3 orang dari Mahkamah Agung dan 3 orang dari Presiden.

Ketentuan Pengajuan: Parlemen (DPR) berwenang mengajukan calon hakim konstitusi yang kemudian ditetapkan oleh Keputusan Presiden.

Syarat: Berdasarkan UU Nomor 7 Tahun 2020, hakim haruslah seorang negarawan yang menguasai konstitusi dan ketatanegaraan.

Masa Jabatan: Masa jabatan hakim konstitusi adalah 5 tahun dan dapat dipilih kembali hanya untuk satu kali masa jabatan berikutnya.

Aturan ini merupakan turunan dari Pasal 24C ayat (3) UUD 1945 yang mengatur 9 anggota hakim konstitusi ditetapkan oleh Presiden, dengan 3 diajukan MA, 3 oleh DPR, dan 3 oleh Presiden.

tindakan Adies Kadir selaku Anggota DPR, sebelum dia menjadi Hakim MK. Sehingga dinilai tidak bisa diukur dengan Sapta Karsa Utama.

Selain itu, Pemohon juga mendalilkan soal proses pemilihan Adies Kadir serta kemungkinan pelanggaran atas prinsip independensi sebagai konsekuensi dari proses pemilihan tersebut.

Menurut MKMK, kekhawatiran tersebut bukanlah merupakan fakta atas tindakan yang telah dilakukan oleh Adies Kadir yang diduga melanggar kode etik dan perilaku hakim konstitusi.

"Sapta Karsa Utama tidak dapat digunakan sebagai ukuran untuk memprediksi atau menerawang tindakan yang akan dilakukan oleh hakim konstitusi," kata MKMK.

Berdasarkan pertimbangan tersebut, laporan terhadap Adies Kadir dinyatakan tidak diterima MK.

Khusus untuk aduan terhadap Anwar Usman, MKMK menilai laporannya tidak jelas. Dalam permohonan, Anwar Usman diadukan atas dugaan pelanggaran kode etik dan perilaku karena berpendapat berbeda (dissenting opinion) dalam perkara gugatan jangka waktu hak atas tanah dalam UU IKN yang dikabulkan MK.

MKMK menyatakan sudah menangkap maksud laporan tersebut terkait dengan prinsip independensi. Sebab, Anwar Usman memiliki hubungan kekerabatan dengan Presiden ke-7 RI Joko Widodo.

Namun, MKMK menyebut laporan tidak disertai uraian fakta dan peristiwa soal adanya hubungan kekerabatan itu berpengaruh dalam putusan perkara UU IKN. (wid,kum,ist/dya)

Dinilai Terapkan Standar Ganda

PAKAR hukum tata negara dan akademisi yang tergabung dalam Constitutional and Administrative Law Society (CALS) menyebut ada standar ganda dalam penanganan laporan dugaan pelanggaran kode etik Adies Kadir oleh Majelis Kehormatan Mahkamah Konstitusi atau MKMK.

Duketahui, MKMK membacakan putusan perkara Nomor 03/MKMK/L/ARLTP/02/2026 terkait laporan dugaan pelanggaran etik Hakim Konstitusi yang baru dilantik, Adies Kadir, pada 5 Maret 2026. Dalam putusannya, MKMK memilih untuk tidak masuk ke pokok perkara dan menyatakan diri tidak berwenang untuk memeriksa, mengadili, maupun memutus laporan tersebut.

Salah satu pelapor dan Dosen Hukum Tata Negara Universitas Gadjah Mada Yogyakarta, Yance Arizona, mengatakan mengkritik keras inkonsistensi MKMK. Ia mengatakan MKMK seolah lupa pada presedennya sendiri.

Yance mengatakan pada tahun 2025, dalam perkara dugaan ijazah

palsu Hakim Konstitusi Arsul Sani, MKMK bersedia mengadili dokumen yang ada jauh sebelum Arsul menjabat. Meskipun pada waktu itu MKMK memutuskan Arsul Sani tidak melakukan pemalsuan ijazah, namun pada intinya MKMK bisa dan pernah mengadili syarat yang digunakan dalam proses seleksi hakim MK.

"Mengapa sekarang standar itu berubah? Ini adalah standar ganda yang berbahaya bagi masa depan pengawasan etika di Indonesia," kata Yance dalam pernyataan tertulis CALS usai putusan MKMK.

Sementara itu, Ketua CALS Bivitri Susanti mengatakan putusan ini sudah diprediksi, tapi tetap menyakitkan bagi akal sehat hukum. "Kami kecewa, tapi tidak terkejut. MKMK memilih bermain aman di balik benteng formalitas. Namun perlu dicatat, perjuangan tidak berhenti di sini. Kami akan langsung tancap gas membawa persoalan ini ke ranah administrasi melalui PTUN," kata Bivitri.

Sahroni Sebut Sudah Fair

Wakil Ketua Komisi III DPR RI

Ahmad Sahroni menilai keputusan Majelis Kehormatan Mahkamah Konstitusi (MKMK) terkait laporan dugaan pelanggaran etik terhadap Adies Kadir sudah tepat dan adil.

Penilaian itu disampaikan Sahroni setelah MKMK memutuskan tidak berwenang memeriksa dan mengadili tiga laporan yang berkaitan dengan dugaan pelanggaran etik dalam proses pemilihan Adies Kadir sebagai hakim di Mahkamah Konstitusi.

"Itu sudah sangat fair," kata Sahroni saat dikonfirmasi pada Kamis (5/3/2026).

Menurut Sahroni, keputusan tersebut wajar diambil karena Adies Kadir dinilai tidak melakukan pelanggaran etik dalam proses seleksi menjadi hakim konstitusi. Karena itu, lanjut dia, tidak ada alasan bagi MKMK untuk melanjutkan pemeriksaan terhadap laporan yang diajukan.

"Karena memang Adies Kadir tidak melanggar etik, maka MKMK tidak mengadili 3 aduan dugaan pelanggaran," ujar Sahroni. (wid ist amt/dya)

KASUS MAIDI, KPK PANGGIL KEPALA DPMPTSP DAN WAKA DPRD MADIUN

JAKARTA-Komisi Pemberantasan Korupsi (KPK) memanggil Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu (DPMPTSP) Kota Madiun Sumarni (SUM) dan Wakil Ketua DPRD Kabupaten Madiun Ali Masngudi sebagai saksi kasus Wali Kota Madiun nonaktif Maidi.

"Pemeriksaan bertempat di Kantor Pelayanan Perbendaharaan Negara Kota Madiun atas nama SUM selaku Kepala DPMPTSP Kota Madiun dan AM selaku Wakil Ketua DPRD Kabupaten Madiun," ujar Juru Bicara KPK Budi Prasetyo kepada para jurnalis di Jakarta, Kamis (5/3/2026).

Selain mereka, kata Budi, KPK juga memanggil Kepala Badan Keuangan dan Aset Daerah Kota Madiun berinisial SUD, MAR dan FID selaku aparatur sipil negara DPMPTSP Kota



Madiun, DS dan KN selaku ajudan Wali Kota Madiun, serta AFN selaku ASN Dinas Lingkungan Kota Madiun.

Berdasarkan informasi yang dihimpun, salah seorang saksi tersebut adalah Kepala BKAD Kota

Madiun Sudandi (SUD).

Sebelumnya, pada 19 Januari 2026, KPK melakukan operasi tangkap tangan (OTT) terhadap Maidi.

Pada tanggal yang sama, KPK mengungkapkan OTT terhadap Maidi

terkait imbalan proyek serta dana tanggung jawab sosial dan lingkungan perusahaan (CSR) di Kota Madiun.

Pada 20 Januari 2026, KPK mengumumkan tiga orang ditetapkan sebagai tersangka usai OTT tersebut, yakni Wali Kota Madiun Maidi (MD), Rochim Ruhdiyanto (RR) selaku orang kepercayaan Maidi, serta Kepala Dinas Pekerjaan Umum dan Penataan Ruang Kota Madiun Thariq Megah (TM).

KPK juga mengumumkan ada dua klaster pada kasus dugaan pemerasan dengan modus imbalan proyek dan dana CSR, serta penerimaan lainnya atau gratifikasi di lingkungan Pemerintah Kota Madiun.

Pertama, dugaan pemerasan dengan tersangka Maidi dan Rochim Ruhdiyanto. Kedua, dugaan gratifikasi dengan tersangka Maidi dan Thariq Megah.(wit,ant/dya)

SAKING CANGGIHNYA, KPK PAKAI PASAL TAK BIASA DALAM OTT BUPATI PEKALONGAN



adalah Pasal 12 huruf i UU Tipikor, berikut bunyinya: "Pegawai negeri atau penyelenggara negara baik langsung maupun tidak langsung dengan sengaja turut serta dalam pem-borongan, pengadaan, atau persewaan, yang pada saat dilakukan perbuatan, untuk seluruh atau sebagian ditugaskan untuk mengurus atau mengawasinya".

