Sahabat Wanita Inspirasi Keluarga

NOVA

33 TAHUN

KRISDAYANTI
AUREL, "AKU HANYA MENCINTAIMU TANPA SYARAT"



PINTAR ATUR UANG
NIKMATI KESERUAN MAIN SAHAM LEWAT APLIKASI

#PilihLokalAja

KIOS
BIGISSIMO
MODAL RP150.000, JUAL BAJU "PLUS SIZE" SAMPAI HONG KONG

PSIKOLOGI
AWALNYA NUMPANG, LAMA-LAMA UWAK SEOLAH INGIN GANTIKAN ALMARHUM IBUKU

SEDAP SEKEJAP
ICIP KULINER NUSANTARA DARI FILM NASIONAL



PERISTIWA
APRILIA MANGANANG AKHIRNYA MENJADI LAKI-LAKI "INI YANG SAYA TUNGGU SELAMA INI"

#BerbagiCerita
WULAN GURITNO

"SUAMIKU BUKAN SELERA AKU"

RAMALAN MBAK YOU: WULAN BAKAL MENIKAH 3-4 KALI

NO. 1727/XXXIV
25 - 31 Mar 2021
Rp8.000 | Rp8.500
(di luar P. Jawa, Bali, NTT, NTB)
20 Halaman

NOVM210325
201353268

GRID NETWORK

FOTO: AUDI RANGGA

NOVA

SIUP:
SK MENPEN RI No.060/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, RATNA SUCI
Editorial Secretary AGNES DINAR DIAH ASRINING PURI
office: Gedung GRID NETWORK, Lt. 4, Perkantoran Kompas Gramedia, Jl. Gelora VII RT.2/RW.2 Gelora, Tanah Abang Jakarta Pusat 10270
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 RICO TRISNADI, PRISCILIA MANOPPO
CIRCULATION & DISTRIBUTION DS. WARDANA
office: Gedung GRID NETWORK, Lt. 4, Perkantoran Kompas Gramedia, Jl. Gelora VII RT.2/RW.2 Gelora, Tanah Abang Jakarta Pusat 10270
email: nova@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: Gedung GRID NETWORK, Lt. 4, Perkantoran Kompas Gramedia, Jl. Gelora VII RT.2/RW.2 Gelora, Tanah Abang Jakarta Pusat 10270
email: marcomm@gridnetwork.id

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

"APA? CERAI LAGI?"

Bandingkan tanggapan tadi dengan kalimat, "Kenapa? Apa kamu baik-baik saja?" Bagi yang menerimanya, rasa yang didapat akan beda jauh. Sayangnya, pertanyaan pertama yang paling sering kita dengar.



Perceraian memang selalu memicu gunjingan. Jangankan hingga dua kali. Sekali saja, segala asumsi pasti bertebaran... utamanya di ajang-ajang gosip multiplatform. Intinya, perceraian jadi identik dengan kegagalan.

Ah, pantas saja banyak perempuan tetap bertahan dalam pernikahan yang tidak sehat dan tidak membahagiakan. Banyak pula yang saat memilih untuk berpisah, lalu tidak jujur dan terbuka soal alasannya.

Saya tidak asal bicara dan jangan pula dianggap sarkastis, ya. Ini berdasarkan pengalaman pribadi dari lingkungan keluarga besar sampai teman dan rekan kerja. Paling tidak, ini adalah hal-hal yang diceritakan oleh para perempuan yang mengalami perceraian lebih dari sekali.

Kalau Sahabat NOVA tidak pernah mengalami perceraian atau tidak mengenal seseorang yang menjadi janda atau duda, bisa jadi satu-satunya cara Anda memahami hal ini adalah lewat kisah para *public figure*.

Misalnya seperti Kalina Oktarani, Ririn Ekawati, Risty Tagor, dan Sheila Marcia. Sayangnya, berita bombastis soal mereka malah membuat kita makin intrusif dan penuh penilaian saat ada yang melewati hal sama. Kita jadi tidak terlatih untuk bersimpati.

Tuntutan sosial terhadap pernikahan sebagai simbol hubungan yang sempurna membuat sebagian besar perempuan tak sepenuhnya terbuka saat ditanya kenapa pernikahannya bubar. Seperti Wulan Guritno, bintang sampul kita minggu ini. Toh jujur atau tidak, dia tetap jadi bahan omongan. Jujur atau tidak, dia sudah dicap sebagai seseorang yang gagal. Padahal, bukan bagian kita juga untuk menilai.

Bagaimana kalau kita melatih diri untuk memberikan ruang aman buat saudari-saudari kita bercerita apa adanya? Membiarkan mereka mengeluarkan isi hati tanpa keinginan untuk berpendapat. Memastikan mereka punya waktu untuk pulih dan membantu mereka tetap merasa dirinya berharga.

Salam hangat,
Indira Dhian Saraswaty
@indynesia

33 TAHUN

#PilihLokalAja

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
Melaney Ricardo Akhirnya Blak-blakan Sebut Penyebab Retaknya Rumah Tangga dengan Tyson Lynch
Pasti bukan hal yang mudah.



2
Cara Membuat Telur Dadar Tebal Ala Rumah Makan Padang Ternyata Mudah
Ayo, langsung dicoba di rumah!

3
Datang ke Pesta Ulang Tahun Nikita Mirzani, Pakaian Sederhana Ayu Ting Ting Justru Jadi Sorotan karena Harganya
Hmmm, antara karena murah atau luar biasa mahal.

4
Tak Banyak yang Tahu Ashanty Diam-Diam Tegur Atta Halilintar di Tengah-Tengah Prosesi Lamaran
Wow! Belum-belum calon menantu sudah dapat teguran, nih.

5
Ditalak AA Gym, Teh Ninih Menangis Tak Ingin Diceraikan Suaminya
Ah, pilunya cerita Teh Ninih.



6
Komentar Begini, Ayya Renita Terlibat Konflik dengan Glenca Chysara
Duh, komentarnya.

7
Kristina Unggah Video Akikahan Bayi, Kapan Sang Pedangdut Menikah?
Bikin penasaran deh jadinya.

8
Billy Syahputra Bongkar Rahasia Raffi Ahmad Nikah Siri di Puncak
Hmm, apa komentar Nagita, ya?

9
Jangan Pernah Mencukur Habis Rambut Kemaluan Sebelum Berhubungan Intim, Ini Penjelasannya
Pantang dilakukan ya, Bun.



10
Kembali Dipertemukan, Panggilan Anang Hermansyah ke Krisdayanti Jadi Sorotan
Mimi? Pipi? Atau sekarang jadi sekadar nama?

COVER WULAN GURITNO: AUDI RANGGA | IG: @AUDIRANGGA (FOTOGRAFER); ALEXANDER ZULFIKAR LALISANG | IG: @ALEXZULFIKARLALISANG (STYLIST); RYAN OGILVY | IG: @RYANOGILVY (MAKEUP); FIRDA JEAN | IG: @FIRDAJEAN (HAIRDO); GUCCI | IG: @GUCCI (WARDROBE). |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) | @MELANEY_RICARDO / DOK. INSTAGRAM (MELANEY RICARDO & TYSON LYNCH); MOONSTAR SIMANJUNTAK / DOK. NOVA (AA GYM & TEH NINIH); ISTOCK (ILUSTRASI CUKUR RAMBUT KEMALUAN).



Pengajian Aurel jadi momen membahagiakan untuk Krisdayanti dan Azriel.

Krisdayanti

Jelang Pernikahan Aurel, Saling Ungkap Perasaan

Hubungannya dengan Aurel sempat merenggang beberapa kali. Kini Krisdayanti bisa tenang telah mengungkapkan perasaannya. Apa isinya?

Sekalipun sudah tidak tinggal bersama karena kandasnya rumah tangga, jalinan cinta seorang ibu kepada anak tak akan pernah ada akhirnya. Begitu pun perasaan Krisdayanti pada buah hati pertamanya, Aurel Hermansyah, yang akan menjadi istri Atta Halilintar sebentar lagi.

Meskipun beberapa kali hubungannya dengan Aurel sempat berjarak hingga terlibat perang dingin, Krisdayanti selalu mendoakan yang terbaik untuk sang putri. Maka itu, ketika mendengar isi hati Aurel tentang dirinya, istri Raul Lemos ini tak dapat menahan haru.

"Mimi adalah sosok perempuan yang kuat dan pekerja keras yang mengajarkan Lolly (sapaan Aurel untuk dirinya, red.) pahit manisnya kehidupan. Mungkin aku tidak pernah mengatakan hal ini, tapi terima kasih untuk cintamu," ujar Aurel menitikkan air mata.

Momen mengharukan ini terjadi di malam pengajian Aurel pada Sabtu lalu dan terekam dalam kanal YouTube RCTI Entertainment. Aurel berterima kasih pada sang ibu kandung karena telah melahirkannya, menyayangi, dan mendoakan dirinya.

Bagi Aurel, karena Krisdayanti telah membawanya ke dunia, dirinya bisa merasakan indah dan bahagianya kehidupan seperti saat ini. Sedangkan, bagi Krisdayanti sendiri, kenangan melahirkan dan menyusui Aurel saat masih muda adalah keajaiban sekaligus karunia.

"Aku pernah menuntunmu di hari kamu masuk sekolah, Nak. Meraih ilmu yang mengantarkanmu memiliki budi pekerti dan nilai luhur, hingga kau menjadi anak yang manis seperti saat ini," ujar Krisdayanti yang tak lama mengantar putrinya tumbuh dewasa.

> "Cukup bila kau mengingatku barang sedetik dalam hidupmu."

Sedikit kilas balik, Aurel dulu sangat terpukul ketika ibunya, Krisdayanti, memilih pergi, menceraikan Anang, dan meninggalkan dirinya dan sang adik, Azriel. Namun, Aurel dewasa ingin Mimi Krisdayanti bisa bersanding dengan Anang dan Ashanty di pernikahannya.



Krisdayanti bahagia Raul mendukungnya untuk terlibat di pernikahan Aurel.

Titipkan Salam

Maka itu, ketika sang putri meminta restunya sebagai ibu kandung, Krisdayanti tidak dapat menahan tangisnya. Dirinya seakan tak menyangka anaknya itu telah menetapkan hati dan menautkan hidup pada seorang dan akan segera membina bahtera rumah tangga.

"Aku hanya mendoakanmu dan mencintaimu tanpa syarat. Semoga engkau menikmati perjalananmu, perjalanan barumu. Seperti pesan pipimu (Anang, red.), taatlah dan patuhi suamimu," ungkap perempuan kelahiran Malang, 24 Maret 1975 ini menahan tangis.

Wakil rakyat ini pun berharap Aurel tidak melupakannya dan sesekali dapat mengingat dirinya serta kenangan bahagia yang mereka punya. Bagaimanapun, mereka terikat darah, dan Krisdayanti akan selalu mendoakan yang terbaik untuk Aurel, apa pun yang terjadi.

"Aku tidak memintamu mencintaiku seluas samudera. Cukup bila kau mengingatku barang sedetik dalam hidupmu. Ketika engkau nanti menimang anakmu, sampaikan salamku selalu. Aku mencintai, kelak dia adalah cucu pertamaku," ujar Krisdayanti.

Kado Terindah

Namun, hal yang dipertanyakan warganet adalah, kenapa penyanyi yang akrab disapa KD itu datang sendirian? Tanpa menggandeng anak-anak ataupun suaminya. Rupanya soal Raul, KD bilang, sang suami masih terjebak *lockdown* di Timor Leste, sehingga tak bisa datang.

Sedangkan, terkait kedua buah hatinya dengan Raul, "Suami saya memang untuk urusan Covid terketat ya. Untuk alasan kesehatan, akan lebih baik anak-anak tidak dibawa ke tempat umum," terang KD yang selalu meminta izin Raul ketika ingin datang ke acara Aurel.

Pasalnya, hari pengajian Aurel itu bertepatan dengan hari jadi pernikahannya dengan Raul yang kesepuluh. Meski sedang terpisahkan jarak, KD mendapatkan hadiah terindah dari sang suami. Yakni dukungan untuk berkontribusi maksimal di pernikahan sang putri.



"Buat saya, dengan Raul mendorong saya untuk bisa semaksimal mungkin, pikiran dan badan, untuk terlibat dalam pernikahan putri saya dan mendoakan putri saya, itu sudah hadiah (pernikahan, red.) luar biasa," pungkas pelantun *Cintaku Kan Selalu Menemanimu* ini.

AGHNIA HILYA N

FOTO: DOK. INSTAGRAM @KRISDAYANTILEMOS

Ivan Gunawan

"Tujuan Akhir Saya Sama Ayu Ting Ting"

Meski tak bilang pacaran, Ivan tak menutup ada sesuatu dengan Ayu Ting Ting.

Kisah cinta di antara desainer kondang Ivan Gunawan dan Ayu Ting Ting selalu menarik perhatian warganet. Berada dalam acara yang sama, keduanya selalu menampilkan keakraban dan kehangatan yang tak biasa. Mereka juga diisukan tengah menjalin hubungan serius.

Namun, hal itu tidak pernah dibenarkan, baik Ivan maupun Ayu. Apalagi, belum lama ini Ayu justru diketahui pacaran dengan Adit Jayusman dan hampir menikah. Soal ini, rupanya lelaki yang akrab disapa Igun itu mengaku sudah punya perasaan Ayu tak bakal menikah.

Tak usah heran jika Igun bilang begitu, dirinya mengakui ada sesuatu antara dirinya dan Ayu. "*I love her*. Mungkin sekarang satu-satunya perempuan yang enggak pernah berubah dari hati saya adalah Ayu Ting Ting," ungkap Igun jujur dalam kanal YouTube Boy William.

Tidak hanya itu, lelaki yang suka dengan perempuan bertubuh kecil ini blak-blakan bagaimana hubungannya dengan ibu satu anak itu. Bahkan, lelaki bernama lengkap Ivan Gunawan Putra ini bilang, pelantun *Sambalado* itu pernah mengajaknya pacaran.

"Dia ngajakin pacaran, *Pacaran yuk*. Tapi saat itu saya punya pacar. Dan saya ngerasa, saya lagi cinta-cintanya sama pacar saya. Saya bilang (ke Ayu, red.), *Jangan pacaran dulu deh*. Terus dia bete. Ini serius, demi Allah. Saya tolak," terang pelantun *Mau Kawin* ini serius.



Meski begitu, pengusaha yang punya kerajaan bisnis *fashion* ini yakin, akhirnya dia akan bersama dengan perempuan bernama asli Ayu Rosmalina itu. Betapa tidak, kata Ivan, Ayu pernah bilang kepada dirinya bahwa, Ayu hanya bisa bahagia kalau bersama Igun.

"Kayaknya sih iya, saya bakal bahagia sama dia. Mungkin di saat semua yang saya lakuin sekarang ini berhenti dan udah enggak ada yang saya cari lagi. Kayaknya tujuan akhir saya sama Ayu. Kayaknya ya," ungkap lelaki kelahiran Jakarta, 31 Desember 1981 ini tersenyum.

Akan tetapi, di kesempatan berbeda, Ayu mengatakan hal lain. Dirinya mengakui saling sayang dengan Igun, tapi tidak ada hubungan yang lebih.

"Hanya sekadar teman sayang. Aku juga takut kalau nanti kita bersama, persahabatan kita rusak," ujar pedangdut itu.

Duh! Semoga tidak ada yang sampai merasa terjebak di *friendzone* saja ya.

AGHNIA HILYA N

FOTO: DOK. INSTAGRAM @IVAN_GUNAWAN

UPDATE

Dinda Hauw-Rey Mbayang

Positif Covid Berdua



Kabar menyedihkan datang dari pasangan romantis Dinda Hauw dan Rey Mbayang. Pasangan yang tengah menantikan kehadiran anak pertama mereka ini baru saja dinyatakan positif Covid-19 berdua. Hal itu diungkapkan Rey dalam unggahan Instagram pribadinya. "Setelah ngelewatin beberapa kondisi di mana kita berdua tetap negatif, walaupun beberapa kali satu rombongan sama pasien positif, akhirnya tiba juga waktunya," tulis Rey. Namun, dirinya meyakini bahwa sakit yang diidapnya dan Dinda adalah cara agar dirinya bisa lebih bersyukur saat sehat.

AGHNIA HILYA N

FOTO: DOK. INSTAGRAM @REY_MBAYANG

Wulan Guritno
"Suamiku Bukan Selera Aku"

Digadang-gadang sebagai pasangan harmonis nan romantis, Wulan Guritno mendadak gugat cerai sang suami, Adilla Dimitri. Apa masalahnya?



Rumah tangga, menyatukan dua kepala untuk berjalan seirama. Faktanya, tak semua berhasil menjalaninya. Bahkan yang terlihat baik-baik saja, malah mengajukan gugatan cerai juga.

Dulu Gisella Anastasia-Gading Marten, kini giliran Wulan Guritno-Adilla Dimitri yang tengah menjalani proses perceraian di Pengadilan Agama Jakarta Selatan. Gugatan cerai yang dilayangkan Wulan pada 25 Februari 2021 ini cukup mengejutkan publik dan mengundang tanda tanya besar, apa yang terjadi dalam hubungan mereka?

Jika melihat ke belakang, pasangan yang sudah 12 tahun mengarungi bahtera rumah tangga bersama ini tak pernah sekalipun tersandung gosip miring, terkait orang ketiga atau permasalahan rumah tangga lainnya.

Justru keduanya dipandang positif, karena bisa menyelaraskan segala urusan rumah tangga dengan pekerjaan yang tak ada habisnya. Bahkan, Wulan disebut sebagai perempuan mandiri yang tak hanya leyeh-leyeh dan bergantung pada suami.

Dirinya ikut bekerja keras juga untuk kehidupan dan keluarga kecilnya. Lantas, kenapa mengajukan gugatan perceraian? Hingga berita ini ditulis, Senin (22/3), ibu tiga anak ini masih belum memberikan jawaban pasti.

Hanya saja, pasangan yang menikah pada 29 Maret 2009 ini diduga sudah pisah rumah sejak lama. Dalam gugatannya, alamat tempat tinggal yang diinput keduanya berbeda. Wulan di kawasan Pondok Pinang, Jakarta Selatan, sedangkan suaminya di daerah Ragunan, Jakarta Selatan.

Fakta Mengejutkan

Sebelum memutuskan bercerai, pemilik nama lahir Sri Wulandari Lorraine Joko Guritno sempat blak-blakan mengenai Adilla di beberapa kesempatan. Saat berbincang dengan Soleh Solihun, dia bilang, "Sebenarnya suami aku itu bukan selera aku, lho. Bukan tipe aku."

Namun, Wulan enggan menjelaskan lebih detail mengenai hal itu, dan memilih mengubah pembahasan. Lalu, saat berbincang dengan Raffi Ahmad, dia juga sempat bilang kalau keduanya bersama karena dijodohkan sahabat karibnya. Apakah ini berarti bukan atas dasar cinta?

