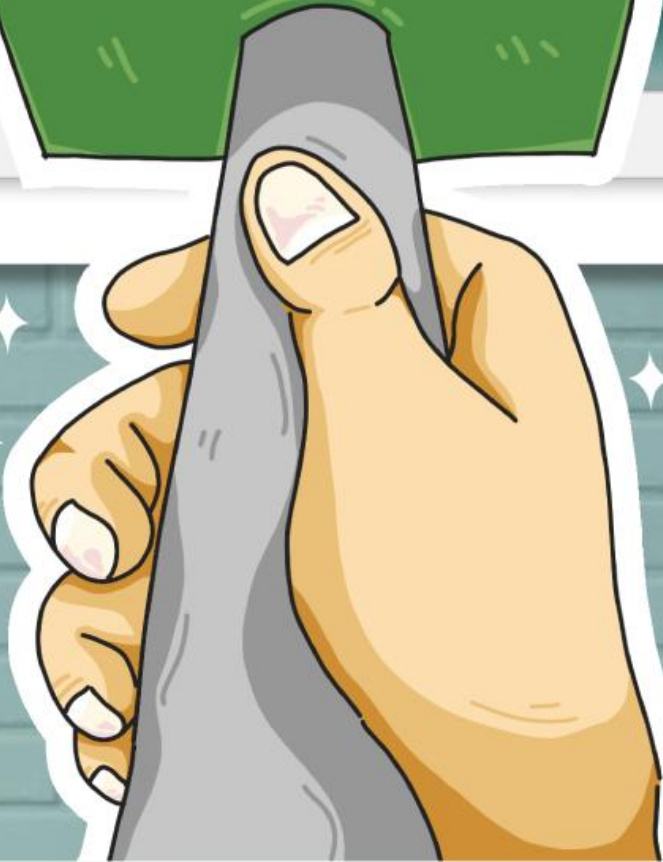


# EX\_SIS

EDISI 12

## J A R A K

2 m



# SALAM PERS MAHASISWA!



**H**alo! Salam hangat kami ucapkan kepada para pembaca setia majalah Ex\_Sis! Puji syukur selalu kami haturkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas kesempatan yang diberikan kepada kru majalah UKM WPS Politeknik Negeri Sriwijaya dalam menerbitkan majalah Ex\_Sis edisi 12. Terbitnya majalah Ex\_Sis (Ekspresi Mahasiswa) ini diharapkan mampu menjadi wadah informasi yang bermanfaat, inspiratif, dan edukatif bagi setiap kalangan.

Kali ini, majalah Ex\_Sis edisi 12 hadir sebagai bentuk lembaran informasi yang dibingkai menjadi sebuah karya dan kreasi bertemakan JARAK. Selain sebagai acuan dalam dunia pers menyebarkan informasi terkini dan terfaktual, majalah Ex\_Sis edisi 12 mampu menjadi suatu karya yang bernilai baik di dalam kampus Politeknik Negeri Sriwijaya maupun di luar kampus.

Saya ucapkan terima kasih kepada para kru majalah UKM WPS Politeknik Negeri Sriwijaya dan tidak terkecuali para pihak terkait yang telah bekerja cerdas dalam penyusunan majalah Ex\_Sis edisi 12 walaupun dalam kondisi yang terbatas di tahun 2020 ini. Dengan kerjasama dan komitmen yang kuat mampu melahirkan sebuah karya yang akan terus mengajak setiap lapisan masyarakat ambil bagian dan menjadi saksi dari setiap karya yang dilahirkan.

Dalam majalah Ex\_Sis kali ini, UKM WPS Politeknik Negeri Sriwijaya diharapkan dapat terus menjadi pers mahasiswa yang jauh lebih baik, aktif, dan kreatif dalam menyebarkan informasi yang independen, lugas, dan terpercaya kepada para pembaca.

Hidup Pers Mahasiswa!  
Hidup Rakyat Indonesia!