"Konstruksi perkara dan pengenaan pasal 12 huruf i dalam peristiwa tertangkap tangan di Pekalongan ini adalah yang pertama di KPK. Hal ini sekaligus menunjukkan modus tindak pidana korupsi terus bermetamorfosis menjadi semakin kompleks dan rumit," kata juru bicara KPK Budi Prasetyo kepada wartawan, Kamis (5/3/2026).

"Oleh karena itu, dukungan publik dan para pemangku kepentingan terkait lainnya seperti PPATK menjadi penting, baik dengan

support informasi, data, termasuk transaksi keuangan. Sehingga bisa membuka ruang gelap terjadinya praktik rasuah ini," sambungnya.

Perihal canggihnya modus korupsi tersebut juga sempat diungkap oleh Deputi Penindakan dan Eksekusi KPK Asep Guntur Rahayu dalam konferensi pers penetapan tersangka Fadia Arafik. Asep mengatakan modus korupsi yang dilakoni Fadia merupakan suatu hal yang tak umum. Bahkan terbilang lebih 'maju'.

"Apa yang terjadi di Pekalongan ini, ini sudah bentuk tindak pidana korupsi yang sudah lebih maju dibandingkan dengan suap konvensional," kata Asep.

Modus semacam ini, menurut Asep, bisa berpotensi menimbulkan kerugian negara yang lebih besar. Sebab, pengerjaan proyek yang menggunakan uang negara hanya dikendalikan oleh perusahaan tertentu, dalam hal ini perusahaan milik keluarga Fadia.

Terlebih, bila pengerjaan proyek tersebut tak sesuai ketentuan, tak ada yang berani memprotes. Sebab, pemilik perusahaannya ada seorang bupati.

"Apakah Aparatur pemerintahan di sana bisa complain 'punya ibu?' ungap Asep.

Modus korupsi semacam ini juga, kata Asep, lebih sulit untuk dilacak. Sebab, tak terlihat jelas letak korupsinya. Menurut Asep, KPK pun dibantu PPATK dalam melacak aliran dana dugaan korupsi dalam perkara tersebut.

Perkara bermula ketika Fadia mendirikan perusahaan bernama PT Raja Nusantara Berjaya. Perusahaan itu didirikannya bersama dengan:

Mukhtaruddin Ashraff Abu selaku suami Fadia sekaligus anggota DPR; dan Muhammad Sabiq Ashraff selaku anak Fadia sekaligus anggota DPRD Pekalongan.

Perusahaan tersebut bergerak di bidang penyediaan jasa yang aktif dalam berbagai kegiatan pengadaan barang dan jasa (PBJ) di lingkungan Pemkab Pekalongan.

Dalam perusahaan itu, Ashraff merupakan komisaris, Sabiq sebagai direktur, sementara Fadia menjadi beneficial owner. Namun, Fadia mengganti posisi Sabiq dengan orang kepercayaannya, Rul Bayatun. (gus,ist,ant/dya)

ULAMA TITIP PESAN PERDAMAIAN KE PRABOWO

Sejumlah ulama dan tokoh agama memanfaatkan momentum Iftar Ramadhan bersama Presiden Prabowo Subianto, Kamis (5/3/2026), untuk menyampaikan doa, harapan, hingga masukan terkait berbagai isu yang berkembang, termasuk situasi di Timur Tengah.

Pendakwah kondang Muhammad Subki Al Bughury, di kompleks Istana Kepresidenan, Jakarta, berharap situasi global, khususnya konflik di Timur Tengah, segera mereda sehingga aktivitas ibadah umat, termasuk perjalanan umrah, dapat kembali berjalan normal.

"Saya membawa jamaah umroh, kita lagi fokus jamaah yang tidak bisa berangkat, termasuk tiket Emirate saya yang sampai sekarang belum bisa terbang," katanya.

Menurutnya, sejumlah jamaah masih menghadapi ketidakpastian keberangkatan akibat situasi yang mempengaruhi penerbangan internasional.

Ia berharap kondisi segera membaik agar jamaah yang tertahan dapat kembali ke Tanah Air dan calon jamaah yang belum berangkat bisa segera terbang.

Dalam kesempatan tersebut, ia menekankan bahwa doa menjadi



Momen Presiden Republik Indonesia Prabowo Subianto mencium tangan Pengasuh Ponpes Al-Falah Ploso Mojo Kediri KH. Nurul Huda Djazuli dalam silaturahmi dengan ulama di Istana Negara, Jakarta Pusat, Kamis (5/3/2026). (Dok. Biro Setpres)

kekuatan utama umat, terlebih di bulan Ramadhan yang penuh keberkahan.

"Kalau saya, mungkin doa, kan kita punya senjata paling ampuh, apalagi doa di Ramadhan di bulan baik," ujarnya.

Hal senada disampaikan ulama Buya Yahya yang menilai Ramadhan harus menjadi momentum menghadirkan kebaikan dan kedamaian di tengah situasi dunia yang penuh gejolak.

Ia mengajak masyarakat untuk memperbanyak doa bagi para pemimpin, termasuk Presiden Prabowo, karena menurutnya

memimpin sebuah negara merupakan tugas yang sangat berat.

"Yang penting itu doa, karena jadi presiden tidak gampang, berat. Kita harus banyak doakan pemimpin kita, bagaimana mereka sukses dengan tugas-tugasnya," katanya.

Buya Yahya berharap doa dari umat dapat mengiringi kepemimpinan Presiden sehingga bangsa Indonesia tetap damai dan para pemimpin mampu menjalankan amanah dengan sukses.

Dalam kesempatan yang sama, Ketua Dewan Pembina Majelis Rasulullah Pusat Nabeli Al Musawa berharap dapat menyampaikan sejumlah pandangan kepada Presiden

jika mendapat kesempatan.

Ia menyebut Presiden kemungkinan juga ingin mendengar masukan dari para tokoh agama terkait perkembangan situasi global, termasuk dinamika konflik yang melibatkan Iran dan Amerika Serikat.

Terkait posisi Indonesia dalam Board of Peace (BoP), Nabeli menyampaikan pandangan bahwa keberadaan forum tersebut menurutnya kurang efektif.

"Kalau menurut kami, keberadaan BoP kurang efektif. Jadi, mungkin Presiden perlu meninjau ulang, kalau bisa mengundurkan diri lebih bagus," katanya.

Sementara pendakwah, Dedeh Rosidah atau Mamah Dedeh, mengaku dirinya harus pulang lebih awal karena ada kegiatan lain. "Jadi Mamah pamit duluan. Kebetulan (beliau) masih bercerita tentang kondisi sekarang di luar negeri dan ada peperangan tadi," kata Mamah Dedeh di Kompleks Istana, Jakarta.

Dia hanya menyebut Prabowo bicara soal berbagai hal termasuk situasi kondisi perang yang terjadi di Timur Tengah. "Beliau menerangkan tentang luar negeri, kondisi luar negeri, tentang negara kita, tentang bagaimana sekarang peperangan yang terjadi, itu yang dia sampaikan," ucap Mamah Dedeh. (wid,ist,ant/dya)

SUGIONO DAN MENLU ARAB SAUDI BAHAS DEESKALASI TIMUR TENGAH

Menteri Luar Negeri Indonesia Sugiono berbicara melalui telepon dengan Menteri Luar Negeri Arab Saudi Pangeran Faisal bin Farhan pada hari Rabu untuk membahas meningkatnya ketegangan di Timur Tengah.

"Saya berbicara dengan Yang Mulia Menteri Luar Negeri Saudi Pangeran Faisal bin Farhan. Pemerintah Indonesia menyatakan keprihatinan mendalam atas peningkatan konflik terbaru di Timur Tengah," kata Menlu Sugiono dalam pernyataan yang diunggah di akun X-nya, dikutip Kamis (5/3/2026).

Ia menggarisbawahi pentingnya menghormati kedaulatan dan integritas teritorial semua negara sesuai dengan hukum internasional dan prinsip-prinsip Piagam Perserikatan Bangsa-Bangsa (PBB).

"Saya juga menyampaikan dukungan berkelanjutan Indonesia untuk de-eskalasi dan menyerukan kepada semua pihak untuk menahan diri secara maksimal," kata Menlu Sugiono.

Dalam pernyataan terpisah yang diunggah di X, Kementerian Luar Negeri Arab Saudi mengonfirmasi panggilan tersebut, mengatakan kedua menteri membahas perkembangan regional terkini dan upaya untuk meredakan ketegangan.

Pada 28 Februari, Amerika Serikat dan Israel melancarkan serangkaian serangan terhadap target-target Iran, termasuk di Teheran, yang dilaporkan menyebabkan kerusakan dan korban sipil. Iran kemudian membalas dengan serangan rudal ke wilayah Israel dan fasilitas militer AS di kawasan tersebut.

Sebagai tanggapan atas eskalasi tersebut, Indonesia menyerukan penghentian permusuhan segera dan menyatakan kesediaan untuk membantu memfasilitasi dialog yang bertujuan untuk memulihkan stabilitas regional.

Presiden Prabowo Subianto, melalui Kementerian Luar Negeri, juga menyampaikan kesiapan Indonesia untuk mendukung upaya diplomatik guna meredakan ketegangan.