Namun, mengutip Tabloid NOVA September 2007, Wulan justru yakin dengan Adilla, karena bisa mengisi satu sama lain, terlebih keduanya berasal dari dunia yang sama, yakni hiburan. Wulan bilang, "Hubungan kami enggak cuma diisi pacaran. Kami, kan, sudah dewasa."



Wulan tampak jarang mengunggah potret berduanya dengan Adilla Dimitri di Instagram.

Menurutnya, Adilla juga sosok lelaki baik yang bisa menerima anak dari pernikahannya dengan Attila Syach, Shaloom Razade Syach, tanpa membeda-bedakan kasih sayangnya.

Terbukti, 12 tahun berumah tangga, mereka selalu terlihat harmonis. Bahkan Adilla terlihat bisa membagi rata kasih sayangnya. Terlebih setelah menikahi Wulan, dia juga dikaruniai dua anak hasil darah dagingnya sendiri.

"Mungkin kalau begitu kawin, terus dia banyak menuntut aku enggak boleh begini, begitu, enggak membebaskan aku berkarier dan berkarya, mungkin itu akan jadi bom waktu. Tapi belum ada itu sih (sampai sekarang)," katanya saat berbincang dengan Rio Motret belum lama ini.



Wulan dan Shaloom kini bagaikan adik dan kakak. Mereka selalu menghabiskan berbagai kegiatan bersama.

"Nah traumanya sempat hilang, akhirnya dia *over* cari perhatian."

Trauma Mendalam

Saat menjalani proses perceraiannya, perempuan yang tengah gemar berkuda ini menegaskan bahwa komunikasinya dengan Adilla kini masih baik-baik saja. Bahkan dia hanya menginginkan perpisahan, tanpa ada tuntutan lainnya. Tak ada harta gono-gini, tak ada pula ribut-ribut perihal hak asuh anak.

Sambil melengos dan enggan berbicara panjang lebar usai sidang perdana, Wulan bilang, "Ini masih proses (cerai, red.). Doain aja boleh, ya?"

Sebelumnya, saat bercerai dengan Atilla Syach pada tahun 2000 silam, Wulan mengaku mengalami trauma hebat. Terlebih saat itu usianya masih sangat muda dan ada anak yang harus dia jaga serta perjuangkan haknya. Bahkan, ujungnya perceraian itu ikut menyakiti psikis anaknya, Shaloom.

Seperti diketahui, perceraiannya dengan Atilla memang membuat publik geger. Terlebih saat itu, Wulan masih berusia 19 tahun. Namun dia sudah diharuskan berjuang untuk mendapatkan hak asuh anak yang diperebutkan dengan mantan suaminya, hingga mendatangkan cekcok yang berkepanjangan. Hal itu juga ikut membuat putrinya trauma.

"Makanya Shaloom tuh kalau dengar *ceklek* (suara pintu, red.) dia langsung kayak kaget. Nah traumanya sempat hilang, akhirnya dia *over* cari perhatian," jelas Wulan.

Sayangnya, dampaknya tak sampai di situ saja. Beranjak dewasa, Wulan melihat Shaloom mengalami *trust issue* alias kesulitan menaruh kepercayaan pada orang lain. Padahal sebenarnya, putri pertamanya ini pintar bergaul dan bukan seorang *introvert*.

Lantas, di perceraian keduanya ini, anak-anak sudah menerima? Atau malah kembali merasakan trauma? Semoga semuanya baik-baik saja, ya.

SITI SARAH NURHAYATI

FOTO: DOK. INSTAGRAM @WULANGURITNO

Ramalan: Wulan Akan Menikah 3 Sampai 4 Kali

Mbak You, paranormal kejawen, turut meramalkan masa depan Wulan Guritno setelah ia mengunggat cerai sang suami, Adilla Dimitri. Menurut Mbak You, melalui YouTube pribadinya, mantan istri Attila Syach ini bisa menikah 3 sampai 4 kali dalam perjalanan cintanya.

"Tapi setelah ini (bercerai dengan Adilla, red.) akan berhenti agak lama, dan bertemu laki-laki lain dan bujang lagi," jelas Mbak You.

Memang sejak memutuskan untuk menikah, Mbak You melihat rumah tangga Wulan dan Adilla itu seakan mengambang. Ada kesenjangan yang terasa, entah dari sifat atau sikap keduanya. Sehingga ketika mengetahui Wulan mengajukan gugatan perceraian, Mbak You tak heran.

Mbak You menambahkan, "Wulan kan penuh energik, termasuk wanita yang bisa bekerja keras, dan tidak termasuk wanita yang hanya duduk menunggu. Dia tipe wanita yang bisa menjemput dan mengupayakan kehidupannya. Lain dengan Adilla, Adilla kan landai, kalem, dan hidupnya gitu-gitu aja. Tapi dia tetap berusaha mengimbangi."

Meski demikian, beberapa waktu belakangan ini dia melihat bahwa Wulan dan Adilla sudah berusaha mengupayakan yang terbaik bagi rumah tangga mereka. Namun, tak berhasil juga. Sehingga perceraian jadi jalan terakhir yang ditempuh oleh keduanya.

Perjalanan Cinta Wulan-Adilla

Tak pernah umbar masalah, Wulan Guritno disebut "berhasil" menahkodai bahtera rumah tangga bareng Adilla Dimitri. Namun, penggemar harus kecewa karena ternyata perjalanan cinta mereka tak semulus yang diperlihatkan di media. Simak perjalanannya.

2006
Wulan dan Adilla perdana menjalin hubungan setelah dijodohkan seorang teman.

2007
Shaloom Razade Syach, anak dari mantan suami Wulan, Attila Syach, memberikan restu untuk hubungan mereka.

2009
Keduanya memutuskan melaju ke jenjang pernikahan.

2010
Buah cinta pertama dengan Adilla, London Abigail Dimitri, lahir ke dunia.

2011
Selang satu tahun, lahir anak keduanya, Jeremiah Alric Dimitri.

2011-2021
Wulan dan Adilla selalu tampak harmonis dan bahagia dengan pernikahan serta anak-anak mereka.

25 Feb 2021
Lewat kuasa hukumnya, Ficky Fernando, Wulan mendadak gugat cerai Adilla Dimitri setelah 12 tahun bersama.

18 Feb 2021
Sidang perdana perceraian keduanya resmi digelar dan hingga kini perceraiannya masih dalam proses hukum.

Nasib Perfilman Indonesia di Masa Pandemi

Jika Belum Berani ke Bioskop, Jangan Tonton Bajakan!

Menjelang Hari Film Nasional yang jatuh pada 30 Maret, perfilman Indonesia kembali menggeliat. Seperti apa?

Ingatkah Anda serunya pengalaman menonton sebuah film di bioskop?

Namun, entah kapan kita bisa merasakannya lagi. Kini, berbagai perubahan dilakukan untuk menjaga industri perfilman bertahan, dari membuat hingga menikmatinya. Padahal, pada 2019 lalu Indonesia menjadi pasar film terbesar kesepuluh di dunia, lho.



Insan perfilman Indonesia bertemu dengan Presiden Jokowi di Istana.

"Kalau untuk bikinnya, kita mulai beradaptasi. Kita memasukkan SOP kesehatan ke dalam proses pembuatan film. Meski hasilnya, naik 30 persen dari bujet biasanya. Kita disiplin ketika syuting agar enggak jadi *cluster*," terang Gina S. Noer saat dihubungi NOVA baru-baru ini.

Penulis skenario sekaligus produser ini bilang, sekarang syuting sudah bergerak mandiri, tetapi ada beberapa hal yang memang jangkauannya di luar pembuat film. Makanya butuh bantuan pemerintah," kata Gina.



Surat terbuka insan film untuk Bapak Presiden.

Maka itu, belum lama ini insan perfilman Indonesia telah menyampaikan surat terbuka untuk Bapak Presiden Joko Widodo. Salah satu permintaannya adalah bantuan untuk stimulus dari pemerintah melalui dana Pemulihan Ekonomi Nasional (PEN).

Pasalnya, pandemi corona membuat penurunan drastis bagi industri perfilman Indonesia. Betapa tidak, 90 persen pemasukan industri ini dari distribusi bioskop.

"Kita butuh bantuan dana untuk terus menggerakkan roda industri, sembari menunggu penonton mau balik ke bioskop yang sudah menerapkan protokol kesehatan," ujar Gina.

> "Kita butuh bantuan dana untuk terus menggerakkan roda industri, sembari menunggu penonton mau balik ke bioskop yang sudah menerapkan protokol kesehatan."

Sambutan Baik

Syukurnya, Jokowi memberikan respon baik atas inisiatif para insan perfilman itu. Jokowi segera menginstruksikan kementerian terkait untuk menyusun paket stimulus penanggulangan Covid-19, dan program vaksinasi untuk para pekerja film yang pendataannya terus dilakukan. Targetnya vaksinasi itu bisa dimulai awal April besok.

Selain itu, insan perfilman meminta pemerintah melakukan kampanye agar masyarakat kembali menonton di bioskop dari Kementerian Kesehatan dan Satgas Covid-19. Hal ini mengingat di bioskop pun kita tak bicara, pakai masker, dan bisa menjaga jarak.



"Bicara soal menonton di bioskop itu merupakan salah satu tempat yang risikonya bisa dimanajemen, dan risikonya lebih kecil dibandingkan tempat-tempat orang buka masker, berhadapan, dan ngobrol," ujar perempuan kelahiran Balikpapan ini serius.

Terkait hal ini, Menteri Parekraf Sandiaga Uno akan memastikan kementeriannya melakukan sertifikasi CHSE (*Cleanliness, Health, Safety, and Enviromental Sustainoblity*) untuk bioskop. Pemerintah pusat juga akan berkoordinasi dengan daerah untuk mulai melakukan pembukaan bioskop di zona kuning yang belum dibuka.

Stop Pembajakan

Berbeda dengan permintaan ke pemerintah, sebagai pembuat film, harapan Gina untuk masyarakat cukup sederhana. "Berhenti membagikan bajakan, menonton dari bajakan, terutama untuk karya yang sekarang muncul di layanan *streaming*," ujar Gina.

Meski bioskop kehilangan penontonnya, Gina paham ada sisi psikologis masyarakat yang masih bingung serta belum merasa aman dan berani nonton di sana. Toh, pembuat film tidak pernah menyalahkan penonton karena belum siap nonton kembali di bioskop.

Namun, Gina dan pembuat film lainnya akan terus menjaga bioskop terus bertahan agar tak runtuh saat pandemi sudah tak ada. Akan tetapi, di tengah sulitnya bertahan karena pandemi, Gina menyayangkan jika masih ada yang suka membajak karya bangsa.

"Karena itu sama aja kayak ngebunuh industrinya. Ketika penonton Indonesia masih mengonsumsi film bajakan, itu enggak akan bisa membantu pembuat film untuk bisa membuat film yang lebih bagus, membanggakan, dan *relate* sama penonton," pungkas Gina.

AGHNIA HILYAN

FOTO: DOK. ISTOCK, DOK. INSTAGRAM @GINASNOER, DOK. KOMPAS

UPDATE

Jemmiah

Tereliminasi dari Indonesian Idol

Sempat beberapa kali viral karena aksinya di Indonesian Idol Special Season 2021, Jemimah harus puas terhenti di babak 5 besar. Penampilannya membawakan *Man In The Mirror* yang dipuji Ari Lasso serta duetnya bersama Anang, ternyata belum cukup meloloskannya. Namun, kontestan yang dikenal dengan ketulusan suara dan kesopanan sikapnya ini menerima dengan lapang dada. Sebelumnya, nama Jemimah memang cukup populer, hingga ada tagar #JemimahChallenge di berbagai media sosial. Tak heran kalau warganet menyayangkan kepulangan Jemimah. Semoga setelah ini Jemimah makin sukses, ya!



AGHNIA HILYAN

FOTO: DOK. INSTAGRAM @JEMIMAH

Sarwendah

"Aku Pernah Trauma Nyanyi.."

Lakukan banyak perjuangan, Sarwendah pernah takut rekaman hingga merasa tidak cocok di dunia hiburan. Untungnya, Ruben menguatkan.

Tidak semua hal bisa diraih dengan instan. Tampaknya kalimat sederhana itu jadi salah satu yang diamini Sarwendah dalam hidupnya, terutama soal kariernya di dunia hiburan. Meski kini terlihat penuh kebahagiaan, semua itu diraihnya dengan penuh perjuangan.

Betapa tidak, sebelum bisa rutin mengeluarkan *single* seperti belakangan ini, Sarwendah pernah berada pada tahap merasa tidak cocok di dunia hiburan. Dalam kanal YouTube Venna Melinda Channel, Sarwendah bilang, hal itu dirasakannya ketika dia dikeluarkan dari Cherrybelle.

"Sudah agak *down* sebenarnya. Kan itu tiba-tiba banget, ya. Bukan nangis sih, tapi lebih ke bingung habis ini mau ngapain? Oke aku akan balik lagi kayaknya, lebih baik jadi guru Mandarin, karena secara aku orangnya sangat realistis," ujar pelantun *Kamu Berhak Bahagia* ini.



Setelah itu, jalan Sarwendah tidak langsung mulus hingga bisa menelurkan *single* atau album sendiri. Namun, kehadiran Ruben Onsulah yang menguatkannya. Ruben adalah orang pertama yang meyakinkan perempuan berusia 31 tahun itu untuk kembali bernyanyi.

"Posisinya dulu aku pernah trauma nyanyi. Aku kan dasarnya bukan penyanyi. Masuk dapur rekaman enggak pernah. Dulu aku sempat takut sebenarnya," ungkap penyanyi kelahiran Jambi, 28 Agustus 1989 ini serius.

Rupanya trauma Sarwendah terjadi sejak berkarier di grup vokal. Perempuan ini mengisahkan, rasa tidak percaya diri itu muncul saat pertama kali bertemu guru vokal. Gurunya yang hanya fokus pada mereka yang punya dasar bernyanyi, secara tak langsung bikin mentalnya jatuh.

Sarwendah merasa ingin putar haluan dari dunia hiburan. Beruntung, perempuan yang akrab disapa Wenda ini malah mendapat bantuan dari Ruben tak tanggung-tanggung, dia mau jadi produser di *single* solo perdananya, *Kau Bukanlah Segalanya* (2013). Padahal ketika itu mereka masih pacaran.

Hebatnya, Wenda dan Ruben bisa bekerja secara profesional. "Meski pacaran, kalau emang galak ya galak. Pertama kali aku nyanyi udah gemeteran setengah mati, dia (Ruben, red.) telepon marahin aku nyanyinya jelek. Tapi itu justru yang membangun."

Jika kini nyanyian Wenda enak didengarkan, itu semua berkat proses dan latihan. Salut!

AGHNIA HILYAN

FOTO: DOK. INSTAGRAM @SARWENDAH29

Maia Estianty

Sindir Mulan Jameela Tentang Sang Penggoda?

Beri wejangan di lamaran Aurel-Atta, Maia Estianty blak-blakan minta keduanya untuk menahan hati dan tak tergoda dengan orang ketiga.



Banyak kisah menarik di balik lamaran Aurel Hermansyah dan Atta Halilintar pada Sabtu (13/3) kemarin. Momen bahagia itu juga jadi sorotan lantaran berhasil menyatukan Maia Estianty, Mulan Jameela, dan Ahmad Dhani dalam satu acara.

Selama ini diketahui ketiganya jarang berkumpul dalam satu tempat yang sama. Bahkan, terkesan Maia dan Mulan sering kali menghindarinya. Mengingat hingga saat ini Mulan masih dicap sebagai pelakor alias perebut laki orang, karena sudah merebut Ahmad Dhani dari Maia.

Menariknya, saat acara berlangsung Maia mendadak diminta memberikan wejangan untuk calon mempelai. Tak sungkan, istri Irwan Mussry ini berpesan agar keduanya bisa bersabar dalam menjalani bahtera rumah tangga.

"Dulu kan masih ego, emosi tingkat tinggi ya. Jangan kayak Tante Maia deh cerai. Jangan, jangan. Oke?" ucap Maia seperti dikutip dari tayangan RCTI.

Ayu Dewi sebagai pembawa acara menimpali dan berseloroh agar Maia tak terbawa emosi masa lalunya, dan kembali mempertegas penyataannya. "Jadi sabarnya *double*, ya?" tanya Ayu.

Maia langsung mengangguk setuju. Dia sadar betul bahwa pernikahan di usia muda, seperti dirinya kala menikah dengan Ahmad Dhani bukanlah perkara mudah. Aurel-Atta pun sama, di usia Aurel yang baru menginjak 22 tahun dan Atta yang baru berusia 26 tahun, banyak hal yang harus diredam, salah satunya ego.

"Kalo ada cewek-cewek sebelah cowoknya ya sudahlah, sabar aja. Buat Atta tahan-tahan hati kalau ada godaan. Karena masih muda juga ya kan. Banyak wanita di luar sana yang kadang-kadang masih menggoda, tahan-tahan hati," jelas ibu tiga anak ini.

> "Banyak wanita di luar sana yang kadang-kadang masih menggoda."

Tukar Posisi

Siapa sangka, pernyataan itu langsung ramai di media sosial. Dalam wejangannya, Maia dinilai seakan menyindir Mulan yang berada tak jauh dari mejanya. Bahkan saat dirinya tersorot kamera, Mulan juga terlihat tepat berada di belakangnya sambil curi-curi pandang.

Di sana Maia seakan berhasil menumpahkan segala rasa kecewa yang sempat dialaminya, dan belum pernah diucapkan langsung di hadapan Ahmad Dhani dan Mulan, setelah bercerai tahun 2008 silam.

"Bunda Maia: bismillah *headshot*," celetuk warganet di salah satu akun gosip yang mengunggah ulang cuplikan wejangan Maia.

Meski demikian, sejauh ini tak ada tanggapan apa pun dari aktris berusia 45 tahun ini. Justru dalam video-video rekan sejawatnya, dia terlihat cuek dan pilih bersikap seperti biasa. Tapi dia dan Mulan tetap tak bertegur sapa.

Terlebih, jika dilihat dari konten YouTube milik Judika kala hadir di acara yang sama, Maia justru sudah lebih dahulu bersikap jahil pada mantan suami dan istrinya, sebelum mereka datang. Maia menukar posisi bangkunya dengan pasangan tersebut.



Enggan sendiri, Maia Estianty tukar posisi dengan Ahmad Dhani dan Mulan Jameela di lamaran Aurel-Atta.

