Sahabat Wanita Inspirasi Keluarga

NOVA

32 TAHUN



LUNA MAYA

SALAH TINGKAH SEBUT NAMA ARIEL

PINTAR ATUR UANG

RASAKAN MANFAAT UNIT LINK, HINDARI 3 KESALAHAN RECEH INI!

PSIKOLOGI

IBUKU BAGAI SANG DEWI, SELURUH HIDUPKU ADALAH MILIKNYA

PERISTIWA

PEMBUNUHAN SATU KELUARGA DI SUKOHARJO

SAHABAT MASA KECIL ITU BERUBAH SADIS



SEDAP SEKEJAP

JELAJAH RASA NUSANTARA (#1) INDONESIA BARAT

#BerbagiCerita

BUNGA ZAINAL

DIBILANG MIRIP BINTANG PORNO, "BUAT AKU, ITU PELECEHAN!"

NO. 1698/XXXIII
07 - 13 Sept 2020
Rp8.000 | Rp8.500
(di luar P. Jawa, Bali, NTT, NTB)
20 Halaman

NOVM200907

201353359

GRID NETWORK TOUCH REAL AUDIENCE

NOVA.id | @tabloidnovaofficial | Nova.id | @officialnova_id | Tabloid Nova Channel

NOVA

SIUP:
SK MENPEN RI No.066/SSK/MENPEN/SIUPP C.1/1986

KOMPAS GRAMEDIA

GRID NETWORK | TOUCH REAL AUDIENCE

Group Director
DAHLAN DAHI
Deputy Group Director
HARRY KRISTIANTO
Group Editorial Director
DEVY O. SITUMORANG

Editor in Chief INDIRA DHIAN SARASWATY
Managing Editor, Print MADE MARDIANI KARDHA
Editors MUHAMAD YUNUS, *Print*; DIONYSIA MAYANG RINTANI *Digital*
Reporters AGHNIA HILYA , MARIA ERMILINDA HAYON, SITI SARAH NURHAYATI, TENTRY YUDVI, *Print*; FAT'KHAH DWI HINGGARWATI, SABRINA ALISA, TIUR KARTIKAWATI RENATASARI, WIDYASTUTI, PRICILIA INDAH PRATIWI, YULIA SUSANTI, RATIH DWI HAPSARI, RAHMA AYUNINGTYAS, NADIA FAIRUZ IKBAR, *Digital*
Visual Editor MUHAMMAD IRFAN MAKI
Graphic Designer G.M. ARYODHIA P.S., CHRISTINA DWI UTAMY
Photo Editor ADELINE KRISANTI
Video Editor FACHRI M GINANJAR A K
Video Production ABDI WIDYATAMA, ANNASSA HARMONY, PANDI MULYANA, RENDY ARIA K., FUADZAN AKBAR, KATON BAGAS, MOHAMMAD ISTIQLAL HANIF
Social Media ASRY SIHOMBING, THERESIA CLARISSA
Editorial Secretary AGNES DINAR DIAH ASRINING PURI
Office: Kompas Gramedia Building Unit 1, 3rd Fl. (Tabloid NOVA), 5th Fl. (NOVA.id), Jl. Panjang 8A, Kebon Jeruk, Jakarta 11530, Phone : (62-21) 533-0150/70,
email : nova@gridnetwork.id

BUSINESS
Brand Director NARULITA WIDYASARI
Video Business Development & Partnership Director FITRIANA S. PANGARIBUAN
Strategic Audience Analysis Director ASTI KRISMARDIYANTI
Deputy Digital & Print Media Sales Director HENDRA MULIA
Account Director ADISTY SUGIHARIANTI
Account Manager SWARAGITA ANDIKA
Account Executives BIMO ADITYA
CIRCULATION & DISTRIBUTION DS. WARDANA
Office: Kompas Gramedia Building Unit 1, 1st Fl., Jl. Panjang 8A, Kebon Jeruk, Jakarta 11530, Phone : (62-21) 533-0150/70, email : iklangrid@gridnetwork.id

Marketing Director TARI KHAIRANI
Marketing Manager MARGARETHA ANGGRINA
Marketing Communication Director AMARENDRA ADHIPANGESTU
Marketing Communication Manager ASTRID PUSPASARI
Marketing Communication Executive ALMIRA ZHAFARINA
Community Officer MEIRESKA PALIYAMA
Office: Kompas Gramedia Building Unit 1, 2nd Fl., Jl. Panjang 8A, Kebon Jeruk, Jakarta 11530,
Phone: (62-21) 533-0150/70,
email : marcomm@gridnetwork.id

SUBSCRIPTION
Phone: (62-21) 533-6263, **Fax:** (62-21) 536-99096, email : subscribe@cc.kompasgramedia.com

LELAHNYA TERJEBAK "FOMO" DAN "ROMO"

Ah, FOMO kembali lagi! Bukan, ya. Ini bukan nama *boy band* Korea (meski, mungkin banget mereka buat nama grup seperti ini, hehe). FOMO adalah singkatan dari *fear of missing out*, alias khawatir ketinggalan. Eh, ketinggalan apa? Ya, macam-macam: ketinggalan berita, ketinggalan tren, ketinggalan sukses, kalah eksis, dan lain sebagainya.



Sesungguhnya, media sosial lah yang membuat FOMO "hidup" di antara kita. Si A sudah coba tempat makan terbaru, Si B mulai koleksi piring cantik, Si C buka usaha dari hobinya, dan rumah Si D kerennya kayak para selebgram. Nah, kita yang lihat jadi merasa, *Kok, kayak ketinggalan tren dan serba kurang daripada mereka, ya?*

Lalu, pandemi dan karantina mandiri datang. Media massa luar negeri pun bilang FOMO digantikan ROMO! *Reality of missing out*. Yang tadinya takut ketinggalan, jadi sungguh terjadi. Sebab kita semua memang jadi kehilangan momen-momen luar rumah atau momen-momen hidup "cantik" ala medsos tadi.

Tapi belakangan semakin banyak orang yang keluar rumah untuk berkegiatan sehari-hari. Mereka mulai menjalani hidup di kenormalan baru. Maka, kondisi berubah lagi. Postingan di medsos perlahan kembali seperti dulu. Si FOMO kembali menghantui, dan saya termasuk yang mengalaminya.

Melihat teman-teman di medsos sudah melakukan A, B, C, saya merasa ketinggalan. Melihat mereka tersenyum dan bahagia membagi momen keberhasilan, saya merasa dongkol. *Kok, dia bisa A, gue enggak?* Bisa jadi Anda berpikir, *Ya ampun, Ndy. Gitu aja, kok, jadi masalah banget, sih. Banyak, lo, yang masalahnya lebih pelik dari kamu.*

Iya, saya tahu. Tapi, Sahabat NOVA...Anda juga pernah merasakannya, kan?

Kok, sepertinya dia lebih sukses. Kok, hobi barunya kayak seru banget. Kok, dia sudah bisa jalan-jalan sama keluarga; dan begitu banyak "Kok, dia..." lainnya.

It's a dangerous game to play. Permainan pikiran macam ini memang sebaiknya tidak kita biarkan berlarut-larut di kepala. Selain bikin stres untuk sesuatu yang sebenarnya tidak perlu, kita juga jadi tidak suportif terhadap pencapaian orang lain. Ujungnya, malah kita bisa jadi seperti para netizen julid bin nyinyir. "Kok, dia..." akan cepat berganti jadi, "Ih, padahal dia kan...".

Duh, saya enggak mau banget jadi orang semacam ini. Yang seperti "sirik tanda tak mampu". Saya rasa Sahabat NOVA pun sama.

Cerita soal Bunga Zainal yang dituduh hal yang bukan-bukan sampai banyaknya orang yang jadi *insecure* oleh pencapaian pasangan, semata-mata muncul dari hal-hal seperti FOMO tadi. Untungnya ini bisa diatasi.

Setiap kali pikiran seperti ini muncul di benak, saya harus ingatkan diri lagi dan lagi bahwa apa yang saya lakukan selama ini juga berarti. Jika belum untuk orang lain, setidaknya buat diri sendiri. Kalau ada Sahabat NOVA yang seperti saya, Anda tak sendiri. Kita bisa, kok, lepas jadi jebakan Si FOMO.

Salam hangat,
Indira Dhian Saraswaty
@indynesia

32 TAHUN PINTAR ATUR UANG

Lampirkan fotokopi KTP atau tanda pengenal lainnya.

Ketik Novamail(spasi) nama/usia/lokasi/surat Kirim ke NOMOR: 08121095999

nova@gridnetwork.id

TOP STORIES NOVA.ID

Jangan sampai ketinggalan berita! Ini yang sedang *hot* di **NOVA.id.**

1



Berita Terpopuler: Lagu Baru Rizki dan Ridho D'Academy Panen Hujatan Netizen Hingga Via Vallen Pamer Foto Bangun Tidur Hanya Gunakan Daster

2

Seorang Ahli Sebut Pandemi Corona di Indonesia Bisa Sampai Akhir Tahun: Sudah Memasuki Fase Kritis
Protokol kesehatan jangan kendor!

3

Tak Lagi Ditutupi, Imel Putri Cahyati Pamer Kedekatannya dengan Reiner Manopo di Acara Ulang Tahun Sang Anak
Semua mulai dari rasa nyaman, ehem.

4

Kabar Baik! SIM Diizinkan Sebagai Pengganti KTP Saat Bayar Pajak Kendaraan, Cek Syaratnya

5

Bikin Judika Bergidik Jijik, Ayu Ting Ting Tak Malu Umbar Kebiasaan Joroknya Bahkan Saat Bertamu di Rumah Orang
Ih! Betul menjijikkan!



6

Pergi Berlibur ke Bali, Pesawat yang Ditumpangi Keluarga Anang Hermansyah dan Ashanty Sempat Alami Gangguan Teknis Hingga Penumpang Disuruh Turun

7

Tak Usah Pakai Kimiawi, Ini 4 Bahan Alami untuk Mengatasi Kulit Wajah Berminyak

8

Duh, 3 Alat Elektronik Ini Ternyata Boros Listrik Meski Dipakai Cuma Sebentar
Awas tagihan listrik bengkak!

9

Sudah Resmi Bercerai dari Zumi Zola, Sherrin Tharia Ungkap Keresahan Hatinya Selama Ini
Selama ini terbungkam apakah?

10

Tak Ingin Dianggap Hanya Model Cantik, Sosok Istri Kedua Azis Gagap Ternyata Punya Bisnis yang Laris Manis Ini
Semoga terus mandiri dengan usaha sendiri.



COVER BUNGA ZAINAL: YESSICA RIANY | IG: @YESSICA.RIANY (FOTOGRAFER); SLAM WIYONO | IG: @SLAMWIYONO (MAKEUP & HAIRDO); GABRIELA BATTI | IG: @GABBATTI (STYLIST). | HALAMAN ETALASE: ADELINE KRISANTI (FOTOGRAFER); TENTRY YUDVI (STYLIST); INDRI NOVELIN| IG @INDRINOVELIN (MAKE-UP); TRI DARMAYANTI | IG @TRIDARMAYANTI87 (HAIRDO); SEJAUH MATA MEMANDANG | SEJAUH_MATA_MEMANDANG (BUSANA); @DA2_RIZKI123 / DOK. INSTAGRAM (RIZKI D'ACADEMY), @VIAVALLEN / DOK. INSTAGRAM (VIA VALLEN); @AYUTINGTING92 / DOK. INSTAGRAM (AYU TING TING); @DEWI_KEKE22 / DOK. INSTAGRAM (DEWI KEKE).



Raffi Ahmad

Beli Pesawat Garuda Indonesia?

Logo perusahaan Raffi tersemat di badan pesawat terbaru Garuda Indonesia, hingga jadi viral. Tapi kenapa Raffi juga kaget?

Sukses sebagai raja hiburan Tanah Air, mulai platform digital hingga acara TV, bikin Raffi Ahmad menjadi selebritas yang paling mencuri perhatian. Yang terbaru, lelaki yang kerap dijuluki sebagai Sultan Andara ini bikin heboh ketika berpose di dekat logo Rans Entertainment yang menempel di badan pesawat terbaru milik PT Garuda Indonesia Tbk.

Pose yang kemudian viral itu langsung menimbulkan spekulasi, apa Raffi juga membeli pesawat milik maskapai penerbangan kebanggaan Indonesia itu?

Setelah diselidiki, ternyata enggak. Sebaliknya, Raffi justru tak tahu menahu perihal pemasangan logo perusahaanya yang bertengger di badan pesawat. Buktinya, dalam unggahan YouTube terbaru Rans Entertainment berjudul *Rafathar Kaget Ada Logo Rans di Pesawat Garuda*, Raffi terlihat kaget begitu melihat pemandangan tersebut.

"Wah gila! Ha-ha-ha mantep nih. Ini harus difoto nih sayang," teriak Raffi pada Nagita Slavina, istrinya.

Tak canggung, mantan kekasih Yuni Shara ini langsung menaiki tangga khusus bersama istri dan putranya, Rafathar Malik Ahmad, sambil mengabadikan momen langka tersebut.

"Ini *surprise* banget, keren banget Pak Irfan (Direktur Utama Garuda Indonesia). Pak Rizal (Commercial Director and Cargo Garuda Indonesia). Keren banget ini. Rans lagi datang ke GMF (Garuda Maintenance Facility). Ini (menunjuk logo, red.) terima kasih banyak. Di sini Rans sedang mengunjungi Garuda, karena Garuda itu adalah wajahnya Indonesia," kata Raffi antusias, sambil melihat ke arah dua pimpinan tinggi perusahaan penerbangan tersebut.

Rasa Terima Kasih

Dikutip dari Kompas.com, Irfan Setiaputra menyebut penyematan logo itu memang kejutan buat Raffi, yang berkunjung untuk melihat armada keluaran terbaru Garuda Indonesia, yakni Airbus 330-900 yang masih berada di bengkel pesawat. Itu dilakukan sebagai bentuk rasa terima kasih Garuda Indonesia pada Raffi karena sudah mendukung salah satu acara virtual mereka belum lama ini.



Tak ketinggalan Raffi-Nagita juga mengabadikan momen kebersamaan mereka di dalam pesawat baru milik Garuda Indonesia.

Tak cuma itu, selama berkunjung Raffi juga diperkenankan untuk melihat-lihat secara langsung setiap penjuru armada pesawat, sehingga lelaki berusia 33 tahun itu takjub dibuatnya. "Mumpung kita di pesawat, jadi ini kesempatan yang jarang kita kasih (ke penumpang) untuk masuk ke kokpit dan foto. Jangan dinyalain tapi," tukas Irfan pada Raffi.

Jelas saja kesempatan langka itu tak disia-siakan Raffi. Bahkan, Nagita juga ikut berbahagia. Gigi, sapaan akrabnya bilang, "Sayang, aku udah lama banget enggak naik pesawat. Senang banget deh naik pesawat (lagi), walaupun enggak terbang."

"Aku juga sudah 7 bulan (enggak naik pesawat), setengah tahun," kata presenter sekaligus produser film layar lebar ini tertawa.

Bukan hanya takjub, Raffi dan Gigi benar-benar tak bisa lagi membendung rasa bahagianya itu. Apalagi keduanya berkali-kali mengaku rindu naik pesawat, sebab kondisi pandemi membuat mereka tak bisa lagi naik si burung besi untuk berlibur atau sekadar bekerja ke luar kota.

> "Wah gila! Ha-ha-ha mantep nih. Ini harus difoto nih sayang."

Padahal beberapa bulan lalu, pasangan yang menikah pada 17 Oktober 2014 ini seakan tak bisa lepas dari transportasi udara itu karena asyik menyelesaikan misi keliling dunia selama empat bulan.

Duh!



Raffi Ahmad dan keluarga kecilnya bahagia berpose di depan logo RANS yang tersemat di badan pesawat Garuda.

SITI SARAH NURHAYATI

FOTO: DOK. INSTAGRAM @RAFFINAGITA1717

Tara Basro

Ngaku Blunder Setelah Diserang Netizen

Padahal Tara Basro juga awam dan hanya ingin menyuarakan pendapatnya saja. Kok, malah diserang?



Bukannya tak percaya dengan adanya pandemi virus Covid-19, Tara Basro justru paham virus ini membuat semuanya jadi berantakan. Apalagi di masa *new normal* ini pasien positif virus corona seolah terus meningkat di Indonesia.

Alhasil, Tara memberi perhatian khusus terhadap segala macam hal yang berhubungan dengan pandemi. Misalnya saja soal vaksin yang kini tengah dipersiapkan untuk "melawan" virus, Tara pun menyuarakan kekhawatirannya.

Terakhir, Tara terlihat mengunggah kembali cuitan akun *influencer* aktivis antivaksin @AliBeckZeck di Instagram Storiesnya, Selasa (1/9). *"Folks we have a serious problem & it's not Covid. What we have is an evil & greedy system of #vaccine dan #bigpharma companies using fear of a virus to re-engineer society, where everyone will be injected with harmful neurotoxic chemicals that will, over time, erode their health."*



Gara-gara unggahan Instagram Stories, Tara Basro dicap pro #antivaksin.

Tak butuh waktu lama, banyak yang merespon unggahan Tara dengan berbagai perspektif berbeda. Bahkan, nama istri Daniel Adnan ini langsung *trending* di Twitter karena unggahannya itu dinilai berbanding terbalik dengan upaya pemerintah dalam penanggulangan wabah, hingga dia dicap sebagai antivaksin Covid-19.

"Kalau soal vaksin Covid, rasanya sekarang anggapannya vaksin tuh penyelamat, dunia akan kembali seperti sebelumnya. Aku sama kayak kalian, enggak ada latar belakang. Tapi kalaupun akan ada vaksin, ya harus tau dulu dong efektif apa enggak, ada efek samping apa nggak? Wajar kan?" cuit Tara setelah sadar unggahannya mengundang polemik.

Justru dengan adanya musibah ini, Tara ingin masyarakat lebih *aware* lagi dengan kesehatan dan tak menelan mentah-mentah informasi yang beredar. Pemain *Gundala* (2019) ini menambahkan, "Jangan karena ketakutan, malah jadi buta apa aja dihalalkan. Tapi kalau memang pada akhirnya bekerja, ya Alhamdulillah."

Lantas, setelah menanggapi komentar warganet, perempuan berusia 30 tahun ini akhirnya mengaku blunder dengan tulisan yang sudah dia *upload* ulang, dan langsung meminta maaf atas kegaduhan yang terjadi, sambil membubuhkan hashtag #tarajugamanusia.

Waduh!