## Susunan Redaksi

**Pelindung:** Dr. Ing. Ahmad Taqwa, M.T.  
Direktur Politeknik Negeri Sriwijaya

**Penanggung Jawab:** Ahmad Zamheri, S.T., M.T.  
Wakil Direktur III Politeknik Negeri Sriwijaya

**Pembina:** M. Harun, S. S., M. Hum.

**Pimpinan Umum:** M. Dimas Irvani  
**Wakil Pimpinan Umum:** Bima Pratama W.

**Pimpinan Redaksi:** Selly Wahyuni  
**Wakil Pimpinan Redaksi:** M. Yoga Azto D.

**Editor:** Reza Nanda W., Faisal Z., Haviza  
Febriani, Isroh Mutiara, Kholifa, Nur Aafiah  
Milenia, Septifani Trida Aprilia

**Reporter:** Alda N. Karima, Candania  
Z. Putri, Elizah Fitri, Febrina  
Yolanda, Jesika Ananda, Mohan  
Abdurrahman, Nadya P. Vironisa

**Camera Person:** Ardelia Lona D.,  
M. Aldri Efendi, Nyayu Putri Aulia,  
Satrikal Jamil, Siwi Andriana

**Layouter:** M. Chandra Gunawan,  
Ade Prasetyo, Deni Rizky Sidik,  
Hanny Juanika, M. Habib Izzulhaq,  
Sendy Anjelika

**Video Editor:** M. Handi Syahputra

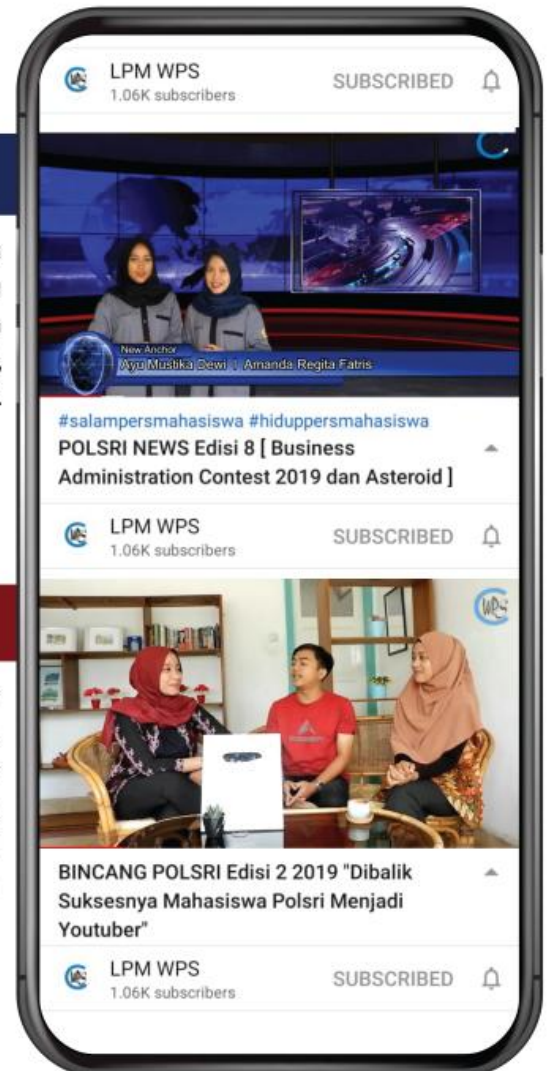
# PRODUK JURNALISTIK

## ● POLSRI NEWS

Polsri News adalah produk jurnalistik yang berbentuk video. Disini kegiatan-kegiatan yang terjadi di lingkungan Politeknik Negeri Sriwijaya dirangkum dan disajikan di kanal Youtube, LPM WPS.

## ● BINCANG POLSRI

Sama seperti Polsri News, Bincang Polsri adalah produk jurnalistik yang berbentuk video. Bedanya, disini dihadirkan bintang tamu yang turut akan menambah kehangatan perbincangan tersebut. Bincang Polsri ini juga dapat diakses melalui kanal Youtube, LPM WPS.