Di sisi lain, Sugiono mengatakan pembicaraan mengenai "Dewan Perdamaian" atau Board of Peace Gaza yang dibentuk oleh Presiden AS Donald Trump ditangguhkan karena perang di Timur Tengah.

Perang udara AS dan Israel terhadap Iran telah menewaskan puluhan warga sipil, mengacaukan transportasi udara global, dan menyebabkan harga minyak melonjak

setelah penutupan Selat Hormuz.

"Ini semua pembicaraan BoP on hold, semua perhatian shifted ke situasi di Iran," kata Sugiono.

"Kalau misalnya BoP kami juga tetap sama temen-teman kami konsultasi dan konsultasi dengan rekan-rekan kami di Teluk, karena mereka mengalami juga diserang, karena mereka juga anggota BoP juga." (wid,ist,ant/dya)

AWAL MARET, 24 BENCANA HIDROMETEOROLOGI TERJANG KABUPATEN MALANG



"Berdasarkan rekapitulasi kami, total terdapat 24 kejadian bencana. Terdiri dari 10 kejadian tanah longsor, 3 kejadian banjir, 8 cuaca ekstrem, serta 3 kejadian pohon tumbang. Peristiwa tersebut terjadi di sejumlah kecamatan dengan tingkat dampak yang bervariasi," ujar Kepala Pelaksana BPBD Kabupaten Malang, Purwoto, Kamis (5/3/2026).

Dari sisi dampak, selain 79 rumah warga yang mengalami kerusakan ringan hingga sedang, BPBD mencatat terdapat 10 rumah yang sempat tergenang air saat banjir terjadi di beberapa titik wilayah.

Tidak hanya permukiman warga, menurut Purwoto, bencana juga

berdampak pada fasilitas umum dan infrastruktur. Tercatat satu infrastruktur mengalami kerusakan dan tiga fasilitas umum terdampak.

Selain itu, beberapa kejadian juga menyebabkan akses jalan warga sempat terhambat akibat material longsor maupun pohon tumbang.

"Kecamatan Kasembon menjadi wilayah dengan jumlah kejadian bencana terbanyak selama periode tersebut. Ada sekitar 10 kejadian bencana di wilayah ini yang didominasi tanah longsor," kata Purwoto.

Di kecamatan tersebut, lanjutnya, longsor terjadi di beberapa desa seperti Desa Pait, Desa Kasembon, serta Desa Wonoagung. Menyebabkan sejumlah rumah rusak dan akses jalan sempat terhambat. Selain itu, banjir juga dilaporkan terjadi di Desa Kasembon yang mengakibatkan tiga rumah warga tergenang.

Selain longsor dan banjir, Purwoto menyebutkan cuaca ekstrem di wilayah tersebut juga menyebabkan kerusakan rumah di beberapa desa, di antaranya Desa Wonoagung,

Toyomerto, Pait, dan Sukosari. "Sementara satu kejadian pohon tumbang juga tercatat sempat mengganggu akses jalan di wilayah tersebut," katanya.

Sedangkan di wilayah Kecamatan Singosari, BPBD mencatat 3 kejadian bencana yang terdiri dari 2 tanah longsor dan satu kejadian banjir. Menurut Purwoto, peristiwa tersebut menyebabkan beberapa rumah warga di Kelurahan Losari dan Desa Candirenggo mengalami kerusakan, serta 5 rumah warga sempat tergenang.

Sementara itu, 4 bencana terjadi di Kecamatan Poncokusumo dan Kecamatan Pakis. Di Poncokusumo, satu kejadian tanah longsor terjadi di Desa Gubugklakah yang menghambat akses jalan. Serta sejumlah pohon tumbang dan kerusakan rumah di Desa Ngadireso.

Adapun di Kecamatan Pakis, banjir dilaporkan terjadi di Desa Mangliawan yang menyebabkan lima rumah tergenang. Selain itu, kejadian tanah longsor di Desa Sumberpasir juga mengakibatkan kerusakan fasilitas umum. (Santi/Dya)

MALANG- Kabupaten Malang sudah diterjang 24 kejadian bencana hidrometeorologi di awal Maret 2026. Data Badan Penanggulangan Bencana Daerah (BPBD) Kabupaten Malang, menyebutkan, sekitar 79 rumah warga rusak.

ARUS MUDIK LEBARAN 2026 DI KOTA MALANG DIPREDIKSI TURUN 1,75%

MALANG - Pergerakan arus mudik Lebaran 2026 di Kota Malang diprediksi mengalami penurunan sebesar 1,75 persen dibandingkan tahun sebelumnya. Meski demikian, Pemerintah Kota (Pemkot) bersama kepolisian tetap menyiapkan langkah antisipasi mengurai potensi kemacetan di sejumlah titik rawan.

"Prediksi ini khusus untuk wilayah Kota Malang. Memang ada penurunan sekitar 1,75 persen untuk pergerakan kendaraan bermotor yang keluar maupun masuk," ujar Kepala Dinas Perhubungan (Dishub) Kota Malang, Widjaja Saleh Putra, Kamis (5/3/2026).

Berdasarkan data Dishub Kota Malang, menurutnya pada periode mudik Lebaran 2025 jumlah kendaraan yang tercatat masuk ke Kota Malang mencapai 276.726 unit. Sementara kendaraan yang keluar dari wilayah tersebut mencapai 276.938 unit.

Sedangkan untuk periode mudik Lebaran 2026, pria yang akrab dengan sapaan Jaya, ini

memperkirakan kendaraan yang melintas masuk ke Kota Malang sebanyak 271.883 unit. Adapun kendaraan yang keluar dari wilayah tersebut diprediksi mencapai 271.092 unit.

Dijelaskannya, potensi penurunan mobilitas kendaraan ini dipengaruhi oleh sejumlah faktor. Di antaranya kondisi cuaca serta kecenderungan sebagian masyarakat yang mulai melakukan efisiensi pengeluaran selama perjalanan mudik.

Selain itu, Jaya menyebut puncak arus mudik diperkirakan tidak terjadi dalam satu waktu, melainkan terbagi dalam 2 gelombang. Gelombang pertama diprediksi terjadi pada 13 hingga 15 Maret 2026, sedangkan gelombang kedua diperkirakan berlangsung pada 18 hingga 19 Maret 2026.

Menurutnya, pembagian 2 gelombang tersebut dipengaruhi oleh adanya momentum libur Hari Raya Nyepi yang berada di tengah periode mudik.

"Di tengah-tengah masa mudik itu ada cuti bersama Nyepi pada 18 Maret dan perayaan Nyepi pada 19 Maret. Jadi kemungkinan arus mudik akan terbagi. Untuk arus balik masih kami lihat dulu perkembangannya," katanya.

Meski mobilitas kendaraan diprediksi menurun, Dishub tetap menyiapkan langkah antisipasi guna menghindari kemacetan. Terutama di kawasan yang berpotensi mengalami peningkatan volume kendaraan.

Jaya mengatakan, ada dua kategori titik rawan kemacetan, yakni kawasan perdagangan dan jalur utama. Kawasan perdagangan mencakup area sekitar pusat perbelanjaan modern maupun pasar tradisional yang biasanya mengalami lonjakan aktivitas menjelang



Ilustrasi: Volume kendaraan di ruas Jalan Kawi, Kecamatan Kojen, Kota Malang. (Santi/Lentera)

Lebaran.

Sementara untuk jalur utama, titik yang menjadi perhatian di antaranya kawasan Malang Creative Center (MCC) di Jalan Ahmad Yani, serta jalur Simpang Dinoyo hingga menuju Jalan Raya Sengkaling yang mengarah ke wilayah Kabupaten Malang dan Kota Batu. (Santi/Dya)

KIM JONG-UN SIAP PASOK RUDAL KE IRAN: SATU SAJA CUKUP LENYAPKAN ISRAEL



Pemimpin Korea Utara (Korut) Kim Jong Un mengawasi uji coba kapal perusak angkatan laut negaranya minggu ini. (KCNA VIA KNS)

Pemimpin Korea Utara, Kim Jong-un, melontarkan ancaman keras di tengah eskalasi konflik Timur Tengah yang terus memanas. Ia secara terbuka menyatakan kesiapan negaranya untuk memasok rudal balistik ke Iran jika Teheran memintanya, seraya mengeluarkan peringatan mematikan bahwa satu rudal saja sudah cukup untuk melenyapkan Israel.

Peringatan tajam ini muncul sebagai respons langsung atas gempuran militer gabungan yang dilancarkan Amerika Serikat dan Israel terhadap Iran.

Pemerintah Pyongyang mengancam keras operasi militer tersebut, mengutuknya sebagai tindakan agresi

ilegal dan salah satu pelanggaran kedaulatan yang paling berat terhadap Teheran.

Pernyataan tersebut disampaikan melalui pernyataan resmi pemerintah di Pyongyang.

Dalam pernyataannya, Kim menyebut negaranya siap membantu

Teheran di tengah meningkatnya ketegangan setelah serangan militer yang dilakukan oleh Amerika Serikat dan Israel terhadap Iran.