SITI SARAH NURHAYATI | FOTO: AFRI PRASETYO, DOK. INSTAGRAM @TARABASRO

Dua Selebritas Lahiran Bareng



Tanggal 1 September 2020 jadi hari istimewa untuk kedua pasangan selebritas ini, yakni Citra Kirana-Rezky Adhitya dan Ussy Sulistiawaty-Andhika Pratama, karena bayi lelaki mereka telah lahir ke dunia. Meski melahirkan di tanggal yang sama, sepak terjang keduanya tentu berbeda. Citra Kirana lahirkan buah hati pertama, sedangkan Ussy lahirkan "putra" pertama setelah memiliki 4 putri. Selamat ya!

FOTO: DOK. INSTAGRAM @THEREAL_REZKYADHITYA @USSYPRATAMA

Bunga Zainal

Dibilang Mirip Bintang Porno, "Buat Aku, Itu Pelecehan!"

Bermula dimiripkan, kini ada yang percaya Bunga bintang porno betulan. Inikah alasan suami minta Bunga berhenti dari dunia hiburan?

Niatnya mau balas warganet yang sudah membeli produknya, eh malah kebuka pesan yang bikin emosi jiwa raga. Padahal, Bunga yakin sekali kalau pembawaannya sudah amat sopawn, tapi, kok, masih saja ada warganet yang berkomentar tidak mengenakkan.

Memangnya, komentar apa yang segitu...

Seseorang mengirim pesan dan terang-terangan menyebut dirinya mirip dengan bintang porno Korea. Bunga pun langsung mengunggah tangkapan layar komentar tak enak ini. Bunga sangat emosi dan tidak habis pikir, kenapa orang tersebut bisa komentar begitu?

"Banyak yang bilang itu kan hanya 'dibilang mirip' dengan artis porno. Mirip? Kalau memang dia tidak berpikiran aku negatif, dia akan mengalihkan atau bilang aku mirip dengan artis yang lebih terhormat, misalnya," ujar Bunga saat dihubungi NOVA baru-baru ini.

Bukan ingin terus dipuji, tapi istri Sukhdev Singh ini yakin hal tersebut jauh sekali dari kepribadiannya. Apalagi dalam unggahan yang dikomentari, Bunga pakai baju tertutup dengan gaya yang sopan. "Jadi ketika ada yang komentar seperti itu, buat aku itu pelecehan!"

Mirisnya, hal ini tidak dialami Bunga sekali dua kali saja. Aktris sekaligus pesinetron ini mengungkapkan, pernah ada yang mengirimkan foto tak senonoh hingga menawarkan diri jadi berondong simpanannya. Makanya, dia sudah geram dibuatnya.

"Bahkan enggak sedikit juga yang akhirnya berkomentar kalau aku tuh bener-bener artis porno. Itu, kan, sangat merugikan aku," ujar Bunga yang tak mau hal konyol itu berimbas pada anak-anaknya yang sudah mulai main media sosial.

Jika komentarnya positif dan berisi saran, tentu Bunga akan menerima. Namun, kalau isi komentarnya menjelekkan, menghina, atau melecehkan, perempuan bernama lengkap Bunga Nurlaila Martha Sari Zainal Fazri ini jelas tidak akan diam saja dan tak ragu melaporkan.

"Kalau ini orang makin berlanjut dan akhirnya berdampak merugikan aku, keluarga aku, dan tim manajemenku, mau tidak mau ini harus dilanjutkan ke pihak yang berwajib," terang perempuan kelahiran Jakarta, 23 Maret 1987 ini.

> "Bahkan enggak sedikit juga yang akhirnya berkomentar kalau aku tuh bener-bener artis porno."

Beruntung, niat Bunga ini didukung penuh suaminya. Bahkan, sesuai saran dari laki-laki yang dinikahinya enam tahun lalu itu, Bunga dan tim sedang mengumpulkan bukti-bukti dan sudah menandakan lima akun yang berpotensi merugikannya.

Tempat Curhat Terbaik

Dukungan suami bagi Bunga memang sangat penting, apalagi untuk hal yang membuatnya sangat emosional begini. "Kalau ada masalah, aku hanya bisa cerita sama dia. Hanya dia yang menurutku cukup *welcome* mendengarkan keluhan-keluhanku," curhat Bunga.

Tak heran jika pelakon *The Perfect Husband* ini menganggap sang suami adalah partner sekaligus tempat mencurahkan hati terbaik. Apalagi, sejauh ini hubungannya dengan laki-laki keturunan India berusia 51 tahun itu cukup erat, keduanya selalu meluangkan waktu untuk bertemu.



Setiap hari, Bunga selalu menemani anak-anaknya sekolah dan belajar dari rumah.





Bagi Bunga, sang suami, Sukhdev Singh adalah tempat curhat dan partner terbaiknya.

Lantas, dengan perbedaan usia hingga 18 tahun, apa kunci Bunga tetap harmonis?

"Aku sama suami punya prinsip dalam pernikahan, kita harus saling menghargai, saling percaya, kita harus berkomunikasi dengan baik, kita juga harus saling mengalah kepada pasangan, dan kita juga harus punya *quality time* berdua tanpa anak-anak," ujar Bunga.

Entah bagaimana Bunga bisa curi-curi waktu berdua dengan suami kala di rumah saja. Namun yang pasti, perempuan yang dikenal lewat sinetron *Suci* ini yakin jika prinsip itu dijalani, hal negatif dalam rumah tangga akan jauh dengan sendirinya.

Berhenti Syuting

Sementara itu, meski tampak memanjakan Bunga, Sukhdev ternyata pernah meminta hal yang hingga kini sulit diwujudkan istrinya itu. "Suamiku memang sudah pernah minta untuk aku berhenti syuting, dan tidak berkarier lagi di dunia *entertainment*," ungkap Bunga.

Permintaan itu diajukan Sukhdev sebelum komentar tak mengenakkan sampai ke telinga Bunga. Namun, pelakon *Dancing In The Rain* ini merasa masih bisa produktif dan melayani banyak tawaran yang datang padanya. Toh, Bunga yakin seiring waktu dirinya akan berhenti sendiri juga.

Meski begitu, bukan berarti Bunga tak pernah coba memenuhi keinginan suaminya. Dia pernah sempat vakum dari dunia hiburan dan fokus sebagai ibu rumah tangga, hingga pernah jadi pebisnis. Tapi adik dari artis Vicky Zainal ini merasa tak senang. "Dunia bisnis terlalu kaku, sinetron itu bener-bener *fun*. Walaupun stres dan capek, tapi senang."

Makanya, Bunga sedih sekali saat sudah berjuang mendapatkan izin suami dan bisa kembali syuting, eh tiba-tiba pandemi bikin semua kegiatannya terhenti. Alhasil, saat ada proyek lagi nanti, dia harus kembali merayu biar diberi izin.

"Suamiku enggak terlalu menekan aku untuk berhenti syuting. Dia bilangnya kalau bisa. Kalau aku masih mau, ya jalanin aja," ujar Bunga yang sejauh ini baru berani menerima tawaran untuk jadi bintang tamu atau pembawa acara.

AGHNIA HILYA N

FOTO: DOK. INSTAGRAM @BUNGAZAINAL05



Semenjak menikah, menjadi istri dan ibu untuk keluarga kecilnya adalah prioritas utama Bunga.

Temani Anak Belajar dari Rumah
Stres Hingga Ganggu Psikologis

Awalnya Bunga berpikir, tahun ini akan sibuk bekerja dan beraksi di depan kamera, tetapi pandemi corona mengubah segalanya. Kini Bunga tetap sibuk sih, tetapi setengah hari dihabiskan mendampingi anak-anaknya belajar dari rumah.

Apalagi untuk urusan sekolah anak, dirinyalah yang lebih banyak terlibat. Menurutnya, sang suami cukup sibuk, sehingga mau tidak mau Bunga yang fokus mengurus sekolah anak. Makanya, saat sistem belajar jarak jauh diterapkan, Bunga yang kaget.

"Di awal-awal aku cukup stres juga, karena sistem online dan tidak terbiasa. Karena aku bener-bener lumayan gaptek (gagap teknologi, red.). Jadi ketika sistem belajarnya seperti ini, cukup mengganggu psikologis aku dan anak-anak," ungkap Bunga.

Syukurnya, seiring berjalannya waktu, Bunga dan kedua anak lelakinya, Karan (10) dan Harneel (7) akhirnya terbiasa. "Jadinya sekarang sudah lebih rileks deh," pungkas Pemeran Utama Wanita Terfavorit FTV Awards 2011 ini.

AGHNIA HILYA N | FOTO: DOK. INSTAGRAM @BUNGAZAINAL05

5 Artis Ini Juga Pernah Disebut Mirip Bintang Porno



Aura Kasih



Gisella Anastasia



Kartika Putri



Marion Jola



Nagita Slavina

FOTO: DOK. NOVA, DOK. INSTAGRAM @LALAMARIONMJ @KARTIKAPUTRIWORLD

Luna Maya

Salah Tingkah Sebut Nama Ariel

Bilangnya lebih pilih pengusaha daripada penyanyi, tapi yang diingat Luna malah Ariel. Padahal ditanya soal mantannya, Luna bilang sudah lupa.

Jika ditanya satu hal yang berhubungan dengan bernyanyi, kira-kira Anda akan menjawab apa? Meski sudah diberi kode kalau jawabannya berhubungan dengan benda, tapi saat ditanya di program *The Sultan* (SCTV) belum lama ini, Luna Maya justru kekeuh menjawab, "Ariel? Noah?"

Alhasil, jawaban perempuan kelahiran Denpasar, Bali, 26 Agustus 1983 itu bikin Raffi Ahmad, si pemandu program heboh. Jawaban yang seharusnya mikrofon, namun yang diingat Luna justru nama mantannya. Padahal biasanya Luna enggan membahas soal mantan. "Kenapa melupakan mantan? Apa yang harus dilupakan? Sudah lupa ha-ha-ha," kata perempuan berusia 37 tahun ini tertawa.

Bahasan soal Luna dan mantannya ini sempat ramai, terutama saat perempuan bernama lahir Luna Maya Sugeng ini dimintai konfirmasi soal pernyataan Ariel. Sebelumnya, Ariel menyebut dia lebih memilih balikan dengan mantan kekasih daripada ke mantan personel band Peterpan.

"Wah mending balikan sama mantan, kalau personel lama (ada) hitungan royaltinya. Kalau mantan enggak ada hitungan royalti," jawab Ariel cepat, di kanal YouTube Augie Fantinus.

Nah, pertanyaan ini yang kemudian bikin heboh, hingga warganet berpikir Lunalah yang dimaksud.

Tapi Luna seolah enggak mengambil hati jawaban Ariel. Malahan dia bilang, "Kamu coba tanya (ke Ariel), spesifik dong mantan yang mana? Mantannya kan enggak aku doang. Tanya ama sama dia-lah."



Sejak Bali dibuka kembali, Luna lebih senang bersepeda di Pulau Dewata itu.

Masih Kepoin Mantan

Tampaknya, meski Luna mengaku sudah melupakan mantan, toh hatinya belum tentu sama. Seperti yang diketahui, walaupun hubungannya dengan vokalis grup Noah itu sudah berakhir satu dekade lalu, nama Luna masih kerap dikaitkan dengan Ariel.

Belakangan, saat ditanya Prilly di kanal YouTube Prilly Latuconsina, Luna menyebut dia masih bisa tahu kabar mantan kekasih hatinya itu. Semua itu karena adanya media sosial. "Mantan yang mana, nih? Kalau yang terakhir enggak, kalau yang dulu-dulu wajarlah kadang-kadang. Kayak misalkan sebut nama aja, Ariel. Ya biasalah. Bukan berarti ngepoin, kadang kan di Instagram kepencet ngeliat *story*-nya," kilah Luna.

"Pengusaha ajalah. Pengusaha yang bisa nyanyi kan pas tuh."



Luna merayakan ulang tahun bersama keluarga dan sahabat-sahabatnya di Bali.

Menariknya, Luna dan Ariel tidak saling mengikuti di Instagram, lho. Sehingga akun sang mantan pun sepertinya tidak ada di daftar *story* Luna sampai dia bisa tak sengaja melihat. Ah, tapi kalaupun Luna berusaha kepoin Ariel, itu kan haknya.

"Apa yang kamu lakuin dan yang terjadi, misalkan enggak sengaja atau sengaja, itu tidak merepresentasikan isi hatimu, *sometimes just for fun*. Mungkin ada orang yang ngirim. Toh kalau masih kepo ya enggak apa-apa, kan pernah ada di hidup kita juga," pungkas Luna.



Tunda Cari Jodoh

Ternyata, urusan jodoh, adik peselancar Tipi Jabrik ini sudah menentukan kriterianya. Jika harus memilih antara pengusaha dan penyanyi, Luna mengaku, "Pengusaha ajalah. Pengusaha yang bisa nyanyi kan pas tuh."

Sayangnya, Luna mengaku belum menemukan sosok pengusaha itu. Pelakon Suzanna dalam *Suzanna Bernapas Dalam Kubur* ini mengungkapkan, tahun ini tadinya dia berniat fokus mencari jodoh. Bahkan sebelum pandemi corona tiba, Luna sudah menyakinkan diri bahwa tahun 2020 ini akan jadi tahunnya.

"Kayaknya oke nih tahun ini kita keker-keker ya. Ternyata (terjadi pandemi) Covid. Ya sudahlah dinikmati saja, berarti Tuhan berkata lain. Akhirnya mikir, Luna kayaknya masih lanjutlah kamu mikirin diri sendiri dulu," ungkap aktris yang hobi bersepeda ini sambil tertawa.

Makanya, Luna sebal jika terus ditanya kapan kawin. Toh dia pun ingin menikah, dan keadaan ini bukan keinginannya. Tidak ditanya saja Luna bisa jadi sudah kesal, karena apa yang direncanakannya untuk bertemu dengan orang-orang baru kini gagal.

Jika tak ada orang baru, orang lama saja memang kenapa?

AGHNIA HILYA N

FOTO: AFRI PRASETYO, DOK. INSTAGRAM @LUNAMAYA

BTS

RAIH PUNCAK



Single berbahasa Inggris pertama dari BTS, *Dynamite*, mengukir sejarah. Untuk pertama kalinya, *boyband* asal Korea Selatan ini menduduki posisi nomor 1 Billboard Hot 100 berkat lagu bergenre disko-pop itu. Tak hanya itu, ini adalah kali pertama artis Korsel berada di puncak tangga lagu Billboard untuk 100 lagu populer teratas di Amerika Serikat. Wah, selamat!

FOTO: DOK. INSTAGRAM @BTS.BIGHITOFFICIAL



Ibnu Jamil

Kesulitan Menyetir di Malam Hari

Bermain dalam film yang serius, Ibnu amat fokus. Padahal itu *road movie*, tapi bagi Ibnu, justru adegan debatlah yang menyita energi.

Jika masih ada yang menganggap seorang Ibnu Jamil tidak bisa bermain serius, mungkin Anda belum menonton film *Mudik*. Melalui film terbarunya itu, laki-laki kelahiran Jakarta, 30 April 1982 ini membuktikan dirinya bisa memainkan karakter yang serius.

Saat syuting film semi *road movie* ini dengan adegan menyetir, Ibnu mengaku amat fokus. Lelaki yang biasa berkendara ini tidak memandang adegan itu sebelah mata. Bahkan dia mengaku mengalami kesulitan.

"*Scene* malam kita banyak, tapi sudut pandang dan *space* saya untuk melihat jalan itu kecil banget. Pokoknya saya melihat ada lampu motor sebagai *guide*, ya akan saya 'hajar' terus. Tanpa saya melihat di depan ada apa," ungkap Ibnu saat konferensi pers virtual film Mudik belum lama ini.

Aktor sekaligus presenter ini memang mengandalkan perasaan saat menyetir, sehingga dia mengaku tak mengalami kesulitan berarti soal berkendara. Sebaliknya, kesulitan Ibnu justru saat dia harus akting berdebat dengan istrinya, yang diperankan Putri Ayudya. Dikisahkan, Ibnu diposisikan terjebak di antara masalah rumah tangga dan batin yang bergejolak.

"Debat itu cukup sulit, sih. Karena harus menjaga emosinya, terus menentukan di bagian mana saya bisa motong dialog lawan main. Itu yang sulit. *Scene-scene* debat itu salah satu yang menyita energi," pungkas ayah satu anak yang suka olahraga ini.

Apalagi kalau adegan berdebatnya sambil menyetir, ya?

AGHNIA HILYA N

FOTO: DOK. INSTAGRAM @IBNUJAMILO

Setelah berjuang tegarkan hati dari kegagalan pernikahan, Jessica Iskandar melarikan diri ke Bali?



Umumkan kepindahan, mata Jessica Iskandar yang dinilai bengkak jadi sorotan.

Jessica Iskandar
Mendadak Pindah ke Bali

Bali memang jadi salah satu destinasi liburan banyak orang, termasuk artis Ibu Kota. Banyak yang ke sana untuk sekadar melepas penat untuk waktu yang lama. Tak jarang, pesona Bali juga bikin selebritas Tanah Air kepincut untuk pindah dan menetap. Sudah ada beberapa selebritas yang memulai kembali kehidupannya di Pulau Dewata itu. Terbaru, ada Jessica Iskandar yang mendadak mengumumkan kepindahannya ke sana.

Usai terbang dan berlibur di Bali selama beberapa hari, Jedar, sapaan akbarnya, sontak mengejutkan publik ketika kemudian mengumumkan keputusannya. Sambil mengunggah fotonya dengan El Barack, yang tengah bermain busa sabun, Jedar menuliskan, "*Dear followers*, aku dan EL Barack memutuskan untuk pindah ke Bali dan menetap di sini. Semoga ini jadi awal yang baru untuk kita, Amin (emoji hati)."

Keputusan itu tentu memunculkan tanda tanya publik, ada apa sebenarnya?

Sayangnya, Jedar enggan mengungkapkan alasan mengenai kepindahannya itu. Justru, selama di sana, perempuan berusia 32 tahun ini seakan fokus mengobati luka hati dari kenyataan pahit yang harus diterimanya, setelah batal menikah dengan tunangannya, Richard Kyle.

"We really see our bright future in Bali."

Padahal awalnya pernikahan itu tertunda karena pandemi, namun kini harus kandas karena adanya kesalahan yang tak bisa lagi ditolelir kedua belah pihak. Akhirnya hubungan Jedar dan Richard renggang, hingga tak ada lagi kemesraan yang biasa diperlihatkan.

Apalagi belum lama ini Jedar juga divonis terkena penyakit takikardia, hipertiroid, dan autoimun yang membuat pikirannya semakin kusut. Belum sembuh luka hati, aktris sekaligus model berusia 32 tahun ini juga harus berjuang menyembuhkan luka diri.