Objeksi (Objek Referensi Kampus Polsri) adalah produk jurnalistik yang membahas topik hangat yang sedang terjadi di lingkungan Politeknik Negeri Sriwijaya. Objeksi ini disajikan dalam media cetak dan media *online*, hal ini dilakukan agar berita tersebut lebih mudah didapat oleh mahasiswa Politeknik Negeri Sriwijaya.


## More Informations

 [www.ukm-wps.polsri.ac.id](http://www.ukm-wps.polsri.ac.id)

 LPM WPS

 [ukmwps.polsri](https://www.instagram.com/ukmwps.polsri)

 @yrr3034e

 0821 8060 8492

 [lpmpolsri@gmail.com](mailto:lpmpolsri@gmail.com)



# Daftar Isi



## Kabar Kampus

- Giveaway Kuota di Kala Pandemi 1
- Tetap Optimis Menyambut 2
- Periode Baru
- Situasi dan Kondisi Ormawa Polsri 4
- pada Masa Pandemi
- Sistem Jalur Penerimaan SBMPN 5
- Polsri di Masa Pandemi Covid-19

## Prestasi Polsri

- Verpoly Mewakili Polsri dalam Ajang 6
- Internasional
- 5 Besar MLCC 2020, Nyalakan Api 8
- E-Sport* di Polsri
- Hobi Mengaji yang Menjadi Prestasi 9

## Highlight

- Minimalisir Wabah Covid-19 dengan 10
- Kuliah *Online*
- Peduli Covid-19, Mahasiswa Polsri 12
- Produksi *Face Shield* Untuk
- Tenaga Kesehatan
- Apa Kabar Kantin? 14

## Did You Know?

- Mengenal APD dan 16
- Ragam Jenisnya
- Inovasi Bermanfaat pada Masa 18
- Pandemi

## Jelajah Kota

- 20 Potret

## New Style

- 22 Pendidikan Vokasi di Tengah
- Pandemi
- 24 Gowes Sepeda di Kala Corona
- 25 Olahraga Modal Badan

## Pojok Karya

- 26 Puisi
- 28 Cerpen

## Review

- 32 Resensi Buku *21 Lessons*
- 33 Film *Mulan (2020)*: Kisah *Mulan Sang*
- Pejuang Wanita di Medan Perang

## Tips & Trick

- 34 Tips-Tips Menjaga Kesehatan Tubuh
- di Masa Pandemi Virus Corona
- 35 Bosan di Rumah? Lakukan Kegiatan-
- Kegiatan Ini Agar Tetap Produktif

## Tanya Polsri

- 36 Aspirasi Mahasiswa

## Games

- 38 TTS

# Giveaway Kuota

## di Kala Pandemi

Sejak 17 Maret 2020, Politeknik Negeri Sriwijaya (Polsri) mulai memberlakukan kuliah daring sebagai salah satu langkah dalam menghentikan rantai penyebaran Covid-19. Salah satu langkah yang diambil oleh Polsri untuk menyukseskan sistem pembelajaran daring ini adalah dengan memberikan kuota internet kepada para mahasiswanya.

Syarat untuk mendapatkan kuota tersebut pun bisa dibilang cukup mudah, yaitu mahasiswa harus menggunakan *provider* Telkomsel dan nomor tersebut harus aktif atau tidak dalam masa tenggang. Dipilihnya *provider* tersebut karena Telkomsel dinilai memiliki akses yang lebih luas dibanding *provider* lainnya. Adapun kuota yang diberikan oleh pihak Polsri adalah sebesar 10 GB per bulannya.

“Program ini merupakan bantuan dari lembaga (Polsri) dan baru berjalan

pada Bulan Juni 2020.

Sebetulnya untuk Bulan Juli dan Agustus itu ada (bantuan kuota), tetapi ada

*miscommunication* antara pihak lembaga dan perusahaan penyedia jasa sehingga bantuan

tersebut tidak terlaksana (pada Bulan Juli dan Agustus). Namun, pada Bulan September akan kembali dijalankan,” terang Ir. Zulkarnain, M. T., selaku Kepala PIH (Pusat Informasi dan Humas) Polsri.