"Satu rudal saja cukup untuk menghapus Israel," kata Kim dalam pernyataan yang dikutip media pemerintah Korea Utara,

menegaskan sikap keras Pyongyang terhadap sekutu Barat di kawasan tersebut.

Selain menawarkan bantuan persenjataan, pemerintah Korea Utara juga mengancam serangan gabungan Amerika Serikat dan Israel terhadap Iran.

Pyongyang menyebut serangan tersebut sebagai tindakan ilegal yang melanggar kedaulatan Iran.

Menurut otoritas Korea Utara, operasi militer yang dilakukan Washington dan Tel Aviv dinilai memperburuk situasi keamanan regional dan berpotensi memicu konflik yang lebih luas di Timur Tengah.

Pernyataan Kim Jong-Un muncul saat ketegangan antara Iran dan Israel terus meningkat dan menjadi perhatian dunia internasional.

Konflik tersebut semakin kompleks setelah keterlibatan Amerika Serikat dalam serangan militer terhadap target yang diklaim terkait kepentingan Iran.

Sejumlah pengamat internasional menilai komentar keras dari pemimpin Korea Utara berpotensi memperkeruh situasi geopolitik global.

Dukungan terbuka Pyongyang kepada Iran dapat memicu kekhawatiran baru tentang kemungkinan meluasnya konflik, terutama jika bantuan militer benar-benar diberikan.

Hingga kini, komunitas internasional masih memantau perkembangan konflik antara Iran, Israel, dan Amerika Serikat dengan cermat, mengingat eskalasi lebih lanjut dapat memicu ketidakstabilan yang lebih luas di kawasan Timur Tengah.

Diketahui, Pemimpin Korea Utara (Korut) Kim Jong Un mengawasi uji coba kapal perusak angkatan laut negaranya minggu ini. Ia mengklaim Pyongyang sedang dalam proses "mempersenjatai Angkatan Laut dengan senjata nuklir".

Hal ini dilaporkan media pemerintah pada hari Kamis (5/3/2026). Uji coba tersebut, termasuk peluncuran rudal jelajah laut-ke-permukaan.

Kemunculan terbaru Kim Jong Un tersebut dilakukan tak lama setelah ia memimpin Kongres Partai besar-besaran yang diadakan setiap lima tahun sekali. Dalam pertemuan kongres, ia memperbarui tujuan pembangunan militer dan bersumpah untuk menanggapi ancaman apa pun dengan tegas.

Aksinya tersebut juga dilakukan di saat musuh Korut, Amerika Serikat (AS) melancarkan serangan gabungan dengan Israel terhadap Iran. Serangan bertujuan melenyapkan program nuklir, rudal, dan angkatan laut republik Islam tersebut. (wid,kcna,rtr;ist/dya)

Soal Tawaran Mediasi RI, Dubes Iran: Kami Tak Percaya Lagi Negosiasi

PEMERINTAH Iran merespons tawaran Presiden RI Prabowo Subianto yang menyatakan kesiapan Indonesia untuk menjadi mediator dalam konflik Iran melawan Amerika Serikat (AS) dan Israel.

Namun Iran menegaskan bahwa saat ini mereka tidak membuka ruang negosiasi dengan pihak yang dianggap sebagai musuh.

Duta Besar Iran untuk Indonesia, Mohammad Boroujerdi, mengatakan usulan dari pemerintah Indonesia telah disampaikan kepada pihaknya.

Meski demikian, Iran menyatakan tidak lagi memiliki kepercayaan terhadap proses negosiasi dengan pihak yang sedang berkonflik dengan mereka.

"Usulan dari pemerintah Indonesia telah disampaikan. Kami ingin menyampaikan bahwa kami tidak ada negosiasi dalam bentuk apa pun dengan kaum-kaum musuh," kata Boroujerdi pada Kamis (5/3/2026).

Menurutnya, pengalaman masa lalu membuat Iran tidak lagi percaya pada proses diplomasi yang melibatkan pihak-pihak tersebut.

"Kami sudah tidak percaya dengan yang namanya negosiasi. Kami telah tiga kali melakukan negosiasi dan hasilnya adalah di tengah atau di ujung negosiasi negara kami telah diserang," ujarnya.

Penolakan tersebut muncul ketika konflik antara Iran melawan Amerika Serikat dan Israel memasuki hari keenam dengan eskalasi yang semakin luas.

Pertempuran tidak hanya terjadi di kawasan Teluk Persia, tetapi juga meluas hingga Samudra Hindia.

Angkatan Laut Amerika Serikat sebelumnya mengonfirmasi telah menenggelamkan kapal perang Iran jenis fregat IRIS Dena di perairan dekat Sri Lanka.

Insiden ini menandai meluasnya konflik dari Timur Tengah menuju jalur energi global di Samudra Hindia.

Iran mengancam keras serangan tersebut dan bersumpah akan membuat Amerika Serikat "menyesal pahit" atas insiden itu.

Di tengah eskalasi konflik, jumlah korban sipil dilaporkan terus meningkat. Yayasan Martir Iran

menyebut korban tewas akibat serangan Amerika Serikat dan Israel telah mencapai 1.230 orang, termasuk warga sipil dan keluarga pejabat tinggi.

Ketua Dewan Ekonomi Nasional (DEN) Luhut Binsar Pandjaitan, mewanti-wanti Indonesia agar tidak ikut memusuhi Iran. Pernyataan itu Luhut dilontarkan saat menyampaikan pandangannya terkait perang Iran melawan Israel dan Amerika Serikat (AS) yang membuat Selat Hormuz ditutup.

"Kita jangan jadi ikut musuh sama dia, nggak ada gunanya kan," kata Luhut dalam unggahan Instagram pribadinya, Kamis (5/5/2026). Luhut mengatakan, Indonesia merupakan negara non-blok sehingga harus berhati-hati dalam merumuskan kebijakan luar negeri.

Menurut Luhut, kehati-hatian itu sikap politik luar negeri itu penting karena berkaitan erat dengan kondisi ekonomi nasional. Sebab, kebutuhan energi nasional belum bisa dipenuhi dari dalam negeri alias masih membutuhkan impor. (wid,rtr;ist/dya)

Studi Ungkap Olahraga Bisa Jadi Senjata Utama Lawan Depresi

Olahraga seperti lari, berenang, hingga menari kini diakui sebagai salah satu terapi utama untuk mengatasi depresi ringan dan gangguan kecemasan.

Sejumlah penelitian terbaru menunjukkan bahwa aktivitas fisik tidak hanya membantu memperbaiki suasana hati, tetapi juga dapat memberikan dampak yang setara, bahkan dalam kondisi tertentu lebih kuat, dibandingkan terapi konvensional pada kasus gejala ringan.

Temuan ini diperkuat oleh riset berskala besar yang dipublikasikan dalam *British Journal of Sports Medicine*. Studi tersebut menganalisis 63 tinjauan ilmiah yang melibatkan hampir 80.000 partisipan dari berbagai kelompok usia yang memiliki latar belakang berbeda.

Hasilnya menunjukkan bahwa olahraga mampu menurunkan gejala depresi serta kecemasan.

Dampak positif paling signifikan ditemukan pada kelompok usia muda, yakni 18-30 tahun, serta perempuan setelah melahirkan.

Kelompok ini dinilai memiliki respons yang lebih baik terhadap aktivitas fisik sebagai bagian dari perawatan kesehatan mental.

Psikolog dari James Cook University, Neil Munro, menjelaskan bahwa olahraga dapat bekerja dengan mekanisme yang mirip dengan pengobatan tradisional pada kasus ringan.

Ia menekankan bahwa bentuk gerakan apa pun selama sesuai dengan kondisi dan preferensi individu, dapat berpotensi membantu meredakan gejala depresi dan kecemasan. Pernyataan tersebut ia sampaikan seperti dikutip dari *The Guardian*. Jenis olahraga yang meningkatkan detak

jantung, seperti lari dan berenang, tercatat memberikan pengaruh paling besar dalam menurunkan gejala depresi. Sementara itu, latihan yoga dan tai chi juga memberikan manfaat, meski dengan efek yang relatif lebih kecil.

Menariknya, untuk gangguan kecemasan, olahraga dengan intensitas rendah yang dilakukan secara konsisten selama beberapa minggu justru menunjukkan hasil yang cukup baik.

Penelitian juga menemukan bahwa aktivitas fisik yang dilakukan secara berkelompok atau dengan pendampingan profesional memberikan hasil yang lebih optimal dibandingkan olahraga yang dilakukan sendiri.

Menurut Munro, aspek sosial seperti interaksi, rasa kebersamaan, dan dukungan berperan penting terhadap efek antidepresan.

Dari sisi biologis, olahraga memicu pelepasan zat kimia di otak yang berperan dalam mengatur suasana hati dan respons terhadap stres. Dari sisi sosial, aktivitas bersama dapat meningkatkan rasa kebersamaan dengan orang lain.

Psikiater dari University College London, Profesor Michael Bloomfield, menilai olahraga kelompok seperti zumba efektif karena mengombinasikan gerak fisik, interaksi sosial, kesenangan, serta rutinitas.

