

Sahabat Wanita Inspirasi Keluarga

NOVA

33
TAHUN

#Pilih Lokal Aja

**KIOS
MAD BAGEL
JUAL ROTI
UNTUNG MILYARAN**

**SEDAP SEKEJAP
SEMARAK DENGAN
MASAKAN FUSION
DI HARI RAYA**

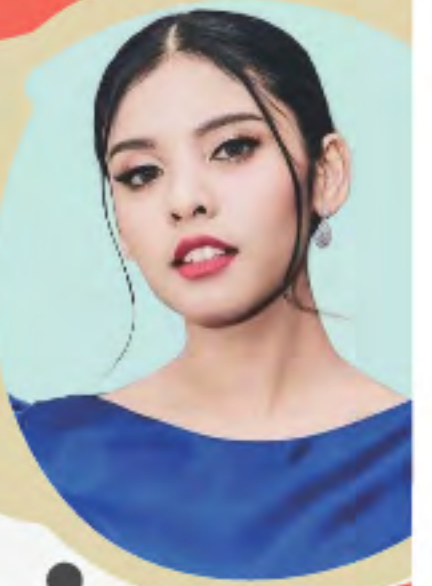


#BerbagiCerita

AMANDA MANOPO

IKUT PUASA DAN MASAK SAHUR UNTUK KRU "IKATAN CINTA"

**RIMAR CALLISTA
JUARA "INDONESIAN
IDOL" RASA
INTERNASIONAL**



**PINTAR
ATUR
UANG**

**HARUS CERDAS
BELANJA SAAT
DISERBU DISKON
LEBARAN!**

**PERISTIWA
TENGGEAMNYA
KRI NANGGALA-402
"MEREKA MEMILIKI
SEMANGAT TINGGI
UNTUK SELAMAT"**

**PSIKOLOGI
PUNYA TOKO ONLINE
UNTUK BANTU SUAMI,
MALAH DINYINYIRI
KAKAK IPAR**

**EDISI
BUNDLING
1733 & 1734**
Harga Rp15.000
Rp16.000 (di luar P. Jawa,
Bali, NTT, NTB)
**Tidak Dijual
Terpisah**

NO. 1733/XXXIV
06-12 Mei 2021
Rp15.000 | Rp16.000
(di luar P. Jawa, Bali, NTT, NTB)
20 Halaman



GRID NETWORK
BUKTI-
RIPAL
AUDIENCE

NOVA

SIUP:
SK.MENPENRIN.O.066/SSK/MENPEN/SIUPP.C.1/1986

KOMPAS GRAMEDIA

GRID NETWORK TOUCH REAL AUDIENCE

Group Director
DAHLAN DAHI
Deputy Group Director
HARRY KRISTANTO
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 AGHNIYA HILYA N., MARIA ERMILINDA HAYON, SITI SARAH NURHAYATI, TENTRY YU DWI DIAN UTAMI, DINNI KAMILANI (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.
Photo Editor ADELINE KRISANTI
Video Editor FACHRI MGINANJAR 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 S WARAGITA 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 ANGGRIANA
Marketing Communication Manager AMARENDRA ADHIPANGESTU
Marketing Communication Executive ALMIRA ZHAFARINA
Community Officer MEIRESKA PALIYANA
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

SELAMATKAN THR & RAYAKAN KEMENANGAN

Selamat bersiap merayakan hari kemenangan, Sahabat NOVA! Apa kabar isi rekening? Hehe. Sepertinya sedang menikmati THR, ya. Kira-kira dalam seminggu atau dua minggu ke

depan, seperti apa situasinya? Masih bersedu? Bagi yang punya usaha, apa masih ada *lebih* untung?

Semoga semua Sahabat NOVA menjawab *Masih*, ya. Kalau pun sekarang dana sudah menipis atau malah habis, saya cuma mau bilang, *I feel you*. Saya paham banget!

Selama bertahun-tahun, uang THR yang saya terima biasanya habis untuk hal-hal yang menurut saya memang pantas. Misalnya membeli hadiah atau kue untuk dikirim ke keluarga, teman, klien, dan rekan kerja. Atau membeli baju baru, merapikan rumah agar cantik siap menyambut tamu, sampai perawatan diri seperti potong rambut dan meni pedi agar tampil paripurna di hari raya.

Lalu, beberapa tahun belakangan kebiasaan ini sedikit berubah. Iya, jujur saja, masih sedikit. Tapi, kan, sedikit-sedikit juga lama-lama menjadi bukit, hehe. Dengan kata lain, kebiasaan ini perlahan membuat saya jadi lebih terbuka untuk merapikan keuangan lebih ketat lagi.

Sekarang, saya memaksa diri untuk menyisihkan uang THR untuk dana darurat. Seberapa pun itu. Syukur kalau nominalnya sampai jutaan. Tapi meski itu hanya Rp100.000 atau Rp50.000, saya tetap sisihkan.

Godaan untuk menghabiskannya selalu ada. Tapi karena saya tidak ingin deg-degan ketika ada situasi darurat, saya mendisiplinkan diri mulai dari kebiasaan-kebiasaan kecil seperti ini. Pintar atur uang, itu semangatnya!

Di edisi ini, Sahabat NOVA akan bisa membaca juga tips keuangan di rubrik "Pintar Atur Uang". Belajar menikmati belanja tanpa rasa sesal di akhir. Selain itu, ada juga cerita sukses para pelakon UMKM sebagai inspirasi

buat Sahabat NOVA yang juga berusaha, berita hiburan dalam dan luar negeri, serta kisah mengharukan seputar tenggelamnya KRI Nanggala-402.

Semoga semua bermanfaat, menghibur, dan tetap menginspirasi Sahabat NOVA selama libur Lebaran. Bagi yang merayakan Idul Fitri, tak lupa saya ucapkan minal aidin walfaizin, mohon maaf lahir batin.

Salam hangat,
Indira Dhian Saraswaty
@indynesia

NOVA turut berduka atas gugurnya awak KRI Nanggala-402. Kiranya keluarga yang ditinggalkan diberi kekuatan, ketabahan, dan damai sejahtera.

Hormat kami untuk para patriot, penjaga samudera negeri, yang kini dalam patroli abadi.

33
TAHUN

#Pilih LokalAja

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

@ nova@gridnetwork.id



Grand Final Indonesian Idol Special Season

Rimar Callista Juara, Pemenang Rasa Kelas Dunia



Rimar sudah lama bermimpi ingin menjadi musisi dan penyanyi.

Berjuang lebih dari lima bulan, Rimar tidak selalu dalam posisi aman. Namun, Rimar membuktikan dirinya layak jadi juara.

Bukan seperti sedang tampil di ajang pencarian bakat, aksi Rimar kerap lebih terasa bak konser sendiri. Bahkan, saking stabil hingga terus menunjukkan kemajuan, Rimar bisa mendapatkan *standing ovation* dari lima juri sekaligus paling sering, 15 kali.

Tidak hanya itu, untuk pertama kali, Rimar membuat Maia Estianty dan Judika berdiri di kursi juri karena penampilannya. Bahkan, ketika Rimar menyanyikan *Vision of Love* milik Mariah Carey di Indonesian Idol Special Season Result and Super Reunion, Senin (26/4), Maia sampai berdiri di meja!

"Lagu ini, lagu salah satu penyanyi wanita terhebat di

dunia, kamu menyanyikan dengan versi kamu dan itu hilang Mariah Carey-nya. Ini yang keluar Rimar dengan cara kamu bernyanyi dan internasional banget tadi. Luar biasa," ungkap Judika yang menyelamatkan Rimar.

Asal tahu saja, Rimar pernah hampir tereliminasi, tetapi Judika memberikan *wild card*-nya. Sejak itu, Rimar membuktikan

dirinya layak bertahan. Bahkan pujian sebagai penyanyi rasa dunia atau penyanyi internasional berkali-kali didapatkannya karena kualitas suaranya.

Menariknya, Rimar tidak langsung hebat beraksi dan menguasai panggung. Apalagi, kali ini tidak ada penonton yang bisa memberikan energi di tiap aksinya. Rasanya gimana?

"Jujur kalau aku sendiri grogi banget ya tampil tapi enggak ada penontonnya sama sekali. Itu proses juga untuk menemukan suatu titik aku udah enggak grogi lagi. Aku terus belajar gimana caranya supaya bisa menampilkan penampilan yang luar biasa," aku Rimar.

Menurutnya, salah satu yang menguatkannya adalah banyak orang-orang yang selalu mendukungnya di luar sana. Sekalipun mereka tidak pernah bertemu Rimar. Tak heran, jika Rimar bilang, berkat Indonesian

Idol, dia jadi tahu rasanya punya penggemar.

Siap ke Industri Musik

Bukan hanya kualitas suara, salah satu yang dipuji dari Rimar ialah ketenangannya dalam

beraksi. Tak heran, perempuan berusia 24 tahun ini bilang, "Selama perjalanan Indonesian Idol ini aku enggak pernah merasa lelah, karena ini adalah impian aku sejak lama."

Rupanya, sejak dulu Rimar memang ingin sekali menjadi musisi dan penyanyi. Makanya, dirinya berusaha untuk bisa lolos tantangan di Indonesian Idol dan menyanyikan genre apa pun dengan maksimal.

Kalau begitu, berarti Rimar siap terjun ke industri tarik suara?

Tentu saja. Sudah lama, Rimar ingin masuk ke industri musik, tetapi baru mendapatkan eksposur yang lebih serta pelajaran berkat Indonesian Idol Special Season 2021 ini.

"Di sini kita dapat banyak sekali pelajaran dan bisa

ngerasain langsung *act* di panggung, melihat kamera, disorot *lighting* yang banyak dan LED yang besar di belakang. Aku rasa itu suatu bekal yang sangat besar untuk aku masuk ke industri musik Indonesia," pungkask Rimar.

Wah, kalau begitu, ditunggu segera *single* perdananya ya!

AGH NIA HILYA N | FOTO: DOK. INSTAGRAM @RIMAR1111 @INDONESIANIDOLID



Ketika Juri Reuni dengan Mantan Pasangan



Penampilan Rossa yang luar biasa bersama Padi Reborn.

Sesuai dengan namanya, panggung Indonesian Idol Special Season Result dan Super Reunion mempertemukan mereka yang sempat berpisah. Bukan hanya dalam karier seperti Ari Lasso dan grup band Dewa 19, tetapi juga dalam hubungan rumah tangga para juri.

Betapa tidak, dari lima juri Indonesian Idol, tiga di antaranya dipertemukan kembali dengan mantan pasangannya malam itu, Senin (26/4).

Penampilan Krisdayanti, Yoyo Padi, dan Ahmad Dhani memang membawa keseruan tersendiri di malam final Indonesian Idol itu.

Dengan kehadiran mereka, artinya Anang Hermansyah, Rossa, dan Maia Estianty secara otomatis reuni dengan cerita lama mereka.

Anang yang bertemu hingga memuji Krisdayanti, lalu Maia yang bertemu Dhani dan istri, mantan rekan duet di Ratu, Mulan Jameela.

Terakhir adalah Rossa yang bertemu Yoyo Padi. Menariknya, Rossa tidak hanya bertemu muka saja, pelantun *Tegar* ini bahkan satu panggung bersama Padi Reborn.

Hebatnya lagi, Rossa tidak ragu memuji, "Yoyo adalah salah satu *drummer* terbaik di Indonesia."

Salut!

AGH NIA HILYA N

Chloe Zhao

Persembahkan Kemenangan untuk Kebaikan

Lakukan apa yang disukai sebagai pekerjaan, Chloe angkat kisah perempuan jadi filmnya. Hasilnya, Chloe ukir sejarah dan dapatkan penghargaan.

Setelah berjarak satu dekade, Chloe Zhao kini menjadi sutradara kedua yang meraih piala Oscar. Senin (26/4) waktu Indonesia. Tidak hanya itu, kemenangannya pada Oscar 2021 ini menjadikan Chloe sebagai perempuan Asia pertama yang memenangkan kategori Sutradara Terbaik.

Menariknya, film *Nomadland* yang membuat Chloe mengalahkan sederet film bergengsi lainnya ini berkisah tentang Fern, perempuan 60 tahun yang baru kehilangan segalanya dalam hidup. Lantas, Fern yang diperankan Frances McDormand mengembara dengan mobil



vannya.

Maka itu, melansir Entertainment Weekly, Chloe mempersembahkan penghargaannya untuk mereka yang selalu memelihara harapan seperti Fern. Terlebih, Chloe yang suka melakukan perjalanan ini selalu menemukan kebaikan pada tiap orang yang ditemuinya.

"Jadi, (piala, red.) ini untuk siapa saja yang memiliki keyakinan dan keberanian mempertahankan kebaikan dalam diri mereka sendiri, dan mempertahankan pada kebaikan satu sama lain, tidak peduli betapa sulitnya untuk melakukan itu," ujar Chloe tersenyum.

Rupanya, film Chloe ini diadaptasi dari buku non-fiksi karya Jessica Bruder yang berjudul *Nomadland: Surviving America in the Twenty-First Century*. Saat membacanya, Chloe merasakan setiap kehilangan, makanya dia memilih mengadaptasi secara puitis daripada faktual.

Tidak usah heran, sebagai pembuat film, Chloe berusaha untuk tetap jujur pada dirinya sendiri. Baginya, perlu untuk menceritakan

kesah yang membuatnya merasa terhubung. Dengan begitu, dirinya akan terhubung dengan orang lain. Itulah alasannya suka membuat film.

"Saya sangat beruntung dapat melakukan apa yang saya sukai untuk mencari nafkah. Jika kemenangan ini membantu lebih banyak orang seperti saya untuk mewujudkan impian mereka, saya sangat bersyukur" ungkap perempuan kelahiran Beijing, 31 Maret 1982.

Ternyata, sutradara *The Eternals* ini memang terobsesi dengan nomaden alias hidup yang berpindah-pindah, bahkan sebelum membaca buku Jessica. Sutradara asal Cina ini merasa sebagai pembuat film, hidupnya amat nomaden.

Makanya, merampungkan *Nomadland* menjadi tantangan tersendiri untuk Chloe secara emosional. "Kadang-kadang bisa sangat sepi. Kamu merasa semua sementara. Lima bulan dekat dengan orang-orang, dan pergi.. Itu benar-benar melelahkanku," pungkask Chloe sedih.

Meski begitu, Chloe selalu siap untuk memulai petualangan baru di film lainnya!

AGH NIA HILYA N | FOTO: ENTERTAINMENT WEEKLY

Kemenangan Perempuan Lain di Oscar 2021

Youn Yuh-jung (*Minari*)

Aktris pendukung terbaik Aktris Korea Selatan pertama yang menang Oscar.



Emerald Fennell (*Promising Young Woman*)

Skenario asli terbaik Perempuan pertama yang menang Oscar kategori ini dalam 13 tahun terakhir.



Ann Roth (*Ma Rainey's Black Bottom*)

Desain kostum terbaik Wanita tertua yang menang Oscar 2021.



Frances McDormand (*Nomadland*)

Aktris terbaik Menang penghargaan Oscar untuk ketiga kalinya.



Amanda Manopo Masak Sahur untuk Kru dan Ikut Berpuasa

Takut kiriman makanan untuk kru dan pemain *Ikatan Cinta* mengalami keterlambatan, Amanda Manopo rela jadi koki dadakan untuk menyiapkan menu sahur dan buka puasa.

Sama seperti karakternya di sinetron *Ikatan Cinta*, Amanda Manopo di dunia nyata juga berhati mulia. Dia tak segan untuk memasak sahur dan berbuka, khusus untuk kru dan rekan pemain yang tengah menjalankan ibadah puasa. Padahal ia sendiri bukan muslim.

Bangun jam 03.00 WIB usai syuting kejar tayang selama Ramadan sudah jadi kebiasaannya. Hal ini dilakukan Amanda karena dia bertugas sebagai "koki" dadakan di sana. Bahkan dia merasa senang dan puas bisa membantu dan bermanfaat bagi sesama.

Terlebih jadwal syuting yang begitu padat, membuat semua kru yang terlibat sulit pulang ke rumah dan makan bersama keluarga. "Aku masak buat orang yang puasa dan masak buat orang sahur, takutnya, kan, katering datangnya suka telat. Jadi aku *standby*," ungkapnya pada NOVA saat ditemui di kawasan Bogor belum lama ini.



Gaya Amanda Manopo kenakan hijab jualannya.

Momen itu pun tak jarang diabadikan Amanda lewat Instagram Story-nya. Tak hanya itu, pemain lain juga bersyukur karena ada Amanda yang selalu siap sedia. Mereka tak segan mengungkapkan rasa cintanya pada mantan kekasih Billy Saputra ini di media sosialnya. Salah satunya, Chika Waode. Melalui Instagram Story-nya, Chika merekam Amanda, saat si pemeran Andin ini memasak hidangan berbuka puasa.

Di sana Amanda yang mengenakan daster dan *roll* rambut terlihat sangat telaten memasak dan menikmati "pekerjaan" barunya. Beberapa kali, perempuan berusia 21 tahun ini juga memasak sambil berlaga layaknya istri yang ditinggal suami, dengan melantunkan lagu *Angka Satu* milik Caca Handika. "Masak, masak sendiri. Cuci baju sendiri," lantun Amanda sambil memegang wajan dan capit penggorengan.

"Aku cuma ingin memanusiakan manusia."

Toleransi Beragama

Terlibat dalam sinetron *Ikatan Cinta*, membuat "istri" Aldebaran ini diketahui jarang sekali pulang ke rumahnya. Selama ini dia justru memilih tinggal di lokasi syuting, demi "melindungi" keluarga, di tengah pandemi Covid-19.