Seharusnya Dhani-Mulan duduk di meja nomor 16 bersama Judika dan istrinya, Duma Riris, sedangkan Maia duduk satu meja dengan Ari Lasso. Namun, Ari mendadak pindah ke meja Judika karena Duma tak hadir di sana. Tak ingin sendiri, Maia lantas memutuskan bergabung bersama Ari dan Judika, seraya memindahkan nama Dhani-Mulan ke meja di belakangnya.

"Kok dipindah, Bun?" tanya Judika sembari tertawa.

"Ya sudahlah, kita satu mejalah ya," sahut Maia santai.

Waduh!

SITI SARAH NURHAYATI

FOTO: DOK. INSTAGAM @MAIAESTIANTYREAL

Gisella Anastasia

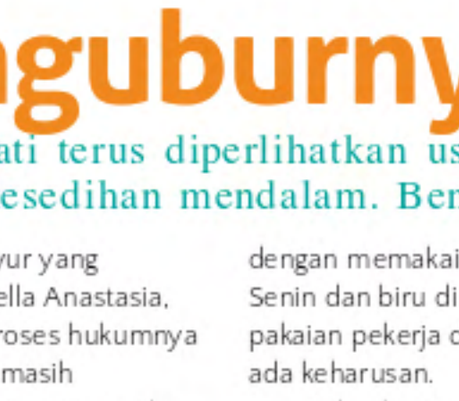
Terkait Video Syur, Ingin Menguburnya Dalam-Dalam

Ketegaran hati terus diperlihatkan usai video syurnya tersebar, tapi Gisel nyatanya merasakan kesedihan mendalam. Benarkah?

Kasus video syur yang menjerat Gisella Anastasia, hingga kini proses hukumnya terus berjalan. Dia masih diwajibkan lapor setiap Senin dan Kamis ke Polda Metro Jaya, terkait kasusnya itu hingga waktu yang belum pasti.

Meski demikian, Gisel, sapaan akrab Gisella, selalu berusaha memenuhi panggilan dan datang untuk wajib lapor. Jika berhalangan hadir pun, dia selalu diwakilkan kuasa hukumnya, Sandy Arifin dan Toddy Laga Buana.

Gisel sering kali terlihat santai dan tegar saat hadir untuk melapor. Bahkan, dia tak segan menyapa awak media. Lantas, saking sering keluar-masuk Polda, dia juga jadi mengikuti ketentuan dengan memakai baju putih di hari Senin dan biru di hari Kamis, sesuai pakaian pekerja di sana. Padahal tak ada keharusan.



Gisella Anastasia merasa beruntung karena ada keluarga yang selalu mendukungnya.

Walau begitu, nyatanya pelakon film *Laundry Show* (2019) ini merasa takut dengan proses hukum yang tengah dijalaninya. Selalu muncul kekhawatiran berlebih kala harus berhadapan dengan pihak kepolisian.

> "Mas Gading juga salah satu berkat paling besar di kehidupan aku."

Meski terlihat *legowo*, di depan Boy William, Gisel mengaku cukup tertekan. Apalagi saat pertama kali video syurnya tersebar. Mantan istri Gading Marten ini bilang, "*I was sad* pastinya. Pasti yang pertama ada ketakutan dan kekhawatiran, bingung mau ngapain pertama-tamanya. Nangis, pastilah."

Bagi Gisel, semua itu sebenarnya masa lalu yang ingin dia kubur dalam-dalam. Toh, sekarang Gisel mengaku sudah berubah dan lebih dekat dengan Tuhan, sejak setahun belakangan. Sehingga saat videonya tersebar, dia sangat jatuh ke titik terendah dan memilih tak berkomentar serta membela diri atas perbuatannya.

"Jadi lebih mengandalkan Yang di Atas aja gitu. Berjalan bersama Tuhan, *it's not gonna be easy*, tapi pasti ada yang indah gitu pada akhirnya," jelasnya.

Tak Menghakimi

Beruntung saat jatuh, ada keluarga yang memberikan kekuatan. Kedua orangtua Gisel juga tak marah dengan masa lalu dia. Justru mereka khawatir, padahal awalnya Gisel takut menceritakan masalah yang tengah dihadapinya itu pada ibu dan ayahnya.

Keluarga Gading dan Wijin, kekasihnya sekarang, juga sama. Mereka tak langsung menghakimi Gisel. Sehingga hal itu membawa kekuatan tersendiri baginya untuk menyelesaikan masa lalu yang sempat menghancurkan hidupnya.

Gading turut memberikan dukungan yang luar biasa, meskipun status Gisel dengan Gading sudah mantan. Sampai pelantun *Yang Kumau* ini bilang, "Mas Gading juga salah satu berkat paling besar di kehidupan aku, *as you know*, kayak dia selalu ada di paling depan gitu untuk *support*."



Kejadian ini membuat Gisel malah balik bersyukur dan mengerti, bahwa di dunia ini dirinya tak sendiri. Bahkan, hubungannya dengan keluarga semakin erat.

"Aku bersyukur masih punya keluarga *that love me*, yang tidak menghakimi aku. *My good, my bad, my past*. Selalu memberikan kesempatan untuk aku membuktikan bahwa *as a human I wanna be a better person*," ucapnya.

Gisel berjanji akan menjalani hidup lebih baik untuk dirinya dan untuk putri semata wayangnya, Gempita.

SITI SARAH NURHAYATI

FOTO: DOK. INSTAGRAM @GISEL_LA

Lee Ji-ah

Pusat Teka-teki The Penthouse 2

Ketika Lee Ji-ah meninggal di musim pertama, penonton kecewa. Saat kembali di musim kedua, dirinya langsung bikin banyak tanda tanya.

Tahukah Anda Lee Ji-ah Itu..

1. Pernah tinggal di Amerika Serikat selama 10 tahun.
2. Lulusan jurusan desain.
3. Pernah menikahi musisi legendaris Korea, Seo Taiji.



Drama korea *The Penthouse: War in Life* selalu berhasil bikin penonton tegang dan emosi di setiap episodenya. Apalagi ketika karakter Shim Su-ryeon dinyatakan meninggal dunia karena ditusuk suaminya sendiri, Joo Dan-tae.

Episode itu boleh jadi salah satu yang bikin penonton paling kecewa sekaligus tak terima. Pasalnya, karakter Shim Su-ryeon yang diperankan Lee Ji-ah adalah karakter kesayangan penonton. Dari sekian banyak karakter jahat yang ada, Su-ryeon bak simbol kebaikan.

Maka itu, penonton berharap Lee Ji-ah kembali di musim kedua. Rupanya, hal itu dikabulkan tim produksi, tetapi aktris yang bernama asli Kim Sang-eun itu tidak akan menjadi Shim Su-ryeon. Ji-ah kembali di *The Penthouse 2* sebagai tokoh baru, Na Ae-gyo.

Karakter baru yang diperankan perempuan berusia 43 tahun itu berbeda sekali dari Shim Su-ryeon secara penampilan. Tidak ada lagi rambut panjang cokelat yang tergerai indah, Na Ae-gyo tampil *edgy* dengan rambut pendek hitam sepundak dan poni lurus.

"Kenapa kamu terkejut? Kamu pikir Su-ryeon akan kembali hidup? Saya bernama Na Ae-gyo, wanita satu-satunya untuk Joo Dan-tae. Saya pemilik *penthouse* yang sebenarnya," ujar aktris kelahiran 6 Agustus 1978 itu dalam salah satu video di kanal YouTube SBS.

Video tersebut seperti perkenalan tentang siapa itu sosok Na Ae-gyo, yang ternyata adalah ibu dari si kembar, Seok Hoon dan Soek Kyung. Namun, hingga saat ini belum ketahuan Ae-gyo akan berada di pihak mana, menjadi sekutu dengan Dan-tae atau di kubu sebaliknya.

Sulit dan Gugup

Menariknya, kehadiran dan percakapan Ae-gyo dengan Dan-tae sejauh ini bikin penonton penasaran, bagaimana hubungan mereka yang sebenarnya? Berbagai spekulasi dan teka-teki langsung menghiasi dunia maya tentang rahasia apa yang disimpan Ae-gyo.

Bahkan ada yang menebak Ae-gyo adalah Su-ryeon, lho. Namun, yang pasti Ae-gyo bilang, "Saya perempuan paling gila di daerah ini. Soal *penthouse*? Hanya itu yang bisa Anda tanyakan? Semuanya terserah saya mulai sekarang. Anda bisa mengandalkan saya."

Berdasarkan pernyataan di atas, sebagian kita yang menonton drakor ini tampaknya sudah tahu kalau Su-ryeon tak mungkin akan berkata seperti itu. Rupanya, sang aktris yang namanya jadi pencarian teratas di Korea ini pun bilang, kedua karakter itu amat berbeda.

"Kepribadian karakter ini benar-benar kebalikan dari Shim Su-ryeon. Itu agak sulit dan saya merasa gugup, tapi saya bersenang-senang saat syuting. Tolong cintai Na Ae-gyo seperti Shim Su-ryeon!" ungkap Ji-ah di sela-sela syuting perdananya untuk *The Penthouse 2*.

Apakah Lee Ji-ah akan kembali menjadi protagonis atau justru antagonis? Sahabat NOVA bisa memastikan sendiri dengan menonton drama yang suka memainkan emosi ini. Semua kini masih jadi misteri dan teka-teki. Apalagi, drakor ini akan sampai musim ketiga, lho!

AGHNIA HILYA N | FOTO: DOK. HANCINEMA

Teori Terkait Su-ryeon dan Ae-gyo

1. Ae-gyo adalah saudara kembar dari Su-ryeon?
2. Sebenarnya mereka orang yang sama, Ae-gyo adalah Su-ryeon?
3. Su-ryeon masih hidup, Ae-gyo yang meninggal?

Fashion & Beauty

Nail Art Simpel Bikin Kuku Cantik



Walau di rumah saja, tak ada salahnya tetap menjaga kecantikan kuku. Apalagi bila kita senang membuat konten untuk media sosial dengan memperlihatkan anggota tubuh, misalnya tangan. Tentu akan lebih indah bila kuku kita dihias dengan warna-warna cantik.

Tak usahlah dulu berpikir untuk ke salon kuku. Mewarnai kuku sendiri di rumah juga bisa, kok. Pilih desain yang simpel saja. Cuma dibutuhkan ketelatenan dan kehati-hatian agar hasilnya rapi. Oya, jangan lupa untuk melakukan perawatan juga, agar kuku tidak mudah rusak.

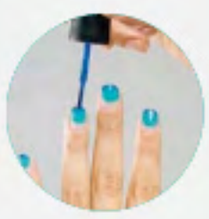
Alat-alat sederhana yang dibutuhkan adalah sebagai berikut.

1. Kuteks dengan 2 warna atau lebih yang kontras (akan lebih indah bila Anda memiliki 3-4 warna).
2. Selotip, yaitu untuk membuat batas garis agar rapi.
3. Tusuk gigi, bila Anda ingin membuat desain titik-titik atau garis lengkung.

Langkah-Langkah

1. Rapikan dulu kuku dengan kikir.
2. Berikan *base coat* agar kuteks lebih tahan lama dan untuk melindungi kuku kita.
3. Aplikasikan warna utama dengan desain sesuai selera. Bila perlu, gunakan selotip agar bagian tepinya rapi.

4. Pastikan warna pertama sudah kering, baru aplikasikan warna kedua. Bila tadi menggunakan selotip, lepas dulu selotipnya.



5. Tambahkan aksen berupa titik-titik atau garis-garis dengan kuteks warna kontras seperti putih atau hitam, sesuai selera.



MADE MARDIANI KARDHA | FOTO: ISTOCK





Melaney Ricardo

Hampir Ceraikan Tyson Lynch?

Sering dapat pujian karena harmonis dengan suaminya meski berbeda budaya, rumah tangga Melaney malah dikabarkan tak baik-baik saja. Ada apa sebenarnya?

Namanya juga rumah tangga, pasti ada saja permasalahannya. Entah masalah kecil atau besar. Tapi setiap orang pasti punya cara tersendiri menghadapinya, seperti Melaney Ricardo. Selama ini dia dan suaminya, Tyson Lynch, selalu berusaha tampil harmonis di hadapan publik.

Keduanya tak segan pamer kemesraan, hingga kabar miring rasanya enggan datang. Mereka memilih tak pernah mengumbar masalah di media.

Namun belakangan, rumah tangga Melaney dikabarkan tengah di ujung tanduk. Bahkan dikisahkan, presenter populer ini kalang kabut mencari pertolongan supaya bahtera yang sudah dibina hampir 11 tahun itu tak retak di tengah jalan, hingga keduanya mendatangi konselor pernikahan untuk "menyelamatkannya". Benarkah?

"Kabar yang beredar memang benar, saya sama Tyson sempat mendatangi konselor pernikahan, yang dalam hal ini seorang pendeta. Memang saat interview (dengan awak media) keluar kata-kata itu (perceraian, red.)" jelas Melaney melalui akun YouTube pribadinya.

Namun Melaney menambahkan, pernyataan itu bukan untuk rumah tangganya bersama Tyson. Jawaban seputar perceraian itu justru ditujukan saat awak media bertanya mengenai rumah tangga teman sesama selebritasnya. Sedangkan hubungan perempuan berusia 41 tahun ini dengan sang suami sedang baik-baik saja. Dia dan Tyson masih berada di satu atap yang sama.

Perbedaan Budaya

Kedatangan Melaney dan suami ke konselor pernikahan juga bukan karena mau ngurus perceraian. Dia dan Tyson hanya ingin curhat mengenai rumah tangga pada orang yang dirasa tepat.

Pemilik nama lahir Agnes Melanie Siahaan ini berkata, "Orang bilang, kenapa harus ke konselor pernikahan? Justru menurut saya itu adalah salah satu investasi kami dalam berumah tangga. Saat rumah tangga kami terhantam masalah dan curhat ke teman, bukan enggak boleh, tapi kalau enggak tepat, takutnya kami terpengaruh membuat satu keputusan."

> "Kabar yang beredar memang benar, saya sama Tyson sempat mendatangi konselor pernikahan."

Melaney tak ingin salah langkah dan menyesal. Meski demikian, aktris kelahiran Medan, 24 Februari 1980 ini mengakui jika hubungan rumah tangga mereka tak seharmonis yang terlihat di media. Namanya menyatukan dua kepala berbeda, pasti ada saja selisih pahamnya. Apalagi Melaney berdarah Batak dan Tyson berasal dari Australia.



Melaney dan Tyson selalu berusaha saling mengerti dan pilih yang terbaik untuk rumah tangga mereka.

Tak hanya itu, Melaney juga langsung menepis tuduhan warganet atas isu orang ketiga dan permasalahan ekonomi yang kabarnya jadi pemicu "badai" rumah tangga mereka. Karena anggapan itu salah besar. Orang ketiga tak pernah ada, ekonomi juga masih cukup-cukup saja, walaupun Tyson sudah tak banyak tampil di layar kaca seperti dirinya.

"Kalaupun ada gesekan dalam rumah tangga, sekarang ini 11 tahun, biasanya sebagian besar disebabkan karakter kami yang berbeda. Karena kami dibesarkan dengan budaya dan *value* berbeda, dan *culture totally different*," jelas presenter *Kopi Viral* di Trans TV ini serius.

O, begitu ya.

SITI SARAH NURHAYATI

FOTO: DOK. INSTAGRAM @MELANEY_RICARDO

Griya

Rapi Berkat Laci dengan Pemisah

Punya lemari untuk menyimpan saja belum cukup. Kalau tidak pintar-pintar menatanya, ya tetap saja berantakan.

Kalau mau rumah tampak rapi, simpan barang-barang di dalam lemari. Benarkah? Ya, ada benarnya. Tapi ternyata, tak bisa sekadar punya banyak lemari. Kita juga butuh metode penyimpanan tertentu agar barang tertata rapi di dalam tempat penyimpanan.



Tempat penyimpanan yang rapi memberi setidaknya dua keuntungan. **Pertama**, tempat tersebut jadi memuat lebih banyak barang. **Kedua**, kita jadi lebih mudah bila ingin mencari sebuah benda.

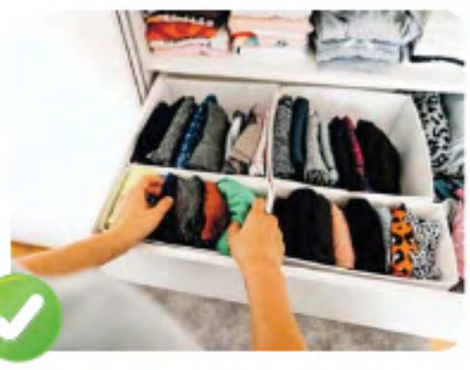
Bayangkan saja bila di satu wadah, bercampur puluhan kaus kaki. Bagaimana kita bisa mencari dengan cepat?

Jenis furniturnya pun mesti kita sesuaikan. Banyak orang memilih tempat penyimpanan bentuk lemari. Padahal, tak semua benda cocok disimpan di lemari, ada yang lebih cocok disimpan di laci.

Dan, agar laci rapi, tambahkan *devider* (pemisah) atau gunakan kontainer agar barang-barang tidak bercampur aduk. Wadah dengan sekat atau kontainer ini banyak dijual di *marketplace* dengan harga terjangkau.

Apa saja, ya, yang bisa disimpan di laci dengan pemisah?

MADE MARDIANI KARDHA | FOTO: ISTOCK



1. Pakaian Kasual

Baju rumah sering kali disimpan di lemari. Padahal sebenarnya mengambil baju di tumpukan yang tinggi lebih sulit. Akan lebih mudah bila disimpan di laci dan ditata dalam posisi berderet (tidak ada tumpukan). Jadi saat mengambil salah satu pakaian, tidak mengganggu pakaian yang lain. Gunakan kontainer untuk memisahkan baju berdasarkan fungsi.



2. Kaus Kaki dan Pakaian Dalam

Kita sering menyimpan kaus kaki dengan cara menggulung sepasang, lalu "membungkus" keduanya dengan kaus kaki yang terluar. Biar tidak terpisah kiri dan kanan. Tapi ini membuat kaus kaki cepat melar. Lebih baik taruh di laci dan gunakan kotak bersekat kecil, sehingga kita bisa menaruh setiap pasang di satu kotak.



3. Sendok dan Alat Makan

Oke, di dapur sudah ada laci untuk menyimpan sendok. Tapi kalau semua dijejalkan di satu laci, ya berantakan juga. Gunakan wadah penyekat khusus alat makan yang banyak dijual. Sehingga laci jadi rapi, kita pun saat ingin mencari sendok makan, sendok teh, atau pisau.





4. Alat Tulis Kantor

Alat tulis sering kali kita taruh di atas meja. Misalnya bolpoin di dalam wadah bentuk gelas, lalu kertas notes di atas meja. Sebenarnya akan lebih rapi bila semua benda itu kita masukkan dalam laci yang dilengkapi wadah bersekat. Meja pun jadi bersih.