Sedih? Sudah pasti, bahkan Jedar sempat merasa tak lagi berguna. "*You never know how strong you are until being strong is the only choice you have*," tulisnya di postingan yang berbeda.

Nikmati Kebebasan

Tampaknya Jedar tak ingin lagi berlarut-larut dalam kesedihan. Pemeran Kara dalam *Dealova* (2005) itu kini bangkit kembali dan berusaha kuat demi El Barack, dia tak ingin lagi ada kesedihan atau penyesalan dalam hidupnya.

Selama di Bali, pemilik nama lahir Yesisca Iskandar ini sangat menikmati "kebebasannya" dan lebih menyatu dengan alam, seperti yang terlihat dalam beberapa postingannya selama di sana. Tak hanya itu, keputusan tersebut juga diambil setelah banyak hal positif yang bisa diajarkan pada putra semata wayangnya itu selama di Bali.

"Menurut aku Bali cocok sekali sama EL Barack, di Bali EL Barack belajar banyak tentang alam dan bagaimana cara mencintainya. Setiap berenang di laut, kita selalu pungut sampah plastik di dalam laut dan buang ke tempatnya! *Its feels amazing to dedicate ourself more to the earth*. Dengan *puppy* baru kita, Ginger (anjing peliharaannya) bikin EL Barack belajar *independent*, tanggung jawab dan *caring in the same time. We really see our bright future in Bali*," tulisnya.

Terus pekerjaannya bagaimana, ya?



SITI SARAH NURHAYATI

FOTO: AFRI PRASETYO, DOK. INSTAGRAM @INIJEDAR



Joe Taslim
Belajar Bahasa Korea, "Itu Tantangan Paling Gila!"

Soal adegan aksi, Joe Taslim tak diragukan lagi. Tetapi, Joe justru tertekan karena belajar bahasa. Lho, kenapa?

Sebagai aktor film laga, Joe Taslim pasti menemui berbagi adegan sulit secara fisik. Namun, saat bermain dalam film Korea *The Swordsman,* justru kendala teknis yang dihadapi pria bernama lengkap Johannes Taslim ini. Joe merasa kesulitan saat harus berakting dengan bahasa Negeri Gingseng itu. Apalagi saat syuting tiga tahun lalu, Joe enggak ngerti bahasa yang digunakan dalam filmnya, bahasa Korea dan Manchuria.

Kedua bahasa itu harus dikuasai Joe, karena tuntutan karakter yang dilakoninya sebagai Gurutai. Joe bilang, "Karakternya kayak Jenderal dari Manchuria, yang datang ke Korea dan dia cerdas banget. Dia bisa berbahasa Korea dan Manchuria."

Saat ngobrol soal film *The Swordsman* di kanal YouTube Medcom.id, Joe mengaku punya tekanan yang amat berat. Rupanya, sebagai perantau dari Indonesia, pelakon *The Raid* ini takut banget sampai salah ngomong di depan orang Korea asli.

Padahal bahasa Korea yang digunakan pun bukan yang biasa didengar Joe di film-film Korea saat ini. Kebetulan film *The Swordsman* adalah film sejarah Korea, yang mengambil waktu abad 1600-an sehingga menggunakan bahasa Korea kuno yang baku.

Selain belajar bahasa yang amat baku, Joe juga harus belajar bahasa yang sudah punah. Tak heran kalau aktor yang senang bermain piano dan bernyanyi ini lebih tertekan dengan tantangan bahasa, ketimbang adegan aksinya sendiri.

"Shooting film ini mengharuskan saya tinggal di Korea Selatan 3 bulanan dan betah!"

"Bahasa Manchuria itu sudah enggak ada lagi di dunia. Hanya ada satu profesor dari universitas di Korea yang datang dan ngajarin aku bahasa Manchuria. Itu tantangan paling gila!" ujar ayah tiga anak ini sambil tertawa, seakan bernostalgia.

Setelah latihan di Korea, Joe tetap diberikan semua materi dan bahasa yang perlu dipelajarinya selama di Indonesia. Makanya, meski setiap hari tertekan dan tertantang saat syuting, Joe kini bisa tersenyum bangga karena semuanya sudah usai.

Betah di Korea

Menariknya, saat ini Joe mengaku masih hapal beberapa dialog dalam bahasa Korea dan Manchuria di film tersebut. Bahkan, suami Julia Taslim ini mulai dilanda rindu dengan negara yang juga terkenal dengan musik K-Popnya itu.

Hal tersebut ditunjukkan Joe dengan menggunggah beberapa foto di belakang layar film yang bikin rambutnya jadi panjang itu di Instagram-nya. Bagi penggemar penyanyi K-Pop IU ini, film tersebut juga memberinya pengalaman berharga, karena bisa beradu peran dengan aktor kawakan Korea, Jang Hyuk.



Joe Taslim bersama aktor kawakan Korea Selatan, Jang Hyuk yang menjadi lawan mainnya.

"*Shooting* film ini mengharuskan saya tinggal di Korea Selatan 3 bulanan dan betah! Sampai ke desa-desa *shooting*-nya. Sampai sekarang selalu pengin balik lagi. *Great experience*," tulis Joe yang mengaku belajar banyak dari berlakon di film itu.

Rupanya, laki-laki yang kini gemar belajar masak sudah jatuh cinta dengan bahasa dan budaya Korea Selatan. Tak hanya itu, menurut pria kelahiran Palembang, 23 Juni 1981 ini, bekerja sama dengan orang Korea pun menyenangkan, karena mereka sangat ramah.

AGHNIA HILYA N

FOTO: DOK. INSTAGRAM @JOE_TASLIM

KOREAN CORNER

Jung Hae-in

Batal Jadi Lawan Main Jisoo Blackpink?

Mendapat kritik tajam dari Blink, Jung Hae-in ternyata masih belum putuskan bergabung dengan drama *Snowdrop*. Kenapa?

Sederet penghargaan sudah ditangan, pasti kemampuan aktingnya juga enggak bisa diragukan, ya? Tapi bagi Blink, sapaan penggemar grup vokal Blackpink, aktor Jung Hae-in dianggap masih belum pantas disandingkan dengan penyanyi kecintaan mereka, Jisoo Blackpink, dalam drama Korea Selatan, *Snowdrop*.

Banyak yang merasa, aktor yang pernah main dalam drama *Something in the Rain* (2018) ini masih kurang kompeten, hingga akhirnya menghadirkan pro dan kontra sebelum pengumuman resminya dibuat.

Memang, sejak *Snowdrop* digaungkan dan Jisoo terpilih sebagai pemeran utama, drama ini sudah berhasil mencuri perhatian. Bahkan, nama pemain yang terus bermunculan tak jarang mendapat kritik tajam. Ya, seperti Jung Hae-in ini, yang dikabarkan akan jadi lawan main Jisoo dan mengisi pemeran utama lelaki di drama tersebut.

Padahal pihak agensi peraih *Most Popular Actor di 2018 BaekSang Arts Awards*, FNC Entertainment, ini masih belum mengonfirmasi kebenaran terkait hal tersebut. "Ini adalah salah satu dari sejumlah proyek yang ditawarkan kepadanya (Jung Hae-in), dan dia belakangan ini sedang mempertimbangkannya," jelas agensinya seperti dikutip dari Koreaboo.



Masih Digantung

Namun, kabar terbaru dari JBTC sebagai rumah produksi, yang akan mengisi "kursi" pemeran utama ternyata bukanlah Jung Hae-in, melainkan Jang Seung-jo.

Agensi Jang Seung-jo pun sudah mengonfirmasi kebenaran tersebut.

"Jong Seung-jo akan bergabung dengan drama (*Snowdrop*) sebagai pemeran utama. Rincian alur cerita drama dan karakter Jang Seung-jo akan diungkap perusahaan produksi di kemudian hari," ucap pihak agensi.

Lantas bagaimana nasib Jung Hae-in?

Hingga berita ini ditulis, Selasa (1/9), pihak agensi ternyata masih belum juga memberikan kepastian terkait keterlibatan aktornya di drama yang akan diproduksi ini. Bisa jadi Hae-in juga terlibat, namun bukan sebagai pemeran utama.

Meski begitu, pemain *Reply 1988* (2015) ini masih disibukkan dengan beberapa proyek iklan. Buktinya, kemarin dia berhasil membuat heboh penggemar dengan iklan terbarunya yang tengah bertelanjang dada, dibalut selimut berwarna abu-abu.

SITI SARAH NURHAYATI

FOTO: DOK. INSTAGRAM @HOLYHAEIN @YEJINHAND @ROMA.EMO @SOOBINMS

3 Lawan Main Jung Hae-in di Drama

Chae Soo-bin
A Piece of Your Mind (2020)



Han Ji-min
One Spring Night (2019)



Son Ye-jin
Something in the Rain (2018)



5 Fakta Menarik Jung Hae-in

1. Rela **turunkan berat badan 12 kilogram** demi masuk dunia seni peran.
2. **Kakek buyutnya, Jeong Yak-yong,** adalah **sejarawan dan ilmuan di masa Dinasti Joseon.**
3. Pernah masuk dalam daftar bakal calon **pemain Choi Taek di Reply 1988,** namun tersingkirkan oleh Park Bo-gum.
4. **Mendapat julukan "Milk Man"** dari penggemarnya, karena dianggap memiliki gen superior dan kemampuan di atas rata-rata.
5. Menjalin persahabatan erat dengan **Lee Jong-suk dan Shin Jae-ha.**

Kecantikan

Trik Ikal Tanpa Merusak Rambut



Anda ingin gaya rambut ikal? Cara paling mudah, ya, membuat spiral menggunakan alat catok. Tapi kalau sayang dengan rambut, Anda bisa pilih cara lain yang lebih bersahabat alias tidak merusak rambut. Cara ini cukup berhasil untuk rambut yang dasarnya berombak.

Agar hasilnya lebih bagus, lakukan hal ini sebelumnya.

1 » **Gunakan kondisioner setelah keramas** agar rambut lebih lembap. Rambut yang terlalu kering lebih sulit dibentuk.

2 » **Saat rambut setengah kering, gunakan vitamin rambut berbentuk *oil*** yang juga membuat rambut jadi lebih mudah dibentuk.

Setelah rambut kering, baru kita mulai membentuk. Ini pilihannya.



1. Cara Twist

Belah rambut menjadi dua bagian. Pilin rambut sampai ke ujung. Anda bisa mulai dari atas (poni) atau dari batas leher. Lalu jepit bagian ujung agar pilinan tidak terbuka.

2. Cara Ikat Tambang



Belah rambut menjadi dua bagian, Anda bisa mengikatnya dulu dengan karet, bisa juga tidak. Kerjakan satu sisi dulu, yaitu bagi rambut menjadi dua lagi, lalu belitkan kedua bagian ini menyerupai tambang. Lakukan sampai ujung, lalu ikat dengan karet.

Biarkan selama beberapa jam atau lebih bagus lagi semalaman. Saat dibuka, rambut Anda akan tampil ikal menawan, seperti menggunakan catok. Rapikan perlahan dengan jari, jangan menggunakan sisir.

MADE MARDIANI KARDHA | FOTO: ISTOCK



Rasakan Double Manfaat Unit Link

Hindari Kesalahan Receh Ini!

Asuransi *unit link* bisa optimal asal Anda jeli saat membeli.



Dari sederet produk keuangan yang ada, barangkali kita sudah cukup sering mendengar istilah *unit link*. Ya, produk asuransi yang memberikan dua manfaat sekaligus, yakni proteksi dan investasi. Dengan adanya produk ini, bisa jadi kita tak perlu lagi memisah-misahkan asuransi dan investasi.

Menarik? Tentu. Apalagi saat kondisi *new normal* yang penuh ketidakpastian seperti ini. Kita tentu perlu siap menghadapi risiko yang bisa terjadi kapan saja, terutama risiko kesehatan dan finansial.

Manfaat asuransi dalam produk *unit link* umumnya memberikan perlindungan jiwa. Namun bisa juga memberikan manfaat tambahan, seperti perlindungan sakit kritis, rawat inap, dan pembebasan premi akibat cacat total atau tetap. Manfaat perlindungan ini dapat disesuaikan dengan kebutuhan.

> Selama kita bisa mengambil manfaatnya yang disesuaikan dengan kebutuhan kita, maka produk ***unit link*** akan bisa sangat bermanfaat.

"Pentingnya asuransi jiwa di sini sangat erat kaitannya dengan aman secara finansial. Di mana aman secara finansial dapat diwujudkan dengan mengelola keuangan kita untuk memitigasi risiko di masa depan. Kita dapat menghindari risiko, mengendalikannya, menerima atau mentransfernya," ujar Karin Zulkarnaen, Chief Marketing Officer Allianz Life Indonesia.

Menurut Karin, jika ditilik lebih lanjut, dengan mengoptimalkan sisi perlindungan asuransi, sebenarnya kita justru melindungi aset yang telah kita punya dari keperluan biaya yang besar dan mendadak. Seperti saat terdiagnosa sakit kritis ataupun kehilangan pencari nafkah karena meninggal dunia. Di sisi lain, manfaat investasi akan memaksimalkan perlindungan. Ini bertujuan untuk pengembangan dana jangka panjang dan bisa disesuaikan dengan tujuan, jangka waktu, dan profil risiko kita. Sehingga, proteksi dan investasi yang ada di produk *unit link* dapat kita optimalkan untuk mencapai tujuan finansial jangka panjang yang kita rencanakan.

Meski begitu, hati-hati, ya. Jangan sampai salah langkah dan strategi. Alih-alih ingin merasakan untung dobel, Anda malah bisa merasa menyesal memilih produk *unit link*.

Lho, kenapa? Karena bisa saja Anda terjebak dalam kesalahan-kesalahan pemikiran dasar berikut ini.

MARIA ERMILINDA HAYON | FOTO: ISTOCK/ NOVA.

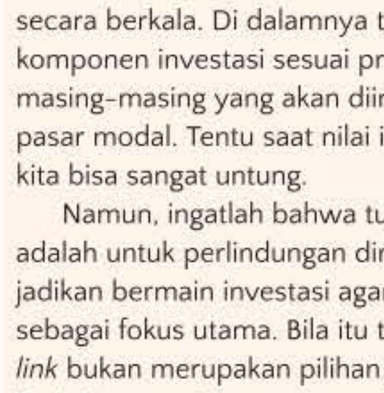
Ingat! Titik Berat pada Proteksi



Meski terkesan ada dua penyokong, tetap saja asuransi yang menggandeng investasi ke dalamnya ini punya risiko. Ya, sebagai pemegang polis asuransi jiwa *unit link*, kita diwajibkan untuk membayar premi secara berkala. Di dalamnya terkandung komponen investasi sesuai profil risiko masing-masing yang akan diinvestasikan di pasar modal. Tentu saat nilai investasi naik, kita bisa sangat untung.

Namun, ingatlah bahwa tujuan utama kita adalah untuk perlindungan diri. Jadi, jangan jadikan bermain investasi agar untung besar sebagai fokus utama. Bila itu tujuannya, *unit link* bukan merupakan pilihan yang tepat. Maka itu, penting untuk menganalisa tujuan Anda sebelum membeli produk *unit link*, sehingga Anda tidak akan kecewa. Jangan sampai, nih, kelak merasa terjebak karena awalnya tak tahu tujuan dan fokus utama produk yang Anda beli.

Bisa Turun, Lho!



"Salah paham yang sering terjadi adalah bahwa produk ini 'menjanjikan' hasil investasi yang tinggi. Di seluruh materi pemasaran sebetulnya sudah ditulis bahwa hasil investasi 'tidak dijamin', namun banyak yang berharap bahwa investasi itu pasti menguntungkan," ungkap Karin pada NOVA.

Produk *unit link* memang memiliki risiko. Jika hasil investasi turun terus-menerus dalam jangka waktu yang lama, maka dapat menggerus nilai investasi yang selama ini terbentuk. Jika berkepanjangan, maka polis bisa menjadi tidak aktif karena tidak adanya nilai investasi di polis tersebut. Jadi, ketika kinerja investasi menurun, maka nilai polis juga turun. Saat ini terjadi, biasanya pihak asuransi akan menghubungi kita untuk melakukan penambahan dana, apabila hasil investasi tidak cukup untuk meneruskan manfaat asuransi.

Nah, risiko ini sangat perlu dicermati agar kita bisa mengantisipasinya, sehingga tidak timbul kekecewaan, kecurigaan, atau bahkan kemarahan. Maka pertimbangkan penawaran *unit link*, pastikan Anda memilih instrumen yang sesuai profil dan tujuan keuangan. Jangan asal pilih *return* yang paling tinggi. Karena prinsip investasi memang *high risk, high return*.

Bukan Produknya Jelek



Salah paham selanjutnya adalah menganggap bahwa sekali hasil investasi menunjukkan minus, artinya produk *unit link*-nya jelek. Padahal perlu dianalisa, apa dana investasi yang dipilih dan bagaimana kinerja pasar di periode yang sama.

"Jika kinerja pasar memang sedang terkoreksi, pada umumnya seluruh dana investasi serupa (siapa pun pengelola dana investasinya) akan terkoreksi. Pemilik polis *unit link* perlu lebih bijaksana dalam memilah mana yang merupakan kinerja buruk maupun mana yang memang merupakan bagian dari kinerja pasar," jelas Karin.

Ya, penting untuk diketahui bahwa setiap dana investasi memiliki risikonya masing-masing. Untuk itu perlu memilih dana investasi yang sesuai profil risiko untuk menghindari kekecewaan. Dan ingatlah bahwa tidak ada produk yang sempurna. Begitu pula dengan *unit link* yang memiliki kekurangan dan kelebihan. Selama kita bisa mengambil manfaatnya yang disesuaikan dengan kebutuhan kita, maka produk *unit link* akan bisa sangat bermanfaat.

Polis Tak Selamanya Aktif



Jangan menganggap polis itu selamanya pasti aktif. Bila kita tidak melakukan pembayaran premi secara bertahap, polis akan menjadi batal setelah polis tersebut tidak memiliki nilai sama sekali. Maka penting sekali untuk rutin membayarkan premi tepat waktu.

Sekali Beli ≠ Aman Selamanya



Ingat juga untuk tidak menganggap bahwa sekali membeli polis berarti aman selamanya. Pasalnya, jumlah kebutuhan kita juga akan berubah mengikuti pola kehidupan. Seperti jumlah tanggungan, jumlah pendapatan, cicilan yang dimiliki, biaya *lifestyle*, dan tentunya tujuan kita. Maka itu, perlu pengecekan kembali apakah polis masih bisa memproteksi hal-hal vital di hidup kita atau tidak.