Meski demikian, ia mengingatkan bahwa olahraga sebaiknya menjadi pelengkap, bukan pengganti, terapi medis terutama pada kasus yang lebih berat.

Pandangan serupa disampaikan Profesor senior dari King's College London, Dr Brendon Stubbs. Ia

menekankan bahwa sebagian besar penelitian masih berfokus pada gejala ringan. Pada kondisi tersebut, olahraga dapat dipertimbangkan sebagai pilihan terapi awal.

Namun, ia menegaskan bahwa tidak ada bukti yang mendukung bahwa pasien harus menghentikan psikoterapi atau obat-obatan yang telah diresepkan. Pada depresi berat, bahkan aktivitas harian dasar pun bisa menjadi tantangan, sehingga perawatan medis tetap sangat dibutuhkan.

Data dari World Health Organization (WHO) menunjukkan lebih dari 280 juta orang di dunia hidup dengan depresi, dan sekitar 301 juta lainnya mengalami gangguan kecemasan.

Angka ini terus meningkat dari tahun ke tahun, terutama di kalangan usia 16-24 tahun serta ibu yang baru melahirkan, yang cenderung menghadapi tekanan emosional, perubahan hormon, maupun tuntutan sosial yang tidak ringan. Kondisi tersebut menjadi perhatian serius karena gangguan kesehatan mental tidak hanya berdampak pada kualitas hidup individu, tetapi juga produktivitas, hubungan sosial, dan kesejahteraan keluarga secara keseluruhan.

Dalam konteks ini, olahraga dinilai sebagai salah satu langkah preventif sekaligus pendukung pemulihan yang relatif murah, mudah diakses, dan fleksibel untuk dilakukan.

Aktivitas fisik diketahui dapat membantu meningkatkan produksi hormon endorfin dan serotonin yang berperan dalam memperbaiki suasana hati, mengurangi stres, serta meningkatkan kualitas tidur. Meski demikian, jenis dan intensitas olahraga tetap perlu disesuaikan dengan kondisi masing-masing individu, termasuk mempertimbangkan usia, riwayat kesehatan, dan tingkat kebugaran.

Penting untuk dipahami bahwa olahraga bukanlah pengganti terapi medis atau psikologis pada kasus depresi dan kecemasan tingkat sedang hingga berat, melainkan sebagai pendukung yang dapat melengkapi penanganan profesional. (Inna – Mahasiswa UINSA berkontribusi dalam tulisan ini)

Jenis olahraga ringan yang membantu meredakan depresi dan kecemasan:

Lari atau jogging

Aktivitas ini meningkatkan detak jantung dan merangsang pelepasan endorfin yang membantu memperbaiki suasana hati. Lari juga memberi rasa pencapaian yang dapat meningkatkan kepercayaan diri.

Berenang

Gerakan berulang dalam air membantu menenangkan pikiran sekaligus melatih seluruh tubuh. Efek relaksasi dari air sering kali membantu mengurangi ketegangan emosional.

Zumba

Menari menggabungkan musik, gerakan, dan ekspresi diri. Jika dilakukan berkelompok, aktivitas ini juga memperkuat interaksi sosial yang penting bagi kesehatan mental.

Yoga

Yoga membantu mengatur pernapasan, meningkatkan kesadaran tubuh, dan menurunkan tingkat stres. Cocok bagi individu yang membutuhkan aktivitas dengan intensitas rendah.

Ditemukan Spesies Baru: Dinosaurus Berduri

Spesies dinosaurus berduri telah ditemukan oleh para paleontolog. Umumnya dinosaurus bersisik, beberapa juga ditutupi oleh lempengan tulang untuk pelindung, dan beberapa yang lainnya berbulu.

Spesies ini ditemukan di timur laut Tiongkok. Spesies baru ini dinamai Haolong dongi, yang artinya "Naga berduri". Haolong tampak seperti mengenakan mantel yang berbulu yang terbuat dari kulit landak.

Duri-duri tersebut terletak di sekitar leher, punggung, dan sisi tubuhnya, sejajar satu sama lain, dan mengarah ke bagian belakang dinosaurus. Duri-duri tersebut berukuran kecil, sekitar 2 sampai 3

milimeter panjangnya, tetapi ada juga yang berukuran 5 hingga 7 milimeter, tapi ada juga yang berukuran lebih besar yakni 44 milimeter.

Spesies Haolong hanya dikenal dari satu spesimen. Kerangkanya hampir lengkap dengan memiliki panjang 2,45 meter atau 8 kaki, dengan kulit yang terawat dengan sangat baik. Ketika ditemukan tulang-tulang tersebut menunjukkan bahwa spesies ini mati ketika masih muda.

Para ilmuwan hingga kini belum dapat memastikan secara pasti apakah duri-duri tersebut memang menjadi ciri khas yang tetap dimiliki oleh Haolong hingga dewasa, atau justru hanya muncul pada fase tertentu dalam siklus hidupnya dan kemudian

rontok seiring pertumbuhan. Ketidakpastian ini masih menjadi bahan kajian lebih lanjut karena bukti fosil yang tersedia belum sepenuhnya menjawab pertanyaan tersebut.

Jika dilihat sekilas, struktur duri-duri itu tampak sangat mirip dengan bulu yang ditemukan pada beberapa dinosaurus purba lainnya.

Namun, para peneliti menegaskan bahwa struktur menyerupai bulu tersebut sebenarnya telah ada jauh sebelum kemunculan Haolong, yakni sekitar 125 juta tahun yang lalu, sehingga bukan merupakan ciri yang sepenuhnya baru pada spesies ini.

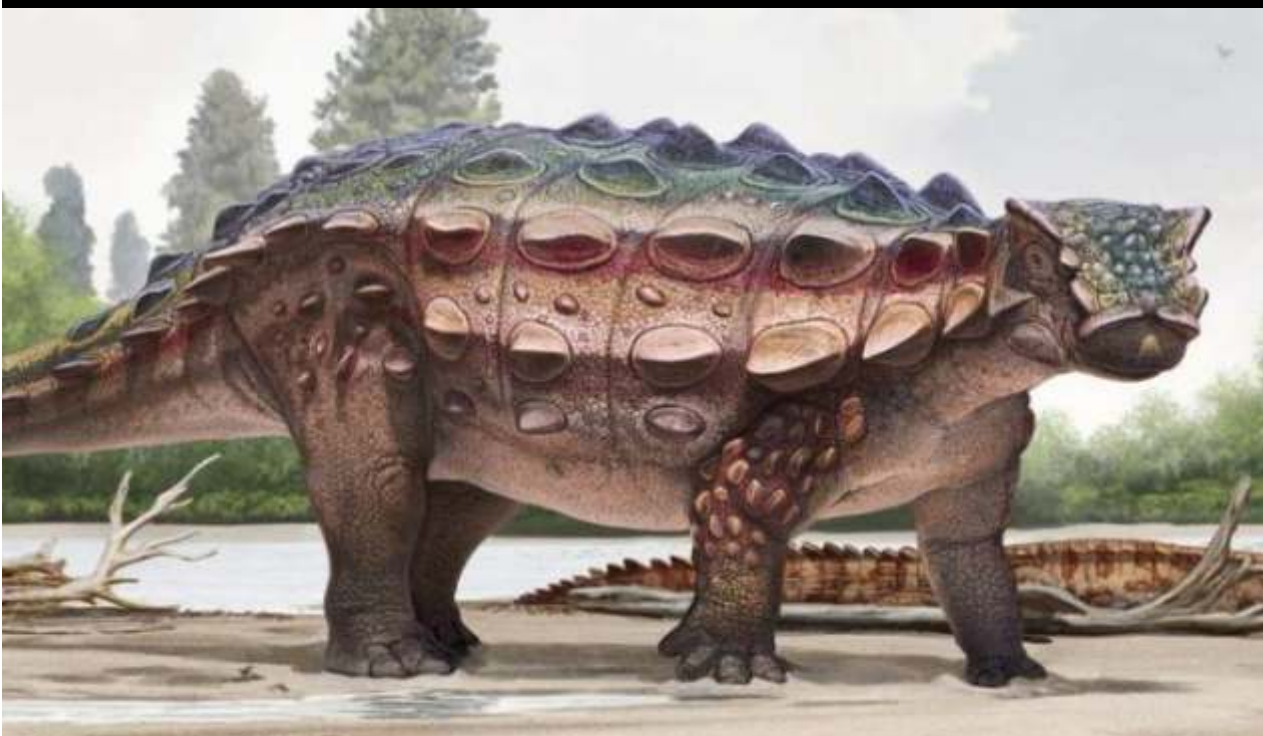
Menurut para ilmuwan, salah satu fungsi utama duri-duri tersebut kemungkinan besar adalah membantu menjaga suhu tubuh agar tetap stabil. Hal ini masuk akal mengingat spesies tersebut hidup di wilayah dengan iklim yang relatif dingin,

sehingga membutuhkan mekanisme tambahan untuk mempertahankan kehangatan tubuhnya. Struktur seperti bulu atau duri dapat berperan sebagai lapisan pelindung yang menahan panas, mirip dengan fungsi bulu pada hewan modern.