Icip Kuliner Nusantara dari Film Nasional

Jika Anda bingung masak apa minggu ini, tak ada salahnya jika Anda mencoba aneka resep masakan khas Nusantara yang terkenal lewat film karya anak bangsa. Ya, hitung-hitung sambil menyemarakkan perayaan Hari Film Nasional.

Anda bisa mengintip inspirasi kuliner seperti di film *Aruna dan Lidahnya* serta film *Tobula Rasa* yang mengangkat kekayaan kuliner Indonesia. Selain rasanya yang nikmat dan menggugah selera, Anda juga bisa mengenalkan anggota keluarga dengan keragaman kuliner Indonesia lewat beragam sajiannya. Dijamin bisa bikin makan tambah lahap! Mulai dari santapan pembuka dulu, yuk.

Kreasi Santapan Pembuka

KACANG KUWA

Bahan

250	gr	kacang tanah kupas tanpa kulit ari
1.500	ml	air
200	gr	gula pasir
¼	sdt	garam
2	lbr	pandan, ikat simpul
2	cm	jahe, memarkan
1	sdm	maizena, larutkan bersama 2 sdm air

Cara Membuat

1. Rebus kacang bersama air, daun pandan, dan jahe sampai empuk.
2. Tambahkan garam dan gula pasir. Rebus kembali sambil diaduk sampai gula larut.
3. Kentalkan bersama larutan maizena. Aduk sampai meletup-letup.

6 porsi
60 menit

RESEP: FRISTIAN CHRISTANTI | PENATA SAJI: DWIYANA | FOTOGRAFER: BAYU | UJI DAPUR: TIM UJI DAPUR SAJIAN SEDAP

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 tukang, 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

Icip Kuliner Nusantara dari Film Nasional

Cita Rasa Minang ala "Tabula Rasa"

Film yang mengangkat kekayaan rasa khas dari Minang ini banyak memenangkan hati banyak orang. Ya, siapa sih yang tak kenal dengan masakan yang sering disebut masakan padang ini? Hampir tersebar di semua daerah di Indonesia. Penggemarnya pun banyak karena rasanya yang amat memanjakan lidah.

Nah, kalau biasanya kita harus pergi ke warung padang untuk mencicipinya, kini kita buat sendiri saja di rumah. Lalu nikmati bersama keluarga sembari menonton film, pasti jadi menyenangkan.

GULAI KEPALA IKAN



Bahan

2	ptg	atau 700 gr kepala ikan kakap ukuran sedang, cuci bersih
1	sdm	jeruk nipis
1.000	ml	santan, dari 1 butir kelapa
2	sdt	garam
2	sdt	gula pasir
3	btg	serai, memarkan
2	cm	lengkuas, memarkan
1	lbr	daun kunyit
8	lbr	daun jeruk, buang tulang daunnya
2	sdm	minyak untuk menumis

Bumbu Halus

3	cm	kunyit, bakar
10	siung	bawang merah
3	siung	bawang putih
5	bh	cabai merah besar
3	bh	cabai merah keriting
½	cm	jahe

Cara Membuat

1. Lumuri kepala ikan dengan air jeruk nipis. Diamkan 15 menit.
2. Panaskan minyak. Tumis bumbu halus, serai, lengkuas, daun kunyit, daun jeruk, gula, dan garam. Tuang santan. Masak hingga mendidih.
3. Masukkan kepala ikan. Masak di atas api kecil hingga kepala ikan matang dan santan berminyak. Angkat.

RESEP: SEMIJATI PURWADARIA, RIYOJATIKA LESTARI | PENATA SAJI: NAOMI DWI PURNOMOSARI, YANA | FOTO: AZIZ PRADIPTA, BAYU | UJI DAPUR: TIM DAPUR SEDAP SAJI

SATE PADANG

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, simpulkan
1	btg	serai, ambil putihnya, memarkan
1	bh	asam kandis
40	gr	tepung beras dan 50 ml air, larutkan untuk pengental
2	sdm	bawang goreng untuk taburan
1 ½	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 sampai kaldunya menjadi 500 ml dengan api kecil.
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 kuahnya dan taburan bawang goreng.



GULAI TUNJANG

Bahan

1.000	gr	tunjang
4	btg	serai, memarkan
2	cm	lengkuas, memarkan
3	lbr	daun kunyit, ikat
6	lbr	daun jeruk, buang tulangnya
1	sdm	garam
½	sdt	merica bubuk
1.500	ml	santan dari 1 butir kelapa
2	sdm	minyak untuk menumis

Bumbu Halus

4	btr	kemiri, sangrai
2	cm	kunyit, bakar
15	siung	bawang merah
5	siung	bawang putih
3	bh	cabai merah besar
8	bh	cabai merah keriting
2	cm	jahe

Cara Membuat

1. Rebus tunjang dengan 2 cm jahe, 2 batang serai, dan 1 sdt garam dalam 1.000 ml air sampai matang. Angkat. Potong-potong. Buang airnya.
2. Tumis bumbu halus, serai, lengkuas, daun kunyit, dan daun jeruk sampai harum. Tambahkan tunjang. Aduk rata.
3. Masukkan santan, garam, dan merica bubuk. Masak sampai mengental.



Icip Kuliner Nusantara dari Film Nasional

Film *Aruna dan Lidahnya* mengangkat tema kuliner yang sangat menggugah selera saat Anda menontonnya. Pokoknya, habis nonton pasti langsung ngidam ingin menyantap makanan yang sama seperti apa yang Aruna makan. Mulai dari bakmi kepiting hingga oseng lorjuk cocok jadi teman makan siang Anda dan keluarga. Yuk, dicoba!

OSENG LORJUK

Bahan

250	gr	kerang bambu kupas
2	siung	bawang putih, memarkan
8	siung	bawang merah, iris
2	bh	cabai hijau besar, potong serong
2	bh	cabai merah besar, potong serong
2	cm	jahe, memarkan
1	sdm	saus tiram
1	sdm	kecap manis
½	sdt	garam
¼	sdt	merica bubuk
1	sdt	gula pasir
100	ml	air
2	sdm	minyak untuk menumis

Cara Membuat

1. Tumis bawang putih, bawang merah, cabai, dan jahe sampai harum.
2. Tambahkan kerang. Aduk sampai berubah warna.
3. Bumbui kecap manis, gula, garam, dan saus tiram. Aduk rata.
4. Tuang air. Masak sambil diaduk sampai matang dan bumbu meresap.



3 porsi
45 menit

BAKMI KEPITING

Bahan

500	gr	mi telur kecil
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 Tumisan

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

Bahan Kuah

600	ml	kaldu ikan
¼	sdt	merica bubuk
1	sdt	kecap asin
1 ¼	sdt	garam
1 ½	sdt	gula pasir

Bumbu Per Porsi

(Aduk Rata)

½	sdt	bawang putih cincang, goreng kering
1	sdt	minyak wijen
½	sdt	*shoyu*
⅛	sdt	garam
¼	sdt	merica bubuk

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. Rebus mi ke dalam air mendidih sebentar. Tiriskan.
4. Ambil seporsi mi. Aduk rata bersama bumbu. Sajikan bersama tumisan, bakso ikan, otak-otak, pokcoy, dan kaldu ikan. Taburi bawang merah goreng dan daun bawang.



5 porsi
60 menit

Menjajal Rasa ala "Aruna dan Lidahnya"

RESEP: FRISTIAN CHRISTANTI | PENATA SAJI: DWIYANA | FOTOGRAFER: BAYU | UJI DAPUR: TIM UJI DAPUR SAJIAN SEDAP

RUJAK SOTO

Bahan Rujak

1	bh	tahu putih, goreng, potongpotong
300	gr	tempe, goreng, potong-potong
2	ikat	kangkung, siangi, rebus
200	gr	taoge, seduh
1	bh	mentimun, buang bijinya, potong dadu
2	bh	lontong, potong-potong

Bumbu Untuk 1 Porsi

(Ulek Halus)

1	bh	pisang batu
4	bh	cabai rawit
1 ½	sdm	kacang tanah goreng
1	sdt	garam
1	sdm	gula merah
3	siung	bawang putih, goreng
½	sdm	petis
1	sdm	air asam, dari 1 sdt asam dan 2 sdm air

Bahan Kuah Soto

150	gr	babat, rebus, potong-potong
250	gr	daging tetelan
1.500	ml	air
2	btg	serai, memarkan
2	lbr	daun jeruk
3	sdt	garam
3	sdt	gula pasir
¼	sdt	merica bubuk
1	btg	daun bawang, potong 1 cm
2	sdm	minyak untuk menumis

Bumbu Halus

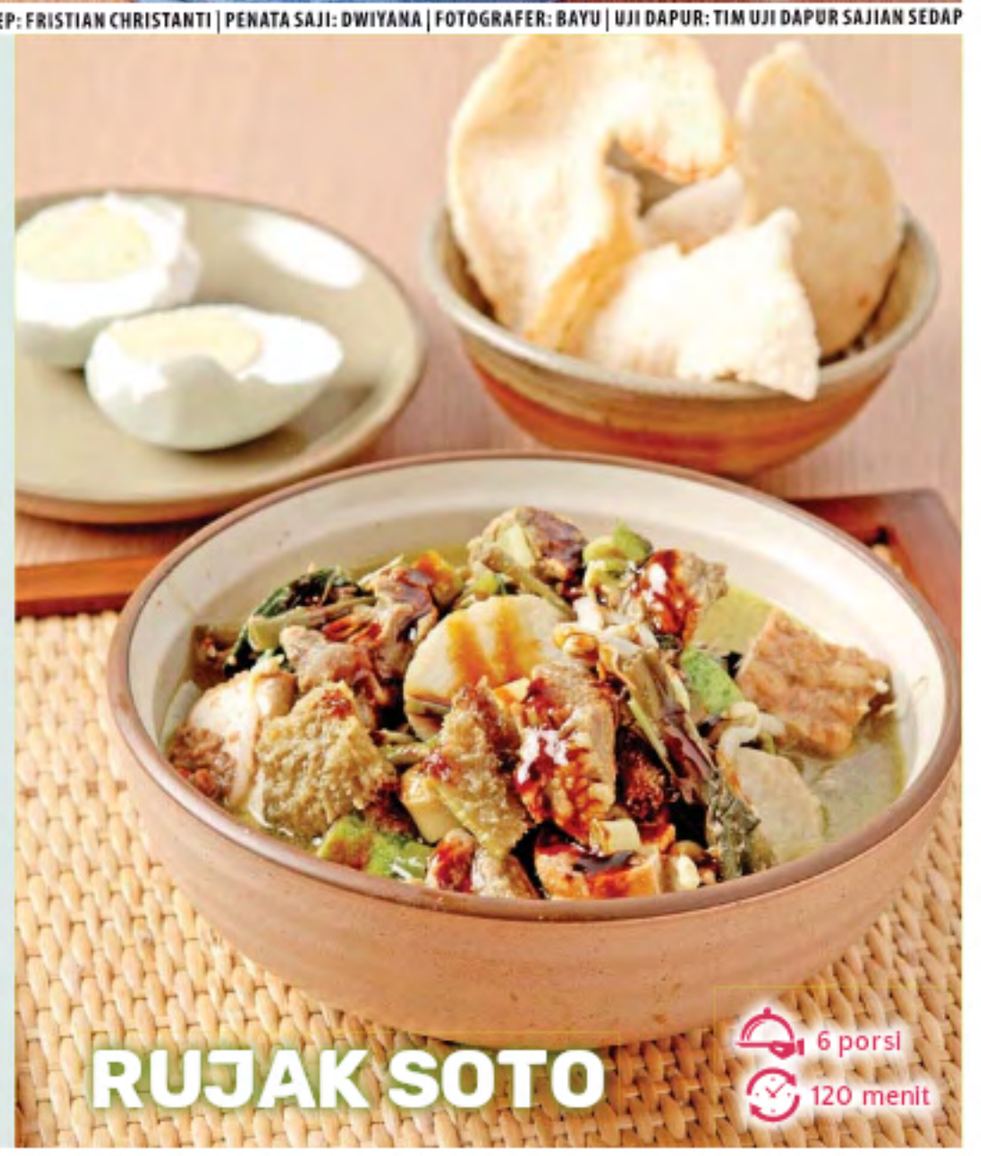
4	cm	kunyit, bakar
10	siung	bawang merah
6	siung	bawang putih
3	btr	kemiri
2	cm	jahe
1	sdt	ketumbar

Bahan Pelengkap

50	ml	kecap manis
3	bh	telur asin, belah 2 bagian
100	gr	kerupuk udang, goreng

Cara Membuat

1. Untuk kuah soto: Rebus daging tetelan sampai empuk. Saring. Ukur sebanyak 1.500 ml air kaldunya. Potong-potong dagingnya.
2. Didihkan air kaldu. Masukkan babat dan daging tetelan. Masak sampai empuk.
3. Panaskan minyak. Tumis bumbu halus, serai, dan daun jeruk sampai harum. Tuang ke dalam rebusan kaldu.
4. Bubuhi garam, merica, dan gula pasir. Masak sampai matang.
5. Menjelang diangkat, tambahkan daun bawang. Aduk rata. Sisihkan.
6. Campur bumbu rujak bersama tahu, tempe, kangkung, taoge, mentimun, dan lontong. Aduk rata.
7. Tuang soto di atas rujak. Tambahkan ½ sdm kecap manis. Sajikan bersama pelengkap.



6 porsi
120 menit

SENIN
Kakap Goreng Tepung
Telur Ceplok Bumbu Bali
✓ KACANG PANJANG EBI

SELASA
Semur Ayam
Tahu Goreng Rebon
Bayam Cah Sosis

RABU
Iga Sambal Hijau
Tempe Goreng Renyah
Brokoli Saus Inggris

KAMIS
Udang Bumbu Kari
Telur Puyuh Kemangi
Buncis Masak Jambal

JUMAT
✓ KEMBUNG BUMBU KUNING
Tahu Isi Sayuran
Capcay Goreng

SABTU
Ayam Penyet
Perkedel Jagung
Pecel Komplet

MINGGU
Sambal Goreng Hati
✓ TELUR KUAH PEDAS
Sayur Asam Jakarta

TELUR KUAH PEDAS

Bahan

2	sdm	minyak goreng
2	lbr	daun salam
2	btg	serai, memarkan
10	bh	cabai rawit merah utuh
1 ¼	liter	santan, dari ½ btr kelapa
10	btr	telur, rebus, kupas, goreng hingga berkulit
1	sdm	garam
1	sdt	gula pasir

Bumbu Halus

8	siung	bawang merah
2	siung	bawang putih
½	sdt	ketumbar sangrai

Cara Membuat

1. Panaskan minyak goreng. Tumis bumbu halus, daun salam, serai, dan cabai rawit merah sampai harum.
2. Tuang santan. Masak sampai mendidih. Masukkan telur. Masak sampai matang.
3. Tambahkan garam dan gula pasir. Aduk rata. Sajikan selagi hangat.



KEMBUNG BUMBU KUNING

Bahan

6	ekor	ikan kembung, bersihkan
1	sdm	air jeruk nipis
1	sdt	garam
2	sdm	minyak goreng
2	lbr	daun salam
1	btg	serai, memarkan
1	bh	tomat, iris tipis
700	ml	air
1	sdt	garam
½	sdt	gula pasir
5	btg	daun kemangi
6	bh	cabai rawit utuh
500	ml	minyak untuk menggoreng

Bumbu Halus

7	siung	bawang merah
6	siung	bawang putih
3	bh	kemiri
50	gr	kenari
2	bh	cabai merah
1	cm	jahe
3	cm	kunyit

Cara Membuat

1. Lumuri ikan kembung dengan air jeruk nipis dan garam. Diamkan selama 15 menit. Goreng ikan hingga berkulit. Angkat dan tiriskan. Sisihkan.
2. Panaskan minyak goreng. Tumis bumbu halus, daun salam, serai, dan tomat sampai harum.Tuang air. Aduk rata. Masak hingga mendidih.
3. Tambahkan ikan kembung, garam, dan gula pasir.
4. Taburi daun kemangi dan cabai rawit. Angkat dan sajikan selagi hangat.



KACANG PANJANG EBI

Bahan

3	sdm	minyak goreng
3	siung	bawang putih, iris halus
2	bh	cabai merah, iris tipis miring
1	bh	tomat, cincang kasar
100	gr	ebi, rendam, air hangat
1	sdm	kecap ikan
1	sdm	kecap asin

Bumbu Halus

7	siung	bawang merah
6	siung	bawang putih
3	bh	kemiri
50	gr	kenari
½	sdt	merica bubuk
1	sdt	garam
½	sdt	gula pasir
1	ikat	kacang panjang, cuci, buang ujung-ujungnya, potong miring

Cara Membuat

1. Panaskan minyak goreng. Tumis bawang putih, cabai merah, dan tomat sampai harum.
2. Masukkan ebi beserta kecap ikan, kecap asin, merica bubuk, garam, dan gula pasir. Masak hingga matang.
3. Terakhir masukkan kacang panjang, aduk rata. Masak sebentar lalu angkat. Sajikan selagi hangat.



RESEP: DAHRANI PUTRI | PENATA SAJI: WINA KUSNADI | FOTOGRAFER: ADRIANUS ADRIANTO / NOVA | UJI DAPUR: NOVA

Dengan Rp100.000, Nikmati Keseruan Beli Saham Lewat Aplikasi

Melek investasi harus dibarengi dengan melek digital agar lebih praktis.

Bila makin banyak orang yang berani "main" saham, wajar saja. Karena, membeli saham sekarang memang semudah itu, berkat aplikasi *online trading* yang kian menjamur.

Aplikasi *online trading* kini banyak digemari para investor pemula—termasuk kita yang perempuan dan milenial—karena transaksinya sangat praktis. Sambil *work from home*, kita bisa membuat rekening saham, melakukan *trading* atau jual beli saham harian. Bahkan kita bisa memonitor segala pergerakan saham secara online. Ya, tidak menuntut kehadiran fisik serta tidak dibatasi ruang dan waktu.

Namun tetap pastikan aplikasi *online trading* yang akan kita gunakan telah tersertifikasi Otoritas Jasa Keuangan (OJK) agar investasi bisa berjalan aman. Selain itu, meski mudah, Anda tetap harus mengedukasi diri tentang saham dan sistem investasinya. Jika baru jadi investor pemula, kita bisa kok menjajal saham dengan modal investasi yang minim, mulai dari Rp100.000.

Nah, ada beragam jenis aplikasi *online trading* yang disediakan oleh perusahaan sekuritas. Berikut dua rekomendasi aplikasi *online trading* yang populer dan ramah untuk investor pemula, yaitu Stockbit dan Ajaib. Apa bedanya?