"Sangat direkomendasikan untuk me-*review* setahun sekali agar jumlah pertanggungan menjadi relevan sesuai kebutuhan. Faktor inflasi yang meningkat tiap tahun perlu kita perhitungkan," saran Karin.



KARIN ZULKARNAEN, CHIEF MARKETING OFFICER ALLIANZ LIFE INDONESIA.

INI 8 HAL YANG HARUS DIPASTIKAN DALAM POLIS ASURANSI

1. Penanggungan dan kondisi yang telah ada sebelum polis dibuat.
2. Pengecualian dalam polis.
3. Masa tunggu pertanggungan.
4. Premi dan harga.
5. Progres klaim.
6. Tabel manfaat.
7. Definisi dalam polis.
8. Reputasi dan aspek keuangan perusahaan asuransi.



ALUR PEMBAYARAN UNIT LINK



Jelajah Rasa Nusantara 1: Indonesia Barat

Manis-Manis Kudapan Khas Jawa

Kuliner Nusantara merupakan kebanggaan warga Indonesia. Dari barat, tengah, sampai ujung timur, Indonesia penuh cita rasa yang menggoda. Sahabat NOVA sudah sempat cicipi semua? Kalau belum, tiga minggu ke depan mari menjelajah rasa lewat beragam resep Nusantara di Sedap Sekejap NOVA!

Minggu ini, kita berlabuh dulu di Indonesia bagian barat, ya. Kita mulai dari kudapan tradisional Jawa, lalu sajian nikmat khas Sumatra dan Kalimantan Barat. Kalau kaki belum bisa menjelajah ke sana, setidaknya lidah kita bisa mencicip lebih dulu. Yuk, segera hadirkan di meja makan keluarga hari ini.

Talam Manis

Bahan

1	kg	singkong, kupas, parut
1	bks	agar-agar bubuk putih
300	ml	santan
150	gr	gula pasir
1	sdt	pewarna makanan merah muda

Taburan

(Aduk Rata, Kukus)

100	gr	kelapa kupas, parut memanjang
½	sdt	garam

Cara Membuat

1. Peras singkong yang sudah diparut. Sisihkan.
2. Siapkan 2 loyang ukuran 20 cm dan olesi sedikit minyak goreng. Sisihkan.
3. Campur santan, gula pasir, dan agar-agar bubuk. Aduk rata. Masukkan singkong parut. Aduk rata.
4. Bagi adonan menjadi 2 bagian. Satu bagian tambahkan pewarna makanan merah muda. Aduk rata.
5. Tuang masing-masing adonan ke loyang. Kukus di kukusan panas hingga matang. Angkat.
6. Potong-potong setebal 1,5 cm. Sajikan dengan taburan kelapa parut.



Colenak

Bahan

500	gr	tape singkong
4	lbr	keju lembaran
50	gr	margarin

Bahan Saus

250	ml	santan dari ½ btr kelapa
3	bh	mata nangka, buang biji, potong-potong
200	gr	gula merah, sisir halus
2	lbr	daun pandan, ikat
¼	sdt	garam

Cara Membuat

1. Pipihkan tape singkong. Sisipkan keju. Tutup dengan tape. Bakar sambil diolesi margarin di atas bara api sampai kecokelatan.
2. Untuk saus: Rebus santan, nangka, gula merah, daun pandan, dan garam sambil diaduk sampai gula larut dan kental.
3. Sajikan tape bersama saus.



Getuk

Bahan

100	gr	gula pasir
75	gr	kelapa, parut kasar, kukus
½	sdt	vanili bubuk
500	gr	singkong, kupas, kukus, haluskan
¼	sdt	pasta cokelat

Taburan

200	gr	kelapa parut
½	sdt	garam

Cara Membuat

1. Campur gula pasir, kelapa parut, dan vanili bubuk. Aduk rata hingga gula larut.
2. Tuang campuran gula ke singkong halus. Aduk rata.
3. Bagi adonan menjadi 2 bagian. Tambahkan salah satu adonan dengan pasta cokelat. Aduk rata. Sisanya biarkan putih.
4. Giling masing-masing adonan dengan gilingan getuk. Gulung dan potong.
5. Untuk taburan: Kukus kelapa parut dan garam hingga matang. Angkat. Sajikan getuk bersama taburan kelapa parut.



RESEP: DAHRANI PUTRI, RIYO JATIKA LESTARI | PENATA SAJI: WINA KUSNADI, NAOMI D P | FOTO: FADOLI BARBATHULLY / NOVA, AGUSTUA FAJARMON | UJI DAPUR: NOVA, TIM DAPUR SEDAP SAJI

Jelajah Rasa Nusantara 1: Indonesia Barat

Hidangan Gurih Dari Sumatra

Kuliner Sumatra terkenal dengan gaya masakan berlimpah rempah dan bumbu yang gurih. Satu contoh: menu rendang yang terkenal nikmatnya.

Tiga menu khas Sumatra berikut tak kalah lezat dari rendang. Dari satai sampai mi, semuanya bikin mau makan lagi, dan lagi. Enggak percaya? Buktikan sendiri rasanya!



Sate Padang

6 porsi
30 menit

Bahan

300	gr	lidah sapi, rebus, potong 2 x 2 cm
100	gr	hati sapi, rebus, potong 2 x 2 cm
300	gr	daging sandung lamur
1.000	ml	air
2	lbr	daun kunyit, buat simpul
1	btg	serai, ambil putih, memarkan
1	bh	asam kandis
40	gr	tepung beras dan 50 ml air, untuk pengental
2	sdm	bawang goreng untuk taburan
1½	sdt	garam
½	sdt	gula pasir
25	btg	tusuk sate

Bumbu Halus

4	cm	kunyit, bakar
9	siung	bawang merah
1	bh	cabai merah keriting
½	sdt	ketumbar
1	sdt	merica bubuk
¼	sdt	jintan
1	cm	lengkuas

Cara Membuat

1. Rebus daging sandung lamur dengan air sampai matang dan empuk. Potong 1 x 1 cm. Ambil kaldunya sebanyak 750 ml.
2. Rebus lagi bersama lidah sapi, hati sapi, bumbu halus, daun kunyit, serai, garam, gula, dan asam kandis. Masak dengan api kecil sampai kaldu menjadi 500 ml. Tiriskan.
3. Tusuk-tusuk daging, lidah, dan hati secara bergantian di tusuk sate. Bakar sampai harum.
4. Rebus lagi sisa rebusan. Kentalkan dengan larutan tepung beras. Masak sampai meletup-letup.
5. Sajikan sate dengan kuah dan taburan.



Pindang Patin

6 porsi
60 menit

Bahan

2	ekor	ikan patin sedang, masing-masing potong 3
1	sdm	air jeruk nipis
2	lbr	daun jeruk, buang tulangnya
3	btg	serai, ambil putihnya, memarkan
2	cm	jahe, memarkan
2	lbr	daun salam
100	gr	nanas, potong-potong
2	bh	tomat, potong-potong
1	sdt	air asam jawa (2 sdt asam jawa dan 1 sdm air)
3	sdt	garam
1	sdt	gula pasir
1.500	ml	air
1	btg	daun bawang, potong 1½ cm
10	tgk	kemangi, petiki
3	sdm	minyak untuk menumis

Bumbu Halus

2	cm	kunyit, bakar
2	btr	kemiri, sangrai
8	siung	bawang merah
2	siung	bawang putih
5	bh	cabai merah keriting
2	bh	cabai rawit merah

Cara Membuat

1. Lumuri ikan patin dengan air jeruk nipis. Diamkan selama 15 menit.
2. Tumis bumbu halus, daun jeruk, serai, daun salam, dan jahe sampai harum.
3. Tambahkan tomat. Aduk sampai layu. Tuang air. Didihkan. Masukkan nanas, air asam jawa, ikan patin, garam, dan gula pasir. Masak sampai matang.
4. Menjelang diangkat, tambahkan daun bawang dan kemangi. Aduk rata.



Mi Gomak Medan

5 porsi
45 menit

Bahan

150	gr	mi lidi, rebus
200	ml	santan dari ½ btr kelapa
50	gr	kelapa parut, sangrai, haluskan
2	sdt	garam
½	sdt	merica bubuk
2	sdt	minyak untuk menumis

Bumbu Halus

5	bh	cabai merah
1	bh	cabai rawit merah
4	siung	bawang merah
1	siung	bawang putih
¼	sdt	merica
2	cm	lengkuas
1	btg	serai
1	cm	kunyit
2	sdt	andaliman

Pelengkap

2	sdm	bawang merah goreng
150	gr	kerupuk merah goreng, remah kasar
5	btr	telur bebek, rebus

Cara Membuat

1. Panaskan minyak. Tumis bumbu halus hingga harum.
2. Tuangkan santan dan kelapa sangrai. Aduk rata.
3. Tambahkan garam dan merica. Masak hingga matang dan agak kental.
4. Siram bumbu di atas mi. Sajikan bersama bawang goreng, telur, dan kerupuk.

RESEP: RIYO JATIKA LESTARI, INDRI INDIARTI, BUYUNG ARIPUTRA | PENATA SAJI: YANA, YUNNY, NAOMI DP | FOTO: BAYU, HERI, AGUSTUA FAJARMON | UJI DAPUR: TIM DAPUR SEDAP SAJI

Bakmi Kepiting

Bahan

500	gr	mi telur kecil, rebus
4	btr	bakso ikan
4	btr	otak-otak Singapura, goreng, iris tipis
2	btg	pokcoy, potong-potong, seduh
1	sdm	bawang merah goreng
1	btg	daun bawang kecil, iris halus

Bahan Kuah

(Rebus)

600	ml	kaldu ikan
¼	sdt	merica bubuk
1	sdt	kecap asin
1¾	sdt	garam
1½	sdt	gula pasir

Bumbu Per Porsi

(Aduk Rata)

½	sdt	bawang putih cincang, goreng kering
1	sdt	minyak wijen
½	sdt	*shoyu* (kecap jepang)
1	sdt	garam
¼	sdt	merica bubuk

Bahan Tumisan

2	siung	bawang putih, cincang
100	gr	udang kupas
150	gr	cingkong kepiting (capit)
1	sdm	kecap asin
¼	sdt	merica bubuk
1	sdt	gula pasir
2	sdm	minyak untuk menumis

Cara Membuat

1. Untuk tumisan: Tumis bawang putih sampai harum. Masukkan udang dan cingkong kepiting. Aduk hingga berubah warna.
2. Bubuhi kecap asin, merica bubuk, dan gula pasir. Aduk rata hingga matang. Sisihkan.
3. Ambil seporsi mi (100 gr). Aduk rata bersama bumbu. Sajikan bersama tumisan di atasnya, bakso ikan, otak-otak, pokcoy, dan kaldu ikan. Taburi bawang merah goreng dan daun bawang.



5 porsi
60 menit

Jelajah Rasa Nusantara 1: Indonesia Barat

Kolaborasi Nikmat Kalimantan Barat

Sebagian wilayah Kalimantan masuk ke zona wilayah Indonesia bagian barat. Salah satunya Kalimantan Barat. Provinsi yang dijuluki wilayah Seribu Sungai ini juga menyuguhkan kuliner yang tak kalah membuat selera makan kita bertambah. Siap-siap menikmati paduan cita rasa lokal dengan sentuhan Tiongkok. Dijamin *yummy!*

Ketan Pengkang

Bahan Ketan

300	gr	beras ketan, rendam 1 jam, tiriskan
1	lbr	daun salam
1	btg	serai, ambil putihnya, memarkan
1	sdt	garam
150	ml	santan, dari ¼ btr kelapa
8	lbr	daun pisang, untuk membungkus

Bahan Isian

50	gr	ebi, rendam, sangrai, haluskan
1	sdt	bawang putih goreng, remahkan
1	sdt	gula merah
½	sdt	garam
50	ml	air
3	lbr	daun jeruk, buang tulang, iris halus
1	sdm	minyak untuk menumis

Bumbu Halus

4	siung	bawang merah
2	bh	cabai merah

Cara Membuat

1. Panaskan minyak, tumis bumbu halus hingga harum. Masukkan ebi. Aduk rata. Tambahkan bawang putih, daun jeruk, gula merah, dan garam. Aduk rata. Masukkan air. Aduk hingga meresap.
2. Kukus beras ketan selama 20 menit. Angkat. Sisihkan.
3. Rebus santan, daun salam, serai, dan garam sampai mendidih. Matikan api. Masukkan beras ketan. Aduk sampai meresap. Angkat. Kukus di atas api sedang selama 30 menit sampai matang.
4. Ambil 75 gr ketan. Beri isi. Bentuk segitiga. Bungkus dengan daun pisang hingga berbentuk kerucut.
5. Ambil 2 buah pengkang. Letakkan 2 batang sumpit di sisinya. Ikat kedua ujungnya. Bakar di atas *pan* sambil dibolak-balik hingga kecokelatan.



8 buah
120 menit

Kwetiau Goreng

Bahan

300	gr	kwetiau basah, cuci bersih
1	sdm	minyak goreng
2	siung	bawang putih, cincang kasar
½	bh	bawang bombai, iris panjang
1	btr	telur, kocok lepas
3	btg	caisim, potong-potong
50	ml	air
1	sdt	garam
¼	sdt	merica bubuk
1	btg	daun bawang, iris miring

Bumbu Perendam

(Aduk Rata)

1	sdm	kecap ikan
3	sdm	kecap manis
½	sdt	minyak wijen

Cara Membuat

1. Lumuri kwetiau dengan bumbu perendam. Sisihkan.
2. Panaskan minyak goreng. Tumis bawang putih dan bawang bombai sampai harum. Sisihkan di pinggir wajan.
3. Tambahkan telur. Aduk sampai berbutir. Masukkan caisim. Aduk sampai setengah layu. Tuang air. Aduk rata.
4. Tambahkan kwetiau, garam, dan merica bubuk. Aduk sampai matang. Masukkan daun bawang. Aduk rata. Sajikan.



4 porsi
40 menit

RESEP: FRISTIAN CHRISTANTI, DAHRANI PUTRI | PENATA SAJI: DWIYANA, WINA KUSNADI | FOTOGRAFER: BAYU, FADOLI BARBATHULLY / NOVA | UJI DAPUR : TIM UJI DAPUR SAJIAN SEDAP, NOVA

SENIN
Daging Masak Asam Wuluh
✓ LODEH TERI TELUR PUYUH
Baby Kailan Cah Bakso

SELASA
Daging Bumbu Kari
Perkedel Jagung Pedas
Sup Brokoli Sosis

RABU
✓ AYAM BUMBU TERIYAKI
Tahu Lapis
Cah Bayam dan Oyong

KAMIS
Kerang Bumbu Rendang
Nugget Siram Saus Tomat
Acar Sayuran

JUMAT
Steak Ikan Saus Keju
Kering Kentang Teri Medan
Pakis Bumbu Lodeh

SABTU
Sambal Goreng Printil
Sapo Seafood
Tumis Kapri Jambal Roti

MINGGU
Satai Bandeng
Sup Bola Tempe
✓ TOFU CAH JAMUR

Tofu Cah Jamur

Bahan

100	gr	tepung maizena
½	sdt	garam
¼	sdt	merica bubuk
1	pak	tofu, potong-potong
500	ml	minyak untuk menggoreng

Bahan Jamur Tumis

2	sdm	minyak goreng
50	gr	bawang bombai
2	siung	bawang putih, cincang
200	gr	jamur kaleng, potong-potong
1	sdm	saus tomat
1	sdm	saus sambal
1	sdm	saus tiram
1	sdm	kecap manis
100	ml	air
1	sdt	tepung maizena, larutkan dengan 2 sdm air
1	btg	daun bawang, iris

Cara Membuat

1. Campur tepung maizena dengan garam dan merica bubuk. Gulingkan tofu di atas campuran tepung.
2. Goreng tofu dalam minyak panas hingga matang dan kuning keemasan. Angkat dan tiriskan. Sisihkan.
3. Untuk jamur tumis: Panaskan minyak goreng. Tumis bawang bombai dan bawang putih hingga harum. Masukkan jamur. Aduk rata. Masak hingga layu.
4. Tambahkan saus tomat, saus sambal, saus tiram, kecap manis, dan air. Aduk rata. Masak hingga mendidih.
5. Kentalkan dengan larutan tepung maizena. Aduk rata. Masak hingga mengental. Jelang diangkat, masukkan daun bawang. Aduk rata. Angkat.
6. Siram tumisan jamur di atas tofu goreng. Sajikan segera.



2 porsi
30 menit

Ayam Bumbu Teriyaki

Bahan

300	gr	*fillet* ayam
½	sdt	garam
½	sdt	merica bubuk
1	bh	jeruk nipis, ambil airnya
300	gr	tepung bumbu ayam goreng siap pakai
500	gr	minyak untuk menggoreng

Bumbu Teriyaki

1	sdm	minyak goreng
50	gr	bawang bombai, iris
2	siung	bawang putih, iris
2	bh	cabai merah besar, buang biji, potong-potong
2	sdm	saus teriyaki
¼	sdt	merica bubuk
50	ml	air
50	gr	jagung manis pipil

Cara Membuat

1. Lumuri ayam dengan garam, merica bubuk, dan air jeruk nipis. Diamkan selama 10 menit.
2. Lapisi ayam dengan tepung bumbu siap pakai. Goreng dalam minyak panas hingga kuning kecokelatan dan matang. Angkat dan tiriskan. Potong-potong. Sisihkan.
3. Untuk bumbu: Panaskan minyak goreng. Tumis bawang bombai, bawang putih, dan cabai merah hingga harum.
4. Tambahkan saus teriyaki, merica bubuk, dan air. Aduk rata. Masak hingga mendidih. Masukkan jagung manis pipil. Aduk rata. Masak sebentar.
5. Masukkan ayam potong. Aduk rata. Masak sebentar. Angkat dan sajikan selagi hangat.



5 porsi
40 menit

Lodeh Teri Telur Puyuh

Bahan

1	liter	air
6	siung	bawang merah, iris
2	siung	bawang putih, iris
2	lbr	daun salam
1	cm	lengkuas, memarkan
1	bh	labu siam, kupas, potong-potong
2	bh	kentang, kupas, potong-potong
1	bh	jagung manis, sisir
500	ml	santan
10	btr	telur puyuh, rebus, kupas
50	gr	teri medan, goreng
1	btg	daun bawang, iris

Cara Membuat

1. Rebus air hingga mendidih. Masukkan bawang merah, bawang putih, daun salam, dan lengkuas. Rebus kembali hingga mendidih dan harum.
2. Masukkan labu siam, kentang, dan jagung manis pipil. Aduk rata. Masak hingga mulai mendidih kembali.
3. Tuang santan. Aduk rata. Masak hingga mendidih.
4. Tambahkan telur puyuh rebus dan teri medan goreng. Aduk rata. Masak hingga mendidih dan matang. Angkat dan sajikan hangat dengan taburan daun bawang.