Sehingga Amanda sudah menganggap kru dan pemain di sana sebagai keluarga barunya. Kamar yang digunakan sebagai tempat tidurnya di lokasi syuting saja, dia relakan jadi tempat nongkrong dan tempat ngabuburit bersama. Terlebih fasilitasnya juga lengkap, ada jajanan sebagai alternatif berbuka puasa.

dilakukannya agar di kemudian hari *brand* yang menjadikannya BA, tak membuat nama baik yang sudah dibangunnya jadi tercoreng. Untuk *brand* kecantikan saja, Amanda mengaku butuh waktu riset hingga satu bulan. Lantas dia bilang, "Riset juga ke artis-artis yang pernah di-*endorse* dan pernah *me-review*. Aku lihat produk, kualitas, dan kuantitasnya juga. Lalu dari pajak dan BPOM-nya, karena jika aku sebagai artisnya dan produk tersebut tidak legal, maka akan merusak nama baikku juga."

Begitu pun sebaliknya, Amanda juga harus menjaga kepercayaan besar yang sudah diberikan dan mendatangkan keuntungan. Benar juga. Sebab yang namanya bisnis harus ada timbal balik, bukan?

hingga mukena. Karenanya, Amanda terlihat sering mempromosikan bisnisnya itu di Instagram sambil mengenakannya.

Bahkan saking cocoknya, kerudung "jualan" yang beberapa kali dikenakan Amanda, membuatnya disangka sudah pindah agama dan jadi mualaf. Padahal hal itu dilakukannya hanya untuk kebutuhan promosi semata. "Aku bangga lahir dan besar di

NOVA.id | NOVA 1733/XXXIV 06-12 MEI 2021

Tanah Indonesia. Berabad-abad lamanya, kita sudah berpancasila. Bahkan jauh sebelum dia bernama Pancasila, kita mengenalnya dengan Bhinneka Tunggal Ika," tulis Amanda di Instagram, saat mengenalkan salah satu kolaborasi bisnis kerudung yang digelutinya.

Wah, sukses, ya.

• SITI SARAH NURHAYATI

FOTO: DOK. INSTAGRAM @AMANDAMANOPO, @ELELRUMI



Amanda merasa senang saat menyiapkan makanan sahur dan buka untuk tim *Ikatan Cinta*.

"Anak-anak tuh memang suka di kamar, karena kan ada Wi-Fi, TV, mau pasang PS, ada karaoke, semuanya sudah ada. Jadi anak-anak pada senang," ucap Amanda seperti dikutip dari YouTube Cunicumi.

Tak hanya itu, Ramadan tahun ini juga cukup memberikan pengalaman berbeda bagi Amanda. Selain ikut menyiapkan makanan sahur dan berbuka, dia juga ikut berpuasa. Semua itu dilakukannya untuk menghargai seluruh kru dan pemain, juga memperlihatkan toleransi beragama.

Pemilik nama lahir Amanda Gabriella Manopo Lague ini bilang, "Aku cuma ingin memanusiakan manusia, karena siapa lagi yang memanusiakan manusia kalau bukan manusianya itu sendiri? Aku enggak mau membedakan agama. Aku sayang sama semuanya."

Rupanya hal ini jugalah yang membuat Amanda terjun ke bisnis busana muslim, mulai kerudung



Riset Sebulan untuk Jadi Brand Ambassador

Sukses perankan Andin, membuat nama Amanda Manopo naik daun hingga mencapai puncak kejayaan. Berbagai *brand* pun antre menggandengnya jadi *brand ambassador* (BA) untuk bisnis mereka. Terbukti hingga kini Amanda sudah menjadi ikon beberapa *brand* besar, mulai *e-commerce* hingga *brand* kecantikan.

Meski demikian, Amanda juga pilih-pilih *brand*. Tak langsung mengambil tawaran, mantan kekasih Billy Syahputra ini pilih untuk melakukan riset terlebih dulu. Hal ini

Maia Estianty Pilih Amanda Jadi Mantu?

Dalam tayangan acara *Rumah Seleb* MNCTV, yang diunggah ulang di akun YouTube resminya, Maia Estianty ditantang mengikuti *games* pilih calon mantu yang cocok bagi El Rumi. Awalnya Maia diberikan dua pilihan foto, antara Ranty Maria dan Amanda Manopo.

Tanpa ragu, pilihan istri Irwan Mussyry ini tertuju pada Amanda, aktris *Ikatan Cinta* itu. Lantas di pilihan kedua, ketika foto Amanda disandingkan dengan selebgram Karin Novilda, lagi-lagi pilihannya jatuh pada

Amanda.

"Kalau dibilang seleryanya El, ya, Amanda-lah," jelas Maia.

Menurutnya, Amanda cocok jika disandingkan dengan El. Apalagi dulu El sempat kepincut dan berpacaran diam-diam selama dua bulan dengan Manda, sapaan akrab Amanda Manopo. Meski demikian, saat di putaran ketiga, posisi Amanda nyatanya tergeser. Sebab fotonya disandingkan dengan Marsha Aruan.

"Nah itu mantan terlama (El), berarti (aku pilih) Marsha," tutupnya sembari tertawa.



10 Tempat Nonton Hiburan di Rumah Mudah, Murah, dan Pasti Legal



Hindari waswas film terhenti di tengah jalan atau tak bisa diakses karena karya bajakan. Mulailah dengan nonton karya legal yang mudah dan murah. Apa saja?

Jika Anda masih takut ke bioskop, ya enggak apa-apa. Soalnya kan kita bisa menikmati berbagai film maupun drama, mulai film Hollywood hingga drama Korea dengan mudah. Saat ini sudah hadir beragam layanan *streaming* yang memungkinkan kita menonton itu semua di mana dan kapan saja.

Kita bisa nonton pakai gawai hingga TV pintar, karena beberapa aplikasi *streaming* film mudah diinstal dan daftar. Tak harus *download*, karena film maupun drama itu bisa ditonton langsung secara legal (resmi).

Seperti yang dikatakan Gina S. Noer, sutradara sekaligus produser film, beberapa waktu lalu kepada NOVA. Penulis skenario *Habibie & Ainun* ini berharap masyarakat

tak lagi menonton film bajakan, apalagi membagikan karya bajakan di layanan *streaming*.

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

Nah, demi mendukung gerakan menikmati karya resmi dan tolak bajakan, sekaligus mendukung industri film saat ini, NOVA merangkul 10 layanan *streaming* film dan drama pilihan yang bisa mengisi liburan Lebaran nanti.

● AGNIA HILYA N | FOTO: BERBAGAI SUMBER

1. Netflix



Website Netflix.com, Google Play dan App Store.



Rp54.000–Rp186.000 per bulan.

- Daftar film dan serial sangat lengkap, dari Indonesia, Amerika, Spanyol, Jepang, hingga Korea.
- Bisa nonton bersamaan dengan sejumlah perangkat, disesuaikan paket yang dibayar.
- Bisa unduh film untuk nonton tanpa jaringan internet di gawai, televisi, hingga konsol game.

2. Mola TV



Google Play dan App Store.



Rp12.500–Rp65.000 per bulan.

- Menayangkan film dan serial Indonesia hingga Hollywood, bahkan punya 15 film original.
- Pilihan genre sangat lengkap, dari kuliner hingga keluarga, bahkan film lawas.
- Punya fitur dan pilihan Living (konser dan *talkshow*), Sports (pertandingan), dan Kids.

3. WeTV



Google Play dan App Store.



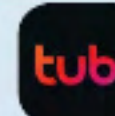
Rp15.000 per bulan.

- Tersedia dalam bahasa Indonesia, Inggris, Cina, dan 7 bahasa lainnya.
- Punya konten original drama seperti *Imperfect* sampai program seperti *Dapur Sosialita*.
- Menayangkan film dari Indonesia, Cina, Korea Selatan, Thailand, dan Jepang.

4. Tubi TV



Website Tubitv.com, Google Play, dan App Store.



Gratis.

- Menayangkan film, *reality show*, dan serial dari Amerika, India, Korea, serta Spanyol.
- Pilihan genre sangat lengkap dan rinci. Untuk anak ada pilihan "Kids Shows" dan "Preschool".
- Program televisi drama dan komedi dari baru hingga lawas seperti *Patty Duke Show* (1966).

5. Viu



Website Viu.com, Google Play dan App Store.



Rp30.000 per bulan.

- Fokus menayangkan drama dan film Asia seperti Indonesia, Korea, Arab, Malaysia, dan Cina.
- Sekitar 70% tayangan yang tersedia bisa disaksikan gratis tapi dengan iklan.
- Jika berlangganan, satu akun bisa diakses hingga 5 perangkat dalam waktu bersamaan.

6. GoPlay



Google Play dan App Store.



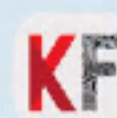
Rp89.000 per bulan dan Rp15.000 per film.

- Hanya bisa diakses di gawai, belum bisa untuk menonton di televisi atau laptop.
- Punya fitur GoPlay Live, yang memungkinkan interaksi dengan kreator dan penonton lain.
- Didominasi film dan drama dari Indonesia dan Korea Selatan, termasuk 10 serial original.

7. Klik Film



Website Klikfilm.com, Google Play, dan App Store.



Rp10.000 per film.

- Menayangkan film dan serial dari Indonesia, Barat, Korea Selatan, hingga Cina.
- Film yang disewa bisa ditonton selama 30 hari, tapi harus diselesaikan dalam waktu 48 jam.
- Pilihan genre lengkap, bahkan ada pilihan film lawas Indonesia seperti *Lupus* (1987).

8. Disney Plus Hotstar



Website Hotstar.com, Google Play dan App Store.



Rp39.000 per bulan.

- Semua film dan serial Disney lengkap, dari Walt Disney Classic, Pixar, hingga Marvel Studio.
- Selain ada *subtitle*, beberapa filmnya menyediakan *dubbing* dalam bahasa Indonesia.
- Beberapa paket data bulanan Telkomsel menawarkan bonus gratis langganan Disney Plus.

9. Bioskop Online



Website Bioskoponline.com.



Rp5.000 per film.

- Fokus menayangkan film, serial, dan konten lokal Indonesia karya anak bangsa.
- Dinikmati selama 48 jam dengan genre cukup lengkap, termasuk film pendek dan dokumenter.
- Punya konten original eksklusif dan sampai sekarang sudah ada 18 film.

10. Vidio



Website Vidio.com, Google Play, dan App Store.



Rp19.000–Rp49.000 per bulan

- Tersinergi dengan 17 stasiun televisi lokal dan 4 stasiun luar seperti TvN dan Fox Sports. Bahkan bisa, menonton konser, siaran langsung, hingga pertandingan olahraga.
- Menyediakan lebih dari 10.000 video film dan drama serta 18 konten serial orisinal.
- Menayangkan film, drama, dan *variety show* Indonesia, Korea Selatan, India, dan Amerika.

REKOMENDASI FILM LIBURAN BULAN MEI



Sambut bulan Mei serta libur Lebaran nanti, berikut sederet daftar film Hollywood yang bisa dinikmati bersama keluarga.

Ada film anaknya, lho! Selain itu, daftar

drama Korea ini bisa menambah mesra hubungan kita dan pasangan dengan nonton bersama. Yuk, catat tanggalnya!

5 Film Hollywood

1. *Black Widow* (7 Mei).
2. *Petter Rabbit 2: The Runaway* (14 Mei).
3. *Free Guy* (21 Mei).
4. *Cruella* (28 Mei).
5. *Fast and Furious 9* (28 Mei).

5 Drama Korea

1. *Youth of May* (3 Mei).
2. *Imitation* (7 Mei).
3. *Mine* (8 Mei).
4. *Move to Heaven* (14 Mei).
5. *My Roommate is Gumiho* (19 Mei).



Cut Meyriska Minta Sang Ibu Memata-matai Roger

Kini sudah bahagia dengan pilihan hatinya, Cut Meyriska lantas ceritakan perjuangannya dengan Roger untuk dapatkan restu orangtua. Bagaimana kisahnya?

Cerita perjuangan Cut Meyriska saat mempertahankan cintanya, Roger Danuarta, memang tak kalah seru dibanding film atau sinetron yang dibintanginya. Terlebih awalnya mereka punya keyakinan berbeda. Hal itu diakuinya kepada Dewi Sandra di YouTube WardahBeauty.

"Kalau dijadiin sinetron itu sudah bersambung, sudah berapa episode, ya? Ha-ha-ha," kata Cut Meyriska tertawa.

Sekarang mungkin Cut sudah lega, sebab restu orangtua berhasil dikantonginya dan Roger sudah jadi suaminya setelah menikah pada 17 Agustus 2019 kemarin.

Namun beda cerita saat dia dan Roger belum resmi menikah, keduanya justru kalang kabut karena restu untuk bersama sulit didapatkan. Padahal mereka sudah yakin untuk melaju ke jenjang yang lebih serius dan membangun rumah tangga bersama.

Cut sebenarnya tak pernah agresif memperkenalkan Roger pada orangtuanya. Bahkan, selama 5 tahun menjalin hubungan dengan Roger, dia segan berbagi cerita dengan ibunya.

Jangankan cerita, tahu anaknya masih berhubungan dengan Roger saja, langsung "murka". "Aku enggak pernah menceritakan Roger di

rumah, karena kita masih muda juga saat itu. Entar dikira sudah cinta mati bangetlah, ngebela bangetlah, jadi kita enggak ngomong. Itu kesalahan aku sih," kata Cut di YouTube The Sungkars Family.

Perempuan berusia 27 tahun ini meminta ibunya untuk mencari tahu langsung, atau memata-matai Roger supaya tahu sifat asli kekasihnya. Sebab, jika menyoal Roger keluar dari mulutnya, pasti hanya akan ada baik-baiknya saja, yang bisa membuat ibunya semakin tak percaya.

Medan Jadi Cerita

Cut dan Roger terus berusaha untuk bersama, meski keduanya nurut jika diminta putus oleh orangtuanya. Tapi lagi-lagi mereka jatuh cinta, karena tak sengaja dipasangin lagi dalam judul film yang sama, hingga sempat 3 kali putus nyambungnya.

Terakhir, Cut mengenang dan bilang, "Waktu itu Mama mau ketemu

di Medan. Mama pulang ke Medan, jadi Roger berjuang nyamperin ke Medan, dan diminta jadi imam salat." Sebagai informasi, saat itu Roger sudah satu tahun jadi mualaf.



Namun, niat baiknya itu masih belum diterima. Ibu pemain film *Ajari Aku Islam* (2019) ini malah menuntut banyak hal dari Roger. Tetapi semuanya disanggupi. Roger berhasil jadi apa yang ibunya mau. Tapi restu itu tak kunjung tiba, hingga Cut frustrasi dan hampir menyerah dibuatnya.

Beruntung keajaiban datang. Pagi harinya, setelah Cut bangun, mendadak ibunya mengatakan agar Cut melanjutkan hubungan mereka dan langsung mengurus proses menuju pernikahan.

"Tapi masih ada lagi. Pas lamaran ayah enggak datang. Masih enggak mau (kasih restu). Makanya lamaran masih 50:50. Namanya Papa punya anak perempuan satu-satunya, ya, pasti *worry*," kisah Cut.

Benar saja, prosesi lamaran mereka tak dihadiri ayah Cut Meyriska. Setelah semuanya selesai, barulah ayahnya datang. Roger langsung bahagia, hingga mencium kaki ayah Cut untuk mendapatkan restunya. Semuanya langsung berubah. Hati orangtua Cut yang awalnya sekeras batu,

DIOPNAME KARENA SAKIT LAMBUNG

Sempat disangka hamil sanak kedua karena dibawa ke rumah sakit ibu dan anak, Cut Meyriska ternyata menderita penyakit



Kebahagiaan Cut dan Roger lengkap dengan kehadiran anak pertama mereka, Shaquille Kaili Danuarta.

berhasil melunak oleh ketulusan cinta keduanya. Mereka sangat memuliakan orangtua dan tak berani melangkah tanpa restu ibu-ayahnya.

Kini Cut bahagia bersama Roger, yang sudah dikaruniai anak pertama. Bahkan Roger jadi menantu kesayangan orangtua Cut Meyriska.

"Aku salut sama Roger sih. Kan ada orang yang bilang, nikah sendiri aja. Cuma Roger enggak mau. Jadi jangan pernah punya pemikiran untuk kabur atau melawan. Kita harus berjuang dan bertanggung jawab atas pilihan kita," jelas aktris yang identik dengan peran antagonis ini.

Syukurilah.

© SITI SARAH NURHAYATI

FOTO: DOK. INSTAGRAM @CUTRATUMEYRISKA

lambung yang tak kunjung sembuh, hingga terpaksa diopname. Untuk menuntaskan masalah yang sekian lama bersarang dalam tubuhnya itu, Cut mendapat perawatan intensif. Beruntung ada putra semata wayang, Shaquille Kaili Danuarta, dan sang suami, Roger Danuarta, yang jadi penyemangatnya untuk sembuh total.

Cita Citata Dekat dengan Indra Bruggman, Siap Temui Orangtua

Sempat sakit hati, Indra Bruggman kini malah lengket dengan Cita Citata. Rumornya, usai Lebaran, lamaran. Benar, nih?

Bule, berhidung mancung, bertubuh kekar adalah gambaran kriteria lelaki idaman Cita Citata. Makanya dia sempat menjalin hubungan dengan Roy Geurts, lelaki asal Belanda yang hampir menikah dengannya tahun 2020 kemarin.

Namun, setelah 100 persen persiapan pernikahan dirampungkan, hubungan keduanya kandas karena tak kunjung menemui kecocokan. Meski berat, Cita ikhlas menerimanya.