MARIA ERMILINDA HAYON

FOTO: ISTOCK



Stockbit

Rating: 4.2 (iOS)
Jumlah Pengunduh: 1.6K (iOS)
Perusahaan Sekuritas: Sinarmas Sekuritas

Stockbit adalah aplikasi perdagangan saham yang dikembangkan dari komunitas investasi saham online. Berbeda dengan aplikasi saham lainnya, Stockbit memungkinkan kita bergabung dengan komunitas saham, forum komunikasi antar-para investor—baik pemula maupun ahli. Dengan begitu, kita bisa saling *sharing*. Meski harus hati-hati juga agar tidak terpengaruh dengan analisa orang lain.

Stockbit juga menyediakan berbagai data untuk analisa. Serta tentunya bisa juga melakukan transaksi jual beli saham, termasuk membuka *trading account* dengan membuka rekening saham di Sinarmas Sekuritas melalui aplikasi. Sehingga, pengguna Stockbit bisa melakukan jual beli saham.

Fitur

Gratis untuk fitur standar. Seperti *watchlist* saham, data finansial dan profil emiten, serta berita emiten. Ditambah fitur *stream*, semacam media sosial di mana para investor bisa saling diskusi, tulis prediksi dan analisa pribadi.

Berbayar untuk fitur Stockbit Pro Tools yang lebih lengkap dan detail.

Ketentuan Transaksi

- Proses pembukaan rekening 3-7 hari kerja.
- *Fee trading* dengan Sinarmas di Stockbit adalah 0,15% *fee* beli dan 0,25% *fee* jual. Sedangkan *fee day trade* adalah 0,125% *fee* beli dan 0,225% *fee* jual.
- Tidak ada biaya bulanan yang dikenakan untuk bertransaksi melalui Stockbit.
- Nabung saham mulai dari minimal deposito Rp500.000.

VS

Ajaib

Rating: 3.8 (iOS)
Jumlah Pengunduh: 4.4K (iOS)
Perusahaan Sekuritas: PT Ajaib Sekuritas Asia

Aplikasi Ajaib terhitung pendatang baru dalam aplikasi *online trading*. Namun fiturnya ramah bagi pemula. Belum lagi, aplikasi ini juga menerapkan modal minimum Rp0. Dengan begitu, calon investor bisa menyetorkan modal berapa pun sesuai dengan nilai saham yang ingin dibeli. Ini kabar baik untuk kita yang baru mulai melirik saham sebagai investasi. Selain menyediakan transaksi jual beli dan monitoring saham, Ajaib juga menyediakan forum edukasi dan diskusi mengenai saham.

Fitur

Gratis, platform terintegrasi dengan forum diskusi dan materi belajar. Fitur standar seperti *watchlist* saham, fitur transaksi, data finansial dan profil emiten, ditambah top up instan, Ajaib alert, dan competitive ranking.

Ketentuan Transaksi

- Buka rekening saham tanpa minimum investasi.
- Biaya transaksi saham berkisar antara 0,10%-0,08% tergantung volume perdagangan. Jumlah ini belum termasuk biaya levy (BEI, KPEI, KSEI) 0,043%, PPN biaya broker 10%, dan PPh final untuk transaksi jual 0,1%.
- Menunggu sekitar 1×24 jam hingga pembukaan rekening disetujui.

Anda & Pasangan

Pengin "Me Time", Suami Bete Enggak, Ya?

Waktu sendiri itu perlu, tapi ketahui triknya agar pasangan tak cemburu.

Memiliki waktu berdua dengan pasangan memang menyenangkan. Melakukan berbagai kegiatan rumah tangga bersama pun seru. Tapi, kadang-kadang kita juga butuh waktu sendirian atau *me time*, yaitu menyediakan waktu untuk diri sendiri dan melakukan apa yang kita sukai. Sayangnya niat itu bisa jadi mendadak surut karena malah ditanggapi secara berbeda oleh pasangan.

"Bosan sama aku?" Pertanyaan pedas sang suami ini bisa berbuntut panjang. Kalau sudah begini, kita jadi serba salah.

Namun, sikap suami juga tidak bisa selalu disalahkan. Karena, bisa jadi dia belum memahami dan kita belum tepat menyampaikan maksud *me time* ini. Nah, supaya Anda tetap bisa *me time* tanpa rasa bersalah, dan suami tidak merasa diabaikan apalagi cemburu dengan kesibukan baru Anda, ada beberapa hal yang bisa Anda lakukan. Apa saja?

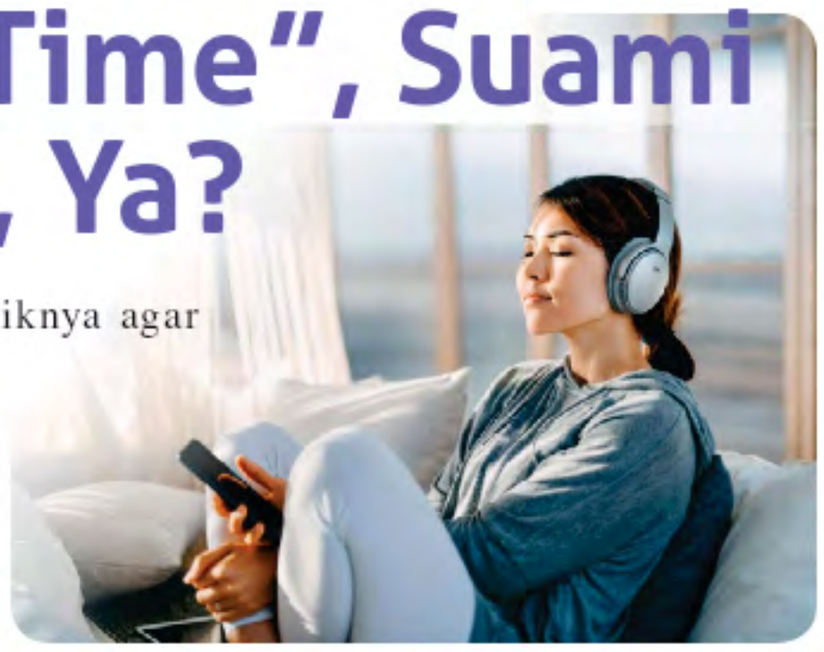
Terbuka untuk Kompromi

Rasanya kita sepakat bahwa setiap orang perlu memiliki *me time*. Tujuannya apalagi kalau bukan untuk menyegarkan pikiran dengan melakukan aktivitas yang membahagiakan diri. Ya, membebaskan diri dari rutinitas sehari-hari guna mendapatkan energi baru untuk menghadapi rutinitas itu kembali—termasuk rutinitas bersama pasangan. Namun, alih-alih mengatakan, "Aku pengin sendirian. Mau manjain diri biar enggak stres," akan jauh lebih baik jika Anda menekankan pada kepentingan hubungan jika *me time* dijalankan.

Misalnya, "*Me time* itu sangat penting buat aku, dan aku juga ingin jadi istri yang terbaik buat kamu. Dengan punya waktu sendiri aku bisa menyegarkan diri dan pikiran, sehingga bisa menjadi istri yang punya energi lebih baik juga." Tekankan manfaat *me time* untuk menguatkan hubungan, bukan hanya untuk kepentingan Anda saja. Penyampaian seperti ini biasanya lebih dapat diterima secara positif, karena tidak membuat suami merasa diserang atau merasa diabaikan.

Lagipula, *me time* juga tidak berarti Anda harus memutus komunikasi dengan suami, atau menyepi ke rumah orangtua selama seminggu tanpa berkomunikasi, kan. Ingat, *me time* jangan digunakan sebagai cara untuk melarikan diri dari konflik, ya. Dijamin tidak akan menyelesaikan masalah.

Sebaliknya, pastikan kebutuhan suami dan anak sudah terpenuhi sebelum Anda menghabiskan waktu untuk memenuhi kebutuhan Anda sendiri. Jika Anda berdua sama-sama memahami kebutuhan tersebut, tidak ada lagi hal-hal yang menimbulkan kesalahpahaman. Maka itu, bersedialah untuk berkompromi sejak awal mengenai berapa lama waktu yang Anda butuhkan, serta memahami cara pandang pasangan.



Jangan Timpang

Yang juga perlu diingat, selaraskan *me time* Anda dengan *me time* suami. Kalau Anda ingin punya *me time*, tentu suami juga boleh memilikinya. Biasanya, sih, para pria senang main *game online*, nonton film, olahraga, atau modifikasi motor/mobil untuk *me time*. Jika pasangan mulai terlihat stres dengan pekerjaannya, dorong ia agar meluangkan waktu menenangkan diri dengan melakukan hal-hal kesukaannya.

Anda dan pasangan bisa saja melakukan kegiatan *me time* ini secara rutin, baik berbarengan atau bergantian. Namun, kalau suami olahraga tiga kali seminggu, bukan berarti Anda juga harus nyalon tiga kali seminggu, ya. Sesekali merelakan *me time* ketika suami sedang butuh ngobrol atau ditemani tentu tidak jadi masalah. Buatlah pembagian *me time* ini adil, tetapi tetap fleksibel.

Jangan lupa juga, seimbangkan waktu *me time* dengan waktu untuk bersama atau *we time*. Artinya, jangan sampai *me time* lebih sering daripada "*we time*" dengan suami.

> Tekankan manfaat *me time* untuk menguatkan hubungan, bukan hanya untuk kepentingan Anda saja.

MARIA ERMILINDA HAYON | FOTO: ISTOCK

5 Rekomendasi "Me Time" Produktif

Suami sudah mengerti, tapi waktu untuk *me time* yang sulit dicari. Rasanya enggak ada waktu sama sekali. Tenang, Anda tetap bisa *me time* secara produktif lewat kegiatan sehari-hari. Enggak perlu lama, kok. Memang, bisa ngapain?



Menyiram dan merangkai tanaman.



Membuat kerajinan tangan.



Menggunakan masker atau lulur.



Mandi dengan wewangian.



Jalan santai di halaman rumah.

Program Bayi Tabung

Sangat Efektif untuk Usia di Bawah 35 Tahun

Anda yang ingin bayi tabung tapi masih ragu-ragu, jangan khawatir. Dibanding metode lain, tingkat keberhasilannya paling tinggi, lho!

Sudah lima tahun menikah, kok, aku belum dapat momongan juga, ya? Kalau kumpul dengan teman-teman, semua bawa kereta bayi. Bahkan adikku yang menikah belakangan, sekarang asyik terus dengan bayinya yang menggemaskan.

Ya, tak semua orang bisa mendapatkan kehamilan dengan cepat. Program bayi tabung atau *in vitro fertilization* (IVF) sering jadi salah satu pilihan untuk program kehamilan. Tapi, seberapa besar keberhasilannya? Berapa lama juga tahapannya? Nah, kalau Sahabat NOVA juga sedang mempertimbangkan bayi tabung sebagai solusi kehamilan, mari simak langsung penjelasan dari ahlinya.



Efektivitas Tinggi?

Sejatinya gangguan kesuburan adalah kondisi ketika pasangan suami istri telah berhubungan intim secara teratur tanpa menggunakan alat kontrasepsi selama satu tahun, akan tetapi belum berhasil menciptakan kehamilan. Apa faktornya?

Ada banyak. Dan, baik suami maupun istri bisa memiliki andil yang sama besar sebagai penyebab infertilitas.

Menurut dr. Yassin Yanuar Mohammad, Sp.OG-KFER, M.Sc, dengan metode bayi tabung ini, sperma dan sel telur akan dipertemukan di luar tubuh manusia, yakni dilakukan di laboratorium khusus.

> "Di antara berbagai metode penanganan ketidaksuburan, bayi tabung memiliki angka keberhasilan tertinggi."

Sel telur yang telah dibuahi selanjutnya akan ditumbuhkan dan diobservasi dalam inkubator secara berkesinambungan. Selanjutnya, embrio atau hasil pertemuan sel telur dengan sperma akan ditanam ke dalam rongga rahim calon ibu agar terjadi kehamilan. Seberapa efektifkah?

"Di antara berbagai metode penanganan ketidaksuburan, bayi tabung memiliki angka keberhasilan tertinggi, yakni mencapai hingga 40 persen per siklus. Tingginya tingkat keberhasilan ini didukung oleh berbagai faktor, salah satunya usia calon ibu saat menjalani program," ujar dokter spesialis kebidanan dan kandungan konsultan fertilitas, endokrinologi, dan reproduksi RS Pondok Indah IVF Centre dan RS Pondok Indah – Pondok Indah ini.

Selain faktor usia calon ibu, tingkat keberhasilan program bayi tabung dipengaruhi juga oleh cadangan sel telur, kualitas sperma, dan faktor penyebab infertilitas itu sendiri. Asal tahu saja, keberhasilan program bayi tabung mencapai angka tertinggi jika calon ibu berusia di bawah 35 tahun.

"Semakin dini pasangan suami dan istri dengan infertilitas melakukan pemeriksaan dan melakukan program reproduksi berbantu, maka semakin besar peluang keberhasilan untuk mendapatkan kehamilan," tegas dr. Yassin.

Nah, sekarang pertanyaannya, bagaimana tahapan yang harus dijalani jika mengikuti program bayi tabung?

6 Tahapan IVF

1.Pemeriksaan awal.

Kita dan pasangan akan menjalani pemeriksaan secara menyeluruh yang meliputi pemeriksaan darah, pemeriksaan *ultrasonografi* (USG) untuk mengetahui cadangan ovarium, kondisi organ reproduksi perempuan, serta analisis semen untuk mengetahui kualitas sperma pria.



2.Stimulasi ovarium.



Kita akan disuntik dengan obat pembesar telur. Tindakan ini bertujuan untuk merangsang telur atau folikel agar membesar dan matang. Semakin banyak folikel matang dan berkembang, maka semakin tinggi kemungkinan didapatkan sel telur berkualitas baik untuk digunakan dalam proses IVF.

3. Menjaga folikel tumbuh dan berkembang tepat waktu.



Guna memastikan hal tersebut, diperlukan penyuntikan hormon yang dilakukan selama 10-12 hari, agar sel telur dapat berkembang sampai matang. Selain itu, akan dilakukan penyuntikan obat untuk mencegah peningkatan hormon *luteinizing hormone* (LH), sehingga folikel yang membesar tidak pecah sebelum waktunya.



4. Pengambilan sel telur (ovum pick-up).

Sel telur atau *oosit* yang sudah matang diambil dengan menggunakan jarum khusus, kemudian dibawa ke laboratorium embriologi. Tindakan ini dilakukan dengan anestesi di kamar operasi khusus.

5.Menyatukan sel telur dan sperma.



Pada hari yang sama dengan *ovum pick-up*, sel telur yang berkualitas baik akan dipertemukan dengan sperma terpilih dari calon ayah. Kemudian, dikembangkan dalam inkubator. Seleksi sel telur dan sel sperma dilakukan di laboratorium dengan bantuan mikroskop khusus.

6.Transfer embrio ke dalam rahim.

Telur yang sudah dibuahi akan berkembang menjadi embrio dalam 3-5 hari. Lalu, akan dilakukan seleksi kembali untuk memilih embrio terbaik. Pemindahan embrio ke rahim calon ibu umumnya dilakukan pada hari ketiga atau kelima dan diharapkan bisa tubuh dan berkembang dengan baik seperti kehamilan alami. Bila dari hasil pembuahan tersebut terdapat banyak embrio yang berhasil dibuahi, maka sisa embrio dapat dibekukan dalam nitrogen cair, untuk ditransfer kembali saat diperlukan.



Selanjutnya, dua minggu setelah tindakan transfer embrio, darah kita diperiksa untuk mengetahui kadar kehamilan (hCG) guna menentukan keberhasilan kehamilan. Sementara proses menunggu ini berjalan, kita bisa beraktivitas seperti biasa dengan menghindari faktor penyebab kegagalan, termasuk stres.

MARIA ERMILINDA HAYON | FOTO: ISTOCK

Makin Majur dengan Dukungan Teknologi Terbaru

Menurut Prof. Dr. dr. Budi Wiweko, Sp.OG-KFER, MPH, dukungan teknologi yang mumpuni juga memberi andil dalam meningkatkan keberhasilan program IVF. Nah, saat ini ada beberapa teknologi medis baru yang mulai diterapkan seperti yang diadopsi oleh RS Pondok Indah IVF Centre guna memastikan tingkat keberhasilan program kehamilan.

"Program bayi tabung sangat dipengaruhi oleh teknologi medis dan teknik yang digunakan. Keduanya berkesinambungan guna meningkatkan peluang keberhasilan mendapatkan kehamilan. Dengan kemajuan teknologi medis saat ini, pengerjaan yang berhubungan dengan sel telur dan sperma menjadi lebih optimal, proses pembuahan sel telur lebih maksimal, penyimpanan embrio lebih terjaga kualitasnya dan minim risiko kerusakan, hingga memungkinkan untuk dilakukannya pemeriksaan kromosom untuk mencegah terjadinya transfer embrio dengan kelainan genetik," jelas dr. Budi yang adalah dokter spesialis kebidanan dan kandungan konsultan fertilitas, endokrinologi, dan reproduksi RS Pondok Indah IVF Centre. Apa saja teknologinya?

1. Timelapse incubator.
2. Pre-implantation genetic testing for aneuploidy(PGT-A).
3. Intra-cytoplasmic morphologically-selected sperm injection(IMSI).
4. Laser assisted hatching.
5. Oocyte imaging system.
6. Intracytoplasmic sperm injection (ICSI).
7. In vitro maturation dan fertility preservation.

VAKSIN ASTRAZENECA DITUNDA

Di Indonesia, Badan Pengawas Obat dan Makanan (BPOM) belum mengeluarkan rekomendasi penggunaan vaksin AstraZeneca untuk vaksinasi Covid-19. Menurut Penny Lukito, Kepala BPOM, penundaan penggunaan vaksin Covid-19 AstraZeneca dilakukan menyusul penangguhan sementara penggunaan penggunaan vaksin ini di 15 negara di Eropa. Sebab adanya kejadian pembekuan darah usai vaksinasi.

"Selama masih dalam proses kajian, Vaksin Covid-19 AstraZeneca direkomendasikan tidak digunakan," ujar Penny seperti dikutip Kompas.com.

Bigissimo

Modal Rp150.000, Jual Baju "Plus Size" Sampai Hong Kong

Awalnya cuma jual baju sisa impor. Bagaimana kisah suksesnya?

Bagi yang bertubuh besar, mungkin sulit menemukan baju yang sesuai, ya? Ditambah, tidak semua toko baju punya ukuran baju sesuai tubuh kita. Ya, rata-rata sih, ukuran baju hanya sampai ukuran XL saja. Sehingga kita yang bertubuh besar sering sulit mengekspresikan gaya busana.