6 porsi
30 menit

RESEP: DAHRANI PUTRI | PENATA SAJI: WINA KUSNADI | FOTO: FADOLI BARBAT HULLY / NOVA | UJI DAPUR: NOVA

Rasa *insecure* pasangan bukan tanggung jawab Anda!

3 Solusi Manjur — Hadapi Pasangan Insecure



Mau melepas penat pergi dengan teman-teman, eh suami melarang. Kalau Anda paksakan pergi, ia menunjukkan sikap cemburu dan menuduh yang tidak-tidak. Capek, deh. Belum lagi, sedikit-sedikit ia suka berprasangka buruk, mudah emosi, dan setiap hari maunya nempel terus. Ia juga suka menuduh Anda memikirkan hal buruk tentang dirinya dan dibayang-bayangi rasa takut Anda akan pergi meninggalkannya. Kalau pasangan Anda seperti ini, berarti ia merasa *insecure*.

Normal, sih. Tapi kalau berlebihan, jadi tidak sehat. Pasalnya, akan selalu ada kecurigaan yang membuat hubungan Anda berdua jadi tidak menyenangkan.

Untuk mengatasi hal tersebut, Anda bisa melakukan tiga hal berikut ini.

MARIA ERMILINDA HAYON | FOTO: ISTOCK

1 Taburkan Apresiasi

Pasangan yang tidak percaya diri dalam hubungan umumnya merasa tidak berharga, tidak layak, atau tidak dapat dicintai. Meskipun kita mungkin tidak setuju dengan persepsi diri ini, tidak ada yang dapat kita lakukan untuk mengubahnya. Sebab, merekalah satu-satunya yang dapat melakukannya. Nah, tugas kita hanya mendukung dan memelihara perubahan yang ia lakukan.

"Yang penting adalah benar-benar mendengarkan ketika mereka mengungkapkan rasa tidak aman mereka. Alih-alih berdebat, beri tahu pasangan Anda bahwa Anda mendengarkannya," ujar Dr. Leslie Becker-Phelps, Phd., Psikolog, dilansir dari Webmd.com.

Beri tahu mereka bagaimana persepsi diri mereka memengaruhi Anda. Misalnya dengan mengatakan, "Aku sedih melihatmu begitu marah dan malu pada diri sendiri. Aku hanya berharap kamu merasa lebih baik tentang dirimu."

Selanjutnya, kita bisa menyelipkan apresiasi dan biarkan pasangan tahu bagaimana ia terlihat dari sudut pandang kita. Tak perlu berbunga-bunga, cukup kalimat lugas dan tegas untuk memberi tahu pasangan bahwa Anda sangat menghargainya. Seperti, "Rasa *insecure* kamu juga sulit bagi aku. Karena aku sama sekali tidak melihat kamu buruk. Kamu itu berharga dan indah di mataku." Ingat, pernyataan terakhir tidak berfokus untuk mengubah pikiran pasangan, tetapi lebih menekankan bahwa kita memandang pasangan secara berbeda.

"Dengan tidak secara langsung menentang persepsi diri apa pun, pasangan Anda mungkin akan lebih terbuka untuk melihat diri mereka sendiri secara berbeda dan jadi lebih baik," ujar Dr. Becker-Phelps.

2 Negosiasi Ketidakamanan

Jika rasa *insecure* pasangan membuat Anda kesal, coba tanyakan apa yang terjadi padanya. Misalnya, ia mencoba mencegah Anda pergi dengan teman-teman Anda. Tanyakan mengapa ia tak ingin Anda pergi. Hal ini akan membuat pasangan terbiasa menjelaskan ketakutan dan rasa *insecure*-nya dengan jelas. Mungkin ia merasa cemburu dan takut jika Anda lebih senang bersama teman-teman, ketimbang dengannya.

> "Alih-alih berdebat, beri tahu pasangan Anda bahwa Anda mendengarkannya."

Tapi, jangan langsung marah, ya, mendengar alasannya. Cobalah mengerti dari sudut pandang dia, sekalipun Anda tidak setuju. Lalu, lakukan negosiasi sampai mencapai kesepakatan yang bisa menenangkan pasangan dan juga tidak membebani ruang gerak Anda. Dalam kasus ini misalnya, Anda bisa sepakat untuk tetap memberi kabar pada pasangan saat akan berpindah tempat atau sedang dalam perjalanan pulang.

"Meski masalah cemburu tak langsung selesai, pasangan bisa mengembangkan sedikit kepercayaan dan rasa aman dalam hubungan. Perubahan ini tidak terjadi karena kita membuktikan ketakutan pasangan salah, tetapi karena kita mau menunjukkan pengertian, kasih sayang, dan dukungan," ujar Dr. Becker-Phelps.

3 Ambil Jarak

Sesekali Anda bisa mengambil jarak dengan pasangan dan melakukan hal yang Anda suka. Jika berdandan dan berkumpul bersama teman-teman menjadi sesuatu yang Anda nikmati, maka sesekali kita bisa pergi melakukannya. Jangan sampai kita stres karena lupa mengurus diri.

Melakukan hal tersebut bukan berarti kita menghindar dari pasangan, lho ya. Tapi kita juga perlu mengisi energi. Ingatlah, sikap *insecure* pasangan bukanlah masalah utama kita.

Sekali lagi, hanya pasanganlah yang bisa mengubah sikap *insecure*-nya. Jadi, meski Sahabat NOVA sedang mendukung pasangan mengatasi rasa *insecure*, Anda tetap berhak punya waktu sendiri, kok.

Kesehatan

Radang Otak karena Toksoplasma — Sumbernya Bisa dari si Pus

Jangan lupa cuci tangan setelah mengelus-elus hewan peliharaan di rumah. Lho, kenapa?



Belum lama ini kita dikejutkan dengan kabar meninggalnya desainer berbakat tanah air, Barli Asmara. Desainer yang belum lama ini mengeluarkan koleksi busana teranyarnya ini dikabarkan meninggal dunia karena mengidap penyakit radang otak akibat toksoplasma (*toxoplasma*).

Dunia *fashion* Indonesia berduka. Namun, di balik itu terselip pertanyaan, seperti apa penyakit radang otak yang disebabkan toksoplasma ini? Apakah benar-benar berbahaya?

Dari Hewan

Toxoplasmosis termasuk salah satu penyakit *zoonosis*, yaitu penyakit yang bisa menular dari hewan ke manusia. Penyakit ini disebabkan oleh parasit *Toxoplasma gondii*. Jadi bukan virus, ya.

Jamaknya, parasit toksoplasma ditemukan pada beberapa hewan seperti kucing, anjing, dan hewan pemamah biak yang terkontaminasi parasit dari tanah atau makanannya. Parasit ini akan berkembang biak secara seksual pada usus hewan—terutama kucing, sehingga menghasilkan telur dan akan keluar bersama tinja.

Pada hewan lain selain kucing, toksoplasma juga berada di dalam darah, air ludah, sperma, dan cairan tubuh lainnya, dan berkembang biak dengan pembelahan sel. Jadi, tidak menghasilkan telur, namun menghasilkan *tropozoit* (hasil pembelahan sel) yang akan bergerombol membentuk kista toksoplasma. Kista ini bisa berada di jaringan tubuh seperti otak, mata, jantung, otot, alat pencernaan, dan alat pernapasan hewan.

Nah, bahayanya parasit ini dapat bertransmisi pada manusia saat kita sedang membersihkan tinja hewan yang terkena parasit. Lalu kita langsung menyentuh mulut.

Perpindahan parasit ini juga bisa terjadi saat Anda memakan daging yang mengandung parasit toksoplasma, dan daging tersebut tidak dimasak sampai matang sempurna.

Menjangkiti Otak

Dilansir dari Harvard Health Publishing, infeksi toksoplasma jarang menyebabkan penyakit parah bagi kebanyakan orang. Tapi, pemilik imun lemah, penderita penyakit kronis, bayi yang baru lahir, dan orang yang menjalani transplantasi organ berisiko tinggi saat terjangkit infeksi toksoplasma.

"Parasit toksoplasma dapat menyebar ke hampir semua organ tubuh, termasuk otak, otot rangka, otot jantung, mata, paru-paru, dan kelenjar getah bening. Pada orang sehat, sistem kekebalan tubuh pada akhirnya menghentikan penyebaran parasit toksoplasma. Meskipun beberapa parasit yang tersisa dapat bersemayam di otak atau retina," demikian dijelaskan pada laman Harvard Health Publishing.

Nah, salah satu komplikasi yang berbahaya dari infeksi toksoplasma yakni peradangan pada otak atau *ensefalitis* yang bisa mengancam jiwa—meski kasus ini relatif sedikit terjadi. Namun, ketika terjadi, gejala pun bisa berkembang. Dari pembengkakan tanpa rasa sakit pada kelenjar getah bening, sakit kepala, kelelahan, atau demam ringan.

Selain itu dalam beberapa kasus yang jarang terjadi, orang yang terkena parasit ini bisa juga mengalami nyeri otot, sakit tenggorokan, sakit perut, ruam, atau gejala neurologis seperti gangguan fungsi mental, kesulitan berkonsentrasi, kejang, gangguan pada fungsi saraf terutama gerakan abnormal, kesulitan berjalan, kesulitan berbicara, dan kehilangan penglihatan sebagian. Gejala ini biasanya terjadi pada orang dengan sistem kekebalan lemah yang terinfeksi.

Cepat Tangani

Jika mengalami gejala toksoplasma biasanya dokter akan memeriksa pembesaran kelenjar getah bening (kelenjar bengkak), tanda-tanda keterlibatan otak dan kerusakan mata. Selanjutnya, untuk memastikan diagnosis, akan dilakukan tes darah untuk memeriksa antibodi (protein pertahanan yang dibuat oleh sistem kekebalan) terhadap parasit toksoplasma. Jika dokter mencurigai bahwa toksoplasmosis melibatkan otak, maka akan dilakukan CT Scan dan MRI kepala untuk memeriksa bukti *ensefalitis* untuk segera dilakukan tindakan pengobatan.

Tapi, tentu lebih baik mencegah daripada mengobati, bukan?

MARIA ERMILINDA HAYON | FOTO: ISTOCK.

4 Cara Cegah Infeksi Toksoplasma

1. Biasakan cuci tangan, terutama setelah berkebun, memegang hewan peliharaan, sebelum makan, dan setelah melakukan aktivitas yang kotor.
2. Usahakan mengonsumsi daging yang matang sempurna.
3. Hindari membersihkan tinja hewan peliharaan tanpa pelindung seperti sarung tangan.
4. Jangan sering beraktivitas di area hewan peliharaan.

Studio Sanjunipero

Kreatif Menjual Kanvas Template untuk Melukis

Bantu orang untuk melukis dengan mudah dan indah. Caranya?

Anda suka melukis? Saat *new normal* ini, kegiatan melukis cukup banyak disukai. Selain mengisi kegiatan selama di rumah saja, juga untuk mengusir kebosanan dengan menciptakan pemandangan indah dalam bentuk lukisan. Enaknya, untuk melukis juga tak sulit, karena peralatan lukisan semakin mudah didapat, bahkan dijual online.

Inilah yang ditawarkan Studio Sanjunipero. Lewat *marketplace* Shopee, toko online milik Steffie Zaoryan ini menjajakan beragam peralatan lukis yang cukup lengkap. Rupanya, tujuan Steffie jualan peralatan lukis karena pengin membantu orang agar lebih mudah melukis dan berkarya.

"Aku merasa kalau melukis itu menyenangkan ya. Jadi, aku pengin memberikan orang kemudahan untuk melukis juga. Ya, aku fokus jualan peralatan lukisan. Aku jualan kanvas yang udah ada *template*," jelas perempuan asal Medan itu kepada NOVA beberapa waktu lalu.

Bak gayung bersambut, upaya Steffie mendapat respon yang cukup baik. Perempuan berusia 27 tahun ini merasa alat yang dijualnya itu malah semakin banyak dicari sekarang ini. Di toko itu, Steffie menjual beragam peralatan lukis seperti cat, kuas, dan kanvas. Termasuk *template* kanvas untuk memudahkan pelukis menghasilkan latar lukisan pemandangan yang indah.

Workshop Painting

Sebenarnya, sebelum jualan peralatan lukis, Studio Sanjunipero merupakan kelas *workshop* melukis yang dibuat Steffie pada 2018 di Medan. Ternyata dari kelas itu terlihat antusias orang untuk mau belajar melukis cukup tinggi, tak heran jika setiap diadakan pesertanya selalu ramai.

Saat itu, untuk memulai kelas *workshop* Steffie mengeluarkan modal sekitar Rp15 juta. Modal itu digunakan untuk membeli peralatan lukis untuk dipakai peserta. "*Workshop* itu rutin seminggu sekali. Aku mengadakannya di kafé, restoran, atau *co-working space*. Konsepnya itu *paint and wine*, jadi melukis sambil menikmati *wine*," jelas Steffie.



Template untuk melukis yang dijual Studio Sanjunipero.

Namun karena pandemi Covid-19, kelas itu kemudian ditiadakan. Nah, sejak itu, Steffie memutuskan menjual peralatan lukis. Syukurnya, respon orang atas produk yang dijual juga cukup baik. Dalam sebulan, rata-rata Steffie bisa menjual 600 peralatan lukis, yang harganya berkisar Rp175.00-Rp580.000 per buah.

> "Aku merasa kalau melukis itu menyenangkan ya. Jadi, aku pengin memberikan orang kemudahan untuk melukis juga."

Steffie mengaku alat yang dijual kualitasnya cukup baik, bahkan terkesan premium. Katanya, "Aku ngasih kanvas yang bagus. Kanvas itu enggak menguning setelah dicat, atau kanvas enggak menyerap terlalu banyak cat. Kalau kanvas enggak bagus itu warnanya enggak akan keluar. Kalau soal kualitas aku enggak bisa kompromi."

Tak heran jika banyak pembeli yang puas membeli perlatan lukis seperti kanvas di toko di Studio Sanjunipero, sampai ada yang bangga mem-*posting* karya mereka di media sosial dan menandakan akun Instagram @studiosanjunipero.

"Pembeli itu bantu aku banget di medsos. Mereka biasanya setelah melukis, terus *nge-tag* kita di Instagram. Sekarang, udah banyak juga *influencer* yang nge-*tag* Studio Sanjunipero. Jadi itu membantu *marketing* banget," jelas Steffie sambil menyebut kalau akun Instagram tokonya sering juga memberi tips dan trik melukis untuk *follower*-nya. Salut!

TENTRY YUDVI

FOTO: INSTAGRAM @SANJUNIPERO, DOK PRIBADI STEFFIE



Kuliner

Tak cuma sate, *steak* pun kini dijajakan dengan kiloan. Salah satunya ada di Ono Steak. Restoran yang berlokasi di Jatiwaringin, Pondok Gede, Bekasi itu menyajikan *steak* kiloan untuk keluarga yang pengin makan *steak* dengan harga terjangkau dan pilihan menu yang beragam.

"Ini menu andalan kami. Jadi, kami menyajikan *steak* kiloan sesuai pilihan, ada sirloin, tenderloin, dan rib eye. Dagingnya tebal, jadi puas buat dimakan ramai-ramai," kata Riza, *supervisor* Ono Steak Jatiwaringin kepada NOVA yang datang berkunjung.

Menu *steak* kiloan dijual dengan ukuran berat daging mulai 500 gram hingga 3 kilogram, dengan harga Rp400 per gram (sirloin) dan Rp450 per gram (tenderloin). Jika kita memesan 1 kilogram menu *steak* sirloin misalnya, harganya jadi Rp400.000 dan cukup puas dimakan bersama pasangan.

Enaknya lagi, sajian menu *steak* kiloan makin sedap dengan pilihan saus *mushroom* atau *barbeque*. Sesuaikan saja dengan selera kita, termasuk pilihan *side dish*-nya seperti kentang dan sayur-sayuran.

Steak Penyet

Selain *steak* kiloan, menu lain yang cukup menggoda di restoran tersebut adalah *steak* yang disajikan dengan sambal penyet. Jujur saja, menu ini cukup bikin penasaran, karena selama ini sajian sambal biasanya dihidang dengan ayam goreng. Makanya, saat mampir ke restoran yang juga ada di Bogor, Jawa Barat itu, NOVA tak lupa mencicipinya.

Rasanya? Ternyata sajian sambal penyet malah bikin lidah semakin pengin mengunyah daging *steak* lebih banyak lagi. Apalagi dengan pilihan daging *rib eye* yang begitu tebal, dimasak *medium well*, disantap dengan nasi putih. Benar-benar bikin ketagihan.





Dua menu steak yang jadi andalan Ono Steak.

"Restoran kami memang konsepnya itu masakan khas Nusantara. Jadi, kami coba buat perpaduan pas, antara *steak* dengan sambal. Dan, *steak* ini juga bisa dimakan dengan nasi," jelas Riza.

Menikmati beragam menu *steak* di resto ini makin menggoda dengan sajian menu oseng *steak* sambal matah dan *steak* saus rendang. Daging yang dipilih untuk olahan kedua menu ini juga cukup lezat, karena menggunakan pilihan daging *rib eye* yang tebal sehingga saat dikunyah terasa *juicy*.

Tergoda Steak Kiloan dan Penyet di Ono Steak

Andalkan cita rasa khas Indonesia, restoran steak ini sukses bikin pencinta kuliner jatuh cinta. Seperti apa rasanya?

Tempat Instagrammable

Tak cuma menikmati lezatnya menu *steak*, desain resto Ono Steak juga tampak nyaman dengan konsep *dining* Instagrammable. Perpaduan warna krem, kuning, dan putih dengan penataan ruangan yang pas membuatnya terasa *homey*, selayaknya makan di rumah sendiri.

"Di sini sudah kami pasang mural yang Instagrammable. Gambar-gambarnya ada *chef* lagi masak, dan ada suasana keluarga yang lagi makan juga. Jadi ya, pembeli bisa foto-foto di sini," jelas Riza.

Tertarik mampir?

TENTRY YUDVI | FOTO: ONO STEAK



4 Langkah Bikin Konten Viral di Medsos

Bikin konten viral bisa membantu meningkatkan *awareness* audiens terhadap *brand* kita. Apa saja yang harus diperhatikan?

Belakangan ini banyak *brand* memanfaatkan kesuksesan film pendek berjudul *Tilik* untuk meningkatkan nilai pemasaran mereka. Kehadiran pemeran Bu Tedjo, yang dikenal suka *nyinyir* dan bergosip, banyak dipakai *brand* jadi kalimat-kalimat menarik dan berbau promosi.