Di sisi lain, para peneliti juga menduga bahwa duri-duri tersebut memiliki fungsi pertahanan diri. Lingkungan tempat Haolong hidup diketahui dikelilingi oleh berbagai hewan karnivora berukuran relatif kecil. Tekanan dari predator semacam ini diduga mendorong evolusi sistem pertahanan yang sesuai untuk meningkatkan peluang bertahan hidup. Dengan adanya duri-duri tersebut, Haolong mungkin tampak kurang menarik atau lebih merepotkan sebagai target serangan.

Meski demikian, duri-duri yang dimiliki Haolong tampaknya tidak cukup kuat untuk melukai, apalagi membunuh predator yang menyerang.

"Pertahanan ini tidak serta merta memberikan perlindungan yang tak tertembus terhadap gigi dan cakar theropoda, tetapi membuat mangsa lebih sulit dan memakan waktu lebih lama untuk dibunuh dan dicerna, dan akhirnya mengurangi kemungkinan keberhasilan pencernaan," ungkap para peneliti. Pernyataan ini menegaskan bahwa meskipun tidak sepenuhnya kebal terhadap serangan, keberadaan duri tersebut tetap memberikan keuntungan evolusioner yang signifikan bagi kelangsungan hidup Haolong. (Masykurotul_Mahasiswa UINSA berkontribusi dalam tulisan ini)



HARIAN
LENTERA
Inspirasi Perubahan **TODAY**

HARIAN "LENTERA TODAY"
PIMPINAN PERUSAHAAN TARMUJI TALMACSI
OMBUDSMAN SUKARJITO (ID Sertifikasi 14319)
PENANGGUNG JAWAB ARIFIN B.H (ID Sertifikasi 13043)
PIMPINAN REDAKSI ARIFIN B.H (ID Sertifikasi 13043)
REDAKTUR PELAKSANA AGUSTINA WIDYAWATI (ID Sertifikasi 2567)
REDAKTUR LUTFIYU HANDI, NEISKA OLIVIANA (CO)

KORAN DIGITAL LENTERA TODAY
Terbit Senin - Jumat (12 Halaman)
download edisi digital pada web
www.lenteratoday.com
VERIFIKASI FAKTUAL DEWAN PERS
803/DP-Verifikasi/K/X/2021



MEDIA TERVERIFIKASI

BIRO: SURABAYA: YOLANDA APRILLIA PRADITHA, AMANAH NUR ASIAH, JOKO PRASETYO | **GRESIK:** ASEPTA YOGA P. (SERTIFIKASI WARTAWAN UTAMA) | **MOJOKERTO:** NUR HIDAYAH | **LAMONGAN:** L HANDI | **BLITAR:** ARIEF SUKAPUTRA | **KEDIRI:** GATOT SUNARKO | **JOMBANG:** SUTONO | **PASURUAN-PROBOLINGGO-PONOROGO:** IMAN SANTOSO | **BONDOWOSO-SITUBONDO-LUMAJANG-JEMBER-BANYUWANGI:** PURCAHYONO JULIATMOKO | **MADIUN:** WIWIET EKO PRASETYO (SERTIFIKASI WARTAWAN MUDA) | **MALANG RAYA:** SANTI WAHYU SANIA (SERTIFIKASI WARTAWAN MUDA), ISKANDAR Z. | **MADURA RAYA:** SAHLAN KURNIAWAN | **TRENGGALEK:** TINA W | **NGAWI:** DIMAS RIDHO SURYO BASKORO | **DKI JAKARTA:** FUAD HASSAN | **LOMBOK BARAT:** MUHAYYAN | **PALANGKA RAYA:** NOVITA MASNIARI

PENASEHAT HUKUM DR. NURIYANTO A. DAIM, SH, MH | **MARKETING COMMUNICATION** JOKO PRASETYO UTOMO, ISKANDAR ZULKARNAIN | **SEKERTARIS** FITRIYANTI SUTAN, FARADITA NUR FADHILAH
DESAIN GRAFIS PAULUS IVAN | **ALAMAT REDAKSI** JL RUNGKUT ASRI UTARA VI/26 | **TELP** 03187854491 | **PENERBIT** PT MEDIA HEBAT INSPIRASI INDONESIA | **ALAMAT PERCETAKAN** SMILE GRAFIKA JL.

Wartawan Lentera Today dalam setiap bertugas dilengkapi dengan tanda pengenal wartawan/kartu pers yang dikeluarkan perusahaan secara sah. Nama pemegang tanda pengenal wartawan/kartu pers Lentera Today tercantum di Box Redaksi. Siapa pun yang mengaku/mengatasnamakan Lentera Today, tanpa bisa menunjukkan surat/kartu tanda pengenal atau namanya tidak tercantum dalam Kotak Redaksi, agar ditolak/ dikonfirmasi/dilaporkan ke manajemen redaksi/perusahaan atau melalui nomor telepon yang tertera di Kotak Redaksi. Dalam melaksanakan tugas jurnalistik, setiap wartawan Lentera Today dilarang menerima dan/atau meminta apa pun dengan alasan apa pun.

Halo Lip, Riasan Bibir Penuh Alami Makin Digandrungi

Dunia kecantikan kembali menyambut tren riasan bibir baru yang diprediksi akan mendominasi sepanjang tahun 2026, yaitu Halo Lip.

Halo lips adalah kebalikan dari gaya bold lip liner yang tegas, menonjolkan keindahan alami bibir dengan gaya yang lebih fresh dan modern.

Fenomena Halo Lip ini dipopulerkan kembali oleh Penata Rias Ternama (Makeup Artist), katie jane Hughes, yang dikenal sebagai langganan selebritas dunia seperti Dua Lipa dan Hailey Bieber.

Melalui laporan media mode internasional seperti Vogue, tren ini dengan cepat menyebar secara global. Menandai pergeseran preferensi publik

menuju tampilan yang lebih menyatu dengan kulit. Tren ini mulai menjadi sorotan utama pada awal tahun 2026 karena dianggap mampu memberikan efek bibir yang bervolume secara alami.

Secara teknis, Halo Lip berfokus pada penciptaan efek gradasi halus atau blurred effect di sekitar tepi bibir. Prosesnya dimulai dengan mengaplikasikan cream bronzer bertekstur matte dengan undertone netral secara tipis di area luar garis bibir alami. Langkah ini berfungsi sebagai bayangan alami (contour) yang memberikan dimensi.

Setelah dibaurkan, lip contour crayon digunakan untuk menambah kedalaman, dan warna utama berupa lipstick atau cream blush kemudian diaplikasikan dan ditepuk ringan di bagian tengah bibir. Perpaduan teknik ini menghasilkan efek Halo yang membuat bibir tampak lebih empuk dan bervolume.

Tips dan Trik Mengaplikasikannya

Agar mendapatkan hasil yang maksimal dan sesuai dengan standar kecantikan profesional, berikut adalah beberapa tips dan trik yang dapat Anda coba:

Persiapan Bibir yang Utama

Sebelum memulai proses riasan, pastikan kondisi bibir benar-benar lembap dan terhidrasi dengan baik. Bibir yang kering atau pecah-pecah dapat membuat hasil akhir terlihat kurang halus. Gunakan lip scrub secara lembut untuk mengangkat sel kulit mati dan meratakan tekstur permukaan bibir.

Setelah itu, aplikasikan lip balm dan biarkan beberapa saat hingga meresap. Langkah ini penting agar produk riasan dapat menempel dengan sempurna, tidak menggumpal, serta terlihat lebih halus dan menyatu alami.

Pilih Bronzer yang Tepat

Pemilihan warna bronzer sangat menentukan hasil akhir. Gunakan cream bronzer dengan undertone netral atau cenderung dingin (cool tone) agar efek bayangan tampak natural.

Hindari bronzer yang terlalu jingga atau terlalu hangat karena dapat membuat hasilnya terlihat tidak menyatu dengan warna asli bibir. Warna yang tepat akan menciptakan ilusi dimensi dan kedalaman, sehingga tampilan bibir terlihat lebih penuh secara alami.

Gunakan Kuas Berbulu Halus

Untuk membaurkan bronzer di area tepi bibir, gunakan kuas eyeshadow yang bersih dan berbulu lembut (fluffy brush). Tekstur kuas

yang halus membantu menyebarkan produk secara merata tanpa meninggalkan garis tegas. Proses blending yang baik akan menghasilkan efek blur yang lembut, sehingga bayangan di sekitar bibir tampak lebih natural dan tidak terlihat seperti garis yang dibuat secara sengaja.

Teknik Menepuk (Tapping)

Saat mengaplikasikan warna di bagian tengah bibir, gunakan jari manis dan aplikasikan dengan teknik menepuk-nepuk ringan. Hindari menggeser produk agar warna tidak bercampur terlalu banyak dengan bronzer di sekitarnya. Teknik tapping ini membantu warna tetap fokus di tengah bibir, sekaligus memastikan produk menyatu dengan lapisan sebelumnya. Hasilnya akan terlihat lebih halus dan memiliki gradasi yang lembut.