Kebutuhan itu rupanya jadi peluang untuk tumbuhnya bisnis baju berukuran besar. Itulah yang dirasakan Dany Aprilla Eka Rahmawati, *owner* Bigissimo. Dany mengungkapkan, kebutuhan itu malah sampai ke luar negeri.

"Kami masih aktif dapat pesanan, terus di luar negeri juga sudah ada, di Malaysia, Singapura, dan Hong Kong. Di Malaysia, itu setiap bulan pasti ada pengiriman," ujar Dany kepada NOVA.

Baju yang dihadirkan Dany juga tidak hanya mengandalkan ukuran semata, melainkan juga gaya, *cutting*, dan warna yang sesuai dengan perempuan milenial. Lalu bagaimana perjuangan Dany membesarkan Bigissimo ini?

Baju Impor

Awalnya Dany hanya menjual baju sisa impor yang dibelinya di Bandung pada 2016 lalu. Kemudian, baju itu dijualnya di Instagram. Tak disangka, banyak sekali yang tertarik dengan baju impor tersebut.



"Jujur ya, modal awal beli baju itu cuma Rp150.000. Terus, untungnya aku puter selama enam bulan, sampai terkumpul Rp32 juta. Dengan modal segitu, kemudian aku kepikiran membuat baju *big size*," jelas Dany.

Dany memilih berjualan baju *big size*, karena dia melihat banyak orang butuh baju berukuran besar dengan gaya anak muda. Selama ini Dany sering melihat baju tersebut seperti kurang menarik, seperti motif bunga misalnya. Atau daster, sehingga untuk perempuan milenial, baju itu kurang diminati.

"Jadinya dari segi warna, kemudian *cutting*, dan siluet aku sesuaikan dengan perempuan milenial yang bekerja. Kami juga membuat baju yang *slim look*, sehingga pas saat dipakai, tidak terlihat terlalu besar," jelas Dany.

Meski begitu, berjualan baju *big size* rupanya tidak mudah, terutama untuk menemukan ukuran baju yang sesuai. Oleh sebab itu, Dany selalu minta *feedback* pelanggan tentang ukuran tubuh mereka, agar bisa menemukan ukuran yang pas.

> "Kami juga membuat baju yang *slim look*, sehingga pas saat dipakai, tidak terlihat terlalu besar."

"Kalau untuk ukuran kami sampai sekarang juga masih *developing*. Kadang besar di tengah, terus di bagian lengannya enggak muat. Jadi terus kami kembangkan. Untungnya, pelanggan itu mau memberikan *feedback*," tukas Dany.

Bahan Nyaman

Selain tampilan, Dany juga memikirkan kualitas bahan yang diberikan. Sebab, perempuan bertubuh gemuk biasanya membutuhkan bahan yang adem dan nyaman. Dany sendiri pakai banyak katun yang bisa membuat kita "bernapas" saat memakainya.

"Kami juga sudah mulai mengarah ke *eco friendly*. Jadi, pakaian itu lebih banyak bahan katun dibandingkan *polyester*. Walaupun belum katun sepenuhnya," jelas Dany sambil menyebut bahannya itu didapat dengan cara impor.

Sementara untuk penjualan sendiri, Dany hanya mengandalkan Tokopedia, Shopee, dan Instagram. Tapi, agar produknya sampai ke luar negeri, Dany menggunakan jasa *influencer* dari Malaysia dan Singapura. Katanya, "Itu, kita kontak sendiri *influencer* Malaysia dan Singapura. Dan, akhirnya bisa eskpor ke negara tersebut, paling banyak Hong Kong."

Tak heran dalam sebulan Dany bisa meraup omzet rata-rata Rp250 juta-Rp500 juta. Dia menjual baju dengan harga ramah di kantong, yakni Rp100.000-Rp250.000 per potongnya. "Setiap minggu kami selalu mengeluarkan koleksi baru, terus saja begitu. Perputaran di kami itu begitu cepat. Karena, ini baju juga untuk perempuan yang produktif bekerja," ujar Dany.

Wah, keren ya!



Koleksi terbaru hadir setiap minggu dengan gaya kekinian.



Bajunya disesuaikan dengan perempuan aktif berkerja yang membutuhkan pakaian fleksibel.

TENTRY YUDVI | FOTO: BIGGISIMO

Komunitas



Komunitas Layak Bahagia

Semua Orang Berhak Bahagia

Isu kesehatan mental selama pandemi Covid-19 jadi masalah utama. Itu sebabnya komunitas ini hadir untuk menyemangati. Caranya?

Apakah kita merasa selama pandemi Covid-19 kesehatan mental begitu terganggu? Mulai mengalami kecemasan, stres, bahkan depresi seakan jadi "makanan" sehari-hari. Mungkin kita tak sendiri, ada banyak perempuan lain yang mengalami hal sama. Nah, kondisi ini membuat Novida Hanum memutuskan mendirikan komunitas berbasis online bernama Layak Bahagia.

"Aku ini kan baru lulus kuliah 2019. Terus, belum dapat pekerjaan, tetapi teman-teman lain sudah. Aku merasa kayak, duh, harus ngapain ya? Karena aku merasa *down* dan enggak enak aja. Jadilah, bikin media sosial Layak Bahagia ini untuk bilang ke orang-orang, *Enggak apa-apa kok, semua ini pasti bisa kita lewati*," cerita Hanum kepada NOVA.

Untuk menyampaikan pesan itu, Hanum melakukan beragam riset dan membaca jurnal psikologi untuk dijadikan konten Instagram. Tak disangka banyak yang *follow*.

"Terus, setelah berjalan aku ingin membesarkan ini sebagai komunitas, wadah untuk berbagi cerita saja. Kebetulan, ID Volunteer itu *notice* dengan Layak Bahagia. Akhirnya, beberapa orang sekarang jadi anggota aktif komunitas kami," ujar Hanum.

Diskusi Forum

Memulai komunitas di masa pandemi rupanya tidak mudah. Sebab, Hanum sendiri kesulitan berkumpul secara *offline*, sehingga mereka melakukan semua kegiatan rutin secara online. Mereka sering mengadakan *webinar* sebagai wadah berbagi cerita para anggota dan masyarakat. Di sini, peserta bisa curhat beragam masalah kehidupan yang mereka alami.

> "Biasanya pas *sharing session* psikolognya ngasih materi di awal, untuk *bridging* terus mendengarkan dan ngasih solusi buat peserta."

"Kami mengontak psikolog untuk jadi konsultan anggota kami dan para peserta. Itu rutin dilakukan, seminggu hingga dua minggu sekali. Biasanya pas *sharing session* psikolognya ngasih materi di awal, untuk *bridging* terus mendengarkan dan ngasih solusi buat peserta," jelas Hanum.

Selain berbagi cerita, di media sosial, Hanum dan anggotanya sering juga memberikan konten yang berhubungan dengan kesehatan mental. Dia ingin menjadikan Layak Bahagia sebagai *supporting system* semua orang.

"Kami memang enggak ada *basic* psikologi ya. Tapi, sekarang jurnal sudah banyak banget yang bisa kita bahas. Dari situ, baca jurnal terus bikin desain menarik, dan jadi konten, deh," ujar Hanum.

Tak hanya itu saja, komunitas yang sudah punya 45 anggota grup ini juga rupanya sering diskusi di grup WhatsApp. Menurut Hanum, setiap dua minggu sekali, mereka mengadakan sesi curhat agar meningkatkan *bonding* sesama anggota. Curhat itu juga menjadikan para anggota satu sama lain sebagai *support systems*.

"Tentunya, *volunteer* kita buatkan sesi mentoring, dan biasanya kita juga ada sesi curhat sendiri tiap dua minggu, biar mereka *bonding* juga," tukas Hanum.

Bila kita memang ingin bergabung jadi anggota Layak Bahagia, Hanum menyarankan *follow* Instagram @layakbahagia.id. Kemudian kita bisa mengirimkan pesan melalui fitur *direct message*.

"Tapi, kami tetap seleksi. Selain melihat pengalaman dari CV, tapi lebih mengutamakan komitmen untuk jalanin ini bareng-bareng gitu. Biasanya kami mencantumkan beberapa pertanyaan untuk mengukur komitmen mereka. Siapa saja bebas, apa pun pekerjaan dan usianya. Kami tetap terima, kok," ujarnya.

Tertarik bergabung?

TENTRY YUDVI | FOTO: LAYAK BAHAGIA

CL Urban Market
Belajar Bercocok Tanam di Mal

Datang ke mal tak cuma bisa belanja dan makan, tapi juga belajar bercocok tanam. Caranya?

Tak dimungkiri, hobi menanam banyak dilakukan di masa pandemi. Maklum saja, bagi sebagian kita, waktu senggang di rumah lebih bermanfaat dan menyenangkan jika diisi dengan kegiatan bercocok tanam, termasuk menanam tanaman hidroponik.



Nah, jika Anda membutuhkan berbagai kebutuhan bercocok tanam, kini bisa datang ke CL Urban Market. Ini merupakan *spot* belanja baru di Mal Ciputra Jakarta, yang menyediakan beragam kebutuhan gaya hidup di masa pandemi seperti ragam tanaman hias, pot-pot cantik, termasuk perlengkapan bercocok tanam hidroponik.

Tak cuma membeli, di CL Urban Market kita juga bisa belajar banyak tentang tanaman hidroponik.

Jirifarm, salah satu *tenant* di sana, bersedia berbagi pengetahuan tentang seni menanam yang sedang naik daun itu. Atau kalau mau tahu lebih banyak soal tanaman hias, baik *indoor* maupun *outdoor*, bisa mampir di Urban Plantae Indonesia.

Lengkap dan Nyaman

Kita bisa datang ke CL Urban Market sesuai jam operasional mal. Selain menyediakan beragam kebutuhan bercocok tanam, lokasinya yang berada di *upper ground* mal juga dibuat senyaman mungkin. Tentu saja dengan tetap menerapkan protokol kesehatan yang ketat.

Saat memasuki CL Urban Market, berbagai jenis tanaman menghiasai tempat itu, mata kita pun dimanjakan dengan *spot-spot* yang didesain unik dan *instagrammable*.

Selain bersantai dan menambah wawasan tentang tanaman, kita juga bisa membeli berbagai perlengkapan bercocok tanam dengan harga terjangkau. Tak cuma itu, CL Urban Market juga menyediakan peralatan rumah tangga untuk memenuhi hobi *cooking* dan *baking* kita.

"Harapannya, CL Urban Market bisa jadi alternatif tempat untuk memenuhi kebutuhan gaya hidup saat ini, dan mengisi masa pandemi dengan kegiatan positif, kreatif, dan menyenangkan," kata Ferry Irianto, General Manager Mal Ciputra Jakarta, saat pembukaan CL Urban Market, Kamis (18/3).

Tertarik berkunjung?

AYU PRANSISKA/MUHAMAD YUNUS | FOTO: DOK. MAL CIPUTRA JAKARTA

Yuk, Tanam Cabai Sendiri!



Cabai masih mahal? Tenang, kenapa enggak coba menanam sendiri? Kita bisa menanam dengan cara mudah. Siapkan dulu bahannya, seperti 5 butir cabai rawit, gunting, kaus basah, wadah mika, wadah air, plastik hitam, dan pot *polybag* berisi tanah dan kompos. Ini cara menanamnya.

1. Gunting kulit cabai untuk dapat bijinya.
2. Setelah terkumpul, masukkan biji cabai ke wadah berisi air.
3. Angkat biji dari wadah berisi air, letakkan di tempat datar.
4. Jemur di bawah sinar matahari hingga kering.
5. Tabur biji cabai kering ke dalam kaus basah, lipat dan tutup rapat.
6. Simpan kaus tadi ke dalam wadah mika, ikat dengan karet, masukkan ke plastik hitam.
7. Setelah didiamkan selama 5-7 hari, pindahkan biji yang sudah berkecambah ke dalam pot berisi tanah.
8. Letakkan pot di tempat teduh, siram setiap hari hingga 25 hari.
9. Siram saat tanah terlihat kering. Tapi jangan berlebihan, karena bisa menimbulkan jamur, bakteri, dan penyakit tanaman lain.
10. Berikan bio pestisida untuk menghindari cabai dikerumuni hama.

TENTRY YUDVI | FOTO: YOUTUBE@RESRTAR RF

Wisata

Work from Hotel
Kerja Sambil Staycation

Bekerja sekaligus liburan memang sedang banyak disukai orang. Namun, tentu saja, kita perlu memilih tempat seperti apa yang bisa membuat kerja jadi nyaman.

"Saya merasa jenuh banget kerja di rumah. Kreativitas semakin enggak ada, karena sudah bosan. Enggak bisa ke mana-mana. Jadinya ya udah, *staycation* sekalian kerja deh," curhat Dhea, pekerja di perusahaan IT.

Mungkin Dhea enggak sendirian, di antara kita pun pasti ada yang merasakan hal sama. Seperti dilansir dari Kontan, sebuah perusahaan *software* mengungkapkan bahwa rata-rata pekerja mengalami stres selama di rumah. Sebuah survei mengatakan, 90% pekerja mengalami stres dan 41 persen merasakan sangat stres bekerja di rumah. Stres ini memengaruhi produktivitas mereka dalam bekerja, dengan 14 persen di antaranya merasa produktivitas mereka menurun.

> Sebuah survei mengatakan, 90% pekerja mengalami stres dan 41 persen merasakan sangat stres bekerja di rumah.

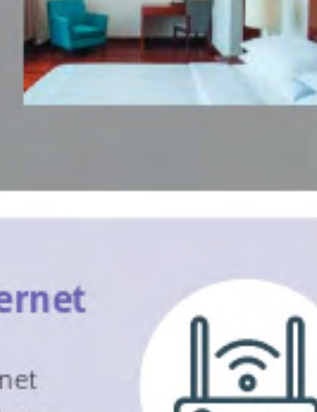
Bila dibiarkan berlarut-larut, tentu ini akan memengaruhi kesehatan mental kita. Itu sebabnya banyak yang kemudian memilih mencari tempat kerja yang menyenangkan, salah satunya dengan menginap di hotel. Tak heran jika saat pandemi begini, *work from hotel* pun mulai jadi tren. Gaery Undarsa, Co-Founder & Chief Marketing Officer Tiket.com, menjelaskan bila *work from hotel* ampuh menyemangati pekerja, tanpa perlu meninggalkan tanggung jawab pekerjaan mereka.

Tren ini disambut banyak pengelola hotel menyediakan fasilitas yang lebih memadai agar tamu mereka bisa bekerja dari hotel, dengan suasana liburan yang menyenangkan layaknya *staycation*.

TENTRY YUDVI | FOTO: ISTOK, DOK. HOTEL MONOPOLI, DOK. MAYFLOWER, DOK. THE SULTAN

Hotel Ini Sediakan Layanan Work from Hotel

The Sultan, Jakarta



Menghadirkan paket *Make Yourself at Home*, dengan jaminan akses internet super kencang dan stabil. Kita bisa lebih nyaman bekerja sambil menginap di sini. Kisaran harganya Rp1,3 juta per malam.

Hotel Monopoli, Jakarta



Menawarkan pilihan *daily use* buat kita yang ingin *work from hotel*. Kita bisa menyewa kamar harian dari pukul 08.00-18.00 WIB. Selain jaringan internet cepat, tamu akan mendapatkan *snack box* dan kopi, lho, menyediakan perlengkapan *stationery* dan fasilitas *printing* 10 halaman. Harganya berkisar Rp300.000-Rp800.000 per hari.

Apartemen Mayflowers

Menawarkan paket *Work Anywhere Stay Pass*. Paket dua hari satu malam itu memberikan kita peluang bekerja di apartemen dengan fasilitas kamar lengkap, mulai meja dan kursi kerja, sampai sofa. Harga paket pun dibanderol senilai Rp1.350.000.

Tips Work from Hotel

Riset Terlebih Dahulu



Sebelum memesan hotel. Kita perlu melakukan riset kecil-kecilan. Pilihlah hotel yang memiliki fasilitas lengkap dan nyaman, seperti kolam renang, tempat *gym*, kemudian juga jaringan internet yang super kencang untuk mendukung pekerjaan kita.

Pastikan Kita Sehat



Meskipun menginap di hotel, kita perlu memastikan bahwa diri kita sehat, terutama di masa pandemi Covid-19 ini. Sebab, bila tidak sehat akan membuat kita jadi mudah tertular dan menularkan virus Covid-19.

Ada Tempat untuk Bekerja



Bila kita memesan hotel lewat aplikasi, tentunya kita butuh tempat bekerja di dalam kamar yang memadai. Misalnya adanya meja dan bangku kerja. Kemudian, tempat mengisi daya *gadget* juga perlu jadi perhatian. Jadi kita bisa lebih produktif.

Atur Jadwal

Perlu ingat, kalau kita sedang bekerja berarti memang bukan liburan. Jadi, meskipun menginap di hotel, kita tetap perlu mengatur jam kerja. Bangunlah pagi hari, kemudian bila perlu berdandanlah seperti kita memang sedang bekerja. Ini akan membangun *mood* untuk lebih semangat bekerja.

Pastikan Internet Gratis



Jaringan internet jadi kebutuhan utama untuk membuat kinerja kita tetap produktif. Oleh sebab itu, pastikan hotel tempat kita menginap menyediakan internet cepat dan gratis. Sebab, ada saja hotel yang masih memasang biaya internet. Masalahnya, tidak semua hotel juga punya jaringanstabil, ada kalanya mengalami gangguan. Nah, untuk antisipasi ini, lebih baik kita tetap membawa modem.

Awalnya Numpang, Lama-Lama Uwak Seolah Ingin Gantikan Almarhum Ibuku

Tanya

Bu Rieny Yth,
Aku mau cerita tentang kesedihanku, Bu Rieny. Aku cuma hidup dengan papaku, karena Mama sudah lama meninggal. Setahun yang lalu, sepupu Papa, aku panggil Uwak, ikut tinggal di rumah karena rumahnya sedang dibangun ulang. Anak-anaknya, menurutku, tak begitu peduli ibunya. Tak heran kalau Uwak juga memilih bergabung dengan Papa karena sejak kecil mereka memang dekat dan main bersama.

Sampai kira-kira lima bulan yang lalu, nyaman rasanya ada Uwak. Sebelumnya, karena aku dan Papa sibuk di toko, biasanya kami beli makanan matang, sampai rumah langsung tidur. Dengan adanya Uwak, rumah jadi bersih. Uwak minta uang untuk belanja di tukang sayur yang lewat dan kami makan masakan rumah bertiga. Senang dan nikmatlah, dibanding jajan di luar.

> Uwak sudah memindahkan sebagian besar barang-barangnya ke rumah kami. Bahkan lemari pakaian almarhum Mama, sudah dipakainya.