Lantas beberapa bulan berselang, binar bahagia kembali menghiasi raut wajah Cita, setelah tak segan mengungkapkan kedekatannya dengan Indra Bruggman,

aktor yang bersinar di tahun 90-an yang juga blasteran Belanda-Indonesia.

"Aku lagi jomlo, Aa (Indra Bruggman) juga jomlo. Masa enggak boleh dekat?" ucap Cita malu-malu seperti dikutip dari Kompas.com.

Awalnya, Indra mengaku sempat sakit hati karena pesannya di Instagram tak dibalas pelantun *Goyang Dumang* ini. Cita bilang, "Jadi ini ada cerita lucu. Kemarin tuh aku ke tempat Aa (Indra), ngobrol. Jadi Aa ngaku dan bilang pernah DM (*direct message*) aku lima tahun lalu. Aku enggak balas. Terus dia sakit hati katanya, *Ih Aa teh nyeri hate ke kamu gitu ha-ha-ha.*"

Cita lantas membela diri. Palsanya saat itu keduanya belum berteman dan saling *follow* di Instagram, sehingga pesan yang dikirimkan Indra terlewat begitu saja. Meski demikian, kini keduanya makin lengket.

"Aa tuh orang Sunda, sama. Kebetulan Aa dari Tasik dan mamaku dari Tasik juga. Jadi kata Aa *mah*. Sudah deh jadi (pacaran).



Mudiknya enggak jauh jauh," aku Cita.

Usai Lebaran pun, Cita bilang Indra siap menemui orangtuanya di kampung halaman. Mau lamaran? "Ya amin-lah kalau dilamar ha-ha-ha," kata Cita tak bisa menahan rona bahagia.

Wah, semoga kabar baik ya.

© SITI SARAH NURHAYATI | FOTO: DOK. INSTAGRAM @CITA_CITATA

Marvel Studios RILIS AVENGERS ASIA

UPDATE

Melalui akun Instagram resminya, Marvel Studios memperkenalkan superhero berdarah Asia bernama Shang-Chi, seorang petarung tangguh yang piawai dalam berbagai jenis seni bela diri, di film teranyarnya, *Shang-Chi and the Legend of the Ten Rings*, yang akan dirilis September 2021 mendatang.

Lantas, dengan kekuatan super yang dimilikinya itu, pihak Marvel memastikan Shang-Chi, yang diperankan Simu Ling, akan bergabung dalam dunia Avengers bersama Thor, Iron Man, hingga Captain America, yang sebelumnya sudah meraih kesuksesan besar melalui film *Avengers: Endgame*. Wah!

© SITI SARAH NURHAYATI | FOTO: DOK. INSTAGRAM @MARVEL



Salshabilla Adriani Bingung Ditilang Polisi

Kesamaan Salsahabilla dan karakter baru yang dimainkan adalah sama-sama asli Sumatera Barat, sehingga pas syuting di sana bisa eksplor kampungnya.

Punya kesamaan dengan karakter yang dilakoninya, tak selalu jadi keuntungan bagi seorang aktris. Seperti yang dialami Salshabilla, syuting di Sumatra Barat untuk film *Malik & Elsa*, Salshabilla tetap merasa kesusaan juga.

Pasalnya, Salshabilla yang terlahir dari



Berkat main film *Malik & Elsa*, Salshabilla jadi lebih mengenal kampung halamannya.

keluarga yang berasal dari Sumatera Barat mengaku tidak bisa berbahasa Padang.

Padahal, dirinya bermain sebagai Elsa, yang dikisahkan sebagai perempuan asli Sumatera Barat yang manja dan punya orangtua amat sibuk.

Terus saat dialog dengan bahasa Padang bagaimana?

"Jadi kalau dibilang bisa bahasa Padang, aku enggak bisa. Makanya pas syuting di sana, ngobrol sama ibunya Elsa dengan bahasa Padang, memang pengalaman baru buat aku. Cuma Elsa tidak banyak ngomong bahasa Padang, lebih ke keluarganya saja," aku Salshabilla.

Makanya, tidak heran jika aktris kelahiran Jakarta, 12 Agustus 2000 ini mengaku jadi belajar banyak soal kampung halamannya. "Kayak aku orang Padang, orang Bukit Tinggi, orang Sumatera, tapi pas datang ke sana, *Oh kayak gini ya*. Lebih banyak pelajaran baru sih."

Kepada NOVA, perempuan yang akrab disapa Salsha itu mengaku selama syuting di

sana, sering eksplorasi berdua dengan Endy Arfian, lawan mainnya di *Malik & Elsa*. Mulai jalan-jalan ke pantai, lalu ke teluk, motoran keliling Padang, sampai mencari kulineran unik.

Kebetulan salah satu yang ditonjolkan dalam *Malik & Elsa*

adalah keindahan Kota Padang yang masih asri. "Pantainya bagus dan belum ramai, sama

Endy main di pantai saja senang. Padang adalah kota sendiri yang punya tempat yang bagus dan belum keeksplor," ujar Salsha.

Tragedi Motor

Nah, soal motor, ternyata Salsha punya cerita menarik dengan Endy selama dua minggu mereka di sana. Sambil tertawa dan mengenang, Salsha mengaku mereka sempat ditilang polisi ketika syuting naik motor berdua, hingga tim produksi turun tangan.

"Diberhentiin sama Pak Polisi, kuncinya dicabut, terus kita malah ketawa-tawa karena enggak tahu harus merespon gimana. Akhirnya beberapa kru menghampiri kita dan menjelaskan ke polisi kalau kita lagi syuting dan udah ada izinnya juga," terang Salsha.

Rupanya, bukan hanya punya pengalaman menarik berdua, pelakon *Surat Cinta Untuk Starla* itu mengungkapkan, dirinya sampai belajar bawa motor sendiri demi syuting.

Meski, ketika awal syuting, pelantun *Cerita Kita* itu sudah mengaku enggak bisa bawa motor.

"Akhirnya pedein aja, meskipun cuma *out frame* dan itu belajarnya sampai dijagain lima orang. Pas aku bisa, terus pada teriak senang, tepuk tangan, padahal lurus doang. Akhirnya berani bawa motor lagi," cerita Salsha.

AGHNI HILYAN | FOTO: DOK. INSTAGRAM @SALSHABILLAADR



Fashion & Beauty

Makeup Mata untuk Hari Raya

Namanya Hari Raya, kita akan berusaha tampil cantik saat berkunjung ke rumah kerabat. Memang sih, kita pakai masker, tapi kita tetap perlu *ber-makeup*, dong.

Karena bermasker, pastikan saja kita menaruh perhatian lebih banyak pada riasan mata. *Eye shadow*, *eye liner*, dan tentu saja alis, tak boleh ada yang ketinggalan. Ini beberapa tipsnya.

MADE MARDIANI KARDHA | FOTO: ISTOCK

1. Makeup bold pada mata

Kita bisa menggunakan *makeup bold* untuk memberikan penekanan pada mata. Riasan *smokey eye*, misalnya, akan membuat mata Anda terlihat lebih "dalam" dan tegas.

2. Eye liner berwarna

Biasanya kita pakai *eye liner* hitam atau cokelat. Untuk momen spesial, tak ada salahnya, lho, pakai *eye liner* biru, marun, atau gold. Padukan dengan *eye shadow* natural, biarkan *eye liner* membingkai mata Anda dengan indah.

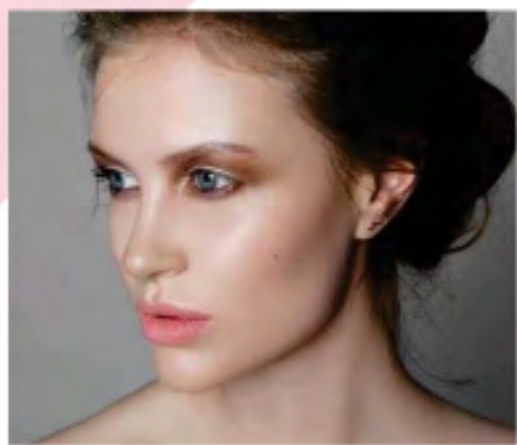
3. Eye shadow pink

Di drakor kita sering melihat para pemainnya menggunakan *eye shadow pink*. Bagus juga, lho. Bubuhkan di kelopak mata dan area di bawah mata. Penekanan ini sudah



4. Natural berkilau

Lebih suka yang alami? Gunakan warna cokelat. Tapi untuk memberi efek *glowing*, gunakan *eye shadow* jenis *shimmer* atau gunakan warna cokelat *gold*.



5. Jangan lupakan alis

Selain riasan mata, alis memegang peranan penting pada tampilan area mata. Boleh juga kali ini Anda membuat garis yang lebih tegas. Jangan lupa untuk menyikatnya agar tetap alami.





Made in Indonesia
Sesuai untuk Daerah Tropis

Refresh
YOUR SKIN

Setelah beraktivitas saatnya nikmati Quality Time. Refresh kulit wajah dengan Viva Pembersih dan Penyegar. Viva Pembersih mengangkat sisa make-up, debu, kotoran dan minyak. Viva Penyegar mengangkat sisa pembersih, meringkas pori dan menjaga pH kulit.

NEW
200ml



www.vivacosmetic.com | Viva.Cosmetics | Viva Cosmetics | @VivaCosmetics

Jalan cerita drakor yang berkisah tentang hukum kadang susah ditebak, akhirnya bikin geregetan dan ikut jadi detektif dadakan. Kadang kocak, kadang menegangkan!

4 Rekomendasi Drama Tentang Hukum Penuh Teka-teki Hingga Dipaksa Ikut Analisa Kasus



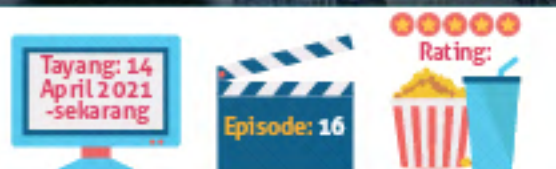
Drama Korea (drakor) tentang hukum belakangan cukup menarik perhatian. Apalagi setelah drakor *Law School* (2021) dan *Vincenzo* (2021) ditayangkan. Proses hukum yang menegangkan dibalut jalan cerita yang bikin gregetan, dijamin bikin kita mendadak alih profesi kala menontonnya. Tadinya ibu rumah tangga, malah mendadak jadi detektif karena ikut menganalisa kasus hingga menebak-nebak *ending* ceritanya. Nyatanya, bukan hanya dua drakor itu saja yang seru jadi tontonan. Berikut NOVA hadirkan rekomendasinya.

SITI SARAH NURHAYATI | FOTO: DOK. MYDRAMALIST.COM

Law School (2021)

Berlatar belakang sekolah hukum di Korea, drakor satu ini menyajikan permasalahan hukum yang berkaitan dengan kehidupan sehari-hari, seperti kejahatan dan ketidakadilan. Meski terkesan sederhana, nyatanya drama bertabur bintang ini menyajikan beragam teka-teki yang cukup menguras pikiran dan emosi.

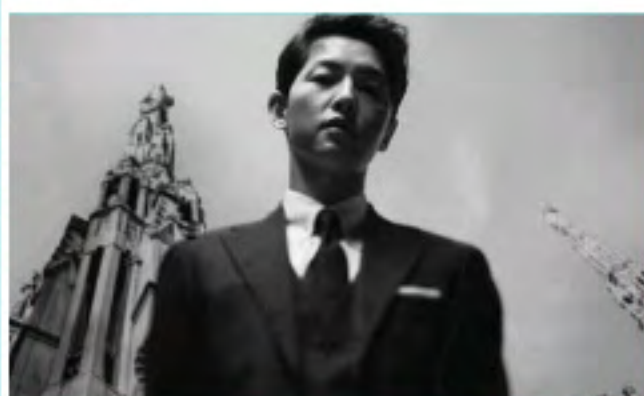
Apalagi setiap karakternya punya sisi berbeda yang sulit diketahui orang lain. Tapi, tak melulu menegangkan kok. Ada ambisi, persahabatan, hingga percintaan juga di dalamnya.



Vincenzo (2021)

Mengangkat genre *dark comedy*, drakor *Vincenzo* mampu menyedot atensi publik hingga menjadikannya sebagai drakor *on going* nomor satu di Korea. Tak heran, sih. Selain pemeran utamanya Song Joong-ki (*Vincenzo Cassano*) yang memiliki nilai jual tinggi, cerita yang disajikan juga bikin geregetan sekaligus kesal bukan kepalang.

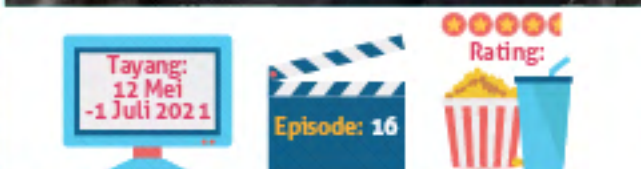
Masalahnya, *Vincenzo*, pengacara yang besar di Italia sekaligus mafia kelas kakap harus berhadapan dengan Babel Group yang penuh rahasia dan tipu daya, usai dirinya kembali ke Korea. Berkali-kali dia terjatir pasal dan harus berhadapan dengan kepolisian karena nekat menghadapi lawannya. Duh!



Lawless Lawyer (2018)

Tebak-menebak rasanya jadi salah satu daya tarik drakor yang dibintangi Seo Yea-ji satu ini. Betapa tidak, jalan cerita kehidupan para pengacara dalam menguak berbagai kasus membuat emosi kita ikut turun naik. Kadang simpati, kadang emosi. Penulis bahkan berhasil mengelabui penonton dengan jalan cerita yang tak mudah diterka, karena penuh *plot twist* di dalamnya.

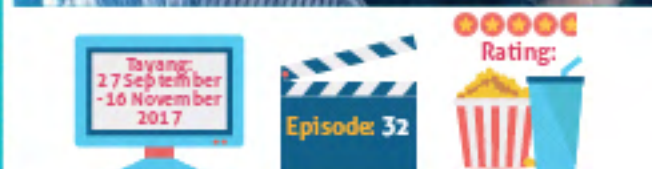
Apalagi mengenai *ending* kematian ibu Bong Sang-pil (Lee Joon-gi), seorang pengacara yang dibunuh oleh anak buah seorang hakim, setelah mereka menangani kasus bersama. Waduh.



While You Were Sleeping (2017)

Kolaborasi Bae Suzy dan Lee Jong-suk, berhasil membuat drakor ini melejitkan rating yang cukup tinggi pada masanya. Namun, yang membuat penonton ketagihan tentu bukan hanya itu saja, melainkan karena jalan cerita yang dihadirkan juga cukup unik.

Bergenre roman dan fantasi, drakor ini mengangkat kisah perempuan yang memiliki kemampuan melihat kejadian mengerikan di masa depan, dan bertemu dengan jaksa yang memiliki kemampuan serupa. Dari sana, keduanya pun saling tolong menolong untuk menyelamatkan orang yang akan mengalami nasib buruk seperti yang terlihat melalui mimpi mereka.



Griya

Walau Sudah Mepet, Tetap Sempat, Kok, Hias Rumah!

Lebaran sudah dekat tapi belum sempat berhias rumah? Tenang, pakai cara yang simpel-simpel saja.

Lebaran datang setiap tahun. Tapi tetap saja sering kali kita terlambat untuk mendadani rumah. Entah karena pekerjaan kantor yang menjadi padat sebelum liburan, order dagangan yang makin laris, atau hal-hal lainnya.

Tidak masalah. Selalu ada celah untuk mengakali agar rumah tampil cantik di Hari Raya walau dalam cara yang sederhana. Toh, kita kan tidak mengadakan pesta besar untuk perayaan kali ini. Kalaupun ada tamu, paling keluarga dekat saja. Yang penting, rumah tampak berhias, sehingga acara berkumpul terasa menyenangkan.

Oya, kalau perlu membeli 1-2 ornamen, masih sempat, kok, belanja di *online shop* atau *marketplace* langganan. Tapi ingat, belanjanya yang cerdas, ya.

Nah, apa saja, ya, yang bisa kita lakukan untuk menghias rumah?

MADE MARDIANI KARDHA | FOTO: ISTOCK

1. Bantal sofa yang cerah

Ini adalah cara yang paling mujarab. Keluarkan sarung bantal aneka warna dan motif, tumpukkan di sofa. Ruang tamu atau keluarga pun langsung tampak *fresh*. Tidak usah pusing dengan motif yang berbeda-beda, justru itu yang akan membuat ruangan tampak semarak.



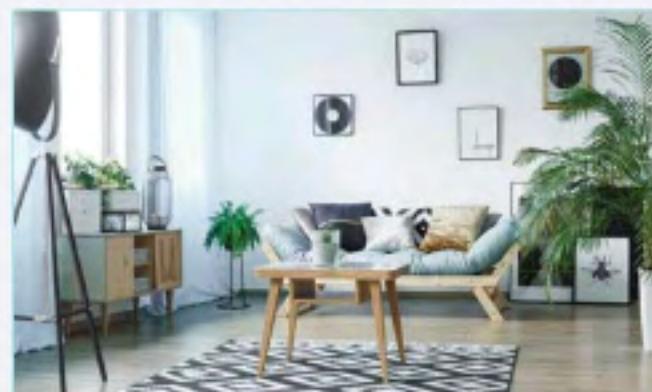
3. Pasang foto keluarga di dinding

Dinding masih kosong? *No problem*. Bila tak ada lukisan bagus, kumpulkan saja berbagai macam foto keluarga dalam berbagai ukuran dan jenis *frame*. Kalau dipajang dalam satu kesatuan, jadi menarik juga. Dan bisa jadi bahan cerita atau bahan ledek-ledekan di saat berkumpul.