Sentuhan Akhir dengan Gloss

Jika menginginkan tampilan yang lebih berdimensi dan segar, tambahkan sedikit lip gloss bening pada bagian tengah bibir, khususnya di area cupid's bow dan bagian tengah bawah bibir. Aplikasi gloss yang terpusat akan memperkuat efek "halo" dan memberikan pantulan cahaya yang membuat bibir tampak lebih sehat serta bervolume. (Nathasya-Uinsa, mahasiswa berkontribusi dalam tulisan ini.)

Rutinitas Perawatan Bibir Harian:

Pagi

Oleskan lip balm yang mengandung SPF (minimal SPF 15) untuk melindungi bibir dari sinar UV penyebab bibir gelap.

Siang

Aplikasikan ulang lip balm setiap 2-3 jam atau setelah makan/minum.

Malam

Bersihkan bibir dari lipstick/liptint dengan micellar water. Gunakan lip serum atau lip mask untuk nutrisi mendalam.

Hidrasi

Minum air putih minimal 8 gelas sehari.

Perawatan Mingguan:

Eksfoliasi (Scrubbing):

Lakukan 1-2 kali seminggu untuk mengangkat sel kulit mati menggunakan lip scrub komersial atau campuran gula dan madu. (*)



Tanda Bahaya dari China ...dari hal 1

China secara resmi menetapkan target pertumbuhan ekonomi yang paling moderat dalam lebih dari tiga dekade terakhir. Langkah ini dipandang sebagai pengakuan tersirat bahwa model pertumbuhan yang selama 40 tahun terakhir mendorong kebangkitan pesat Negeri Tirai Bambu tersebut kini mulai menunjukkan tekanan.

Berdasarkan salinan laporan kerja tahunan pemerintah, dikutip Kamis (5/3/2026), Beijing menetapkan target pertumbuhan di kisaran 4,5% hingga 5%. Angka ini menandai penurunan target formal pertama sejak 2023, sekaligus menjadi tujuan ekspansi paling tidak ambisius sejak tahun 1991.

Meskipun sudah diprediksi oleh para ekonom, keputusan ini membawa beban simbolis yang besar. Di China, angka pertumbuhan berfungsi ganda, tidak hanya sebagai prakiraan ekonomi, tetapi juga sebagai pernyataan politik. Pada 2020, pemerintah tidak menetapkan target pertumbuhan akibat pandemi.

Pergeseran ini mengindikasikan bahwa Beijing mulai merasa nyaman dengan laju ekonomi yang lebih lambat, demi mencari mesin pertumbuhan yang lebih berkelanjutan untuk menggantikan investasi infrastruktur dan properti yang selama ini dipicu oleh utang. Target yang lebih rendah juga mengurangi beban para pejabat untuk meluncurkan stimulus agresif di tengah ketidakpastian perdagangan global.

Target ini menunjukkan bahwa China "tidak akan berbelanja secara sembrono hanya untuk mengejar level pertumbuhan tertentu," ujar Lynn Song, Kepala Ekonom untuk China Raya di ING Bank NV. "Langkah ini akan memberikan fleksibilitas lebih bagi pengambil kebijakan terkait target tahun 2026."

Menanggapi rencana fiskal tersebut, imbal hasil obligasi pemerintah China tenor 10 tahun bergerak turun karena investor melihat target defisit anggaran tetap stabil. Sementara itu, yuan offshore naik 0,2% terhadap dolar AS, melanjutkan reli dari sesi sebelumnya.

Perdana Menteri Li Qiang diperkirakan akan mengumumkan target ini secara resmi pada Kamis pagi di Beijing. Laporan tersebut juga menyebutkan bahwa dukungan fiskal tahun ini akan dipertahankan pada level yang hampir sama, namun subsidi untuk pembelian barang konsumsi justru dikurangi.

Pendanaan pemerintah untuk program tukar tambah (trade-in) turun menjadi 250 miliar yuan dari sebelumnya 300 miliar yuan. Dampak program ini memang sudah mulai memudar dalam beberapa bulan terakhir seiring meningkatnya basis perbandingan dari periode

sebelumnya.

Bayang-bayang lain yang memengaruhi proyeksi ekonomi adalah rencana pertemuan antara pemimpin Xi Jinping dan Presiden Donald Trump. Hasil pertemuan tersebut dapat menentukan seberapa besar produk pabrik China dapat dijual ke pasar konsumen terbesar di dunia. Konflik yang meluas di Timur Tengah juga berisiko mengganggu jalur perdagangan serta mempersulit pertemuan yang diperkirakan berlangsung dalam beberapa minggu mendatang.

Lonjakan ekspor menyumbang sekitar sepertiga dari pertumbuhan ekonomi China sebesar 5% pada tahun lalu, porsi tertinggi sejak 1997. Ketergantungan ini menyoroti ketidakseimbangan yang semakin dalam, karena upaya meningkatkan konsumsi domestik sejauh ini belum mampu mengimbangi dampak runtuhnya pasar properti.

"Target PDB yang lebih rendah mencerminkan upaya berkelanjutan pemerintah untuk menyeimbangkan kembali ekonomi dan mengatasi ketimpangan struktural," kata Carlos Casanova, ekonom senior Asia di Union Bancaire Privée, Hong Kong. "Namun, pergeseran menuju konsumsi sulit terwujud kecuali sektor real estat distabilkan terlebih dahulu."

Target pertumbuhan yang konservatif juga mengurangi peluang munculnya stimulus besar-besaran. Pemerintah enggan meluncurkan pelonggaran ekonomi secara luas seperti pada masa perlambatan sebelumnya, karena khawatir memperburuk rasio utang terhadap PDB yang sudah mencatat rekor serta menekan margin keuntungan bank-bank milik negara.

Meski demikian, target tersebut masih berada di atas rata-rata pertumbuhan tahunan 4,17% yang dianggap pemerintah diperlukan selama dekade mendatang untuk menggandakan PDB per kapita antara 2020 hingga 2035. Xi Jinping memandang pencapaian tonggak ini sebagai langkah penting untuk menjadikan China sebagai "negara sosialis modern yang kuat" pada pertengahan abad.

Seiring mitra dagang China semakin menantang surplus perdagangan negara itu yang mencapai rekor, International Monetary Fund (IMF) termasuk pihak yang mendorong Beijing untuk mengadopsi model ekonomi yang lebih bertumpu pada konsumsi domestik.

Namun pemerintah masih kesulitan mengalihkan sumber daya ke rumah tangga, karena tetap memprioritaskan kemandirian industri demi alasan keamanan nasional. Sistem jaring pengaman sosial yang belum merata serta jam kerja yang semakin panjang juga membuat masyarakat enggan meningkatkan belanja.

Investor kini menunggu rincian rancangan program ekonomi pemerintah untuk lima tahun ke depan. Penetapan target khusus bagi kontribusi konsumsi terhadap perekonomian akan menjadi sinyal kuat komitmen Beijing untuk mengurangi ketergantungan pada model berbasis ekspor.

China juga mengumumkan rasio defisit anggaran utama akan dipertahankan pada level tertinggi sepanjang sejarah, yakni 4% dari produk domestik bruto (PDB). Hal ini menunjukkan kesediaan pemerintah untuk terus menjaga stimulus fiskal guna mendorong permintaan, sekaligus menggunakan utang pemerintah untuk mencegah perlambatan ekonomi lebih dalam.

Pemerintah pusat akan menerbitkan 1,3 triliun yuan obligasi khusus ultra-jangka panjang, sama seperti rencana pada 2025. Sementara itu, pemerintah daerah akan menjual 4,4 triliun yuan obligasi khusus baru, juga setara dengan tahun lalu.

Obligasi tujuan khusus tersebut tidak dihitung dalam defisit utama, karena dananya digunakan untuk membiayai proyek infrastruktur, subsidi barang konsumsi dan peralatan bisnis, serta membayar utang di luar neraca.

Pendanaan untuk apa yang disebut sebagai "alat kebijakan pembiayaan baru" guna mempercepat proyek infrastruktur akan meningkat menjadi 800 miliar yuan tahun ini, dari 500 miliar yuan pada 2025. Dalam program ini, tiga bank kebijakan nasional akan menghimpun dana dan mengambil saham dalam proyek-proyek tersebut. Kebijakan ini menunjukkan niat Beijing untuk menstabilkan investasi aset tetap, yang pada tahun lalu mengalami kontraksi pertama sepanjang sejarah.

Selain subsidi barang konsumsi, pemerintah juga menyiapkan 100 miliar yuan untuk subsidi pinjaman dan jaminan pembiayaan guna mendorong permintaan domestik.

China mempertahankan target

inflasi konsumen di 2%, setelah memangkasnya tahun lalu untuk mengakui adanya tekanan deflasi. Target ini dipandang sebagai batas atas. Harga konsumen tercatat stagnan pada 2025, menandai tingkat inflasi terlemah sejak 2009.

Apa Dampaknya Bagi Indonesia?

Perlambatan ekonomi China jelas tidak bisa dipandang enteng oleh Indonesia. Sebab, China masih menjadi mitra dagang terbesar Indonesia.