Beberapa bulan yang lalu, saya baru menyadari, ternyata Uwak sudah memindahkan sebagian besar barang-barangnya ke rumah kami. Bahkan lemari pakaian almarhum Mama, sudah dipakainya. Pakaian Mama dimasukkan kardus, ditaruh di atas lemari, dan baju-baju Uwak sudah tertata rapi. Hati saya sakit rasanya, Bu Rieny, Uwak tak minta izin, kasih tahu pun tidak. Saya masih diam saja.

Hingga awal Februari yang lalu, ada anak Uwak datang dan menanyakan kapan Uwak akan pindah, karena rumah tinggal *finishing* saja, kalau tak ditunggu takut ada maling masuk.

Saya lumayan *shock*, Bu Rieny, Uwak malah meminta anaknya membawakan kulkas dan lemari pakaiannya ke rumah kami. Sudah begitu, Papa malah bicara, "Sudahlah, biar saja Uwak di rumah kita dulu."

Mulailah hari-hari menyebalkan di rumah. Saya sudah tak bisa lagi melihat bersihnya rumah kami, bahkan tak pernah mau makan malam bareng, untuk memperlihatkan ketidaksenangan saya. Tapi, Papa tak peduli. Makin nyaman kelihatannya kalau berdua saudaranya itu, cerita nostalgia mereka dulu.

Jujur, Uwak tetap berlaku baik pada saya, walau respon saya dingin. Saya sudah sisihkan pakaian Uwak dari lemari Mama, mengembalikan baju-baju almarhum kembali. Saya heran, Uwak tidak mengadu ke Papa, jadi saya pun tidak dimarahi. Saya tetap merasa bahwa kehidupan pribadi saya sudah dicederai oleh kehadirannya.

Menurut Bu Rieny, salahkah kalau saya resah Uwak akan pindah ke rumahnya atau tidak? Saya takut kalau tiba-tiba Papa ada ide, Uwak bareng kami saja selamanya, sementara rumahnya dikontrakkan atau dijual.

Aduh, Bu, saya ingin kembali ke situasi di mana hanya saya dan Papa di rumah itu. Biarlah saya payah-payah membersihkan rumah atau saya yang bayar pembantu untuk bersih-bersih rumah. Apakah saya jahat? Mohon masukannya, ya Bu Rieny. Terima kasih.

Nilawati – Sumatra Barat



Jawab

Hallo Nila sayang,
[Mudah-mudahan Mas Tulus (yang motornya dipinjam sahabatnya dan sudah setahun tak kunjung kembali), juga Danya (yang sudah lelah karena teman kuliah yang tiap hari nebeng mobil Anda), membaca NOVA ini. Jawaban ini juga untuk Anda berdua ya, karena kasusnya serupa. Ada orang yang "merenggut" privasi Anda, setelah sebelumnya memang diizinkan untuk menikmati fasilitas yang berasal dari Anda.]

Pada kasus ananda Nila, ada keleluasaan yang memungkinkan Uwak untuk berada di rumah Anda sehingga selintas, tampaknya kehadirannya tak membuat—misalnya—Anda harus tidur sekamar dengannya. Atau berbagi kendaraan untuk pergi ke toko karena Uwak di rumah saja.

Anda mulai terusik ketika Uwak mulai menegaskan eksistensinya di rumah Anda, sehingga zona nyaman Anda terasa mengecil. Ia mulai membawa barang-barang pribadinya ke rumah Anda. Tetapi, saya ingin sekali Nila tidak kehilangan perspektif untuk melihat bahwa hidup ini sesungguhnya memberi Anda banyak sekali peluang untuk bahagia. Bahkan dalam kehadiran Uwak sekalipun.

Kalaulah Nila berkenan berhenti sebentar berkutat dengan rasa tak nyaman, coba perhatikan bagaimana Papa kini? Saat beliau punya teman sebaya, kerabatnya pula, yang bisa menemani hari-hari istirahatnya dengan cerita tempo dulu, saat makan malam bersama. Coba bandingkan dengan misalnya kalau Papa menikah kembali. Bukankah akan ada orang yang lebih asing lagi bagi Nila yang tinggal di rumah? Kalau memang ada jodoh ayah nantinya, hal ini bisa terjadi.

Mencermati bahwa Uwak tidak bereaksi saat Nila mengeluarkan pakaiannya dari lemari, mudah-mudahan itu berarti ia menerima dan mengakui ada batas yang harus ia taati di rumah ini. Utamanya terkait memorabilianya almarhum Mama. Kalau sedang senggang, boleh kok Nila berterima kasih padanya, untuk pengertiannya agar tak menyingkirkan apa pun barang di rumah itu yang terkait dengan almarhum Mama. Bicara, Nak, jangan menghentikan komunikasi, karena jarak yang tercipta dengan Uwak malah akan mempersukar Nila mengutarakan apa yang hendak Nila sampaikan.

Kalau komunikasi terpelihara, setiap saat Anda sedang ngobrol nyaman dengannya, boleh kok bertanya, "Rumah sudah selesai, Wak?" Lihat bagaimana reaksinya. Kalau ia katakan sudah selesai, ajak Uwak menengok rumahnya sesekali—bertiga dengan Papa. Di sana, Nila bisa mengatakan, "Ada kamar kosong, nih, boleh ya Wak kalau Nila sesekali nginap di sini?" Saya yakin, baik Uwak maupun ayah akan paham maksud Anda. Tak usah lebih dari itu dulu.

Papa harus juga "digarap" ya, Nila sayang. Beri isyarat bahwa Anda berharap Uwak tak selamanya di rumah Anda itu. Anda bisa katakan, kalau Uwak pindah, Sabtu kan bisa dijemput Anda dan Papa untuk menginap di rumah. Senin pagi, dipulangkan sekalian Anda dan ayah ke Toko. Bila Papa meradang, jangan direspon serius, Anda cukup mengganti topik. Atau kalau sedang di rumah, bisa berlalu saja dari Papa. Akan tetapi, kepada Uwak, tetaplah mengupayakan agar komunikasi jadi lancar.

> Coba bandingkan dengan misalnya kalau Papa menikah kembali. Bukankah akan ada orang yang lebih asing lagi bagi Nila yang tinggal di rumah?

Lain kali lagi, sampaikan ke ayah, kalau sesekali Anda ingin tidur di rumah kakak atau adiknya almarhum Mama, kan tidak pantas bila di rumah itu hanya ada Uwak dan Papa. Apa kata orang?

Banyak lagi cara untuk menyatakan ketidaksiapan Anda untuk menerima Uwak terus-menerus ada di rumah. Bila Anda tak terasa menyudutkan dirinya, apalagi menyalah-nyalahkan ayah, saya harap Papa bisa melihat masalah dengan lebih jernih. Namun demikian, siapkan target, kapan Anda akan mengatakan terus terang ke ayah, bahwa Anda tak mau lagi Uwak berada di rumah Anda. Kan, rumahnya sudah selesai, masa, sih tak ingin menikmati rumah barunya?

Saya sarankan, 1-2 bulan setelah rumah siap ditempati, rajinlah mengingatkan, agar rumah Uwak tidak dirampok karena tak ada orang.

[Untuk mas Tulus dan jeng Danya, juga Nila, yang paling utama, menurut saya, Anda harus memperlihatkan ke lingkungan bahwa Anda konsisten. Ingatkan, bahwa motor itu adalah pinjaman. Ingatkan bawa terus-menerus nebeng membuat Anda tak bisa main setelah pulang sekolah, padahal ingin banget.]

Konsistenlah mengutarakan pendapat, bahwa Anda ingin hanya berdua ayah saja di rumah itu. Tetap menjalin hubungan baik akan memudahkan, walaupun pada awalnya ada perasaan tak nyaman. Kalau Anda memulai perang dingin, tak mau ngomong ke Uwak, sikap ayah bisa jadi ofensif. Rugi, kan? Teruskan saja bermanis-manis, supaya tak ada kesan negatif. Karena kalau ini terjadi, kemungkinannya adalah ayah akan memakai hak prerogatifnya untuk membuat Uwak tetap di rumah Anda.

Sebaliknya, kalau Nila luwes mengelola ini dan selalu mengingatkan Uwak bahwa dia punya rumah—yang diperbaiki anak-anaknya dengan susah payah—saya kok percaya, akan ada saat di mana ayah maupun Uwak akhirnya sadar bahwa kebersamaan ini tidak bisa dilanjutkan.

Silaturahmi tak perlu harus putus karena ini. Walau, Nila jangan kendor juga untuk tegas menolak Uwak memindahkan barangnya ke rumah Anda.

Intinya, Anda tetap menjalin hubungan baik, respek, dan berterima kasih tiap hari kepada Uwak atas jerih payahnya buat rumah Anda. Akan tetapi, Uwak tak boleh lupa bahwa ia harus kembali ke rumahnya.

Mudah-mudahan dengan ketegasan berbalut rasa hormat dan sayang pada Uwak, Nila bisa meluluhkan hati Papa maupun Uwak untuk memenuhi tuntutan Anda. Jangan lupa, kirim surel lagi bila belum jelas ke rieny.hutami@gmail.com. Salam sayang.

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@GRID.NETWORK.ID

Aprilia Manganang Akhirnya Menjadi Laki-Laki

"Ini yang Saya Tunggu Selama Ini"

Keputusan berubahnya jenis kelamin Aprilia bikin heboh banyak orang. Lalu, bagaimana cara dia beradaptasi dengan lingkungan selama ini?



Perubahan Aprilia dari perempuan menjadi laki-laki.

Hari itu, Jumat (18/3) wajah Aprilia Manganang terlihat menangis bahagia. Karena saat itu merupakan momen paling penting dalam hidup Aprilia. Berlokasi di Pengadilan Negeri Tondano, Minahasa, Sulawesi Utara, nasib Aprilia diputuskan. Seperti dikutip Kompas TV, Hakim tunggal Nova Laura Sansube mengabulkan permohonan Aprilia tentang perubahan jenis kelamin. Aprilia yang semula perempuan, ditetapkan sebagai laki-laki.

"Semoga ini awal yang baik untuk saya ke depannya. Karena, ini yang saya tunggu selama ini. Terima kasih Tuhan Yesus, saya bisa lewati ini semua. Ke depan mungkin saya akan fokus sebagai prajurit Angkatan Darat," ujar Aprilia terbata-bata.

> "Saya ingin jadi laki-laki yang sejati dan bisa bertanggung jawab."

Betapa leganya Sersan Aprilia Manganang mendengar putusan hakim atas perubahan jenis kelaminnya. Sebab, selama 28 tahun ini, mantan atlet voli Timnas Puteri Indonesia ini mengidap hipospadia, yang merupakan kelainan jenis kelamin pada laki-laki. Kelainan ini membuat pengidapnya memiliki tampilan serta fungsi penis tidak berjalan normal seperti laki-laki pada umumnya.

Itu sebabnya saat lahir, anak dari Akip Zamrud Manganang dan Suryati Bori Lano ini dinyatakan perempuan. Namun, seiring bertambahnya usia, Aprilia semakin menunjukkan bahwa dirinya laki-laki.

"Saat dilahirkan, anak ini punya kelainan pada sistem reproduksinya, yang dalam terminologi kesehatan disebut hipospadia. Dari hasil pemeriksaan itu, dilihat dari urologi ternyata Sersan Manganang lebih memiliki organ-organ jenis kelamin laki-laki. Bahkan tidak ada organ internal jenis kelamin wanita," ujar Andika Perkasa, Kepala Staf TNI Angkatan Darat.

Jauh sebelum putusan, Aprilia juga sudah menjalani operasi koreksi jenis kelamin untuk memperjelas identitasnya pada Februari lalu. Namanya pun berubah jadi Aprilio Perkasa Manganang. Kata Aprilia, "Saya ingin awali hidup baru, ingin buka lembaran baru. Mungkin ke depan akan banyak belajar, karena ini transisi. Saya ingin jadi laki-laki yang sejati dan bisa bertanggung jawab."

Tentu perjuangan Aprilia untuk mengklaim identitas gender-nya ini tidak mudah, terlebih laki-laki kelahiran 27 April 1992 ini sempat mengalami keraguan, saat jadi atlet voli dan mencari kekasih. Bagaimana kisah perjuangannya?



Aprilia dipasangkan tanda nama oleh Andika ditemani istri Jendral, Hetty Andika Perkasa.

Galau dengan Pacar

Saat mengenang masa kecilnya, Aprilia mengaku banyak mengalami kegalauan, terutama sejak jadi atlet voli. Dia bergabung dalam tim voli sejak duduk di bangku SMA pada 2011, dengan prestasi yang cukup baik.

Tak hanya menorehkan prestasi nasional, Aprilia juga mampu tampil baik dalam pertandingan tingkat internasional, seperti SEA Games 2013 dan 2017. Meski tak dimungkiri, saat itu banyak yang meragukan dirinya perempuan, karena penampilannya yang tomboi dan tubuhnya yang besar.

Seperti dikutip Tribunnews, Aprilia mengaku selalu menjalani tes gender sebelum bertanding. Katanya, "Awalnya tersinggung, tapi ya sudahlah, ya."

Meskipun mengalami bias gender, Aprilia rupanya dikenal sangat membatasi diri dengan tim volinya. Dia tak pernah ikut mandi bersama, padahal kalau tinggal satu mes, mandi bersama adalah hal wajar.

"Sikapnya (lain) kepada kami, dia membatasi ruang gerak. Kayak misalnya mau latihan, dia pasti sudah siap duluan. Lalu mandi enggak bareng, walau kita sama-sama di mes," jelas Amalia Fajrina Nabila, atlet voli yang juga teman satu tim Aprilia.

Nouvi, mantan guru SMA Aprilia juga punya kisah tersendiri. Semasa sekolah, Aprilia sering curhat pada Nouvi, termasuk soal pacar. Nouvi bilang, Aprilia memang tertarik dengan perempuan.

"Sejak masih sekolah Aprilia sudah bergumul dengan identitasnya. Dia lahir perempuan, tapi memiliki kecenderungan pria, yang ketertarikan seksualnya pada wanita. Dengan tubuhnya yang besar, Aprilia kuat, tapi jiwanya penuh kebimbangan," cerita Nouvi.

Pakai High Heels

Prestasi voli Aprilia yang membanggakan membuahkan hasil. Jenderal Andika Perkasa langsung merekrut Aprilia jadi anggota Korps Wanita Angkatan Darat (Kowad) pada 2016. Perkara jenis kelamin, tidak membuat Andika ragu merekrut Aprilia. "Aprilia termasuk salah satu yang direkrut jadi Bintara TNI AD," ujar Jenderal Andika.



Aprilia tak berhenti menangis setelah mendengar putusan sidang jenis kelaminnya.

Setelah jadi prajurit TNI, Aprilia tidak menjalani hari-hari dengan mudah. Terutama saat proses administrasi Kowad. Peraih medali perunggu SEA Games 2013 dan 2015 ini harus berfoto dengan seragam perempuan. Mau tak mau Aprilia mengikuti proses tersebut. Dia cerita, dirinya sampai terpaksa harus pakai sepatu *high heels* yang membuatnya cedera.

"Tetapi namanya juga kerja. Saya disuruh pakai rok, sepatu *high heels* yang tingginya lima sentimeter, dan jalan harus feminin," ungkap Aprilia.

Asal tahu saja, di Kowad Aprilia bertugas di bidang jasmani anggota, karena prestasinya di dunia olahraga. Kini dia mendapat tugas baru di Direktorat Perbekalan dan Angkutan sebagai juru masak.

TENTRY YUDVI | FOTO: ANTARA/M RISYAL HIDAYAT, DOK.KOMPAS.

Pembunuhan Berantai di Bogor

Kesal dengan Ucapan Korban

Dua kasus pembunuhan perempuan di Bogor menarik perhatian publik. Kasus ini berawal dari kencan online, lalu dua perempuan tewas dibunuh oleh seorang bernama MRI. Pelaku melakukan pembunuhan dalam waktu dua minggu. Bagaimana kisah ini bisa terjadi?

Korban pertama berinisiap DP (18), ditemukan tewas di dalam plastik di Cilebut, Kota Bogor pada 25 Februari lalu. Perempuan kedua, seorang ibu tunggal EL (25), ditemukan tewas di pinggir jalan kawasan Gunung Geulis, Megamendung, Bogor, pada 10 Maret lalu.

Setelah ditelusuri, kedua perempuan dibunuh oleh pelaku yang sama, yakni MRI (24), yang merupakan teman kencan para korban. Dari keterangan polisi, MRI bertemu korban lewat media sosial. Kemudian, pelaku mengajak korban untuk pergi ke hotel dengan iming-iming uang sebesar Rp1 juta.

"Modusnya sama, yaitu berkenalan melalui media sosial, kemudian berjumpa dengan iming-iming uang, diajak jalan-jalan ke Puncak. Kemudian sampai berkencan, lalu dihabisi nyawanya dengan mencekik," ungkap Susatyo, Kepala Polresta Bogor seperti dikutip Tribunnews.



Polisi dan MRI saat olah TKP pembunuhan.

Pada pembunuhan pertama, MRI mengaku kesal dengan ucapan teman kencannya itu, sehingga membuatnya berperilaku agresif. MRI lalu membunuh DP dengan cara mencekik, setelah itu dililit dengan plastik, dan dimasukkan ke dalam koper. Tapi, pembunuhan itu tidak membuat MRI jera, pelaku merasa ketagihan membunuh.

"Ini termasuk dalam kaitan *serial killer* atau pembunuh berantai. Tersangka kembali melakukannya, dan ada kecenderungan menikmati dengan meninggalnya dua korban," ungkap Susatyo.

Susatyo menduga MRI memiliki gangguan kejiwaan yang membuat pelaku ketagihan dan tidak merasa menyesal dengan pembunuhannya. "Kejiwaan pelaku akan diperiksa, karena dia melakukannya secara sadar. Pelaku menikmati pembunuhannya. Pelaku berperilaku layaknya film *serial killer* atau pembunuhan berantai," ujar Susatyo sambil menyebut pelaku dijerat pasal berlapis dengan ancaman hukuman mati.

Atasi Rem Blong

Hindari Pakai Rem Kaki Saat Turunan

Selain servis kendaraan, cara pengemudi berkendara di jalanan menurun juga memengaruhi kondisi rem blong. Kok, bisa begitu?

Kecelakaan kendaraan roda empat akibat rem blong kembali terjadi. Terbaru, kasus kecelakaan akibat rem blong terjadi di Padang, Sumatera Barat. Melansir Kompas.com, peristiwa itu terjadi saat sebuah truk hilang kendali karena remnya blong. Akibatnya, lima motor tertabrak, hingga satu pengendara motor meninggal dunia.

Tentu saja, peristiwa kecelakaan akibat rem blong harus jadi perhatian pengemudi. Karena rem blong tak semata karena tak rutin servis mobil. Menurut Sony Susmana, Director Training Safety Defensive Consultant Indonesia (SDCI), teknik mengemudi juga bisa jadi penyebab rem blong. Kondisi rem blong bisa terjadi karena pengemudi tidak tahu cara berkendara dengan benar, terutama saat berjalan di jalanan menurun atau tikungan tajam.