2. Centerpiece di meja makan

Meja makan boleh biasa saja. Tapi jangan lupakan *centerpiece*, yaitu hiasan dekoratif yang biasa diletakkan di tengah meja sebagai fokus meja. Tidak usah berpikir sebuah rangkaian bunga yang wow. Beberapa tangkai bunga atau daun yang dipetik dari halaman sendiri, lalu dimasukkan dalam wadah cantik, sudah cukup untuk menyegarkan meja makan. Oya, ranting-ranting dan lilin juga bisa, lho.



4. Karpet untuk tempat bermain

Bila para keponakan yang masih kecil biasa datang, jangan lupa sediakan karpet sehingga mereka bisa bermain dengan aman dan nyaman. Karpet ini, selain untuk duduk juga berfungsi sebagai elemen penghias, lho.

Inspirasi Menu Idul Fitri Anti-Mainstream

Di samping hidangan wajib khas Lebaran, tak ada salahnya juga kita menambah inspirasi menu yang sedikit *out of the box* di Hari Raya.

Misalnya, menyajikan aneka kue mungil nan menggemaskan sebagai pelengkap kue kering. Sekali "hap" *one bite cake* ini lumer dan bergulir di lidah. Sungguh nikmat.

Nah, di halaman-halaman selanjutnya pun masih banyak deretan inspirasi menu Lebaran *anti-mainstream* lainnya, ya. Dijamin bikin suasana Lebaran terasa makin semarak. Selamat Idul Fitri, Sahabat NOVA!

Cake Mungil Sekali Gigit

BROWNIES KUKUS MOKA KELAPA

Bahan

6	btr	telur
200	gr	gula pasir
½	sdm	cake emulsifier
150	gr	tepung terigu protein sedang
½	sdt	baking powder
75	gr	margarin
50	gr	cokelat masak putih, potong-potong
50	gr	kelapa kering, sangrai untuk taburan

Cara Membuat

1. Kocok telur, gula pasir, dan emulsifier sampai mengembang.
2. Masukkan tepung terigu dan *baking powder* sambil diayak dan diaduk rata. Sisihkan.
3. Panaskan margarin sampai leleh. Matikan api. Tambahkan potongan cokelat masak putih. Aduk hingga larut.
4. Tuang campuran cokelat sedikit demi sedikit ke dalam kocokan telur. Aduk perlahan.
5. Tuang adonan ke dalam loyang 26x26x4 cm yang dialas kertas roti tanpa dioles margarin.
6. Kukus di atas api sedang selama 15 menit hingga matang.
7. Belah 2 bagian *cake*. Oles dengan isi. Tutup dengan *cake* lagi. Oleskan isi. Taburkan kelapa kering. Potong 5x2 cm.

Bahan Isi

(Kocok Rata)

25	gr	cokelat masak susu, lelehkan
150	gr	butter cream kocok
1	sdt	pasta moka



25 potong
45 menit

RESEP: BUYUNG ARIPUTRA | PENATA SAJI: NAOMI DP | FOTO: AGUNG PW | UJI DAPUR: TIM DAPUR UJI SEDAP SAJI

TRUFFLE LAPIS RICE CRISPY

Bahan

50	ml	krim kental
150	gr	milk cooking chocolate, potong-potong
25	gr	chocolate chip

Cara Membuat

1. Panaskan krim kental. Masukkan potongan *milk cooking chocolate*. Aduk sampai cokelat larut.
2. Tambahkan *chocolate chip*. Aduk rata. Bekukan.
3. Bentuk bulat menggunakan sendok.
4. Celupkan ke dalam pencelup. Gulingkan di atas pelapis. Bekukan.

Pencelup

100	gr	dark cooking chocolate, lelehkan
-----	----	----------------------------------

Pelapis

50	gr	rice crispy cokelat
----	----	---------------------

16 potong
45 menit



BUBUR KURMA WONG COCO NATA DE COCO

Untuk 5 porsi

BAHAN

- 300 gr kurma, dibuang bijinya, iris halus
- 300 ml air WONG COCO NATA DE COCO RASA COCOPANDAN
- 75 gr tepung beras
- 75 gr gula merah, sisir halus
- 200 gr WONG COCO NATA DE COCO RASA COCOPANDAN
- 200 gr cinau hijau, potong-potong
- 500 ml santan dari ½ butir kelapa parut

BAHAN SAUS

- 600 ml santan dari ½ butir kelapa parut
- 25 gr gula pasir
- ½ sdt garam
- 2 lbr daun pandan, ikat
- 4 sdm tepung beras
- 50 ml air, larutkan tepung beras, untuk pengental

CARA MEMBUAT

1. Blender kurma bersama air WONG COCO NATA DE COCO RASA COCOPANDAN hingga lembut, saring. Campur kurma bersama santan, tepung beras, dan gula merah. Aduk rata.
2. Masak sampai mendidih dan meletup-letup. Angkat dan sisihkan.
3. Saus. Rebus santan, gula pasir, garam dan daun pandan sambil diaduk-aduk sampai mendidih.
4. Kentalkan dengan larutan tepung beras. Aduk sampai meletup-letup.
5. Sajikan bubur kurma bersama WONG COCO NATA DE COCO, cinau hijau, dan sausnya.

PUDING JERUK NIPIS WONG COCO ALOE VERA

Untuk 10 potong

BAHAN I

- 1300 ml air
- 150 ml air WONG COCO ALOE VERA RASA LEMON
- 1 bks agar-agar bubuk
- 2 sdt jeli bubuk
- 200 gr gula pasir
- 1 bh jeruk nipis, ambil airnya
- 100 gr WONG COCO ALOE VERA RASA LEMON
- 2 sdt selasih, rendam, tiriskan
- 2 tetes pewarna hijau muda

CARA MEMBUAT

1. Campur air, air WONG COCO ALOE VERA RASA LEMON, agar-agar bubuk, jeli bubuk, dan gula pasir. Masak sambil diaduk hingga mendidih.
2. Tambahkan air jeruk nipis. Aduk rata.
3. Bagi 2 bagian. Satu bagian tambahkan selasih. Satu bagian tambahkan pewarna hijau muda.
4. Tuang sebagian puding selasih ke dalam gelas puding. Biarkan setengah beku. Tuang puding jeruk nipis, biarkan setengah beku.
5. Lakukan 2 kali. Tata WONG COCO ALOE VERA RASA LEMON. Dinginkan. Sajikan.

WONG COCO

TANPA PEMANIS BUATAN

Inspirasi Menu Idul Fitri Anti-Mainstream

Lezatnya Masakan Fusion di Hari Raya

Kalau sudah mulai bosan dengan sajian Lebaran yang selalu sama tiap tahun, yuk coba 5 hidangan *fusion* Indonesia berikut.



6 porsi
45 menit

SKOTEL BOTOK JAMUR DORY

Bahan

2	sdm	minyak goreng	1 ¼	sdt	garam
1	cm	jahe, cincang halus	1	sdt	gula merah sisir
5	siung	bawang merah, cincang halus	¼	sdt	merica bubuk
300	gr	filet ikan dori	200	ml	santan
100	gr	udang tanpa kulit			
100	gr	jamur kancing, belah dua			
50	gr	kentang, parut			
4	bh	cabai hijau besar, buang biji, potong kotak	2	siung	bawang putih
1	btg	daun bawang, iris serong	2	bh	cabai merah keriting
2	bh	belimbing wuluh, iris	2	btr	kemiri, sangrai
2	btr	telur, kocok lepas	1	cm	kencur
			¼	sdt	ketumbar

Bumbu Halus

2	siung	bawang putih
2	bh	cabai merah keriting
2	btr	kemiri, sangrai
1	cm	kencur
¼	sdt	ketumbar

Cara Membuat

1. Panaskan minyak goreng. Tumis bumbu halus, jahe, dan bawang merah sampai harum. Tambahkan ikan dori dan udang. Aduk sampai berubah warna. Angkat.
2. Campur jamur kancing, kentang, cabai hijau besar, daun bawang, belimbing wuluh, telur, santan, garam, gula merah, dan merica bubuk. Aduk rata. Tambahkan ikan dori dan udang tumis. Aduk rata.
3. Tuang adonan ke pinggan tahan panas. Letakkan di loyang berisi sedikit air. Panggang di oven bersuhu 170 derajat Celsius selama 30 menit atau sampai matang. Angkat dan segera sajikan selagi hangat.

RESEP: DAHRANI PUTRI | PENATA SAJI: T. FIRTA HAPSARI | FOTO: ENGGAF TALII / NOVA | UJI DAPUR: NOVA

Bahan

2	ptg	filet ikan salmon
½	sdt	air lemon
¼	sdt	merica bubuk
¼	sdt	garam

Saus Lodeh

1	sdm	minyak goreng
1	lbr	daun salam
200	ml	santan
½	sdt	garam
¼	sdt	gula merah, sisir
½	sdt	tepung sagu, larutkan dengan ½ sdt air

Bumbu Halus

1	btr	kemiri, sangrai
2	siung	bawang merah
1	siung	bawang putih

Pelengkap

kacang panjang, rebus
labu siam, rebus
terung ungu, goreng
daun melinjo, seduh air panas

Cara Membuat

1. Lumuri ikan salmon dengan air lemon, merica bubuk, dan garam. Diamkan selama 10 menit.
2. Panggang salmon dalam oven bersuhu 170 derajat Celsius selama 10 menit. Angkat dan sisihkan.
3. Untuk saus lodeh: Panaskan minyak goreng. Tumis bumbu halus dan daun salam sampai harum. Masukkan santan, garam, dan gula merah. Masak sampai mendidih.
4. Kentalkan dengan larutan tepung sagu. Masak sampai meletup-letup.
5. Sajikan salmon dengan siraman saus lodeh dan pelengkap.



5 porsi
60 menit

RENDANG QUESADILLA

Bahan

5	lbr	tortila	½	sdt	garam
100	gr	lettuce, iris	½	sdt	merica bubuk
5	porsi	daging rendang	1	sdm	air lemon
50	gr	keju cheddar, parut			

Salsa Tomat

(Aduk Rata)

300	gr	tomat, buang biji, potong dadu kecil
2	sdm	daun ketumbar, cincang kasar
1	bh	cabai merah, buang bijinya, cincang halus

Cara Membuat

1. Panaskan tortila di atas wajan hingga berwarna kecokelatan. Angkat.
2. Ambil 1 roti tortila. Tambahkan lettuce, salsa tomat, dan daging rendang. Taburi dengan keju parut. Gulung. Sajikan segera.

SALMON PANGGANG SAUS LODEH



2 porsi
30 menit

Inspirasi Menu Idul Fitri Anti-Mainstream

Hari Raya akan semakin lengkap dengan aneka minuman buah aneka warna yang menyegarkan. Enggak perlu lama, deh bikinnya. Yuk, segera sajikan di meja makan.

ES PEACH JELI



Cara Membuat

1. Campur peach, jeli, dan manisan lidah buaya. Aduk rata.
2. Tambahkan sirop leci, daun mint, dan es batu. Aduk rata. segera sajikan selagi dingin

Bahan

100	gr	peach, potong-potong
100	gr	jeli
200	gr	manisan lidah buaya
100	ml	sirop leci, larutkan dengan 200 ml air

Pelengkap

daun *mint* secukupnya, remas-remas es batu secukupnya



🕒 3 porsi
🕒 10 menit

ES KOLANG-KALING JAHE SOYA

Bahan

100	gr	kolang-kaling, cuci bersih
10	cm	jahe, memarkan
100	ml	air
1	liter	susu kedelai
150	gr	gula merah
150	gr	cincau hijau, potong dadu 1 cm
100	gr	jeli mutiara

pelengkap

es batu secukupnya

Cara Membuat

1. Rebus kolang-kaling, jahe, dan air di atas api kecil hingga mendidih dan kolang-kaling empuk. Angkat. Tiriskan. Sisihkan.
2. Rebus susu kedelai bersama gula merah di atas api sedang sambil aduk-aduk hingga gula merah larut. Angkat dan saring.
3. Masukkan kolang-kaling. Aduk rata. Angkat. Simpan dalam lemari es hingga dingin.
4. Untuk penyajian: Letakkan potongan cincau dan es batu ke dalam 6 gelas saji. Tuangi campuran susu kedelai dan kolang-kaling. Taburi dengan jeli mutiara. Segera sajikan selagi dingin.



🕒 6 porsi
🕒 25 menit

Seruput Rayakan Es Segar Kemenangan

ORANGE BLUE PUNCH

Bahan

300	ml	jus jeruk
1	klg	leci
100	gr	nata de coco
1	klg	jeruk mandarin
1	liter	soda warna biru
½	sdt	biji selasih, rendam air dingin, tiriskan.

Cara Membuat

1. Siapkan gelas hidang, tuang jus jeruk, susun buah leci, Nata de Coco, dan jeruk mandarin. Simpan dalam lemari pendingin.
2. Sesaat sebelum disajikan tambahkan es batu dan tuang soda biru. Tuang selasih. Sajikan dingin.

pelengkap

es batu secukupnya



🕒 5 porsi
🕒 10 menit

SENIN

✓ AYAM SAUS MAYO
Pindang Telur Puyuh
Kangkung Siram Sarden

SELASA

Tuna Masak Cabai Hijau
Tempe Goreng Renyah
Capcay Kuah

RABU

Gulai Iga
Tahu Masak Taosi
✓ SAWI PUTIH CAH TERI
MEDAN

KAMIS

Soto Kudus
Rempeyek Kacang Hijau
Pecel Daun Pakis

JUMAT

Ayam Garang Asam
Perkedel Jagung
Jipang Kuah Pedas

SABTU

Pepes Ikan Mas
Sosis Saus Keju
Bayam Tumis Teri

MINGGU

Rawon
✓ TELUR KUAH KARI
Buncis Masak Ebi

AYAM SAUS MAYO**Bahan**

300	gr	ayam filet
1	bh	jeruk nipis, ambil airnya
½	sdt	garam
¼	sdt	merica bubuk
500	ml	minyak goreng

Pelapis

2	btr	telur, kocok lepas
200	gr	tepung roti putih

Pelengkap

mayones

TIPS

Agar bumbu dapat meresap sempurna ke dalam ayam, lumuri ayam dengan bumbu kemudian masukkan ke dalam wadah kedap

Cara Membuat

1. Lumuri ayam filet dengan air jeruk nipis, garam, dan merica bubuk. Diamkan selama 15 menit.
2. Ambil 1 potong ayam filet berbumbu. Celupkan dalam telur. Culingkan ke dalam tepung roti putih. Lakukan 2 kali.
3. Goreng ayam dalam minyak panas hingga kuning kecokelatan, kering, dan matang. Angkat dan tiriskan.
4. Sajikan ayam goreng dengan mayones.



4 porsi
30 menit

TELUR KUAH KARI**Bahan**

2	sdm	minyak goreng
5	siung	bawang merah
2	siung	bawang putih
3	sdm	bumbu kari
10	btr	telur, rebus, kupas
500	ml	air

TIPS

Agar matang sempurna rebus telur dalam air mendidih selama 10 menit. Telur rebus lebih mudah dikupas dengan cara meretakkan seluruh kulit telur.

Pelengkap

bawang goreng

Cara Membuat

1. Panaskan minyak goreng. Tumis bawang merah dan bawang putih hingga layu dan harum.
2. Masukkan bumbu kari. Aduk rata. Masak hingga harum dan matang.
3. Masukkan telur. Aduk rata.
4. Tuang air. Aduk rata. Masak hingga mendidih dan kuah mulai mengental. Angkat dan segera sajikan.



10 porsi
30 menit

SAWI PUTIH CAH TERI MEDAN**Bahan**

2	sdm	minyak goreng
5	siung	bawang merah, iris
2	siung	bawang putih, iris
2	bh	cabai merah, iris
50	gr	teri medan
1	sdm	saus tiram
½	sdt	garam
½	sdt	merica bubuk
200	ml	air
200	gr	sawi putih, potong kasar
1	btg	daun bawang, iris 1 cm

Cara Membuat

1. Panaskan minyak goreng. Tumis bawang merah dan bawang putih hingga layu dan harum.

2. Masukkan cabai merah dan teri medan. Aduk rata. Masak sebentar.
3. Tambahkan saus tiram, garam, dan merica bubuk. Aduk rata. Tuang air. Aduk rata. Masak sampai meletup-letup.
4. Masukkan sawi putih dan daun bawang. Aduk rata. Masak sebentar. Angkat dan segera sajikan.

TIPS

Agar teri medan tidak asin, rendam teri medan dalam air hangat yang diberi sedikit garam. Kemudian cuci di bawah air mengalir.



4 porsi
20 menit

Harus Cerdas Belanja Saat Diserbu Diskon Lebaran!

Belanja, sih, enggak apa-apa, tapi jangan sampai tak pakai taktik untuk jaga kestabilan keuangan.

Jelang Lebaran, ada saja diskon yang bertebaran, dari diskon aneka kue kering hingga ragam baju gamis cantik untuk Hari Raya. Apalagi, uang THR juga masih ada di tangan. Duh, sulit rasanya menolak godaan yang hadir di depan mata. Sebenarnya enggak masalah juga, sih, untuk belanja produk diskon di momen spesial, kalau memang butuh. Namun jangan sampai belanja jadi tak terkontrol atau malah terjebak diskon yang bikin dompet jadi jebol. Di saat seperti ini, kita harus cerdas belanja.

Pisahkan Dana Dulu

Cara paling ampuh agar dompet tak jebol saat mengejar diskon adalah dengan terlebih dulu memisahkan dana yang kita punya. Misalnya, uang yang kita dapatkan dari penghasilan adalah sebesar Rp5 juta. Segera pisahkan untuk kebutuhan dana pribadi kurang lebih 20 persen. Atau jika ada sokongan THR untuk kebutuhan, bisa saja porsi pengeluaran pribadi naik menjadi 40 persen atau Rp2 juta.