Melansir data Badan Pusat Statistik (BPS) menunjukkan China merupakan pasar ekspor nonmigas terbesar Indonesia, dengan nilai mencapai US\$64,82 miliar atau sekitar 24% dari total ekspor nonmigas pada 2025.

Artinya, ketika ekonomi China melambat, dampak paling cepat biasanya akan terasa pada permintaan terhadap barang-barang ekspor Indonesia.

Dari sisi ekspor, tekanan paling besar berpotensi muncul pada komoditas dan produk antara yang sangat terkait dengan aktivitas industri China. Saat pertumbuhan China melambat, permintaan terhadap bahan baku untuk manufaktur, konstruksi, dan investasi biasanya ikut melemah.

Kondisi ini penting bagi Indonesia karena hubungan dagang kedua negara selama ini sangat kuat, baik untuk komoditas tambang, bahan baku industri, maupun produk manufaktur tertentu.

Dengan kata lain, perlambatan China bisa menahan laju ekspor Indonesia, menekan harga komoditas, dan pada akhirnya mengurangi dorongan dari sektor eksternal terhadap pertumbuhan ekonomi nasional.

Selain ekspor, kanal lain yang juga perlu dicermati adalah investasi. China dalam beberapa tahun terakhir menjadi salah satu investor asing terbesar di Indonesia, terutama di sektor hilirisasi, manufaktur, dan proyek berbasis sumber daya alam. (tin, blo, cnbc, ist/dya)

China's Main Economic Targets and Fiscal Stimulus Plan

Target/Indicator	2026	2025
GDP growth	4.5%-5%	Around 5%
Consumer inflation	Around 2%	Around 2%
Headline budget deficit (% of GDP)	Around 4%	Around 4%
Ultra-long special sovereign bond	1.3 trillion yuan	1.3 trillion yuan
Local government special bond	4.4 trillion yuan	4.4 trillion yuan
New urban jobs	Over 12 million	Over 12 million

Source: Government work reports, annual fiscal budgets

KLB Campak Makin Merebak

72 ANAK MENINGGAL, 24 WILAYAH TERDAMPAK

Kementerian Kesehatan mengeluarkan data terbaru terkait kasus campak yang saat ini mewabah di Indonesia. Sebanyak 72 anak meninggal dunia dalam periode 2025-2026. Sementara, Kondisi Luar Biasa (KLB) campak tercatat terjadi di 24 kabupaten/kota.

Campak disebabkan oleh virus morbillivirus yang sangat mudah menular melalui udara, seperti percikan batuk atau bersin. Penyakit campak bahkan disebut lebih menyebar daripada Covid-19.

Satu orang pasien campak bisa menularkan virus ke 18 orang di sekitarnya. Sementara itu, pada kasus Covid-19, satu pasien menularkan virus ke 3-5 orang.

Campak merupakan infeksi saluran pernapasan yang tergolong mematikan, karena dapat menimbulkan komplikasi berat, seperti gagal napas akibat radang paru-paru, kejang akibat radang otak, hingga dehidrasi.

Ikatan Dokter Anak Indonesia (IDAI) melaporkan, pada sejak 1 Januari hingga 23 Februari, ditemukan

8.224 kasus campak di Indonesia. Pada periode yang sama, sudah dilaporkan 21 kejadian luar biasa (KLB) suspek campak di 17 kabupaten/kota di 11 provinsi.

Dari jumlah tersebut, 13 KLB campak di 6 provinsi telah terkonfirmasi laboratorium. Lima KLB campak terbanyak ada di Sumatera Barat, Sumatera Selatan, DI Yogyakarta, Jawa Barat dan Jawa Tengah.

Dari 8.224 kasus suspek campak itu, baru 572 kasus terkonfirmasi, dengan 4 kematian. Hal ini terjadi karena kapasitas laboratorium Indonesia 'overwhelmed' memeriksa ribuan spesimen yang masuk.

Karena banyak spesimen yang diperiksa, membuat proses konfirmasi kasus menjadi terbatas, mengingat

keterbatasan reagen dan kapasitas laboratorium yang masih terbatas di berbagai daerah di Indonesia.

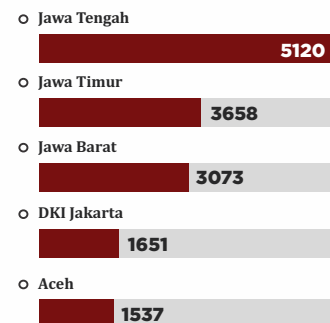
Dijelaskan Dokter Anggraini Alam, Ketua IDAI Jawa Barat, hal serupa juga terjadi pada 2025. Kasus campak terkonfirmasi mencapai 11.094 kasus dengan total lebih dari 63.769 kasus suspek.

Di sepanjang 2025, hampir 50.000 spesimen masuk ke laboratorium dengan positivity rate sekitar 24,6 persen. "Ini menunjukkan tingginya beban pemeriksaan laboratorium di Indonesia," kata dr Anggraini dalam webinar Media Briefing IDAI, belum lama ini.

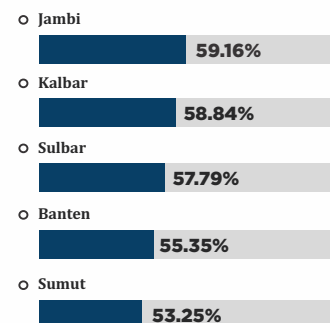
Plt Dirjen Penanggulangan Penyakit Kemenkes dr Andi Saguni menerangkan, campak memiliki tingkat penularan yang sangat tinggi.

"Karena itu, setiap peningkatan kasus harus direspons dengan cepat melalui surveilans yang kuat dan pelaporan yang tepat waktu," ungkap dr Andi dalam keterangan

5 PROVINSI TERTINGGI KASUS SUSPEK CAMPAK DI INDONESIA (PER 2024)



5 PROVINSI DENGAN PERSENTASE BALITA PENERIMA IMUNISASI CAMPAK TERENDAH 2025



Selebgram Ruce Nuenda

Netizen Geram, Selebgram Kena Campak Keluyuran

NAMA selebgram Ruce Nuenda mendadak menjadi sorotan publik setelah pengakuannya tengah terkena campak viral di media sosial. Ia menuai kritik dari warganet karena sempat keluyuran dan berada di tempat umum meski sedang sakit.

Peristiwa ini berawal pada Rabu (4/3/2026) melalui unggahan Instagram Story miliknya yang memperlihatkan tubuhnya dipenuhi bintik merah, salah satu gejala khas campak. Dalam unggahan tersebut, Ruce mengaku dirinya terinfeksi campak.

"Yang pada tanya kenapa,

sebenarnya aku kena campak guys," tulis Ruce, dikutip Kamis (5/3/2026).

Tak lama berselang, Ruce menyampaikan permintaan maaf melalui unggahan lain. Ia mengakui kesalahannya karena sempat keluar rumah saat sedang terinfeksi penyakit yang mudah menular tersebut dan berisiko tinggi bagi ibu hamil dan orang dengan sistem imunitas rendah tersebut.

"Maaf gaes enggak tahu kalau nular. Aku balik," tulisnya.

Tindakan sembrono Ruce pun langsung menuai kritikan tajam netizen. Banyak warganet

menyayangkan tindakannya yang tetap beraktivitas di luar rumah saat sakit dan bahkan sempat beraktivitas dan bertemu banyak orang di tempat umum.

"Gila, padahal anaknya juga masih balita dan temen deketnya ada yang lagi hamil," tulis seorang netizen. Warganet lain juga mengkritik keputusan Ruce keluar rumah saat sakit karena berisiko menularkan penyakit kepada orang-orang yang rentan.

Menanggapi kontroversi tersebut, Ruce memberikan klarifikasi melalui unggahan di Instagram. Ia menjelaskan, dirinya telah memeriksakan kondisi kesehatannya ke rumah sakit.

Ruce mengaku sempat meminta untuk menjalani rawat inap. Namun, dokter menyatakan kondisinya tidak memerlukan perawatan di rumah sakit. Ia menyebutkan, dokter hanya menyarankan untuk beristirahat, mengonsumsi obat, menggunakan salep, serta menjaga jarak dari anaknya di rumah guna mencegah penularan. (wid,ist,kum/dya)

resminya, Kamis (5/3/2026).

Menteri Kesehatan (Menkes) Budi Gunadi Sadikin mengingatkan pentingnya imunisasi untuk menghadapi kejadian luar biasa (KLB) campak di sejumlah wilayah, mengingat penyakit tersebut dapat menyebabkan kematian terutama pada anak-anak.

"Kita amati di awal tahun ini banyak yang terkena, jadi harus benar-benar kita tekan cepat, kalau tidak dia menular ke mana-mana. Apalagi sudah dekat Lebaran," kata Menkes Budi Gunadi Sadikin ditemui usai penandatanganan Surat Keputusan Bersama (SKB) tentang Kesehatan Jiwa Anak di Jakarta, Kamis (5/3/2026).

"Salah satu instrumen yang paling penting adalah imunisasi," tambah Menkes. (wid,rls,kum/dya)