Seperti yang pernah dilakukan akun Instagram Badan Penyelenggara Jaminan Sosial Ketenagakerjaan (BPJSTK), yang pernah mengunggah ilustrasi Bu Tedjo dengan kalimat *'Dian kan nembe kerjo, wis HP ne anyar, motore barang yo anyar lho. Lha, mosok dewek'e durung terdaftar ning BPJSOSTEK (Dian kan baru kerja, udah HP nya baru, motornya juga baru lho. Masa dia belum terdaftar di BPJSOSTEK).*

> "Tapi membuat konten viral itu enggak mudah, karena di era digital ini, viral hari ini belum tentu besok (juga viral)."

Kalimat berbahasa Jawa yang mengandung sindiran ini jadi andalan para pelaku usaha untuk mengangkat *brand* mereka. Mulai kuliner sampai jualan baju, banyak *brand* juga ikut-ikutan fenomena Bu Tedjo.

Mengapa ini bisa terjadi?



Menurut Yuswohady, pengamat *branding* dan *marketing* dari Inventure Indonesia, dalam strategi marketing digital bikin konten viral bisa membantu meningkatkan *awareness* sebuah *brand*. "Jadi orang pas lihat kontennya pengin kunjungi Instagram, kenal *brand* itu, dan nyoba beli juga. Tapi membuat konten viral itu enggak mudah, karena di era digital ini, viral hari ini belum tentu besok (juga viral)," jelas Yuswodahy.

Maka penting bagi pelaku usaha untuk selalu memantau tren setiap hari untuk membuat konten viral. Yuswohady bilang, kemungkinan konten kita enggak viral itu juga bisa saja terjadi. Katanya, "Susah ya, menebak konten ini bisa viral atau enggak. Semua itu terjadi spontan. Jadi, pelaku usaha lebih baik lakukan terus membuat konten dengan menunggangi fenomena yang ada. Sampai nanti mereka ketemu sendiri, seperti apa konten yang cocok dengan mereka."

Lalu, apa saja yang perlu diperhatikan saat membuat konten viral? Tips dari Yuswohady di bawah ini patut dicoba.

TENTRY YUDVI | FOTO: ISTOCK

1 Baca Psikologis Masyarakat

Memerhatikan psikologis masyarakat itu penting untuk membuat konten viral. Misalnya begini, orang sedang *ngomongin* resesi, tapi kita malah membicarakan soal percintaan. Tentunya, hal ini tidak akan menarik perhatian audiens.

2 Menyentuh Emosi Audiens

Konten viral juga harus bisa menyentuh emosi audiens, mau itu marah, sedih, bahagia, atau takjub. Misalnya: Ini lho rahasia mendapat omzet Rp100 juta per bulan, mau? Bila membaca kalimat ini, kita akan merasa penasaran dan kagum, sehingga kita mau mengikuti tips dan triknya.

3 Tentukan Format Konten

Format konten jadi penentu kita dilirik audiens atau tidak. Tentukan dulu, mau itu infografis, ilustrasi, atau video. Namun, Yuswohady menyarankan untuk mem-*posting* video dengan tulisan, bisa juga dengan *caption*. Berdasarkan riset, orang lebih suka konten video dan infografis.

4 Pakai TikTok

Tak bisa dimungkiri kalau platform TikTok juga sudah banyak membantu *brand* meningkatkan penjualan. Yuswohady sepakat akan hal ini, bahkan dia mengungkapkan TikTok cenderung lebih mudah membuat konten jadi viral. Tapi kita dituntut kreatif untuk membuat konten dalam format video di TikTok. Semakin kreatif, semakin mudah viral.

Yuk, Nostalgia dengan Tie Dye

Tie dye kembali digemari banyak orang. Bagaimana cara membuatnya?

Tie dye atau teknik mencelupkan baju dengan cat kembali digemari di masa *new normal* ini. Banyak orang yang posting di media sosial tentang cara-cara membuat *tie dye* di rumah, dengan mengandalkan baju lama mereka. Hasilnya? Keren.



Lantas, apa yang membuat *tie dye* kembali disukai?

Seperti dilansir dari Elle.com, Jonah Weiner, penulis *fashion* di sebuah website fashion mengungkapkan kalau *tie dye* ini jadi populer karena motif yang dihadirkan membuat orang bernostalgia. Warna *tie dye* sering dipakai musisi saat konser atau festival musik. Namun, karena saat ini banyak konser tak bisa terlaksana.

Selain itu, tren motif *tie dye* sering menggambarkan bentuk pelarian orang terhadap isu-isu global dunia. "Nostalgia *fashion* bisa dipakai sebagai bentuk pelarian, karena konsumen menghadapi berbagai isu global seperti resesi dan kerusuhan sipil," kata analis pasar bidang ritel, Kayla Marci seperti dikutip dari Kompas.com.

Nah, mencelupkan baju mereka dengan teknik *tie dye*, sering dianggap sebagai simbol kalau orang sedang mencari kebebasan. Hal ini dituangkan lewat warna-warna yang dihasilkan *tie dye*. "Motif ikat-celup mengembalikan perasaan dari periode bentuk bebas '*hippy*' revolusioner dalam sejarah. Melalui motif ini, orang dapat memancarkan perasaan itu. Menurutku, orang-orang mencari rasa kebebasan, dan motif ikat-clup mewakili perasaan ini," ujar CEO merek athleisure Onzie, Kimberly Swarth.

> "Nostalgia *fashion* bisa dipakai sebagai bentuk pelarian, karena konsumen menghadapi berbagai isu global seperti pandemi, resesi, dan kerusuhan sipil."

Nah, biar Anda juga ikutan gaya, yuk buat *tie dye* di rumah.

TENTRY YUDVI | FOTO: ISTOCK

INFOGRAFIS: ARYODHIA

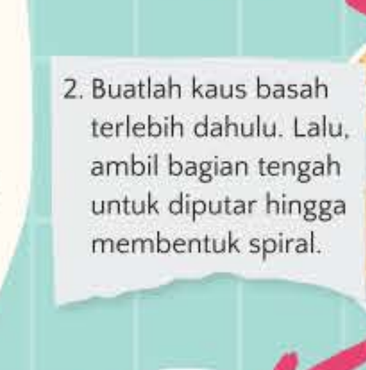
CARA BIKIN TIE DYE SPIRAL

Bahan:
- 1 kaus polos.
- 3 pewarna remasol yang diinginkan.
- 3 botol saus bekas untuk dimasukkan pewarna.

Cara membuat:



1. Letakkan kaus di atas meja yang datar. Rentangkan.



2. Buatlah kaus basah terlebih dahulu. Lalu, ambil bagian tengah untuk diputar hingga membentuk spiral.



3. Ikat kain dengan karet atau tali dengan posisi saling silang.



4. Tuangkan cat secara acak sesuai kemauan kita.



5. Setelah selesai, diamkan kaus yang sudah dicat selama 8 jam.



6. Buka ikatan, kemudian bilas kaus dan keringkan.



7. Kain siap dipakai.

Pembunuhan Satu Keluarga di Sukoharjo

Sahabat Masa Kecil Itu Berubah Sadis

Faktor ekonomi bisa menggelapkan mata seseorang, tak peduli sahabat sendiri. Apa yang dilakukan?



Sejak kejadian warga tidak berani lewat di depan rumah korban.

Tamu yang datang pada Rabu (26/8) dini hari itu bukan orang asing bagi Sri Handayani (36). Dia adalah HT (41), teman masa kecil suaminya, Suranto (44). Malam itu, seperti hari-hari biasanya HT datang mengembalikan mobil Toyota Avanza milik sahabatnya tersebut, setelah seharian digunakan untuk mengoperasikan taksi online.

Memang sudah sejak lama Suranto dan HT bermitra untuk taksi online, HT rutin memberikan setoran harian usai mengemudikan mobil tersebut. Tapi malam itu HT tak berhasil menemui Suranto, yang ternyata sudah tertidur di kamar bersama dua anaknya. Saat itu hanya ada Sri Handayani yang menemuinya di rumah yang beralamat di Desa Duwet, Kecamatan Baki, Kabupaten Sukoharjo, Jawa Tengah.

Namun, yang tak disangka-sangka, kejadian malam itu berujung pada peristiwa tragis bagi keluarga Suranto. Persahabatan keduanya yang terjalin sejak kecil, tak menyurutkan langkah HT untuk bertindak brutal, membunuh Suranto dan istrinya, serta dua anak yang masih kecil.

Sedihnya lagi, peristiwa sadis yang terjadi di rumah berpagar hitam malam itu nyaris tak diketahui tetangga sekitar. Baru dua hari kemudian, Jumat malam (28/8), tetangga mencium bau busuk dari rumah Suranto. Mereka pun curiga, sehingga memutuskan untuk memeriksa. Warga pun dibuat terkejut saat melihat tubuh empat anggota keluarga itu terbujur kaku dan bersimbah darah.

"Bau enggak enak dikiranya dari kolam ikan. Enggak tahunya sudah meninggal," ujar Kepala Desa Duwet, Suparno, seperti dikutip dari Kompas.com.

Korban Khawatir

Polisi rupanya tak butuh waktu lama untuk bisa mengungkapkan kejadian itu, karena keesokan harinya, Sabtu (29/8) HT berhasil ditangkap bersama mobil milik Suranto dan pisau yang digunakan untuk membunuh para korban. "Pelaku berhasil kita tangkap di Baki (Jawa Tengah) pukul 04.00 WIB," ujar Kapolres Sukoharjo AKBP Bambang Yugo Pamungkas di Polsek Baki, Sukoharjo, Jawa Tengah.

Setelah dilakukan pemeriksaan, peristiwa sadis itu mulai terungkap. Berdasarkan pengakuan, HT menyebut malam itu memang bertemu Sri Handayani untuk mengembalikan mobil. Istri sahabatnya itu sempat mengutarakan kekhawatirannya soal bagaimana HT akan pulang malam itu. "Mulihmu piye? Arep numpak opo? (Nanti pulang bagimana? Mau naik apa?)," kata Sri setelah mempersilakan HT menunggu di ruang tamu.

> "Bau enggak enak dikiranya dari kolam ikan. Enggak tahunya sudah meninggal."

Saat itu HT hanya menjawab kalau malam itu dia menunggu kedatangan ojek online. Sri kemudian masuk ke ruang tidur, sementara HT memilih main *game* online sambil menunggu kedatangan ojek yang dipesannya. Nah, saat lagi asyik bermain itulah HT teringat kalau hutangnya akan jatuh tempo. Tiba-tiba saja dia beride membunuh keluarga Suranto.

HT sempat ke dapur mengambil pisau untuk membunuh Suranto. Lalu, HT pamit dan mengetuk ruang tidur Sri dan Suranto, untuk memberikan uang setoran mobil sebesar Rp250.000. Namun, ketika Sri sibuk menghitung uang yang diberikan HT, lelaki itu tanpa ampun melancarkan tusukan pada tubuh perempuan itu.

"Ya, Allah!" teriak Sri sambil menahan luka di perutnya, sebelum akhirnya terjatuh dan tewas.

Mendengar teriakan Sri, Suranto pun terbangun. Namun HT yang panik buru-buru melakukan hal sama pada sahabat masa kecilnya itu, juga kepada dua anak mereka.

Usai melakukan tindakan keji, HT masih sempat mengambil air minum di kulkas, bahkan mandi, terus kemudian pergi membawa sepeda motor korban. Besoknya, dengan santai dia juga datang lagi untuk membawa mobil milik Suranto.

"Mobil korban dijual kepada seseorang kurang lebih Rp82 juta, untuk membayarkan utang-utang kurang lebih ada Rp60 juta. Sisanya untuk kebutuhan pelaku," tambah Kapolres Sukoharjo, AKBP Bambang Yugo Pamungkas.

Bambang juga mengungkapkan, selama proses rekonstruksi adegan pembunuhan, HT terlihat tidak ada rasa penyesalan dan bersalah telah membunuh sahabatnya itu. "Memang kalau dari dia melakukan (pembunuhan), ya memang tidak ada rasa bersalah. Biasanya saya nangkap pelaku (pembunuhan) itu menyesal," jelas Kasat Reskrim Polres Sukoharjo, AKP Nanung Nugroho.



HT saat melakukan rekonstruksi adegan pembunuhan.

Tuntut Hukuman Mati

Namun yang bikin sedih, kekuarga besar Sri Handayani mengungkapkan bahwa sebelum tewas dibunuh, rupanya Sri baru saja berulang tahun yang ke-36. Tri Sutrisno, adik korban mengungkapkan kalau kenangan terakhir bersama kakaknya itu saat melakukan perayaan ulang tahun Sri, Senin (17/8).

"Kami makan bersama, makan-makan perayaan ulang tahun mbak Handa (sapaan akrab Sri, red.). Terakhir kenangannya itu," ujar Sutrisno seperti dikutip dari Tribunnews.

Tri sendiri mengaku sempat histeris saat mengetahui kakak dan keluarganya dibunuh dengan keji. Dia berharap HT dikenakan hukuman mati, karena telah melakukan pembunuhan berencana dengan alasan pengin memiliki harta korban. "Mewakili keluarga korban, kita ingin pelaku dijerat dengan pasal pembunuhan berencana," kata Tri saat ditemui di Mapolsek Baki.

Atas perbuatannya itu, Kapolres Sukoharjo AKBP Bambang Yugo Pamungkas mengatakan, kalau pelaku terjerat 3 pasal berbeda. Sebab, motif pelaku melakukan pembunuhan berencana untuk menguasai harta korban. Katanya, "Saat ini, pasal yang dikenakan Pasal 365 jo, 338 dan 340. Hukumannya maksimal seumur hidup."

TENTRY YUDVI | FOTO: TRIBUN SOLO/RYANTONO PUJI SANTOSO.



HT terluka karena sempat melakukan perlawanan saat ditangkap.

Bisa Gelap Mata karena Masalah Bertubi-tubi

Pembunuhan yang dilakukan HT terhadap Suranto memang banyak disayangkan orang, terlebih mengingat keduanya merupakan sahabat sejak kecil. Namun, menurut psikolog Oriza Sativa, orang memang bisa melakukan tindakan serupa seperti HT, bila mengalami tekanan secara bertubi-tubi.

"Sangat mungkin terjadi, kalau orang itu terkena tekanan yang sangat kuat atau bertubi-tubi. Itu bisa membuat orang jadi tidak punya nalar dan kepekaan. Apalagi faktor ekonomi, karena sebetulnya tekanan hidup paling berat itu kebutuhan ekonomi," jelas Oriza kepada NOVA.

Sebetulnya, bila kita menyadari ada orang di sekitar kita yang sedang terkena masalah bertubi-tubi, kita bisa mendukung mereka. Bila kita dukung, rasa empati yang dimiliki orang tersebut akan muncul, sehingga mengurangi adanya kriminalitas.

"Penting sekali ya, kita tuh harus peka untuk melihat orang di sekitar kita. Bantulah mereka dengan dukungan mental atau fisik, yang membuat mereka akan lebih kuat menghadapi masalah yang diterima," kata Oriza.

Bila kita mengalami hal sama, Oriza menyarankan kita bercerita dengan orang terdekat. Dengan bercerita, beban mental yang kita punya akan berkurang, sehingga masalah pun tidak terasa berat.

"Bagi orang yang sedang kena masalah itu, mereka butuh dukungan. Karena itu, kalau kita memang lagi ada masalah, lebih baik cerita saja. Dukungan sosial yang didapat bisa membantu," jelas Oriza.

Ibuku Bagai sang Dewi, Seluruh Hidupku adalah Miliknya

Tanya

Bu Rieny Yth.,

Alasan saya mau berbagi kisah hidup dengan Ibu adalah karena saya tak perlu tatap muka dengan Bu Rieny. Umur saya 23 tahun, sedang *stuck* di ujung kuliah, karena saya sedang menyusun skripsi. Penguasaan materi kuliah, tak pernah menyusahkan saya. Sombong ya, Bu, kalau saya bilang saya pandai, karena IPK hampir 4.

Setiap saya akan menuliskan gagasan, terbayang wajah ketus pembimbing skripsi saya. Sudahlah dia galak, sayanya juga tak bisa mengambil hati Bu Anna (sebut saja begitu namanya). "Skripshit" ini, menyiksa benar karena saya harus mencobakan apa yang saya jadikan hipotesa kepada orang-orang yang tidak saya kenal. Saya juga bingung sendiri, mengapa saya memasukkan diri saya ke situasi sosial yang bikin kalang kabut begini.

Bu Anna itu persis ibu saya, dewa dalam hidup saya tetapi sekaligus juga—maaf ya, Bu—setan jahat yang biasa saya katakan iblis. Bagaimana tidak disebut dewa, kalau dia satu-satunya yang saya miliki? Ia bekerja dengan dedikasi penuh ke pasien, dan tetap punya banyak teman.

> "Kalau ibu sudah bilang, 'Terserah kamu-lah, mana ada ibu mengarahkan anaknya untuk menderita?' saya pun luluh."

Ada adik yang beda usianya hampir 11 tahun. Saya terlalu tua buat bisa jadi kawannya, tetapi terlalu kekanak-kanakan buat jadi kakak yang dewasa. Saya selau iri, rasanya ibu menjagai dia seperti gelas kristal yang tak boleh tergores sedikit pun.

Iblisnya di mana? Seluruh hidup saya adalah milik ibu. Kuliah saya di fakultas X ini, ibu yang pilih. Karier alumninya selalu menjanjikan, kata ibu.

Empat bulan pertama, saya selalu pusing dan muntah-muntah di pagi hari. Tak ada yang salah secara fisik, lalu saya dibawa ke psikolog. Saya cerdas kata psikolognya—Mbak Mur yang mengasuh saya sejak kecil juga tahu, kok. Muntah adalah penolakan saya terhadap jurusan studi. Kalau ibu sudah bilang, "Terserah kamu-lah, mana ada ibu mengarahkan anaknya untuk menderita?" saya pun luluh.

Sambil menulisi Bu Rieny, beberapa hal mendatangi benak saya. Pertama, adik saya tidak bersalah lahir di dunia ini, kenapa kok saya tidak suka padanya? Iri, merasa dibedakan, adik disayang ayah dan ibu. Saya sudah makin positif tapi masih tetap belum sepenuhnya sayang. Kalau saya harus ke ayah untuk minta sesuatu, kalimat pertamanya adalah, "Bagaimana adikmu?" Ini menampar ego, lho, Bu. Kenapa tidak tanya, "Pernah kangen ayah?" Atau, mengatakan, "Ayah kangen, ingin ngobrol, kamu kan sudah dewasa sekarang, sudah makin paham kenapa ayah cerai dari ibu." Dan saya jadi bisa menunjukkan, iya, aku sudah makin dewasa dan tidak marah lagi hidup dengan *single parent* sang Dewi Iblis (ampuni aku Ibu, wkwkwk).