Dana ini bisa Anda alokasikan untuk memenuhi kebutuhan pribadi, seperti belanja barang-barang diskon jelang Lebaran ini. Boleh, kok, belanja dengan uang ini sampai

habis. Kan, di awal kita sudah mengamankan yang 60 persen untuk kebutuhan wajib yang tidak boleh diganggu.

Jika perlu, segera masukkan uang yang bukan untuk dana pribadi ke dalam tabungan lain. Bisa juga sebagiannya ditaruh untuk investasi. Sedangkan uang untuk dana pribadi, bisa Anda simpan di rekening khusus untuk belanja atau dompet digital, misalnya. Jadi uang untuk senang-senang ini tak bercampur dengan uang untuk kebutuhan wajib.

"Jadi enggak usah berlama-lama uang ngumpul di tangan, apalagi ada THR. Langsung dibagi-bagi saja, selesai. Kalau Rp2 juta tadi dipakai sampai habis ya enggak apa-apa. Tapi kalau udah habis ya sudah, enggak bisa ambil-ambil lagi. Toh tadi uang

lainnya juga sudah diamankan di awal," ujar Tejasari, CFP., konsultan keuangan.

Pasang Pengingat

Selain membagi-bagi dana, ada baiknya juga jika Anda membuat daftar belanja dan *update* informasi promo produk-produk yang Anda incar. Pasalnya dengan membuat daftar belanja kita bisa jadi tahu apa yang menjadi prioritas belanja kita.

Alhasil, Anda pun bisa jadi lebih fokus saat mencari informasi promo guna memenuhi

kebutuhan tersebut, seperti perbandingan harga, skema promo, dan kemudahan transaksi yang ditawarkan. Yap, biarpun diskon dan sudah pisahkan dananya, bukan berarti juga kita bisa belanja dengan asal, ya. Jangan sampai tujuan ingin hemat, malah bikin keuangan jadi sekarat.

Setelah itu, aturlah tanda pengingat tanggal mulai diskon dan promo. Caranya dengan mencatat tanggal mulai kampanye diskon di pengingat *handphone* misalnya, agar tidak ketinggalan periode belanja yang telah kita nantikan. *Happy shopping*, Sahabat NOVA!

MARIA ERMILINDA | FOTO: ISTOCK



4 Cara Manfaatkan Uang THR

Begitu dapat THR, jangan langsung dihabiskan untuk memenuhi keinginan semata. Lebih baik manfaatkan untuk jaga kesehatan finansial. Seperti apa contohnya?

1. Gunakan untuk membayar cicilan.
2. Pakai untuk tambah pundi-pundi dana darurat.

3. Alokasikan untuk investasi.
4. Berbagi dengan sesama yang membutuhkan.

Temukan beragam tips dan trik seputar belanja, bisnis rumahan, dan panduan investasi lainnya di Cerdasbelaja.id.

LAKUKAN INI AGAR TAK DIJEBAK DISKON

1. Perhatikan syarat dan ketentuan mendapatkan diskon.
2. Teliti saat menghitung harga potongan.
3. Waspada dengan produk *reject*.
4. Cek toko lain.
5. Bandingkan harga barang.

Anda & Pasangan

5 Cara Spesial Lengkapi Ucapan Maaf

Kenapa, ya, kadang-kadang sulit untuk minta maaf? Bagaimana kiatnya?

Sudah selayaknya jika melakukan kesalahan kita harus meminta maaf. Tapi, dalam hubungan rumah tangga, kadang-kadang hal ini sulit kita laksanakan. Entah karena gengsi atau merasa aneh saat harus berkata-kata meminta maaf. Apalagi kalau Anda dan suami termasuk pasangan yang cuek dan tak banyak bicara serius. Alhasil, saat ada masalah, akhirnya tak bisa diselesaikan dengan benar.

Padahal, dengan mau meminta maaf kita menunjukkan bahwa kita mampu memberikan rasa hormat dan empati kepada pasangan yang kita sakiti hatinya. Bahkan, dengan maaf kita bisa meredakan amarah pasangan dan memperbaiki hubungan jadi lebih sehat.

Memang, sih, tak semua orang mudah mengucapkan kata maaf secara langsung, atau meski sudah mengucapkan maaf rasanya tetap enggak cukup untuk menebus kesalahan. Jadi kadang kita juga perlu cara ekstra yang spesial untuk melengkapi ucapan maaf kita pada pasangan.

Tak perlu bimbang, berikut ada 5 cara spesial yang bisa melengkapi permintaan maaf Anda pada pasangan. Apa saja, ya?

1. Buat surat atau puisi

Biasanya dengan menulis, kita bisa lebih rileks mencurahkan isi hati. Tenang, enggak perlu bagus atau terlampau puitis, yang penting hasil karya Anda sendiri. Tuliskan rasa penyesalan Anda yang tulus dalam puisi atau surat kecil di

secarik kertas, lalu tinggalkan di tempat-tempat yang pasti bakal terlihat oleh pasangan. Misalnya lemari pakaian atau di pintu kulkas. Ini bisa jadi cara jitu mencairkan suasana hubungan dan akhirnya saling membuka hati untuk memaafkan.

2. Sajikan makanan kesukaan pasangan

Saat marah sekalipun, makanan bisa jadi cara untuk meredakan emosi dan memperbaiki suasana. Makanya tak ada salahnya melengkapi permintaan maaf dengan memasak atau membelikan



pasangan makanan kesukaannya. Agar semakin afdal, boleh berikan pesan tanda sayang di atas sajian makanan. Misalnya, "Maaf ya sayang, aku enggak sengaja membentak kamu. Aku sayang kamu."

3. Buat hadiah kecil

Anda bisa memberikan hadiah sebagai ungkapan permintaan maaf yang tulus dan sungguh-sungguh. Tak perlu selalu hadiah barang, Anda bahkan bisa menghadiah dengan "Voucher Maaf" buatan Anda. Jadi buatlah secarik kertas yang dihias dan berisi permintaan maaf serta cara Anda menebus kesalahan. Misalnya, "Ini adalah voucher maaf. Sebagai permintaan maaf aku, aku

akan pijatin kamu selama tiga hari kalau kamu maafin aku dan tunjukkan voucher ini."

4. Berikan sentuhan fisik

Cobalah memberikan sentuhan fisik seperti memberi pelukan saat meminta maaf. Asal tahu saja,

sentuhan fisik bisa menenangkan emosi yang sedang meninggi. Jadi coba peluk suami dan katakan dengan lembut dan sungguh-sungguh permintaan maaf dan rasa sayang Anda padanya. Biasanya, pasangan akan mudah luluh dengan sentuhan kehangatan dan ketulusan hati Anda.

5. Pajang foto kebersamaan

Mengumpulkan momen-momen kebersamaan Anda bersama pasangan juga bisa menjadi solusi. Misalnya, susun rapi foto-foto kebersamaan membentuk bentuk "hati" atau apa pun sesuai yang Anda inginkan dan pajanglah di dinding kamar. Jangan lupa tuliskan kata-kata "I'm Sorry and I Love You" di antara foto-foto tersebut. Tak mungkin pasangan tak luluh.

MARIA ERMILINDA | FOTO: ISTOCK

Trik Minta Maaf pada Pasangan

1. Beri pasangan waktu untuk melepaskan emosinya terlebih dulu.
2. Saat minta maaf, akulah kesalahan dan tunjukkan rasa penyesalan.
3. Jangan mengoreksi pasangan atau membenarkan diri sendiri dengan berbagai alasan.
4. Usahakan nada bicara tidak meninggi atau melebihi-lebihkan.
5. Jangan memaksa pasangan untuk cepat memaafkan. Beri waktu sambil membuktikan perubahan Anda.

Viral Masak Tanpa Minyak dengan Air Fryer, Benarkah Sehat?



Katanya alat ini bisa mengurangi lemak di makanan. Jadi, kita bisa makan banyak gorengan?

Jelang Hari Raya, pasti kita disibukkan dengan acara masak-masak untuk bisa menghadirkan aneka sajian khas Lebaran yang menggugah selera. Nah, bicara soal masak-memasak, saat ini tengah viral kembali metode menggoreng makanan tanpa minyak menggunakan *air fryer*. Bahkan di beberapa platform media sosial banyak orang berbondong-bondong menjajal beragam menu masakan menggunakan alat ini.

Air fryer sendiri sebenarnya bukan barang baru, tapi kini kembali naik daun karena makin banyak orang yang enggak mau repot masak, dan pengen jalani hidup sehat dengan mengurangi minyak.

Menariknya, hasil olahan

makanan dengan *air fryer* bisa tetap mirip dengan makanan yang digoreng di wajan dengan minyak melimpah, termasuk dari segi teksturnya. Tapi, kok, bisa begitu, ya? Memang benar lebih sehatkah?

Kenapa Bisa Diklaim Sehat?

Secara umum, *air fryer* bekerja dengan sistem sirkulasi udara panas di dalam perangkatnya yang suhunya bisa mencapai 200 derajat Celcius. Nantinya udara panas ini diedarkan ke sekeliling makanan agar bisa matang dengan cepat dan merata. Anda pun bisa memasukkan makanan yang ingin Anda goreng mulai dari kentang, *chicken nugget*, hingga ikan dan daging ke dalam *air fryer*.

Minyak yang dibutuhkan sangat

sedikit, kira-kira satu sendok makan atau bahkan tanpa minyak sama sekali, tergantung jenis makanan yang Anda buat. Saat makanan dimasak pun, wadah di bawah keranjang akan menampung minyak yang menetes.

Nah, karena bisa menggoreng dengan sedikit minyak inilah, makanan yang diolah dengan *air fryer* cenderung lebih rendah kalori dan lemak. Berdasarkan penelitian, alat ini bisa memotong kalori hingga 70-80 persen dan kadar lemak hingga 75 persen. Di sinilah keunggulan dari *air fryer*. Makanya, tak heran jika secara umum menggunakan *air fryer* dikatakan lebih sehat daripada menggoreng di wajan penuh minyak.

Di sisi lain, metode memasak ini juga dapat mengurangi beberapa

efek senyawa berbahaya dari proses menggoreng dalam rendaman minyak (*deep fried*). Asal tahu saja, saat menggoreng kentang, tempe dan tahu, makanan bertepung, atau karbohidrat lainnya akan tercipta reaksi yang menghasilkan akrilamida.

Akrilamida adalah bahan kimia yang terbentuk dari makanan kaya karbohidrat yang dimasak dalam suhu tinggi seperti saat digoreng.

Bahayanya senyawa ini kemungkinan besar bersifat karsinogenik atau memicu penyakit kanker. Namun, dilansir dari WebMD.com satu studi menunjukkan bahwa menggoreng dengan menggunakan *air fryer* bisa menurunkan jumlah akrilamida hingga 90 persen. Dengan fakta ini, pantas saja jika memasak dengan *air fryer* begitu digemari dan jadi viral.

Jangan Sering-Sering

Tapi, meski menggunakan *air fryer* cenderung lebih sehat dibandingkan teknik menggoreng biasa, penting untuk diingat bahwa alat ini tidak bisa sepenuhnya dijadikan acuan untuk membuat tubuh sehat, ya.

Meski bisa mengurangi produksi akrilamida, tetap ada risiko terbentuknya senyawa lain yang punya potensi bahaya. Beberapa senyawa ini termasuk amina heterosiklik dan hidrokarbon polisiklik aromatik yang bisa terbentuk dari memasak daging dalam suhu tinggi. Menurut National Cancer Institute, senyawa-senyawa ini juga memiliki hubungan dengan

risiko kanker. Meski memang masih diperlukan riset lanjutan untuk menguatkan kaitan mengolah makanan dengan *air fryer* dengan senyawa dan risiko ini.

Selain itu, menggoreng dengan *air fryer* juga bisa menurunkan kadar asam lemak omega 3 pada ikan, padahal omega 3 termasuk lemak baik yang bagus bagi metabolisme tubuh. Ada juga penelitian

yang menunjukkan bahwa menggoreng ikan dengan *air fryer* justru dapat meningkatkan jumlah zat yang disebut *cholesterol oxidation products* (COP). COP terbentuk ketika kolesterol dalam daging atau ikan rusak selama pemasakan dan diklaim berhubungan dengan kondisi penyakit jantung koroner.

Duh, jadi beneran sehat atau enggak, sih?

Sejatinya *air fryer* memang mampu membuat makanan yang lebih sehat daripada metode goreng biasa. Namun ingat, gorengan tetaplah gorengan. Akan selalu ada efek kesehatan yang terkait dengannya.

Maka itu, meski cenderung lebih sehat, jangan sering-sering juga makan makanan yang digoreng sekalipun menggunakan *air fryer*. Cobalah untuk memilih metode memasak lainnya seperti merebus, mengukus, atau memanggang dengan oven. Ingat, ya mempertahankan variasi makanan dan metode memasak akan membantu kita mendapatkan pola makan yang lebih sehat.

• MARIA ERMILINDA | FOTO: ISTOCK

Agar Tak Berlebihan Santap Menu Lebaran, Utamakan Buah dan Sayur!

Por ayam, ketupat, semur daging, gulai, sampai sambal ati, pastilah sudah tersedia saat Hari Raya Idul Fitri tiba. Nah, karena disantap bersama keluarga di momen yang spesial, kadang tanpa sadar porsi makan

jadi tak beraturan dan pengen ambil semuanya. Duh, gimana dong?

Tenang Sahabat NOVA. Biar kita tak ragu bersantap nikmat di Hari Raya, dr. Raissa E. Djuanda, M.Gizi, Sp.GK, dokter spesialis gizi klinik, menyarankan untuk membuka

makan besar dengan menyantap buah dan sayuran, serta minum air putih terlebih dulu. Hal ini menurut dr. Raissa bisa mencegah berlebihan makan saat menyantap menu utama dan mendatangkan banyak manfaat bagi kesehatan tubuh kala ingin

makan-makan besar.

"Saat Lebaran, sajikan juga makanan yang tinggi serat seperti sayur dan buah. Karena serat dapat membantu menurunkan kolesterol dan mengontrol gula darah. Bisa melancarkan pencernaan juga

sehingga mencegah peningkatan berat badan setelah Lebaran," ungkap dr. Raissa.

Nah, dalam hal ini, sayur dan buah dengan kalori yang sangat sedikit justru sangat dianjurkan, seperti buah-buahan ini.



Mentimun



Tomat



Biji-bijian



Lemon



Stroberi



Apel



Kiwi



Pepaya

#Pilih LokalAja

Tak disangka jualan roti khas Amerika bisa menghasilkan banyak cuan. Caranya?

Bagel, mungkin masih asing didengar bagi sebagian orang. Tapi asal tahu saja, roti khas Amerika ini punya kelezatan tersendiri yang bikin nagih. Sayangnya, kita masih jarang melihat orang jualan bagel di Indonesia.

Oleh sebab itu, Prima Hayuningputri dan Anika Miranti mendirikan Mad Bagel di Indonesia. Meskipun roti ini terbilang masih belum terlalu akrab di lidah Indonesia, tapi tak disangka, Mad Bagel bisa mendapat perhatian para pencinta kuliner.

"Sekarang orang sudah banyak yang tahu. Ini juga yang bikin kita sudah bisa juga berjualan online di e-commerce agar bisa menjangkau orang di luar Jakarta," ujar Putri, sapaan akrab Prima Hayuningputri kepada NOVA.



Kini, roti berbentuk seperti donat ini bahkan sudah jadi makanan kekinian yang disukai pecinta kuliner. Inilah yang membuat bisnis kedua perempuan tersebut punya omzet sangat menggiurkan.

Seperti apa kisah suksesnya?

Mad Bagel Jual Roti Untung Milyaran

Berawal dari Kerinduan

Dari cerita Putri terungkap, rupanya Mad Bagel ini berawal dari kerinduan Putri akan bagel yang biasa dia temukan di Amsterdam, Belanda. Sayangnya, dia harus menahan kerinduan karena tak ada satu pun orang yang menjual bagel di Indonesia.

"Waktu itu sekitar tahun 2014, aku memang pengen makan bagel yang biasa aku temukan di Amsterdam. Tapi enggak ada. Ya, sudah akhirnya aku kontak Anika untuk bikin bagel sendiri aja," jelas Putri.

Putri dan Anika kemudian berpikir jualan bagel, mereka memutuskan menjual di media sosial Path dengan sistem *pre order*. "Bisa dibilang kita modal *mixer doang, trial and error* menemukan rasa yang pas



Anda sudah bisa pesan di Tokopedia dan Instagram @magbagel.

di Indonesia. Buat bikin ini jadi serius, kita sempat ikut kelas *baking*," jelas Putri.

Mad Bagel baru menemukan rasa yang pas itu butuh waktu sekitar 6 bulan. Karena, aslinya bagel punya tekstur yang keras dengan rasa tawar. Tapi, keduanya mengubah tekstur jadi sedikit lebih lembut.

"Kualitas bagel yang kita tawarkan ini emang enggak terlalu keras seperti aslinya. Dan, kita bikin ini masih *handmade*, sehingga rasanya masih terjaga. Terus, enggak ada bahan pengawet," jelas Putri.

Omzet Besar

Putri mengakui pandemi sempat membuat laju usahanya melambat. Namun kini pelan-pelan sudah mulai bangkit lagi, terutama sejak memutuskan berjualan secara online dan mengandalkan ojek online. Sehingga toko *offline* yang ada di Bintaro, SCBD, BSD City, Kemang, Kuningan, Kedoya, dan Kelapa Gading mulai banyak orderan.

"Kalau untuk online sendiri, selain ojek

online, kita juga sudah ada di Tokopedia dengan pengiriman hanya sehari saja. Karena kan enggak pakai bahan pengawet, jadi dipastikan harus bisa sampai sehari. Bagel kita itu awetnya dua hari," jelas Putri.