"Pengemudi sering sekali menginjak rem kaki. Itu kan, bisa membuat *engine break*. Jadi kondisinya bisa merusak sistem di dalam mobil. Padahal, ada tekniknya saat melewati jalanan menurun atau ada banyak tikungan," ujar Sony.

Teknik pertama, kata Sony, adalah menurunkan roda gigi (persneling) lebih rendah. Dengan cara ini, mobil akan melaju dengan kecepatan rendah. Sehingga, kita tidak perlu lagi menggunakan rem tangan untuk memperlambat mobil. Kalau ada mobil di depan, boleh menginjak rem kaki, tapi sedikit saja.

> "Pengemudi sering sekali menginjak rem kaki. Itu kan, bisa membuat *engine break*. Jadi kondisinya bisa merusak sistem di dalam mobil."

Selain itu, kita juga disarankan tidak menginjak pedal gas. Biarkanlah mobil itu melaju dengan sendirinya. Kalau sudah begitu, rem kaki tidak akan merasa aus dan tidak menimbulkan *engine break*.

"Kuncinya di pengemudi. Beda dengan tanjakan, ya. Kalau tanjakan kan memang disarankan itu pakai rem tangan. Kalau menurun, itu enggak bisa kayak gitu. Jadi, ubahlah posisi gigi ke satu. Enggak usah injak gas lagi. Terus saja begitu. Itu aman kok. Dan, ini berlaku untuk semua jenis mobil," saran Sony.

TENTRYYUDVI | FOTO: ISTOCK

Antisipasi Rem Blong

Sering periksa kondisi rem saat perjalanan. Kita bisa memeriksanya setiap berhenti, misalnya di *rest area*. Cek apakah rem masih aman?





Cara memeriksa kondisi rem mudah, cukup gunakan indera penciuman. Bila kita mencium bau seperti bau gosong, bisa jadi rem perlu diservis segera.



Hindari memberi tekanan berlebih pada rem, karena bisa membuat rem cepat aus.

Lakukan Ini Saat Rem Blong

Turunkan roda gigi jadi lebih rendah.





Hindari menekan pedal gas.

Gunakanlah rem tangan bila kecepatan sudah merendah.



Injak rem kaki berkali-kali.





Bila terpaksa menabrak, carilah sebuah benda yang lunak atau aman.

Varia Warta

Nivea

LUNCURKAN SABUN PEMBERSIH WAJAH YANG MENCERAHKAN



Kondisi pandemi rentan membuat level stres kita meningkat, dan tak jarang memicu reaksi pada kulit, salah satunya bikin kulit jadi kusam. Sehingga dibutuhkan produk yang bisa menjaga kulit agar tampak lebih sehat. Itu jadi salah satu alasan Nivea meluncurkan Nivea Sparkling Bright Facial Foam mulai 14 Maret 2021 lalu.

Nivea Sparkling Bright merupakan sabun pembersih wajah pertama dari Nivea, diperkaya dengan Pearl Micro Serum, yang bekerja dalam lapisan kulit untuk menjadikan kulit cerah alami, lebih mudah menyerap ke dalam pori-pori kulit, sehingga dapat membersihkan wajah secara maksimal dan 10 kali lebih efektif dalam mencerahkan kulit wajah.

"Nivea Sparkling Bright Facial Foam terinspirasi dari kecantikan mutiara yang dikenal kaya akan nutrisi untuk mencerahkan kulit. Kami berharap produk terbaru kami ini dapat membantu konsumen Indonesia dalam merawat kesehatan dan kecantikan kulitnya," kata Diana Riaya, Marketing Manager NIVEA Skin Care.

MUHAMAD YUNUS | FOTO: DOK NIVEA INDONESIA

Home Lift

BANTU TINGKATKAN KUALITAS HIDUP LANSIA



Pendukung mobilitas lansia dan difabel memang penting diperhatikan. Sebab berdasarkan data Bappenas, angka harapan hidup di Indonesia mencapai 73,4 tahun pada tahun 2020, dengan umur harapan hidup laki-laki 71,49 tahun dan perempuan 75,27 tahun. Sehingga menjaga mobilitas lansia ini penting untuk meningkatkan kualitas hidup mereka.

Oleh sebab itu, PT Pardi Solusi Abadi, sebagai penyedia teknologi Home Lift, menghadirkan beberapa produk untuk menunjang kebutuhan tadi, di antaranya lift rumah yang kompak dengan lebar 800 mm, lift bisa dipasang pada tangga dengan lebar 610 mm, lift tangga (*stairlift*) khusus untuk membantu mobilitas pemakai kursi roda, dan lift hemat energi yang bisa digunakan, bahkan saat tidak ada listrik selama 30 kali berjalan atau bervariasi tergantung pada daya baterai.

TENTRYYUDVI | FOTO: DOK. PARDI

Pepsodent

KAMPANYEKAN AJAKAN UNTUK SIKAT GIGI

Survei global Pepsodent menyatakan 70% masyarakat Indonesia ternyata masih fokus pada kesehatan fisik dan mental, sementara perawatan gigi dan mulut belum jadi prioritas. Bahkan, sebanyak 30% responden Indonesia mengaku pernah melewati sehari penuh tanpa menyikat gigi, umumnya disebabkan karena rasa malas (46%). Perilaku ini sangat disayangkan karena selain mengancam kesehatan gigi dan mulut, hal ini juga dapat meningkatkan risiko permasalahan kesehatan yang lebih serius.



Sehingga, bekerja sama dengan FDI World Dental Federation dan Persatuan Dokter Gigi Indonesia (PDGI), di hari Kesehatan Gigi dan Mulut Sedunia, Jumat (19/3), Pepsodent menginisiasi kampanye *Senyum Sehat untuk Hidup yang Lebih Sehat* melalui ajakan "Yuk, #SikatGigiSekarang!", agar masyarakat kembali sadar akan pentingnya menerapkan kebiasaan menyikat gigi dua kali sehari.

"Menurut hasil RISKESDAS 2018, perilaku mendasar seperti menyikat gigi di waktu yang tepat pun terbilang masih sangat rendah. Edukasi yang memadai masih sangat dibutuhkan," ucap drg. Oscar Primadi, MPH, Sekretaris Jenderal Kementerian Kesehatan Kesehatan Republik.

SITI SARAH NURHAYATI | FOTO: DOK. PEPSODENT

Resso

SIAPKAN 2 INISIATIF BARU UNTUK MUSISI INDONESIA

Panggung musisi kini belum bisa kembali seperti sedia kala. Konser yang setiap tahun di gelar secara terbuka belum bisa dilakukan lagi. Sehingga selama satu tahun ke belakang, Resso, *streaming* musik online di Indonesia, hadir untuk memanjakan musisi dan penikmatnya.

Lantas, untuk merayakan ulang tahun yang pertama, Selasa (16/3), Resso menghadirkan dua program baru untuk tahun 2021, setelah sebelumnya menyajikan proyek inovatif seperti kolaborasi kreatif, remix lagu, dan artis cover, untuk terus mempromosikan *talent*, genre, dan karya musik terbaru.

Dua program tersebut adalah *coaching clinic* yang akan menjadi ajang berbagi pengetahuan dengan musisi muda dan pendatang baru, serta *roundtable*, wadah para pelaku di industri musik Tanah Air dapat memberikan pandangan, keahlian, dan saran yang konstruktif dalam memajukan industri musik.

SITI SARAH NURHAYATI

ENGKU EMRAN

Resmi Menikah Lagi

Belum genap setahun pasca bercerai dengan Laudya Cynthia Bella, Engku Emran kini sudah menggandeng istri baru lagi, setelah resmi menikah pada Jumat (18/3) kemarin di Malaysia. Kali ini Emran menikahi mantan istri aktor Sharnaaz Ahmad, Noor Nabila.



Dengan dihadiri kerabat serta keluarga inti saja, keduanya terlihat begitu bahagia melalui hari sakral bersama.

Sayangnya tak semua warganet ikut gembira dengan pernikahan mereka. Justru banyak yang balik mempertanyakan masa lalu keduanya, juga alasan perceraian Emran dengan Bella, sapaan akrab Laudya Cynthia Bella.

Seperti diketahui, awal Juli 2020 silam Bella angkat bicara mengenai rumah tangganya. Saat itu dia mengaku dirinya dan Emran sudah tak lagi bersama. Bahtera yang terbangun selama 2 tahun kandas. Namun, dia tak mengungkapkan alasan perceraian itu.

Hanya saja sebelum desas-desus perceraiannya terungkap, Bella sering kali menyinggung perihal orang ketiga dan perempuan penggoda. Seperti dikutip dari kanal YouTube Indosiar 21 Maret 2021, Bella pernah bilang, "Tidak ada satu pun perempuan yang mau bersenang-senang di atas air mata perempuan lain."

Lantas, tanda tanya besar muncul setelah terkuak fakta bahwa Noor Nabila yang menikah dengan Sharnaaz 2017 silam juga bercerai pada Juli 2020 kemarin. Banyak yang menganggap, perceraian kedua rumah tangga itu seakan direncanakan dengan matang dan saling berhubungan. Buktinya, kini Nabila dan Emran malah melangsungkan pernikahan. Apalagi saat Emran masih bersama Bella, Nabila sering terlihat ikut kumpul bersama.

Jadi, alasan perceraian Emran dan Bella benar karena orang ketiga?

SITI SARAH NURHAYATI | FOTO: DOK. INSTAGRAM @NOORNABILA

JESSICA ISKANDAR

Pacaran dengan Michael Yukinobu?

Sejak memutuskan pindah ke Bali, Jessica Iskandar jadi tak begitu aktif di dunia hiburan. Namun, dia masih sering menyapa penggemar lewat akun Instagram pribadinya. Di sana dia tak segan memperlihatkan berbagai kegiatan yang dilakukannya, terutama melalui Instagram Story. Mantan tunangan Richard Kyle ini tak pernah absen walau sehari.

Belakangan, salah satu unggahannya justru menarik atensi publik, setelah mengumbar kedekatan dengan Michael Yukinobu de Fretes, lelaki yang tengah tersangkut kasus video syur dengan Gisella Anastasia.



Bahkan, Jedar-sapaan akrab Jessica, tak sungkan menambahkan emoji tanda hati di unggahannya, hingga memanggil Nobu, sapaan akrab Michael Yukinobu de Fretes dengan panggilan khusus, Bubu.

Sejak saat itu, banyak yang berspekulasi jika kini Jedar menjalin hubungan dengan Nobu, setelah sebelumnya dikabarkan menjalin hubungan dengan bule, Vincent Verhaag. Namun tak lama, pelakon film *Dealova* (2005) ini langsung melakukan klarifikasi terkait hubungannya itu. Jedar bilang, "Teman, sudah 4 tahun (berteman, red.). Kenal di Jepang."

Pertemuan itu pun terjadi tanpa ada kesengajaan. Diceritakan Jedar, dia bertemu dengan Nobu di sebuah restoran Jepang kala menjalani sebuah projek di sana.

"Aku lagi mau makan, bahasa Jepangnya susah banget, padahal aku sudah pakai *translate* (aplikasi, red.) mau ngomong, enggak ngerti-ngerti. Jadi ya sudah, tiba-tiba datanglah si Nobu bantuin aku," jelasnya.

Sejak itu keduanya menjalin hubungan baik hingga sekarang. Perempuan kelahiran 29 Januari 1988 ini juga tak segan memberikan dukungan pada Nobu usai terjerat kasus video panas. "Kita sebagai sesama makhluk hidup harus saling membantu, kalau misalnya aku bisa *support* Nobu kenapa enggak? Apalagi sekarang ini Nobu sedang mengalami cobaan, itu juga kebaikan buat hidup aku," ucapnya.

Jadi, sebetulnya pacaran atau enggak, ya?

SITI SARAH NURHAYATI | FOTO: DOK. INSTAGRAM @INIJEDAR

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)

Pisces
19 Feb-20 Mar

Ada yang mencoba memengaruhi konsep yang sudah Anda buat. Jangan-jangan orang tersebut ingin mengambil keuntungan dari keraguan Anda. Jangan terpengaruh, tetap fokus pada tujuan awal Anda dan pada pendirian yang kuat. Semuanya akan terbayar pada waktunya, Anda hanya butuh bersabar. Jangan ragu dengan jalan Anda.
Keuangan: Harus bangkit dari keterpurukan hidup.
Asmara: Tengah menenangkan diri.
Pekerjaan: Tetap fokus.

Capricorn
22 Des-19 Jan

Hubungan dengan partner kerja belum sepenuhnya pulih. Perlu waktu karena kesalahpahaman itu melibatkan pihak lain yang harus Anda berikan pengertian juga. Mengalah demi keberhasilan tak apa-apa. Bukan berarti Anda tak mampu menyelesaikan masalah, justru karena Anda bisa berlaku dewasa. Pasti ada kebaikan setelah Anda bersikap sabar.
Keuangan: Harus berhemat.
Asmara: Harus ada yang mengalah.
Pekerjaan: Belum pulih.

Aquarius
20 Jan-18 Feb

Anda bertemu relasi baru yang sangat menjanjikan. Masa depan Anda mulai terbuka lebar. Peluang usaha sudah di depan mata, berjalanlah sampai tujuan walau banyak rintangan. Anda akan memetik hasil seperti yang diharapkan. Apalagi ada bantuan modal, Anda seperti dituntun untuk menggapai sebagian mimpi untuk memiliki usaha sendiri.
Keuangan: Ada rezeki tak terduga.
Asmara: Berpikir lebih dewasa.
Pekerjaan: Optimis dan yakin.

Aries
21 Mar-19 Apr

Minggu ini suasana agak berbeda karena ada beberapa perubahaan pekerjaan. Jangan merasa terbebani dengan keputusan perusahaan, karena di masa yang cukup sulit seperti ini memang banyak diberlakukan kebijakan yang tidak biasa. Ikuti saja prosedur yang ada dan berusahalah beradaptasi. Agar Anda pun dapat diterima oleh rekan kerja Anda.
Keuangan: Ada rezeki yg datang.
Asmara: Lancar.
Pekerjaan: Tenang dan ikuti prosedur.

Gemini
21 Jul-20 Jun

Jangan memberi janji jika tak dapat memenuhi. Lebih baik jujur dan terus terang agar tidak menaruh harapan kosong. Ingat karma, apa yang kita tanam akan kita tuai. Mungkin tak ada salahnya membuka kesempatan sesorang untuk mengenal Anda lebih dekat lagi. Anda sudah cukup lama sendiri. Siapa tahu dia sosok yang Anda cari selama ini.
Keuangan: Mengalami kesulitan.
Asmara: Ada yang memerhatikan dari jauh.
Pekerjaan: Terlalu ribet.

Taurus
20 Apr-20 Mei

Lakukan inovasi agar jejak Anda tidak diikuti oleh saingan yang selalu memantau dan berusaha selangkah lebih maju. Jika tak ingin produk Anda ditiru, sebaiknya ambil tiga langkah lebih maju. Sehingga Anda akan tetap yang terbaik dan para *customer* akan tetap menjadi pelanggan setia Anda. Jangan menyerah, tetap semangat!
Keuangan: Lebih maksimal lagi.
Asmara: Ada yang ingin mengenal lebih jauh.
Pekerjaan: Ada peluang.

Cancer
21 Jun-22 Jul

Ada banyak sekali keinginan yang mau Anda capai. Beberapa rencana telah dibuat, tapi selalu ada hambatan yang menghalangi langkah Anda. Jangan putus asa, banyak jalan menuju Roma. Anda adalah pekerja keras yang tangguh, terus kejar keinginan Anda. Apalagi kesempatan sudah ada di depan mata. Kesempataan tak datang dua kali, lho.
Keuangan: Ada rezeki tambahan.
Asmara: Makin tumbuh rasa cinta.
Pekerjaan: Jangan ragu.

Leo
23 Jul-22 Ags

Ketenangan yang Anda harapkan belum terjadi minggu ini. Masih banyak yang harus diselesaikan, padahal batas waktu semakin dekat. Apakah Anda yakin bisa mencapainya dengan baik? Semua tergantung Anda. Dengan kemauan yang kuat Anda pasti mampu. Anda harus percaya pada kemampuan yang Anda miliki. Jangan ragu terhadap diri sendiri, Anda punya kelebihan.
Keuangan: Kesulitan.
Asmara: Adem ayem.
Pekerjaan: Ada tawaran.

Virgo
23 Ags-22 Sep

Problem Anda begitu beragam minggu ini. Segera selesaikan satu per satu. Jangan biarkan menumpuk sehingga bertambah beban masalah Anda. Tak ada salahnya minta bantuan seseorang atau keluarga dekat, mereka mau kok membantu kesulitan Anda. Jangan sungkan, Anda juga sering membantu jika dibutuhkan bantuanya.
Keuangan: Tak akan lari gunung di kejar.
Asmara: Jaga perasaan si dia.
Pekerjaan: Jadi pelajaran yang berharga.

Libra
23 Sep-22 Okt

Ada kabar baik minggu ini dari sesorang yang selama ini Anda harapkan beritanya. Akan ada pekerjaan atau akan ada promosi untuk jenjang pekerjaan yang selama ini Anda harapkan. Memang jika sudah rezeki tak akan ke mana. Syukuri apa yang telah Anda dapat. Tidak semua orang mengalami keberuntungan apalagi di tengah kondisi seperti ini.
Keuangan: Selalu bersyukur.
Asmara: Harus ada alasan yang jelas.
Pekerjaan: Tetap optimis.

Scorpio
23 Okt-21 Nov

Anda harus berani berkata tidak jika tak setuju dengan masukan orang lain yang Anda rasa tidak sesuai dengan kesepakatan awal. Semua itu akan membawa pengaruh yang cukup besar pada keputusan di rapat besar nanti. Anda harus profesional dalam melihat realita yang ada di depan mata. Jangan sampai nanti Anda dianggap plinplan.
Keuangan: Butuh dana tambahan.
Asmara: Ambil hikmah dari masalah.
Pekerjaan: Beranikan diri.

Sagitarius
22 Nov-21 Des

Keputusan yang cukup berat bagi Anda untuk mengakhiri suatu hubungan. Tapi membiarkannya tanpa ada perbaikan juga tidak sehat. Jika memang masih ingin melanjutkan hubungan, sebaiknya Anda perbaiki dan bicarakan baik-baik sambil mencari solusi. Jangan sampai Anda menyesal dengan keputusan yang diambil karena emosi sesaat.
Keuangan: Tagihan yang menumpuk.
Asmara: Terlalu lelah.
Pekerjaan: Mau *resign*, pikirkan dahulu.