Hope you see my problem, Bu Rieny. Saya ingin cepat selesai, bekerja, lalu serius sekolah lagi di jurusan yang saya sukai. Tak apa-apa, kan ya, masuk di semester satu, padahal umur sudah 24 tahun. Saya ingin selesai sekolah supaya Dewi-ku bisa mengatakan, "Akhirnya bisa, kan, selesai?" Boro-boro mengucapkan selamat. Ini sudah anugerah, kalau tak diberi embel, "Betapa susahnya ibu membiayai hidup dua anak sendirian."

Terima kasih, Bu Rieny.

Anonym - Jakarta

Jawab

Ananda Anonym yang sedang terlara-lara,

Seharusnya saya mengatakan Ananda Bimo atau Rudi, gitu lho. Begitu "males"-nya Anda mengedepankan identitas diri, ya, sehingga memilih *anonym*? Malas ketemu orang, Anda jadi sukar merasa nyaman dengan pembimbing skripsi yang serupa dengan ibunda. Berarti, Anda mau sekalian bercerita bahwa Anda sama tak nyamannya, ya, berinteraksi dengan ibu maupun Ibu Anna?

Yuk, kita pindah ke perspektif yang lebih positif. Melakukan kebaikan tak pernah ada batas usia, apalagi kata terlambat. Jadi, Nak Ano, jadikanlah kuliah kembali di jurusan yang Anda inginkan sebagai sebuah "faktor penarik" (*pull out factor*) untuk memotivasi Anda cepat menuntaskan skripsi Anda.

Ketika Anda punya minat, saya melihat ada secercah harapan yang positif. *If you want it, you could reach it* dan mengemasnya secara optimistis. Kalau sudah tamat, cepat kerja lalu sekolah lagi dengan biaya sendiri. Keren, lho, itu.

Boleh dong ya saya katakan, perbanyaklah melakukan *self talk* (bicara pada diri sendiri) seperti ini, sehingga Anda sekaligus meyakinkan diri bahwa "kalau aku mau, pasti aku bisa". Kalaulah "tujuan sementara" yang ingin dicapai sudah dicanangkan, mari lihat posisi sekarang ini.

Tak ada hal menggairahkan yang muncul dalam diri kalau semua yang kita inginkan tersaji di nampan perak. Maka, jangan heran kalau anak yang terlahir dari ayah-ibu pekerja keras yang sukses akan tumbuh jadi orang dewasa layaknya tape singkong—lembek. Karena semua tersedia, hidup tidak menantang.

Pada posisi sekarang ini, ada beberapa tantangan yang perlu diatasi agar tujuan tercapai. Saya tidak katakan kesulitan, apalagi hambatan lho, karena kata itu bernada negatif. Kita perlu mempertahankan moda positif dalam setiap aspek kehidupan kita, bukan?

Tak ada kesulitan untuk menyelesaikan konten skripsi, kalau saja hubungan dengan Bu Anna bisa Anda kemas dalam perspektif pembimbing-mahasiswa dan tidak mengacaukannya dengan mengasosiasikan Bu Anna dengan ibunda. Segera visualisasikan bedanya saat Anda lanjut membaca ini, ya.

Dengan ibu, hubungan Anda itu *given*—terberi. Anda tidak punya *space* untuk memilih perempuan mana yang melahirkan. Ibu juga ada di posisi yang sama—Anda adalah anak yang Allah percayakan padanya untuk disayangi, dirawat penuh cinta, dan dipersiapkan menghadapi tantangan hidup. Ayo, coba Anda telaah, dari sekian banyak hal positif yang ada dalam diri ibunda, apa yang sangat Anda syukuri. Di antaranya, ibunda cerdas, bukan? Punya pendidikan tinggi, berhasil dalam kariernya, tak punya masalah dengan uang, dan tentunya beliau mandiri, bukan?

Please jangan memaku ingatan pada perpisahan ibu dengan ayah, ini akan membangun emosi negatif dalam diri. Memang iya, Anda dibesarkan oleh *single parent*, tapi tak otomatis harus menyandang label "anak *broken home*". Penting, lho, cara melihat diri dari sisi positif, karena kalau kita memikirkan sisi sebaliknya, Anda akan tumbuh dengan keyakinan bahwa kalau ayah tidak pergi, hidup Anda akan lebih baik. Kalau ibu tidak harus memutuskan semua sendirian, pasti beliau tidak menjadi Dewi-Iblis dalam hidup Anda. Kalau ini adalah cara Anda menavigasi pikiran dan ingatan tentang kedua orangtua, kinilah saatnya mengubah halauan.

Bukankah dibutuhkan keberanian untuk memutuskan bercerai? Dan Anda tak perlu melihat dua orang yang saling membenci, mencaci, bertengkar tak habis-habisnya. Sampai kapan pun, ayah adalah ayah Anda.

Kenapa sih, yang ditanya adik? Sederhananya, karena yang ada di hadapan ayah, kan Anda. Kedua, mungkin saja adik tak lama hidup bareng ayah, sehingga beliau tak punya banyak memori dengannya. Bantu agar ayah bisa tahu lebih banyak tentang adik, demikian pula adik ke ayah. Informasi yang adekuat (memadai), bisa memangkas prasangka dan pikiran negatif. Insyaallah Anda akan sampai di titik Anda paham kenapa mereka harus berpisah. Dan saat itu, biasanya Anda sudah makin dewasa menyikapi hidup ini.

Saya melihat, keengganan Anda berinteraksi dengan orang lain adalah karena merasa banyak yang tak perlu diketahui orang lain tentang Anda. Untungnya, karena Anda pandai, tetap ada yang datang ke Anda untuk belajar, tanya PR, minta bantuan membuat tugas, seperti yang Anda ceritakan di surel. Berguna bagi banyak orang, akan memupus kekhawatiran bahwa orang akan menista Anda karena orangtua bercerai.

Sekarang, perceraian bukanlah aib, Nak Ano. Saya bukanlah penganjur perceraian. Akan tetapi, saya bisa menerima kenyataan bahwa makin banyak pasangan yang berani membuat keputusan mengakhiri perkawinan. Utamanya karena si perempuannya berpendidikan dan punya keberdayaan ekonomi, sehingga biasanya punya kemandirian pula dalam menentukan apa yang ia inginkan buat hidupnya.

Lalu, apa lagi alasan Anda agar tak bersinggungan dengan banyak orang? Beranilah menatap diri, kan Anda cerdas. Coba pula memperbaiki kehangatan hubungan dengan ibunda, sehingga ia punya peluang untuk lebih ekspresif. Sering kali, masalahnya sederhana: siapa yang harus memulai? Ada gengsi, takut ditolak, atau emosi negatif yang tak terselesaikan.

Coba dibaca ulang, mana yang merupakan *unsolved mystery*? Tidak ada misteri tak terselesaikan di sana. Yang belum muncul adalah keinginan untuk saling mendekatkan diri. Percayalah, kalau sumbatan emosional bisa Anda pecahkan, dengan individu lain pun Anda tak akan terhambat banget-banget. Selanjutnya tinggal belajar menambah pengalaman sosial saja.

Deangan Bu Anna? Anda harus menyetor kemajuan skripsi. Dan menyuruh diri Anda untuk melupakan perasaan tak nyaman dan mengedepankan



kewajiban untuk selesai. Titik! Pacu diri untuk fokus mencari responden, minta bantuan ibunda kalau perlu. Bukankah pasien beliau bisa jadi "dewa-dewi" yang mau sukarela membantu? Lihat, betapa menguntungkannya kalau kita menebar cinta, utamanya pada sosok yang melahirkan kita ke dunia ini.

Anda pandai, Anda mau belajar, Anda punya ibu hebat, punya ayah yang masih mau tahu tentang anak-anaknya—hanya saja tidak tinggal bareng. Jadi, segeralah mulai menuntaskan yang selama ini terabaikan, ya. Kalau masih butuh suntikan semangat, tulisi saya lagi ke rieny.hutami@gmail.com. Salam hangat.

DRA. RIENY HASSAN
Psikolog

Alamatkan surat (lengkap dengan fotokopi KTP) ke Redaksi NOVA, tuliskan rubrik "Konsultasi Psikologi" pada amplop, bisa juga melalui e-mail: nova@gridnetwork.id



Memeluk Aku Kecil

Oleh Lia Seplia

Jika ada yang bertanya mana yang lebih panas, kobaran api atau genangan di matanya, Nea lebih memilih meraba dadanya. Seakan lava meleleh di sana, menggelegakkan darah, mencabik setiap tulang dan daging. Anak lelaki semata wayangnya baru pulang sekolah dan menemuinya di dapur seraya menyerahkan sepucuk surat. Nea sedang memasak makan malam ketika surat itu ia terima. Kata demi kata dalam surat itu membuat jemarinya bergetar.

Sudah tiga puluh lima tahun ia menjadi seorang anak, yang mana sudah sepuluh tahun pula ia punya anak, ketakutan itu masih saja menjamah: ia berubah menjadi sosok ibunya dan anaknya menjelma menjadi dirinya.

"Aku dapat hukuman apa?" tanya anaknya itu. "Tidak boleh main keluar rumah dan harus belajar di kamar sampai malam?"

"Ganti seragammu dan mandi," suruh Nea. "Biarkan Mama pikir dulu."

Anaknya meninggalkannya dengan wajah bersungut-sungut dan langkah mengentak-entak, terang-terangan memberontak.

"Kenapa kamu bisa dapat nol begini?"

Nea mendengar keributan itu dari ruang keluarga. Cepat-cepat ia menyusul ke sana. Ibunya sedang memarahi Nea kecil yang baru saja pulang sekolah dengan noda saus di dasi merah dan bekas kecap di seragam putih. Nea kecil menghadap ibunya dengan muka kucel dan tubuh berkeringat masam. Nea kecil tertunduk lesu seraya memuntir ujung rok merahnya. Matanya tidak sanggup melihat ke atas.

"Kamu dilarang keluar rumah! Belajar saja di kamar!"

Nea kecil mengangguk takut-takut.

"Kalau Ibu benar-benar menyayanginya, jangan hanya menyuruh, tapi bantu dia!" teriak Nea dengan geram pada ibunya.

"Masuk kamar! Belajar!" suruh ibunya.

"Y-yaa." Nea kecil mengangguk patuh. Tubuh mungilnya bergerak menuju kamar. Di depan pintu yang menutup ibunya masih saja menggerutu.

"Cukup, Bu!" Nea balas berteriak. Suaranya bergetar, sama halnya dengan bahunya. "Cukup!" Nea melempar surat di tangannya pada ibunya. Ibunya menoleh sesaat padanya sebelum perlahan-lahan menguap bersama udara.

***

Setelah menghidangkan makan malam di meja, Nea beranjak dari ruang makan dan melangkah pelan menuju kamar anak lelakinya itu. Namun, tidak ada anaknya di sana. Akan tetapi, terlihat Nea kecil sedang menangis di depan meja belajar berkaki rendah, duduk bersila di atas karpet berbulu yang sudah basah oleh rintik-rintik air mata. Nea berlari masuk.

"Kenapa kamu menangis lagi?" tanyanya.

Nea kecil tidak menjawab, masih sibuk bergelut dengan soal-soal di buku dan air matanya yang tak berhenti jatuh.

"Aku baik-baik saja," ujar Nea lirih.

Nea kecil mendongak menatapnya.

"Cukup," ujar Nea yang kali ini diikuti tumpahan air mata. "Tolong berhenti."

Nea kecil menyusut linangan di matanya. "Apa kamu sudah sukses seperti yang dikatakan Ibu?" tanyanya. "Aku sudah belajar dengan keras."

Nea menggeleng. "Aku tidak sukses tapi aku baik-baik saja." Isak tangis bergetar dari bibir Nea. "Maafkan aku. Kamu sudah mati-matian menjadi anak yang baik dan pintar, tapi aku tidak menjadi siapa-siapa sekarang."

"Apa usahaku sia-sia?" tanya Nea kecil.

"Tidak ada yang sia-sia," lirih Nea sambil menutup buku-buku di atas meja belajar berkaki rendah itu. "Terima kasih sudah bertahan untukku."



"Kamu bahagia?" tanya Nea kecil.

Nea mengangguk. "Meski tidak sehebat yang diinginkan Ibu, aku menerima diriku apa adanya sekarang."

Jari-jari Nea kecil merayap di permukaan pipi Nea dewasa, menghapus bulir-bulir air mata yang masih berguguran. "Kamu tahu rasanya jadi aku," katanya.

"Kamu terlalu menyayangi Ibu sehingga tidak punya kuasa untuk melawannya. Ibu terlalu khawatir akan masa depanmu karena dia mencintaimu."

"Aku tidak menyesal karena rajin belajar," ujar Nea kecil. "Lihat dirimu yang sekarang. Kamu tidak seperti Ibu." Nea kecil melengkungkan senyum.

"Benar. Aku adalah diriku." Nea menjulurkan lengannya dan memeluk Nea kecil erat-erat. "Aku tidak akan menyesali apa pun sekarang."

"Mama?!"

Panggilan itu membuat Nea menoleh ke belakang. Anak lelakinya berdiri di ambang pintu kamar yang terbuka, tengah memandanginya dengan keheranan.

"Oh, kamu di luar, ya." Nea tersenyum alih-alih memasang muka masam. "Duduk sini," Nea melambai, meminta anaknya itu mendekat.

"Apa?" Anaknya malas-malasan merapat.

"Tidak ada, kok." Nea mengusap pelan kepala anaknya itu. "Alasanmu bolos dan berkelahi di sekolah apa?" tanya Nea.

"Mama tahu Jugo? Temanku yang pemalu itu?" tanya anaknya. Nea mengangguk. "Dia dipalak oleh Geng Kakak Kelas ketika jajan di kantin. Aku dan teman-teman yang lain membela Jugo. Eh, Si Tukang Palak malah menantang kami berkelahi di belakang sekolah. Katanya kalau kami menang, mereka tidak akan mengusili Jugo lagi."

"Siapa yang menang?"

"Kami!"

Nea tersenyum lega. "Ya sudah. Kalau demi membela teman dan memang tujuannya baik, Mama tidak bisa marah," ujar Nea. "Tapi bolos dan berkelahi tetaplah salah."

"Aku tahu," jawab anaknya, sendu. "Lalu, hukumanku?"

"Tidak ada."

Anaknya terbelalak. "Benarkah?" tanyanya, dan Nea masih mempertahankan senyum yang sama. Wajah anaknya berseri-seri. "Terima kasih Mama."

Di sebelahnya Nea kecil tersenyum lega, mengangguk penuh suka cita saat bayangannya hilang pelan-pelan menyisakan udara hangat nan lapang di dada Nea dewasa. "*Terima kasih aku kecil,*" bisik Nea dalam hati. "*Aku mencintaimu: dulu, hari ini, dan nanti.*"

***

Storial.co

Griya

Tangga Dekoratif

Penyimpanan Cantik, Hemat Tempat

Tangga dinilai memiliki bentuk yang menarik. Umumnya berbentuk dua balok panjang vertikal, yang dihubungkan dengan sejumlah balok pendek dengan posisi horizontal.



Tangga dekoratif bisa diletakkan di teras untuk menaruh pot tanaman.

Tangga, yang fungsi asalnya adalah alat bantu untuk menjangkau tempat yang lebih tinggi, kini banyak dicuri bentuknya untuk fungsi yang berbeda. Yaitu untuk penyimpanan yang sifatnya terbuka.

Memangnya, bisa menyimpan apa? Macam-macam, tergantung di mana diletakkannya.

Tangga dekoratif ini memiliki beberapa varian bentuk dan material, bisa kayu, bambu, besi, atau aluminium. Sekarang ada juga yang dijual dalam bentuk balok lepasan yang tinggal dipasang menggunakan sekrup.

Daya tarik tangga dekoratif ini adalah bentuknya yang sangat ramping, sehingga menjadi tempat penyimpanan yang tidak memakan ruang.

Inilah beberapa inspirasi model dan cara memanfaatkannya.



1. Model Gantungan

Model pertama, persis seperti tangga biasa, dengan anak tangga berupa balok melintang. Tangga model ini cocok untuk menyimpan atau menaruh benda dengan cara menggantungkannya.

Misalnya saja, tangga ini bisa diletakkan di kamar tidur untuk menggantung baju tidur yang dipakai sehari-hari atau mukena. Bisa juga diletakkan di kamar mandi untuk menggantung handuk atau keset. Ide lainnya adalah menaruhnya di ruang keluarga untuk menggantung hijab, sarung, atau lap tangan.

2. Model Rak

Model kedua mirip dengan model pertama, hanya saja bagian anak tangganya berupa ambalan yang agak lebar. Jadi kita bisa menaruh benda seperti di rak.

Model ini cocok juga mengisi di kamar mandi untuk menaruh sabun, sampo, dan perlengkapan mandi lainnya. Bisa juga ditaruh di teras untuk pot tanaman atau di ruang tamu untuk menaruh buku atau pajangan.

MADE MARDIANI KARDHA | FOTO: ISTOCK



Cukup disandarkan di dinding, rak model ini sangat hemat tempat, sekaligus cantik.

Di kamar tidur, tangga dekoratif ini bisa dimanfaatkan untuk menggantung mukena atau baju tidur.



Panik Saat Salah Masuk Tol, Bahaya Mengintai

Salah masuk jalan tol bisa dialami banyak pengendara. Apa yang harus dilakukan agar terhindar dari bahaya?

Peristiwa yang sempat menghebohkan hingga viral terjadi Minggu (30/8), saat sebuah sepeda motor tiba-tiba nyelonong masuk ke jalan tol Jakarta-Cikampek. Motor yang dikendarai tiga kakak-beradik perempuan itu awalnya berjalan normal, namun kemudian bersenggolan dengan Mitsubishi Pajero Sport, hingga motor oleng dan terjatuh.

Beruntung kejadian itu tak menimbulkan korban jiwa, meskipun kejadian tersebut tak dibenarkan. Karena saat kita salah masuk jalan tol, apalagi diikuti dengan kepanikan, bahaya lebih parah tentu saja mengintai. Agar itu tak terjadi, Sony Susmana, Training Director Safety Defensive Consultant Indonesia (SDCI), menyebut kita harus bisa membaca rambu jalan dengan baik selama berkendara.

Kata Sony, pengendara motor maupun mobil mestinya bisa melakukan manajemen perjalanan secara benar. Mengetahui peruntukan jalan, misalnya jalan tol yang saat ini hanya untuk kendaraan beroda empat atau lebih, tentu tak bisa sembarangan dimasuki sepeda motor.