"Kualitas bagel yang kita tawarkan ini emang enggak terlalu keras seperti aslinya. Dan, kita bikin ini masih *handmade*, sehingga rasanya masih terjaga."

Perkembangan Mad Bagel memang cukup baik, bahkan tak disangka omzetnya cukup besar. Putri cerita, rata-rata per bulan Mad Bagel bisa meraih omzet sampai Rp1 miliar. "Kita beneran memaksimalkan *digital marketing*, karena ini alat pemasaran yang satu-satunya kita andalin. Pandemi ini malah banyak orang mencari

bagel," tambah Putri.

Oh, iya. Harga bagel Mad Bagel sendiri cukup terjangkau, kisarannya Rp45.000-Rp80.000 dengan pilihan rasa asin dan manis.

Wah, sukses deh ya!

● TENTRY YUDI VI | FOTO: MAD BAGEL

Komunitas

Meski zaman sudah modern, masih banyak juga yang menyukai gaya vintage. Yuk gabung di komunitasnya.

Mengingat kenangan 1980-an dan 1990-an, bagi sebagian orang memang seru. Terutama jika kita merasakan banyak pengalaman menyenangkan pada era itu, jadi seakan bernostalgia. Tak heran jika kita akan merasa senang melihat lagi gaya dandanan, rambut, hingga ke tren *fashion* pada masa itu.

Misalnya bergaya ala Marilyn Monroe, dengan rambut bergelombang, dan dress berbentuk A-line panjang hingga ke lutut, dengan motif tolot dan warna yang khas. Gaya dandanan itu tentu sangat jarang ditemui saat ini. Kalau pun ada, jadi terkesan *vintage*.

Uniknya, banyak juga di antara kita yang menyukai gaya hidup *vintage*, di antaranya adalah Descha Muchtar. Tak mau sendiri, dia bahkan sampai mendirikan komunitas



Pertama kali komunitas ini berdiri pada 2015 lalu.

sesama penyuka *vintage* dengan nama Indonesian Pin Ups pada tahun 2015.

"Saya memang suka dengan gaya *vintage*, enggak cuma musiman ya. Sehari-hari saya ini gayanya begini. Terus, saya dan teman saya dari Surabaya, Emelia Weldon, akhirnya bikin komunitas ini sebagai wadah buat *sharing* sesama penyuka gaya *vintage* atau retro," jelas Descha kepada NOVA.

Saat itu, Descha dan Emelia lalu mendatangi Gelora Bung Karno untuk ikut acara Indonesia Greaser Party, sebuah pesta komunitas pada tahun 2015. Tak disangka Indopinups mendapat perhatian, sehingga Jerinx SID (Superman Is Dead) membantu mempromosikan. "Makanya banyak yang datang dan bergabung. Kita juga ada di Instagram," jelas Descha.

Lalu, apa saja kegiatan mereka ini ya?

Komunitas Indonesian Pin-Ups Penyuka Vintage yang Mendunia



Komunitas sering berkumpul dengan tema unik yang mereka sukai.

Komunitas Mancanegara

Seiring bertambahnya waktu, anggota komunitas Indopinups semakin bertambah. Tak hanya itu, mereka juga aktif melakukan kegiatan rutin yang seru, terutama sebelum pandemi Covid-19. Descha cerita, saat berkumpul biasanya mereka membawa sebuah tema untuk gaya berpakaian mereka.

"Kita biasanya ngadain (acara) kumpul-kumpul, dibagi beberapa kota, ada Jakarta, Bandung, Yogyakarta, dan Bali. Kalau ngumpul biasanya kita ada tema, misalnya temanya Marilyn Monroe, ya kita pakai baju yang sesuai dengan temanya. Selain tema, biasanya kita banyak *sharing* soal *parenting* juga, masakan, tren *makeup*, sampai pernah nonton bareng film *vintage*," jelas Descha.

Tak hanya di Indonesia saja, rupanya kegiatan Indopinups di media sosial juga jadi sorotan para pencinta *vintage* di seluruh dunia. Akhirnya, komunitas yang anggotanya sudah berjumlah 8.000 orang ini terafiliasi dengan komunitas *vintage*.

"Sekarang ya, pas pandemi ini, kita jadi sering Zoom-kan. Nah, mereka yang dari luar juga gabung. Biasanya kita diskusi tentang hobi, sama ngadain *challenge* di media sosial. Gaya-gaya *vintage* gitu," pungkasnya.

Berkat jaringan komunitas yang kuat, Descha dan komunitas retro di Belgia juga baru saja mendirikan World Pin-up Community. Descha berharap ini bisa jadi wadah bagi pencinta *vintage* seluruh dunia untuk saling berbagi pengalaman.

"Serunya, misalnya orang Australia mau ke Indonesia. Nah, kita biasanya suka nitip beli barang-barang *vintage* yang enggak ada di Indonesia ke mereka. Dan, biasanya mereka buka itu untuk melengkapi koleksi kita," jelas Descha.

Nah, kalau tertarik bergabung langsung saja *direct message* ke Instagram Indonesian Pin-Ups Community alias @indopinups. "Langsung DM saja, nanti kita masuki ke grup chat di Instagram dan WhatsApp. Enggak ribet, pokoknya," jelas Descha.

Keren ya!

● TENTRY YUDI VI UTAMI | FOTO: INSTAGRAM @INDOPINUPS



Selain perempuan, Indopinups juga menerima anggota laki-laki.

Hari Kartini di Lapas Setelah Dihukum, Siap Jadi Agen Antikorupsi

Momen Hari Kartini begitu spesial di lapas perempuan di Tangerang, apa saja acaranya?



Kunjungan ke bazar kerajinan warga binaan lapas IIA.



Lili Pintauli Siregar, Wakil Ketua KPK sedang memberi sambutan dan semangat bagi para napi.

Meski sudah beberapa pekan berlalu, perayaan Hari Kartini tahun ini masih terasa spesial bagi warga binaan di Lembaga Pemasyarakatan (Lapas) Kelas IIA, Tangerang. Bukan karena adanya peragaan busana adat atau pawai, melainkan kehadiran Komisi Pemberantasan Korupsi (KPK) untuk memberikan dukungan berupa penyuluhan dan serangkaian kegiatan yang menguatkan narapidana (napi) perempuan.

Beruntungnya, NOVA berkesempatan bergabung mengunjungi para warga di perayaan spesial itu pada Selasa (20/4). Mulai ikut sesi penyuluhan, jalan-jalan di

bazar karya warga binaan, hingga melihat langsung sesi konseling para napi dengan psikolog.

Agen Antikorupsi

Selasa siang itu, meski terik, namun suasana di lapas terkesan sejuk dengan hijaunya pepohonan di area lapas. Suasana sejuk juga terasa saat sekelompok napi berseragam merah mengikuti edukasi tentang pemberantasan korupsi di salah satu aula lapas. Acara yang bertepatan dengan momen perayaan Kartini itu diikuti para napi yang menjalani hukuman dari perkara tindak pidana korupsi.

Menariknya, meskipun sebagian wajah tertutup masker, beberapa narapidana terlihat hadir dengan riasan dan aksesoris yang cukup mencuri perhatian mata. Seakan menandakan kegiatan spesial ini sudah lama mereka nantikan. Sebagai informasi, penyuluhan kali ini diikuti 25 napi, di antaranya mantan Gubernur Banten Ratu Atut Chosiyah.

Sejatinya acara penyuluhan yang bekerja sama dengan Kementerian Hukum dan HAM ini bertujuan mengedukasi dan memaksimalkan peran perempuan, khususnya para napi sebagai agen pemberantasan korupsi. Momen Hari Kartini dipilih sebagai dasar penyemangat dan pembangkit emansipasi. Bangkit dari keterpurukan, untuk berani jadi pembelajaran dan menyuarakan kebenaran.

"Tentu saja bagi KPK, peran dan andil perempuan juga sangat besar dan diperlukan agar dapat membantu melakukan pencegahan tindak pidana korupsi," tegas Lili Pintauli Siregar, Wakil Ketua KPK di depan para napi, Selasa (20/4).

Selama penyuluhan, mereka diajak berbagi pengalaman dan pelajaran setelah menjadi napi tindak pidana korupsi. Harapannya, kelak pengalaman ini bisa dibagikan ketika mereka berbaur di tengah masyarakat. Tentu dengan tujuan mencegah masyarakat berbuat hal serupa.

"Mereka mungkin saja menuliskan pengalamannya menjadi sebuah buku atau

membuat lembaga yang bisa jadi mitra di pemerintahan daerah, untuk melakukan pengawasan dan kontrol atas pembangunan yang berjalan di lingkungannya. Bisa jadi contoh di lingkungan paling kecil, yakni keluarga dan lingkungan tempat tinggal," ujar Lili optimis.

Bazar dan Konseling

Tak berhenti pada sesi penyuluhan, NOVA diajak berkeliling menuju bazar tempat kreasi warga binaan lapas lainnya dipamerkan. Mulai kerajinan tangan seperti tas, dompet, bantal, boneka rajut, hingga roti-roti pun banyak berjejer.

"Peran dan andil perempuan juga sangat besar dan diperlukan agar dapat membantu melakukan pencegahan tindak pidana korupsi."

"Di sini mereka tidak hanya menunggu, namun mengisi hari-harinya dengan hal-hal yang positif. Juga mempersiapkan ketika nanti kembali ke masyarakat, mereka memiliki keterampilan yang berarti untuk membekali dirinya," ungkap Herastini, Kepala Lapas Kelas IIA Tangerang.

Selain bazar dan penyuluhan, ada juga sesi konseling para napi tindak pidana korupsi. Banyak emosi bercampur aduk dalam sesi ini, rasa sedih, marah, kecewa, hingga bahagia mengikuti harapan yang diungkapkan.

"Alhamdulillah saya bersyukur, penyuluhan ini fokus langsung kepada pribadi saya sebagai warga binaan. Jadi insyaallah (saat keluar) saya bawa di keluarga dulu edukasi ini, saya bisa berbagi bahwa menjadi narapidana itu tidak enak sekali," tutup drg. Hj. Ida Lidia Sirnawati, napi kasus korupsi pengadaan jasa keamanan di Dinas Kesehatan pada 2019 lalu ini penuh haru.

● MARIA ERMILINDA | FOTO: M. ISTIQLAH HANIF

Wisata

Mengelilingi 7 negara hanya modal Rp50.000. Apa saja yang bisa kita dapat?

Pandemi Covid-19 memang telah mengubah segalanya, termasuk rencana mudik dan liburan kita.

Apalagi pemerintah sudah mengeluarkan larangan mudik Lebaran 2021, tujuannya ya untuk menekan angka pasien yang terkena Covid-19.

Namun berbeda dari tahun sebelumnya, libur Lebaran kali ini pemerintah mengizinkan objek wisata beroperasi. Jadi lumayanlah mengobati kerinduan akan kampung halaman, dengan berwisata di dalam kota bersama keluarga.

Bagi warga Bandung, salah satu alternatif liburan adalah The Great Asia Afrika (TGAA). Seperti namanya, mengunjungi objek wisata yang berada di kawasan Lembang, Bandung ini pasti terbayang dengan ikon negara-negara di Asia dan Afrika. Jadi kita bisa menyusuri satu per satu *landmark* 7 negara, yaitu Korea Selatan, Thailand, India, Timur



The Great Asia Afrika Sensasi Jalan-Jalan di 7 Negara

Tengah, Jepang, Afrika, dan Indonesia.

Banyak Spot Foto

Salah satu kelebihan TGAA adalah banyaknya spot foto di lokasi yang luasnya sekitar 5 hektar ini, jadi lumayan memanjakan mata sesaat setelah bosan di rumah saja.

Banyak spot foto yang *instagrammable*, dengan bentuk bangunan yang mewakili negara asalnya.

Beberapa *landmark* yang dipajang di TGAA adalah Jaipur Indias Pink City, Kota Tua Kyoto, perkampungan tradisional Korea yang bernama Bukcon Hanok Village, lengkap dengan Museum Kimchi. Ada juga The Grand Palace yang jadi ikon Thailand, hingga rumah tradisional Afrika.

Selain foto-foto, kita bisa mencicipi aneka hidangan dari berbagai negara di *food stall* atau restoran di dalam kawasan TGAA. "Pengunjung bisa membeli makanan, souvenir, dan belajar kebudayaan dari masing-masing negara. Ada sate khas Afrika yang dijajakan dengan potongan pisang, turkish coffee, ayam tandoori, samosa, roti naan, es krim khas

India, dan banyak lagi," ujar Intan Setiati, Public Relation TGAA.

Oh, iya. Biar makin afdol, kita juga bisa foto-foto sambil mengenakan baju tradisional dari beberapa negara yang ada, seperti Korea, India, dan Jepang. Baju itu bisa disewa dengan harga Rp50.000-Rp85.000 per jam.

Nah, jadi lumayan kan bisa dapat tempat alternatif liburan. Harga tiket masuk TGAA Rp50.000. Begitu masuk kita bisa leluasa menyusuri TGAA. Untuk menyusuri area 7 negara, kita harus melewati jalanan

menurun. Untuk Anda yang tak ingin lelah berjalan bisa memanfaatkan kereta dari dan menuju ke bawah tarifnya Rp10.000 per orang. "Khusus manula, ibu hamil, dan pasien difabel bisa naik gratis, bahkan diprioritaskan dari antrean panjang," kata Intan.

Jika ingin berkunjung ke TGAA, Intan memberi pesan agar wisatawan tetap patuhi protokol kesehatan. Katanya, "Taati protokol kesehatan dengan pakai masker, jaga jarak minimal satu meter, gunakan *hand sanitizer* dan rajin cuci tangan, serta pastikan suhu tubuh normal. Alhamdulillah seluruh pegawai kami juga baru saja menyelesaikan proses vaksin."

Siap berwisata?

● DINI KAMILANI | FOTO: DOK. THE GREAT ASIA AFRIKA



Punya Toko Online Maunya Bantu Suami, Malah Dinyinyiri Kakak Ipar

Tanya

Bu Rieny Yth,

Sahabat saya, Wina (nama samaran saja), adalah fans Bu Rieny tiga turunan. Benar, Bu, neneknya, ibunya, dan sekarang dia, semua setia pada NOVA karena rubrik ini. Begitu, katanya. Semua yang terjadi pada saya, biasanya saya ceritakan ke Wina, demikian pula sebaliknya. Kami berteman sejak SMP hingga anak kami sudah duduk di bangku SMP. Wina yang menyarankan saya mengirim email ke Ibu.

Suami saya penyayang, tidak pernah ada cerita perempuan lain—amit-amit ya, Bu.

Cuma satu saja sikapnya yang membuat saya sering galau. Kuping tipis, kalau bahasa awamnya. Tidak bisa mendengar omongan miring sedikit saja, langsung bereaksi. Setelah bersitegang, saya ceritakan pelan-pelan faktanya, ke mana dia bisa *check and recheck*, baru percaya. Tetapi di awalnya, kan, sudah pakai angin ribut.

Kejadian seperti ini menjadi tingkat dewa hebohnya kalau yang cerita adalah

kakak perempuannya—yaitu ipar saya. Ampun, deh, Bu Rieny. Dan inilah yang sekarang terjadi.

Kakak ipar menanyakan ke suami, "Apakah gajinya cukup untuk membiayai hidup anak-istri?" Semula suami masih belum paham, dengan polos ia menjawab bahwa saya tak pernah minta tambahan uang belanja, malahan tiap buka tabungan buat pendidikan anak-anak selalu bertambah. Kakak ipar pun menimpali, "Tentu saja, istrimu jualan online lagi. Banyak famili beli dari dia.

Entah apa ceritanya ke mereka, mereka beli karena maksud menolong. Yang malu keluarga besar lho, Dik." Setelah itu, dilontarkan peluru keduanya, "Masak, sih, lulusan PTN nomor satu se-Indonesia istrinya keteteran uang?"

Kesalahan saya, Bu—saya akui saya salah—saya mulai jualan online lagi sejak pandemi. Awal menikah, saya memang berjualan. Saya suka fashion. Supaya tidak terasa mahal kalau beli untuk sendiri, saya berjualanlah. Memang sejak mahasiswa saya sudah cari uang jajan sendiri. Orangtua saya saudagar batik di Pekalongan, jadi kami memang wirausaha. Saya biasa bawa jualan ke tiap kesempatan bertemu

Tanya ke suami, apakah dia punya *planning* menabung sejumlah yang kau tabung tiap bulan, bila kau berhenti total?

orang, bahkan saat kuliah sekalipun. Suami pun pertama kali melihat saya juga sedang bersama teman-teman sehabis salat di depan kampusnya, sedang jualan.

Setelah kawin, namanya pemula, banyak kebutuhan dan suami baru merintis karier. Hasil penjualan saya benar-benar terasa membantu. Lalu saya merintis toko online, laku keras. Orang suka batik dan saya bisa jual dengan harga bagus, karena buatan orangtua.

Setelah punya dua anak, karier suami juga bagus, saya dimintanya berhenti. Tidak total berhenti, sih, teman kuliah dan sesama ibu-ibu TK bisa pesan apa saja pada saya. Dalam hal ini saya dibantu ibu di sana, lalu untungnya dibagi berdua. Ada saja yang butuh seprai, daster, *dress*, kan Bu.

Pokoknya dalam skala lebih kecil, saya tetap dapat uang dan itu tertib saya simpan untungnya buat tabungan anak-anak. Suami tahu dan tidak ribut karena rumah selalu bersih.

Di masa awal pandemi, dia *full* di rumah, saya tetap dengan rutinitas saya. Ketika cuma gaji yang jadi andalan—karena tak ada uang luar kota atau rapat dengan instansi lain—suami mulai tidak nyaman. Mulai galak lagi "polisi" Mas Suami ini. Saya makin bergerilya, supaya tetap nyaman

cash flow saya—istilah sok keren saja, maksudnya uang belanja.

Kalau sedang begini, orangtua tak pernah ikut campur, hanya memantau dan saya berjuang sendiri. Hanya Wina seorang yang bisa saya jadikan teman curhat.

Tapi pertanyaan-pertanyaan yang dia ajukan ke saya terasa menohok. Ini di antaranya.

1. Tanya ke suami, apakah dia punya *planning* menabung sejumlah yang kau tabung tiap bulan, bila kau berhenti total?
2. Apakah suami kelak akan dapat warisan cukup besar kalau ayahnya meninggal? (Ibunya sudah meninggal dan ibu tirinya punya dua anak balita.)
3. Apakah kakak ipar nyinyir itu pernah membantu keuangan keluargamu?
4. Kamu tidak mencuri, kan? Tidak melakukan yang dilarang agama?
5. Keluarga besar suamimu memberi uang secara rutin pada kamu buat tambah-tambah beli garam?

Lalu dia menambahkan, "Kalau pertanyaan 2, 3, dan 4 ada yang jawabannya *iya*, berhenti deh. Bila tidak, kamu kirim email ke Bu Rieny, tanya saran ahli, ya. Kalau aku, kan, caranya preman saja."

Jadilah saya menulis surat ini. Bagaimana saran Ibu? Saya ingin tetap berjualan, Bu, tetapi kalau ibu tanya prioritas, tetap suami dan anak-anak. Kehilangan apa yang pernah kita punya, tidak enak ya, Bu. Salam hormat dan terima kasih.

Gantini - somewhere

Jawab

Dear Ibu muda Gantini,

Benar sekali kalimat akhir Anda, sesuatu yang pernah kita miliki terasa seperti HAK, yang sedapat mungkin tak hilang dari kita. Apalagi kalau itu adalah sesuatu yang menyerupai "ayam bertelur emas" seperti bisnis online Anda.

Ada dua peluang yang saya lihat untuk masalah yang Bu Gantini hadapi. Yang pertama, bertahan berjualan, dengan lebih rapi lagi menyimpan rahasia berbisnisnya. Semisal, memakai nama ibu Anda, padahal administrasinya tetap Anda. Transfer uang juga ke beliau, dengan asumsi "masak, sih, ibu kita mau curang?"

Yang kedua, kalau Anda katakan prioritas, maka di sana selalu ada unsur pengorbanannya. Proses kita menjadikan sesuatu kurang penting atau tidak penting dalam memilih, bukanlah hasil dari satu penyebab tunggal. Pasti ini merupakan hasil keputusan dengan mempertimbangkan banyak hal.

Ada sistem nilai kehidupan yang Anda anut, yang menyebabkan Anda lalu bisa membedakan mana yang penting untuk dipertahankan, karena hal itu memang penting.

Di satu sisi, Anda bisa memelihara peluang untuk tetap bisa punya uang, akan tetapi pada saat yang sama Anda harus berlaku tidak jujur pada suami. Bisakah Anda bertahan dalam sebuah kebohongan? Tolong juga pikirkan

dampaknya bila suatu saat ternyata ini diketahui juga. Bisa saja suami kehilangan *trust*-nya pada Anda. Betapa mahalnya harga yang harus dibayar untuk sebuah kesempatan berbisnis, ya?

Prioritas Anda adalah suami dan anak-anak. Yes, Anda tidak berkarier di luar rumah, walau Anda S2. Yes, Anda mengakui bahwa uang bukan masalah untuk keluarga kecil Anda. Yes, suami kuping tipis, kali ini memang mendengar berita benar, bukan bohong.

Mana yang Anda pilih? Kalau saya jadi Anda, saya bertahan pada prioritas yang selama ini sudah Anda jalankan dan membuat Anda *happy*.

Di satu sisi, Anda bisa memelihara peluang untuk tetap bisa punya uang, akan tetapi pada saat yang sama Anda harus berlaku tidak jujur pada suami.

Tetapi tentu saja, terpulung lagi ke Anda. Ikhlas kehilangan peluang memperbanyak tabungan?

Nah, peristiwa sejenis inilah yang akan mendewasakan Anda dalam hidup perkawinan. Menyadari betapa pentingnya memiliki kesadaran penuh atas semua jam, menit, detik kebahagiaan yang sedang Anda



alami bersama suami. Menikmatinya, tanpa memikirkan "kalau hilang bagaimana ya?"

Di satu titik ini saja, kalau rasa bahagia itu benar-benar sudah bisa Anda nikmati, bersuamikan Mas Suami, Anda akan rela deh melakukan apa pun untuk mempertahankannya. Karena bahagia di diri Anda itu akan memancar ke suami dan anak-anak,

dan mereka akan merasa nyaman bila dekat dengan Anda, berinteraksi dengan Anda. Laki-laki yang "anteng" karena sudah nyaman bersama istri dan anaknya, akan bisa fokus ke kariernya,

bekerja dengan hati ringan karena sadar dia didoakan istrinya yang percaya penuh bahwa ia, suami yang bertanggung jawab.

Setelah badai usai, pelan-pelan Anda bisa mulai beberkan ke suami, apa yang Anda lakukan selama berbisnis. Berapa banyak yang sudah Anda hasilkan, berapa orang yang Anda hidupi karena membantu Anda membungkus, menempelkan label, mengepak dan mengirim dagangan Anda. Tanpa rasa sesal, ya. Juga jangan mengancam bahwa Anda akan ngambek kalau tak diizinkan berbisnis lagi.

Nah, setelah semua ikhtiar ini, yang akan terjadi hendaknya Anda yakini sebagai keputusan Allah. Kembalikan saja ke Sang Khalik. *Wong Dia*—lah penentu segalanya. Mudah-mudahan setelah bisa benar-benar menikmati keindahan hubungan dengan Mas Suami, Anda juga makin nyaman berpuasa di bulan Ramadan ini.

Salam sayang juga buat Wina bersama Ibu dan neneknya. Jangan berhenti baca NOVA ya, ada Bu Rieny, lho.

DRA RIENY HASSAN
PSIKOLOG

ALAMATKAN SURAT (LENGKAP DENGAN FOTOKOPI KTP) KE REDAKSI NOVA, TULISKAN RUBRIK "KONSULTASI PSIKOLOGI" PADA AMPLOP, BISA JUGA MELALUI E-MAIL: NOVA@GRIDNETWORK.ID



Tenggelamnya Kapal Selam KRI Nanggala-402

“Mereka Memiliki Semangat Tinggi untuk Selamat”

Tragedi tenggelamnya kapal selam KRI Nanggala-402 membuat Indonesia kembali berduka. Lalu, bagaimana kronologi kapal ini bisa tenggelam?

Rabu dini hari (21/4) pukul 02.00 WITA, pasukan TNI Angkatan Laut tengah sibuk latihan penembakan senjata strategis. Beberapa kapal selam pun mengikuti rangkaian pelatihan, termasuk KRI Nanggala-402 yang membawa sekitar 53 personel. Saat itu, kapal selam buatan Jerman tersebut harus menyelam di kedalaman 15 meter untuk melepaskan torpedo.

Awalnya semua terlihat baik-baik saja, *conning tower* dan geladak haluan kapal masih terpantau *sea rider*. Namun, tepat pukul 03.46 WITA, kapal terlihat tenggelam secara perlahan, hingga lenyap tak terlihat di perairan laut utara Bali.

“Harusnya saat menyelam, masih ada periskop, pasti kelihatan. Ini tak ada periskop dan komunikasi saat itu tidak terjalin,” jelas Laksamana Yudo Margono, Kepala Staf TNI AL seperti dikutip dari Kompas.com.

Segecap petugas yang terlibat dalam latihan masih menunggu munculnya kembali KRI Nanggala-402, tapi itu tidak terjadi. Akhirnya, Yudo beserta tim mencari kapal yang berusia 40 tahun tersebut. Namun hari itu mereka hanya menemukan ceceran minyak di permukaan yang berada di palung laut Bali.

Sejak penemuan itu, Yudo dan tim mulai melakukan pencarian intensif dan penyelamatan terhadap KRI Nanggala-402 selama 72 jam. “Apabila kondisi *black out* (cadangan oksigen) mampu 72 jam, kurang lebih 3 hari. Jadi saat kemarin hilang kontak jam 3, bisa sampai hari Sabtu jam 3 (pagi). Sehingga 72 jam. Mudah-mudahan segera ditemukan sehingga cadangan oksigen masih ada,” ujar Yudo kala itu, Kamis (22/4).

Sayangnya, harapan Yudo terhadap keselamatan 53 anak buah kapal (ABK) kapal selam Nanggala-402 tidak jadi kenyataan. Minggu (25/4), hasil rekaman ROV (*remote operation vehicle*) milik kapal Swift Rescue Singapura, menunjukkan kapal yang punya sebutan *Tabah Sampai Akhir* ini berada di kedalaman 850 meter dengan keadaan sudah terpecah tiga bagian.

“Dengan kesedihan yang mendalam,



Gresilia masih berharap suaminya pulang.



selaku Panglima TNI, saya nyatakan bahwa 53 personel *onboard* KRI Nanggala-402 telah gugur. Semoga kami dapat meneruskan perjuangan paripurna saudara-saudara sebagai prajurit tentara terbaik Indonesia,” ucap Marsyal TNI Hadi Tjahjanto. Tak pelak kabar ini membuat keluarga ABK tak kuasa menahan tangis.

Lelah Menangis

Sejak mendengar kapal suaminya hilang kontak, Winny Widayanti menggelar doa bersama di rumahnya, di kawasan Sidoarjo, Jawa Timur. Ibu empat anak ini tak menyangka kalau suaminya, Kolonel Harry Setiawan berada di KRI

Nanggala-402. Winny bercerita kepada Fatma Ayu, jurnalis Metro TV, kalau dirinya sudah menangis sehari-hari sampai lelah.

Lantaran lelah menangis, setiap hari Winny hanya bisa mengirim pesan ke ponsel suaminya itu. Meski Winny tahu, ponsel Kolonel Harry mati. Tapi dia masih berharap suaminya itu masih hidup di bawah sana. Selain mengirim pesan, Winny juga terlihat menguatkan dirinya agar tetap tabah bersama keluarga ABK KRI Nanggala-402 di Jawa

Timur.

Winny sempat menunjukkan foto terakhir dirinya bersama sang suami, yang diambil tepat sebelum suaminya berangkat dinas pada Senin (19/4).

Menolak Tenda Duka

Tak hanya Winny, Gresilia, istri Sersan Satu Elektro Komunikasi, Rusdiansyah Rahman, juga merasakan duka mendalam. Seperti dilansir dari Kompas.id, perempuan berusia 26 tahun itu masih yakin kalau suaminya serta ABK lainnya masih hidup, karena mereka semua pejuang tangguh. Meskipun Panglima TNI sudah mengabarkan semua ABK gugur.

“Saya percaya para awak kapal di sana tengah berjuang, karena mereka memiliki semangat tinggi untuk selamat. Para awak Nanggala itu orang-orang yang kuat, prajurit terbaik,” ujar ibu yang baru saja melahirkan anak berusia 17 hari tersebut.

Saking optimisnya, Gresilia sempat menolak kehadiran petugas yang berniat membantu memasang tenda di rumah duka. Dia yakin, suaminya akan pulang dengan selamat dan berkumpul bersama keluarga. Terlebih, keduanya memang sudah merencanakan akan menggelar pesta pernikahan besar pada Juni mendatang.

Rasanya, melihat keadaan kapal selam KRI Nanggala-402 yang fotonya sudah tersebar, harapan itu pupus sudah. Diyakini, para ABK sudah pulang untuk selamanya ke pangkuan Ilahi.

Selamat jalan para pejuang!

✉ TENTRYUDVI | FOTO: KOMPAS/RUNIKSRI ASTUTI, KOMPAS/ CIPRIANUS. INFOGRAFIS: ARYODHIA

“Para awak Nanggala itu orang-orang yang kuat, prajurit terbaik.”

Seperti Diinjak 100 Gajah

Masih banyak orang ingin tahu tentang penyebab tenggelamnya kapal selam KRI Nanggala-402, terlebih kapal ini merupakan andalan Indonesia. Laksamana Yudo, KSAL TNI menjelaskan bahwa dugaan sementara kapal selam mengalami keretakan yang parah akibat alam. Sebab, palung laut Bali memang dikenal dengan arus yang begitu kuat.

“Sudah kita evaluasi, dari awal saya berkeyakinan ini bukan *human error* dan lebih kepada faktor alam,” kata Yudo, di Base Ops Lanud I Gusti Ngurah Rai Bali, Minggu (25/4), seperti dikutip dari Kontan.co.id.

Keretakan ini juga yang membuat ABK sulit menyelamatkan

diri, terutama saat berada di kedalaman ratusan meter. Sebab, melansir Kompas.com, manusia hanya bisa bertahan di tekanan hidrostatik 3 hingga 4 atmosfer. Sementara, tekanan hidrostatik meningkat sebanyak 1 atm di kedalaman 10 meter. Bila seseorang tenggelam sampai 700 meter, dia akan mengalami tekanan yang sangat besar, seperti diinjak 100 gajah di kepala.

Hal inilah yang membuat gendang telinga pecah, paru-paru pecah, dan seluruh organ pun hancur. Sehingga, rasanya untuk keluar dari kapal selam merupakan hal yang mustahil dilakukan.

DETIK-DETIK TENGGELAMNYA KRI NANGGALA-402

Rabu (21/04)

03.00 WITA: Kru KRI Kapal Selam Nanggala-402 meminta izin menyelam sedalam 13 meter untuk melepas torpedo.

03.30 WITA: Torpedo diperiksa dan siap meluncur.

03.46 WITA: *Sea rider* melihat periskop dan lampu KRI Nanggala-402 perlahan mulai menyelam dan tak terlihat. Sejak itu hilang kontak.

05.15 WITA: Kapal selam tidak juga muncul ke permukaan, sehingga ditetapkan statusnya *sublook* atau pencarian terhadap KRI Nanggala-402.

Sabtu (24/04)

17.00 WITA

72 jam pencarian berlalu hanya menemukan alas, spons atau busa, komponen pelurus tabung torpedo, pembungkus pipa pendingin, cairan dalam botol oranye yang berisi oli pelumas periskop, dan cairan solar.

Tim mendeteksi KRI Nanggala-402 berada di kedalaman 850 meter. Panglima TNI masih belum bisa memastikan keadaan 53 ABK.

Minggu (25/04)

09.04 WITA

ROV Swift Rescue menemukan tiga bagian kapal selam Nanggala-402 di kedalaman 850 meter.

Panglima TNI menyatakan 53 awak kapal gugur.

Berkendara Bersama Si Kecil Matikan Airbag Demi Keamanan

Ada banyak hal yang harus diperhatikan saat berkendara bersama si kecil. Apa saja?

Berpergian bersama si kecil memang selalu jadi momen menyenangkan sekaligus merepotkan. Pasalnya kita harus membagi konsentrasi mengemudi sambil rutin mengecek kondisi buah hati.

Namun tak perlu khawatir, perjalanan dengan si kecil tetap bisa dinikmati asal dengan persiapan yang matang. Hal apa saja sih yang perlu dipersiapkan? Kepada NOVA, Roslana Ginting, Direktur Real Driving Centre (RDC) Jakarta membagikan tipsnya.

1. Gunakan Car Seat

Sabuk pengaman di mobil masih terlalu besar digunakan oleh anak kita, terlebih lagi jika usianya masih balita dan sedang aktif-aktifnya. Menggunakan *car seat* wajib dilakukan demi kenyamanan dan keamanan buah hati.

Sayangnya, masih banyak orangtua yang

ragu dan tidak menempatkan si anak di *car-seat*, dengan alasan tak tega melihat anak duduk sendiri. Padahal dengan membiasakan anak menggunakan *car-seat* sejak dini, dapat membantu si anak disiplin duduk saat berada di dalam mobil.

Menurut Roslana, penting juga untuk memerhatikan ketika anak mulai menggunakan *safety belt* yang ada di mobil. Katanya, "Kalau dia belum bisa pakai *safety belt*, malah biasanya mencekik di leher. Belum pas posisinya. Maka pakai alas bawah biar tinggi. Itu yang harus diperhatikan."



2. Aktifkan Child Safety Lock

Sebagian mobil sudah dilengkapi dengan fitur *child safety lock*, yang membuat pintu tidak bisa terbuka dari dalam. "Aktifkan *Child Safety Lock* dari pengemudi untuk menghindari hal-hal yang tidak diinginkan, karena namanya juga anak-anak, kan aktif ya," tambah Roslana.

3. Usahakan Tidak Duduk di Depan

Jika memungkinkan, jangan biarkan anak duduk di bagian depan, di samping pengemudi, karena cukup berisiko. Tubuhnya yang kecil jadi rentan terpental jika terjadi benturan.

Roslana bilang, "Alangkah baiknya jika ada pengasuhnya di bagian belakang mobil. Untuk menghindari juga, kan, kalau anak kecil tidak bisa diam. Misalnya memainkan instrumen dan sebagainya itu sangat berisiko."

4. Matikan Airbag

Apabila terpaksa anak harus duduk di samping pengemudi, Roslana menyarankan

agar menon-aktifkan fungsi *airbag* bagian kiri, atau tepatnya di tempat anak duduk.

Ya, *airbag* bisa dimatikan. Meskipun berfungsi sebagai penyelamat untuk kondisi tertentu, *airbag* justru dapat membahayakan.

"Karena *airbag* itu bisa mengembang, tidak melulu ketika kecepatan cukup tinggi. Asal ada guncangan yang cukup, itu bisa keluar *airbag*. Kan bahaya (jika ada anak)," ujar Roslana.