"Bagi pengendara motor, lakukan menajemen perjalanan dengan baik, sehingga salah satunya mampu meminimalisir salah jalan," tambah Sony.

Jangan Panik

Seperti kita tahu, kasus salah masuk jalan tol cukup sering dialami pengendara, termasuk pengendara mobil. Penyebabnya, pengendara tak fokus dalam perjalanan, sehingga tak sadar memilih jalan yang bukan seharusnya dan tidak membaca rambu dengan benar.

"Penting untuk selalu membaca rambu-rambu lalu lintas, karena rambu tersebut merupakan pemandu arah perjalanan terbaik, sehingga risiko-risiko kesalahan selama perjalanan dapat ditekan," tukas lelaki berkacamata ini pada NOVA.

> "Ketika sudah salah jalan, misalnya masuk jalan tol, jangan berhenti atau berbalik arah. Risikonya tinggi terhadap kecelakaan."

Lantas, apa yang harus dilakukan jika sudah terlanjur salah masuk tol?

Biasanya, pengendara mobil yang kemudian sadar salah jalan akan panik, kemudian bisa tiba-tiba berhenti, terus berputar arah atau mundur. Tentu saja ini membahayakan, mengingat jalan tol kan memang jalan bebas hambatan dengan laju kendaraan yang cepat.

"Ketika sudah salah jalan, misalnya masuk jalan tol, jangan berhenti atau berbalik arah. Risikonya tinggi terhadap kecelakaan, karena laju kecepatan mobil yang lewat di jalan tol minimal 60 kilometer per jam," ingat Sony.

Untuk itu, Sony menyarankan kita tak panik. Ketika sadar sudah salah jalan, lebih baik segera mencari tempat atau area yang lebar untuk berhenti di sebelah kiri, untuk kemudian menunggu bantuan dari petugas.

Atau bagi pengendara mobil misalnya, bisa juga dengan mencari pintu keluar tol terdekat, yang memungkinkan kita untuk kemudian masuk lagi ke jalan tol pada arah sebaliknya, sehingga bisa melanjutkan perjalanan ke tujuan yang benar.

Terus, apa yang harus dilakukan jika kita melihat pengendara motor yang salah masuk jalan tol? Sony buru-buru mengingatkan agar kita tak membuat pengendara makin panik, "Jangan disoraki atau diganggu. Segera kasih tanda dan komunikasikan kalau yang bersangkutan salah jalan."

Jika memungkinkan, menurut Sony, bisa saja kita malah membantu mengiringi pemotor yang salah jalan tadi dari belakang sebagai bentuk pengamanan. "Paling enggak sampai area yang aman untuk berhenti atau sampai pintu tol terdekat," tukas Sony.

Baiklah.

MUHAMAD YUNUS

FOTO: ISTOCK



SONY SUSMANA
TRAINING DIRECTOR SAFETY DEFENSIVE CONSULTANT INDONESIA (SDCI)

Varia Warta

PT Unilever Indonesia
TINGGALKAN BAHAN BAKAR FOSIL

Tak bisa dimungkiri, saat ini sebagian besar detergen dan produk pembersih yang tersedia, mengandung bahan kimia yang berasal dari bahan bakar fosil, yaitu sumber karbon yang tidak dapat diperbarui dengan kadar karbon sekitar 46 persen. Sehingga jika terus menerus digunakan, akan membawa dampak negatif bagi bumi.

Melihat fakta tersebut, PT Unilever Indonesia sebagai produsen rangkaian produk detergen dan pembersih akhirnya mulai melakukan transisi. Tujuannya untuk menggantikan 100 persen karbon yang berasal dari bahan bakar fosil, dalam formulasi produk pembersih, dan detergennya dengan karbon terbarukan. Bisa juga menggunakan karbon daur ulang yang berasal dari tumbuhan, udara, sumber laut, dan limbah sebagai upaya menciptakan masa depan yang bersih dan lestari.

"Upaya Clean Future adalah visi kami untuk merombak bisnis secara drastis. Sebagai industri, kita harus memutuskan ketergantungan pada bahan bakar fosil, termasuk sebagai bahan baku produk. Kita harus berhenti mengeksploitasi karbon dari bawah tanah, ketika tersedia cukup banyak karbon di dalam dan di atas tanah yang dapat kita teliti, untuk kemudian dimanfaatkan dalam skala besar," ucap Peter Kulve, President of Home Care Unilever.

SITI SARAH NURHAYATI

Amar Bank
HADIRKAN APLIKASI SENYUMKU DENGAN TEKNOLOGI AI

Pemakaian produk digital pada perbankan memang sangat dibutuhkan di era sekarang. Apalagi bila produk perbankan juga bisa menghadirkan teknologi AI untuk membantu kita mengatur keuangan. Oleh karena itu, PT Bank Amar Indonesia Tbk. (Amar Bank), memperkenalkan inovasi produk terbaru Senyumku pada Kamis (27/8).

Senyumku merupakan *mobile-only intelligent* bank pertama di Indonesia, yang memanfaatkan kecerdasan buatan dalam memberikan layanan perbankan personal kepada masyarakat, khususnya kaum milenial. Aplikasi ini dirancang untuk membantu pengguna membangun kebiasaan menabung, melacak pengeluaran sehari-hari, dan berinvestasi secara teratur untuk masa depan.

Senyumku didukung oleh teknologi kecerdasan buatan yang canggih, untuk mengetahui serta mengevaluasi kesehatan keuangan, serta menawarkan cara mudah yang terpersonalisasi untuk mengelola keuangan nasabah, sesuai dengan *lifestyle* nasabah dan tujuan keuangan yang ingin dicapai.

TENTRY YUDVI

Sayurbox
HADIR DI BALI DAN SURABAYA

Demi memberikan kemudahan dan keamanan bagi konsumen dalam memenuhi kebutuhan harian, Sayurbox meluaskan jangkauan bisnisnya. Terlebih, Sayurbox menyadari di masa pandemi ini masyarakat perlu diakomodasi untuk memenuhi kebutuhan hariannya dengan aman. Pasalnya, sejak berdiri 2016 lalu, Sayurbox fokus pada kebutuhan konsumen Jakarta. Tetapi sejak Agustus 2020, platform berjualan sayuran online ini hadir di Surabaya dan Bali.

Menariknya, seluruh pilihan buah dan sayur yang dipasarkan pun berasal langsung dari petani lokal di kedua kota tersebut. Tidak hanya memudahkan konsumen, Sayurbox melihat Surabaya dan Bali punya potensi agrikultur yang besar. Sehingga Sayurbox ada untuk memberikan akses bagi petani lokal agar bisa menjual hasil panen mereka secara langsung ke konsumen dengan lebih mudah. Dengan begini, petani pun bisa tahu apa yang konsumen butuhkan di kota mereka.



AGHNIA HILYA N | FOTO: DOK. SAYURBOX

Pfizer Indonesia
LUNCURKAN PROGRAM ASISTENSI PASIEN PENDERITA KANKER

Studi Globocan 2018 menyebutkan, kanker payudara menempati peringkat kanker tertinggi di Indonesia, dengan 58,256 kasus baru pada tahun 2018. Selain itu, penyakit ini juga menempati posisi kedua penyebab kematian, setelah kanker paru-paru. Disebutkan juga, kanker payudara adalah kanker invasif yang paling umum terjadi pada wanita secara global dengan lebih dari 2 juta wanita terkena setiap tahunnya.

Jumlah penderita kanker payudara yang terus meningkat, membuat Pfizer selama lebih dari dua dekade melakukan aktivitas riset dan pengembangan inovatif, berbasis uji klinis terhadap lebih dari 25.000 pasien kanker sejak 1995. "Tujuannya agar tercapai kemajuan dalam pengobatan secara signifikan," kata Dr. Handoko Santoso, Medical Director Pfizer Indonesia.

Selain itu, Pfizer juga menginisiasi program ASA DARA sebagai terobosan inovatif yang membantu pasien kanker payudara metastatis HR+ / HER2- di Indonesia. "Program ini diharapkan memberi harapan baru dalam membangun solusi komprehensif dari peningkatan pengetahuan, asistensi pasien, dan penguatan peran psikososial *caregivers*," tambah Dr. Dyana Suwandy, Medical Affairs Manager Pfizer Indonesia saat webinar bertema kanker payudara, Senin (31/8).

MUHAMAD YUNUS

Menangis Lihat Vanessa Angel



Bibi Ardiansyah

Hati siapa yang tak hancur melihat perempuan kesayangannya duduk di kursi pesakitan? Bibi Ardiansyah pun demikian. Tangisnya pecah saat sang istri, Vanessa Angel, harus menjalani sidang dan kembali berurusan dengan hukum.

Kali ini Vanessa menjalani sidang perdana terkait kasus dugaan penyalahgunaan narkotika. Padahal, pada Juli kemarin Vanessa baru saja selesai melahirkan putra pertamanya dengan Bibi, dan masih menyusui sang buah hati.

"Ya sedih aja. Sebelumnya kan Vanessa juga pernah ngalamin kayak gini. Nah dalam 3 hari kemarin dia mikirin (sidang perdana) hari ini. Dia benar-benar stres, jadi lanjut lagi ke Gala (sang putra) stresnya," ucap Bibi seperti dikutip dari Kompas.com.

Betapa tidak, Bibi dan Vanessa baru saja berbahagia dengan kelahiran anak pertama, kini keluarganya harus kembali dihadapkan dengan masalah yang seakan tak ada habisnya. Memang sih, semua ini juga berawal dari kelalaian mereka.

"Aku enggak penginlah sebagai kepala keluarga melihat yang kayak gitu, karena aku juga baru jadi orangtua. Jadi, semoga ke depannya diberi kelancaran sama Allah," pinta lelaki berusia 30 tahun ini.

Meski demikian, Bibi tak ingin terus terlihat bersedih hati. Sebab dia sadar, ada sang istri yang harus dikuatkan. Bibi bilang, "Kita nenanginnya karokean aja sih di rumah."

Kalau sudah begitu, Vanessa masih stres enggak?

SITI SARAH NURHAYATI

FOTO: DOK. INSTAGRAM @VANESSAANGELOFFICIAL

Ditinggal Glenn Fredly, Ingin Nikah Lagi?



Mutia Ayu

Setelah Glenn Fredly meninggal dunia, Mutia Ayu jadi orangtua tunggal untuk anak semata wayangnya, Gewa Atlana Syamayim Latuihamallo. Tentu kenyataan itu harus diterima dengan lapang dada. Tapi kini, lima bulan sepeninggalan Glenn, kabarnya Mutia Ayu sudah siap membuka hati dan menikah lagi dengan lelaki yang mau menerima dirinya dan sang putri. Terlebih, pedangdut ini juga masih muda dan baru berusia 25 tahun.

Tapi lewat kanal YouTube Musik Bagus Indonesia, belum lama ini perempuan yang mengawali kariernya sebagai peragawati ini memberikan jawaban tegas terkait gosip yang beredar itu. Katanya, alih-alih menikah kembali, Mutia justru pengin fokus pada buah hati yang baru berusia 7 bulan dan kariernya di dunia tarik suara.

"Aduh, untuk sekarang aku masih belum kepikiran ke situ (menikah). Aku sekarang lebih senang mengurus Gewa dulu. Fokus pendidikan Gewa ke masa depan, dan fokus untuk aku sendiri," ucapnya.

Mutia merasa bahagia dengan hidupnya, dan bersyukur selalu dikelilingi orang-orang baik. Apalagi kehadiran Gewa juga sudah jadi pelengkap dalam kebahagiaan tersebut.

Untuk ke depannya, pelantun *Juragan Empang* ini mengaku pasrah dengan takdir yang diberikan Tuhan. Sambil tersenyum Mutia bilang, "Ya, kalau misalkan Tuhan berkehendak lain, Tuhan punya caranya sendiri, kenapa enggak? Aku enggak menentang semua itu. Tapi aku ada permintaan sih sama Tuhan. Ya... Itu biarkan aku dan Tuhan yang tahu doaku."

Kira-kira apa, ya, doanya?

SITI SARAH NURHAYATI

FOTO: DOK. INSTAGRAM @MUTIA_AYUU

Astrologi



Beby Djenar
Konsultan Tarot

Beby Djenar cukup aktif sebagai bintang tamu di acara-acara TV sebagai konsultan tarot. Ia juga membuka praktik di Jakarta (Jl. Tenggiri 48, Rawamangun, Jakarta Timur)

Virgo
23 AGS - 22 SEP

Jika semua gosip atau perkataan tak enak yang Anda dengar dimasukkan ke hati, dijamin hanya akan memancing kemarahan. Santai saja. Jika ucapan orang lain dirasa kurang mengena di hati, jangan acuhkan. Istilahnya, "masuk kuping kanan, keluar kuping kiri."
Keuangan: Ada biaya mendadak yang harus Anda keluarkan. Jumlahnya lumayan besar.
Asmara: Mantan kembali menghubungi. Anda bingung harus melakukan apa.



Capricon
22 DES - 19 JAN

Mulailah memerhatikan penampilan Anda. Penampilan yang baik dan maksimal dapat membantu Anda meningkatkan rasa percaya diri. Anda tidak akan merasa minder dan malu saat bertemu dengan orang lain karena sudah tampil *all out*.
Keuangan: Jangan lupa bersedekah. Tuhan sudah memberikan rezeki yang banyak untuk Anda.
Asmara: Cemburu boleh saja. Tapi kalau sudah cemburu buta, jadinya malah tidak sehat, Iho.

Aquarius
20 JAN - 18 FEB

Tak selamanya politik kantor itu negatif. Bila untuk mencapai tujuan perusahaan, mendatangkan kebaikan banyak orang, dan meningkatkan kualitas pekerjaan, sah saja. Dengan memahami politik kantor, Anda akan lancar dalam bekerja, terhindar dari konflik, juga terbantu mencapai tujuan dalam bekerja.
Keuangan: Akan ada pemasukan tak terduga.
Asmara: Biarlah hanya Anda berdua yang tahu masalahnya.

Pisces
19 FEB - 20 MAR

Ada yang kurang suka pada Anda dan mulai menyebar berita kurang sedap. Jangan emosi, lebih baik bersabar saja karena situasi masih kurang mendukung bagi Anda untuk membela diri. Jangan hiraukan orang-orang nyinyir ini. Fokus saja pada apa yang sedang Anda kerjakan, apalagi ada potensi mendatangkan hasil baik.
Keuangan: Akhirnya bisa menyelesaikan cicilan kartu kredit!
Asmara: Hati sedang berbunga.

Aries
21 MAR - 19 APR

Anda diliputi rasa gelisah dan khawatir. Baik itu karena masalah kantor yang belum juga teratasi, problem keuangan, persoalan rumah tangga, dsb. Jangan biarkan kegelisahan menghantui Anda karena hal itu bisa memicu depresi. Tenangkan diri dan mulailah mencari solusi.
Keuangan: Ada jalan keluar dari masalah keuangan Anda.
Asmara: Antara dua pilihan. Di lubuk hati, Anda tahu yang lebih baik.

Taurus
20 APR - 20 MEI

Jenuh dengan pekerjaan? Cobalah mencari berbagai tantangan baru dalam pekerjaan Anda. Tingkatkan kreativitas untuk menemukan ide atau inovasi baru dalam pekerjaan. Jika memungkinkan, ajukan permintaan untuk mengikuti pelatihan atau melakukan perputaran pekerjaan.
Keuangan: Banyak tagihan yang harus segera dilunasi.
Asmara: Anda cemburu dia lebih banyak meluangkan waktu dengan teman-temannya.

Gemini
21 MEI - 20 JUN

Sudah berusaha bersikap baik, mengakomodasi semua keinginan orang, namun Anda mendapat imbal balik yang tak menyenangkan. Tak usah kecewa. Ingat, Anda tak bisa menyenangkan semua orang, karena setiap orang memiliki kemauannya sendiri. Yang penting, Anda sudah melakukan yang terbaik.
Keuangan: Patuhi rencana keuangan bila tak ingin kesulitan.
Asmara: Cinta bertepuk sebelah tangan. Sabar, ya!

Cancer
21 JUN - 22 JUL

Tak ada gading yang tak retak, maka jangan malu atau menutup diri bila melakukan kesalahan. Tak perlu pula menyesal berkepanjangan. Hadapi secara terbuka apa pun risiko kesalahan yang telah Anda perbuat.
Keuangan: Nikmati kerja keras Anda dengan berbelanja, tapi jangan kalap!
Asmara: Anda selalu mengatakan bahagia dengan si dia. Tapi, Anda tampak lebih bahagia bersama teman-teman.

Leo
23 JUL - 22 AGS

Anda harus mulai menentukan prioritas dalam hidup. Anda harus memilah mana yang penting dan mana yang tidak penting buat hidup Anda. Dengan kata lain, prioritas membuat hidup Anda lebih fokus dan mencegah Anda melakukan hal yang sia-sia.
Keuangan: Pikirkan kemungkinan untuk berinvestasi. Sayang uang Anda menganggur saja di bank.
Asmara: Dilema, orang di sekeliling Anda tak terlalu menyukai pasangan Anda.

Libra
23 SEP - 22 OKT

Seimbangkan hidup Anda dengan memberi perhatian yang proporsional antara pekerjaan dan kehidupan personal. Jangan hanya menghabiskan waktu Anda di depan layar komputer dan akhirnya jadi mengabaikan keluarga. Ada kalanya, keluarga membutuhkan sekali kehadiran Anda.
Keuangan: Pekerjaan sampingan tak lagi mendatangkan hasil. Cari alternatif.
Asmara: Konflik membuat hubungan Anda merenggang.

Scorpio
23 OKT - 21 NOV

Trauma, obsesi, atau cobaan hidup, bisa membuat seseorang memutuskan untuk mengubah total dirinya. Ada yang berubah ke arah positif, namun ada pula yang disayangkan berubah ke arah negatif. Anda pilih yang mana? Bersiaplah juga, karena perubahan ini akan mengundang komentar mulut-mulut usil.
Keuangan: Tak ada masalah, dompet lagi tebal-tebalnya.
Asmara: Tengah jenuh. Padahal ada yang mengincar, Iho.

Sagitarius
22 NOV - 21 DES

Pekan ini berhati-hatilah sebelum mengambil keputusan. Berpikir dulu dua kali sebelum membuat tindakan. Kalau perlu, tunda dulu untuk membuat keputusan yang krusial. Pasalnya, pekan ini potensi Anda untuk melakukan kesalahan amatlah tinggi.
Keuangan: Anda akan membutuhkan uang dalam jumlah banyak dalam beberapa bulan ke depan. Berhematlah.
Asmara: Si dia selalu tak bisa meredam ego. Hati jadi capek.