Namun tidak semua mobil memiliki fasilitas mematikan *airbag*. Jadi jika mobil yang digunakan tak ada fitur ini, mau tidak mau sebaiknya anak duduk di kursi belakang.

"Aktifkan *Child Safety Lock* dari pengemudi untuk menghindari hal-hal yang tidak diinginkan, karena namanya juga anak-anak, kan aktif ya."

5. Hindari Aksesoris yang Berlebihan

Biasanya orangtua yang memiliki anak memasang banyak aksesoris seperti boneka, jangan sampai pemasangannya berlebihan. Hal itu dapat menimbulkan bahaya bagi pengemudi dan

orang lain, terutama jika aksesoris menutupi area pandang pengemudi.

● DINI KAMILANI | FOTO: ISTOCK

Varia Warta

BCA

DUKUNG PEREMPUAN BERDAYAKAN MASYARAKAT



Saat ini perempuan sudah tidak lagi dipandang sebelah mata, karena keterlibatannya dalam mengambil peran sentral di segala aspek kehidupan. Hal itu sejalan dengan upaya berbagai pihak dalam memberikan kesempatan setara bagi perempuan untuk berkembang. Tapi, tak semua perusahaan punya kemauan mengutamakan kesetaraan gender.

Melihat hal ini, BCA (Bank Central Asia) memberikan kesempatan pada perempuan untuk mengembangkan kariernya. Dalam webinar berjudul *BCA Dukung Perempuan Indonesia Jadi Tokoh Sentral Kemajuan Masyarakat*, Rabu (21/4), BCA mengungkapkan surveinya. Di antaranya terbukti sekitar 61,3% dari total 24.000 karyawan BCA adalah kaum perempuan.

Survei juga menyebut, dari total karyawan BCA, 64,1% perempuan mendapat kesempatan promosi, 56,7% mendapat kesempatan menjadi kepala cabang dari total 1.248 cabang di Indonesia, dan 16,7% adalah direktur dari komposisi direksi yang ada di BCA. Komitmen BCA dalam mendukung kiprah perempuan ini, selaras dengan percepatan realisasi Tujuan Pembangunan Berkelanjutan (Sustainable Development Goals/SDGs) di Indonesia.

● TENTRY YUDWI | FOTO: DOK. BCA

Unilever Food Solutions

HADIRKAN THE VEGETARIAN BUTCHER UNTUK KEBAIKAN BUMI

Gerakan pergeseran pola makan *plant-based* memang meningkat, terlebih di tengah pandemi.

Faktanya, survei menunjukkan bahwa 90% masyarakat Indonesia mulai coba mengonsumsi menu makanan sehat, guna meningkatkan imunitas tubuh. Jumlah orang yang lebih giat membeli sayur dan buah kini telah mencapai 62%, dan layanan pesan antar makanan sehat juga telah meningkat sebanyak 7,4%.

Melihat hal ini, Unilever Food Solutions (UFS) sebagai unit Business to Business (B2B) dari Unilever yang secara khusus melayani Hotel dan Restoran, resmi menghadirkan *The Vegetarian Butcher*, inovasi ragam olahan alternatif daging dari bahan nabati dengan cita rasa dan tekstur yang serupa dengan daging hewani di Indonesia, Selasa (27/4).

Melalui *The Vegetarian Butcher* ini, UFS menggerakkan sebanyak mungkin pebisnis kuliner untuk ikut mendampingi masyarakat menuju pola makan yang lebih bernutrisi dan berdampak positif terhadap kelestarian planet bumi.

"Salah satu komitmen kami adalah membantu masyarakat melakukan transisi menuju pola makan yang lebih sehat sembari mengurangi dampak lingkungan dari rantai makanan," ucap Joy Tarigan, Managing Director Unilever Food Solutions, beberapa waktu lalu.

● SITI SARAH NURHAYATI | FOTO: DOK. UFS



HILL ASEAN

TEMUKAN BUKTI GENERASI Z LEBIH PEDULI SESAMA

Hakuhodo Institute of Life and Living ASEAN (HILL ASEAN), institusi yang berada di bawah naungan salah satu perusahaan periklanan ternama di Jepang, Hakuhodo Inc., mengumumkan hasil temuan dari riset terbarunya yang bertajuk *Now you Z me: Debunking Myths about ASEAN's Generation Z*, Kamis (8/4).

Penelitian yang melibatkan 6 negara ASEAN ini menganalisa lebih dalam terkait sikap dan perilaku dari Generasi Z di ASEAN, terkait nilai kehidupan dan pandangan mereka terhadap masyarakat dan ekonomi.

Penelitian itu menemukan bahwa 90% Gen Z Indonesia setuju dengan pernyataan "Hidup adalah tentang memenuhi tanggung jawab" dan 88% setuju dengan pernyataan "Hidup adalah tentang mencintai diri sendiri". Ini menandakan bahwa Gen Z di Indonesia menghargai keseimbangan *life values* yang dimiliki. Hal ini juga terlihat dari karakter yang positif, kuat, dan juga merasa orang-orang di sekitar tidak akan bahagia jika mereka sendiri tidak bahagia.

● TENTRY YUDWI

Samsonite

PERKENALKAN KOPER RAMAH LINGKUNGAN



Limbah plastik saat ini masih menjadi masalah besar yang sulit ditanggulangi. Meski pemerintah dan berbagai pihak terus menggalakkan larangan plastik, nyatanya angka limbah plastik masih belum menunjukkan penurunan signifikan.

Hal ini memacu Samsonite untuk ikut memberikan solusi bagi permasalahan lingkungan. Salah satunya dengan cara meluncurkan koleksi koper *Magnum Eco*, koper yang dibuat dari bahan daur ulang *Recyclex™*. Koleksi koper ini bagian luarnya dirancang menggunakan *polypropylene* alias plastik PP daur ulang, sedangkan bagian dalamnya terbuat dari daur ulang botol PET.

"*Magnum Eco* adalah penggunaan yang sempurna untuk bahan daur ulang kami, karena memberikan tujuan baru untuk sumber daya yang berharga dengan menyediakan produk yang tahan lama bagi wisatawan," ucap Wakil Presiden Eksekutif, Global Olefins & Polyolefins dari LyondellBasell.

● SITI SARAH NURHAYATI | FOTO: DOK. SAMSONITE

VIDI ALDIANO

Diblock Sheila Dara?

Dikabarkan telah melamar Sheila Dara, akun instagram penyanyi Vidi Aldiano baru-baru ini di-block sang kekasih. Sontak saja hal ini membuat penggemar Vidi khawatir, karena melihat akun Sheila dan pelantun Status Palsu ini tiba-tiba saling *unfollow*.

Tak ingin berlama-lama, Vidi Aldiano pun mengklarifikasi hal yang sebenarnya terjadi antara dirinya dan Sheila. Laki-laki kelahiran Jakarta, 29 Maret 1990 ini menceritakan bahwa dirinyalah yang meminta Sheila berhenti mengikuti Instagram-nya.

Hal tersebut, terungkap ketika Vidi sedang bermain Vidi-O-Game bersama pasangan Yura Yunita dan Donne Maula untuk kanal YouTube-nya, Vidi Aldiano. Cerita itu dipicu Yura yang menelepon Sheila untuk menantang Vidi saat bermain.

"Dia (Sheila) mah udah tahu buat main ginian. Kemarin tuh tantangannya saya minta, *Unfollow aku ya*. Eh, di-*unfollow* beneran saya," kata Vidi tak percaya.

Padahal Vidi Aldiano tidak sungguh-sungguh ingin akun Instagram-nya di-

unfollow pujaan hatinya itu. Permintaan Vidi sebenarnya bagian dari tantangan kala dia bermain dengan penyanyi Devano Danendra, untuk konten YouTube-nya, Vidi-O-Game.



Lebih parahnya lagi, Sheila melakukan lebih dari yang diminta, yakni mem-block Vidi. "Dia bukan cuma *unfollow* saya, dia *block* saya awalnya. Jadi saya juga *unfollow* dia. Ngerti enggak lu? Wah ngaco tuh orang," ungkap Vidi gregetan, mengingat tingkah kekasihnya itu. Betapa tidak, Sheila dan Vidi saling

unfollow tidak hanya sejam atau dua jam, tetapi sampai beberapa hari. Selama itu pula, Vidi mengungkapkan pesan yang masuk ke Instagram-nya sampai penuh dan isinya menanyakan kabar dirinya, apakah baik-baik saja.

Syukurnya kejadian tersebut tak berdampak serius terhadap hubungan Vidi dan Sheila. Hal ini terlihat dari unggahan Instagram Vidi yang kembali memamerkan kebersamaannya dan foto mereka berdua.

Kalau begitu, sekarang udah saling *follow* lagi kan, ya?

● DINNI KAMILANI | FOTO: INSTAGRAM @VIDIALDIANO

GRACIA INDRI

Segera Menikah di Belanda

Pernah gagal dalam berumah tangga bersama David, kibordis Noah, Gracia Indri akhirnya mulai bersiap kembali membangun rumah tangga dan akan menetap di Belanda. Rupanya Gracia Indri sudah mantap menikah dengan kekasih bulenya, Jeffrey. Hal tersebut diungkapkan sahabatnya, sesama pembawa acara, Irfan Hakim.

"Gracia Indri itu mau pindah ke Belanda. insyaallah menikah di sana juga. Ini habis buka puasa, mau perpisahan ceritanya," ujar Irfan dikutip dari YouTube deHakim, Selasa (27/4).

Ketika bertemu dengan ibunda Gracia, dalam kesempatan itu Irfan menyebut Gracia tega meninggalkan ibunya sendirian di Indonesia.

Asal tahu saja adik Gracia, Gisela Cindy, sudah terlebih dulu meninggalkan Tanah Air dan menetap di Kanada. Mendengar pernyataan Irfan, Gracia pun langsung menimpalnya. "Untuk kehidupan baru, perjalanan baru," kata Gracia.

Mendengar respon sang sahabat, Irfan hanya mendoakan semoga Gracia bahagia di sana. Kini Gracia telah mendapatkan cintanya yang baru. Meski begitu, Irfan tetap ingin memastikan kepada Jeffrey calon suami Gracia, benar-benar mencintai sahabatnya.

"*Jeff do you love her?*" tanya Irfan kepada Jeff.

"*I love her very so much*," jawab Jeff. "*Take care my friend ya*, aduh gue mau

nangis. *Take care my sister, she is my best friend*," ucap Irfan kepada calon suami Gracia, sembarai menahan tangisnya.

Kepergian Gracia bikin Irfan merasa kehilangan sosok sahabat yang selalu siap kapan pun dibutuhkan. Sedangkan, Gracia belum memastikan kapan akan kembali ke Indonesia, mengingat dirinya masih harus beradaptasi dengan tempat tinggal barunya itu.

Meski begitu, "Ya kan Ibu masih di sini (Indonesia) ya pasti balik dong, tapi bukan yang setahun 2 sampai 3 kali balik," kata Gracia.

Sebelum akhirnya yakin pindah ke negara sang kekasih, Gracia sempat menyembunyikan hubungannya dengan Jeffrey, dan baru *go public* Oktober tahun lalu, dengan membagikan kebersamaannya di akun Instagram-nya.

Wah, selamat membuka lembaran baru ya!

● DINNI KAMILANI | FOTO: INSTAGRAM @GRACIAZ14



Taurus 20 Apr-20 Mei

Bagi Anda yang tengah meniti karier, pandailah bersosialisasi dengan rekan kerja yang baru, jika tak ingin dicap arogan. Perhatikan tata cara, jangan gegabah bertindak. Perhatikan apa yang boleh dan tak boleh dilakukan. Untuk yang telah lama berkarier, konsisten saja dengan yang Anda kerjakan. Jangan *improve* jika belum tahu akan hasilnya. **Keuangan:** Banyak tagihan. **Asmara:** Ada yang memerhatikan. **Pekerjaan:** Berani memutuskan.



ASTROLOGI

Capricorn 22 Des-19 Jan

Minggu ini ada sedikit perdebatan dengan pasangan. Ujung-ujungnya masalah ekonomi. Tuntutan bulan ini cukup banyak, jika tidak diselesaikan akan makin memuncak. Harus ada solusi, minta bantuan atau aset Anda harus dilepaskan. Memang kedua alternatif itu cukup berat, tapi ini langkah terakhir untuk Anda dapat keluar dari permasalahan. **Keuangan:** Segera cari solusi. **Asmara:** Hubungan terlihat memanas. **Pekerjaan:** Sebaiknya terima tawaran tersebut.

Aquarius 20 Jan-18 Feb

Minggu ini Anda harus persiapkan mental dan stamina. Jam kerja yang tak teratur menyebabkan tubuh Anda letih. Jangan biarkan karena akibatnya bisa fatal. Banyak pekerjaan dan tugas yang belum rampung, sedangkan *deadline* telah menanti. Segera bereskan, jangan sampai rekan yang lain kena imbasnya karena kelalaian Anda. **Keuangan:** Prioritaskan kebutuhan. **Asmara:** Cinta lama bersemi. **Pekerjaan:** Ada suara sumbang.

Pisces 19 Feb-20 Mar

Anda harus punya perhitungan matang, jangan sampai besar pasak daripada tiang. Apalagi bulan ini Anda harus mengeluarkan dana ekstra untuk kebutuhan yang tiba-tiba datang tak terduga. Apalagi bagi sebagian dari Anda yang senang berderma, Anda akan banyak memberikan sumbangan untuk orang-orang yang membutuhkan. **Keuangan:** Jika berlebih tak ada salahnya berbagi. **Asmara:** Jangan tergoda. **Pekerjaan:** Akibat terlalu suka menunda.

Aries 21 Mar-19 Apr

Wajar jika Anda sulit berkonsentrasi pada pekerjaan, karena begitu banyak yang harus dikerjakan di minggu ini. Awal bulan ini Anda banyak dapat dorongan untuk berkarya, jangan sia-siakan, tak semua orang dapat peluang. Jika kesempatan ini terlewat bisa-bisa Anda menyesal seumur hidup. Jangan ragu dan harus percaya diri, ini adalah jalan Anda menuju sukses. **Keuangan:** Siapkan dana cadangan. **Asmara:** Kembali ke titik awal. **Pekerjaan:** Buat target pribadi.

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)

Cancer 21 Jun-22 Jul

Anda yang tengah merintis usaha jangan putus asa belum mendapat hasil seperti yang diharapkan. Cari cara agar mendapat banyak pelanggan. Perluas jaringan pertemanan di medsos agar produk dapat berkembang luas. Bulan ini banyak yang akan membeli produk Anda karena ada hari besar. **Keuangan:** Rezeki akan datang pada waktunya. **Asmara:** Buat suasana lebih romantis. **Pekerjaan:** Waktu yang tepat untuk promosi.

Leo 23 Jul-22 Ags

Ada sedikit perbedaan persepsi dengan pasangan. *Mood* Anda ingin menghabiskan waktu di rumah. Permasalahan yang baru Anda hadapi masih melekat di kepala dan perlu waktu untuk *recovery*. Tapi pasangan menginginkan agar Anda *refreshing* untuk membuang segala pikiran negatif yang masih menghantui kehidupan. **Keuangan:** Dapat bantuan. **Asmara:** Perlu *refreshing*. **Pekerjaan:** Waktu untuk memperbaiki diri.

Virgo 23 Ags-22 Sep

Sebagian Anda mengalami keberuntungan dalam pekerjaan, bahkan ada yang dipromosikan. Konsistenlah dengan pencapaian itu, jangan berpuas diri. Kelak energi Anda melemah dan apa yang Anda bangun akan sia-sia. Pencapaian Anda menjadi sorotan karena begitu instan. Jangan pedulikan. **Keuangan:** Harus ada pos anggaran. **Asmara:** Tengah menanti kabar seseorang. **Pekerjaan:** Pasti bisa dapatkan peluang tersebut.

Libra 23 Sep-22 Okt

Memendam unek-unek yang ada di dalam hati akan membuat Anda tersiksa, sebaiknya segera selesaikan. Cari momen yang tepat, saat Anda bisa menumpahkan segala yang ada di hati. Intinya jangan mudah terprovokasi dan terpancing emosi. Tidak ada manusia sempurna, begitu pun Anda. Tetaplah memberikan hal terbaik yang Anda miliki. **Keuangan:** Boleh belanja jika ada dana lebih. **Asmara:** Cinta lama bersemi kembali. **Pekerjaan:** Awas ada penipuan.

Scorpio 23 Okt-21 Nov

Segera selesaikan hubungan yang tengah meruncing dengan seseorang, karena imbasnya akan meluas dan akan melibatkan orang yang seharusnya tak terlibat. Anda dituntut lebih bersabar. Anda tak ingin mendapat penilaian negatif dari orang di sekitar, kan? Sebenarnya ini masalah sepele, jangan dibesarkan. *Close* saja, itu akan membuat Anda dipandang lebih bijaksana. **Keuangan:** Ada rezeki tiba-tiba. **Asmara:** Belum berjodoh. **Pekerjaan:** Bukan *passion* Anda.

Sagittarius 22 Nov-21 Des

Tak ada salahnya ungkapkan rasa rindu atau cinta kepada orang yang dikasihi. Semua itu untuk menumbuhkan kembali rasa cinta Anda kepada pasangan setelah beberapa waktu lalu mengalami masalah dan hampir kandas. Jika masih diberikan kesempatan kedua untuk bersama, gunakan dengan baik untuk memperbaiki hubungan. **Keuangan:** Kalau rezeki akan kembali ke Anda. **Asmara:** Tak akan lari gunung di kejar. **Pekerjaan:** Harus diperbaiki agar produk laku.