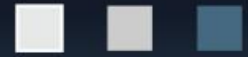
Menyikapi soal program ini, Fristania Ade Putri Maharani selaku mahasiswi Polsri menyampaikan bahwa kuota yang ia dapatkan melalui program ini sudah lumayan efektif dalam menunjang sistem pembelajaran *online*. Namun, masih terkendala pada jadwal pengiriman kuota yang tidak merata untuk seluruh mahasiswa.

“Semua mahasiswa di jurusan saya mendapatkan bantuan kuota semua dengan total yang sama. Namun, kendalanya pada jadwal (pengiriman kuota) yang berbeda, contohnya ada mahasiswa yang tidak dapat kuota pertama 2 GB hari ini. Sehingga mahasiswa bersangkutan terpaksa menunggu kembali satu minggu kemudian untuk kuota pertama tersebut,” ujarnya.

Selain Fristania ada M. Arif Anshori yang turut menyampaikan pendapatnya mengenai program pembagian kuota ini.

“Saran saya, dimohon agar lebih peduli terhadap mahasiswa. Kejelasan informasi mengenai tahap pembagian kuota agar diadakan tahap konfirmasi apakah kuota sudah diterima atau belum oleh mahasiswa. Saya harap semoga pihak dari jurusan atau lembaga lebih sadar akan kendala yang dialami oleh mahasiswanya,” terang mahasiswa semester empat tersebut. (RN/HJ)





# Tetap Optimis Menyambut Periode Baru



Dok: Pribadi

**P**ada 21 Januari 2020, Dr. Ing. Ahmad Taqwa, M.T. berhasil memperoleh suara terbanyak melalui Rapat Senat Tertutup Pemilihan Direktur Polsri periode 2020-2024 yang diselenggarakan di Kampus Politeknik Negeri Sriwijaya. Hal ini otomatis membuat Dr. Ing. Ahmad Taqwa, M.T. kembali menjabat sebagai Direktur Polsri untuk empat tahun ke depan.

“Untuk visi dan misi kita masih sama. Namun akan meningkat dan akan tetap sejalan dengan Visi dan Misi Polsri sendiri,” ujar Dr. Ing. Ahmad Taqwa, M.T.

Dilansir dari laman [polsri.ac.id](http://polsri.ac.id), Ahmad Zamheri, S.T., M.T. yang saat itu masih menjabat sebagai Ketua Senat Polsri mengatakan, proses Pemilihan Direktur Polsri periode 2020-2024 sudah sesuai dengan

Permenristekdikti Nomor 19 Tahun 2017 tentang pengangkatan dan pemberhentian pemimpin Perguruan Tinggi, sebagaimana telah diubah dengan Permenristekdikti Nomor 21 Tahun 2018.

“Alhamdulillah kita sudah melalui beberapa tahap pemilihan mulai dari penjaringan, penyampaian visi misi dan program kerja pada tahap penyaringan, hingga tahap pemilihan dengan pemberian suara yang diikuti oleh anggota Senat Polsri dan Kuasa Menteri Pendidikan dan Kebudayaan,” terangnya.

Viva Andarsyah selaku mahasiswa Polsri mengatakan bahwa ia menanggapi terpilihnya kembali Dr. Ing. Ahmad Taqwa, M.T. sebagai Direktur Polsri dengan positif.

“Menurut saya hal itu cukup bagus ya, karena mungkin saja dari Pak Taqwa ada beberapa target ataupun tugas yang belum tercapai di periode sebelumnya dan bisa diselesaikan di periode ke-2 ini dan juga karena sudah menjalankan satu periode sebelumnya jadi mungkin Pak Taqwa sudah tahu hal-hal apa saja yang bisa dibenahi untuk selanjutnya,” jelasnya. (RN/HJ)





# Situasi dan Kondisi Ormawa Palsri

## pada Masa Pandemi

**S**elama masa pandemi Covid-19, pemerintah mengimbau untuk melaksanakan seluruh kegiatan akademik dan kegiatan kemahasiswaan dari berbagai institusi pendidikan melalui media dalam jaringan (daring), tidak terkecuali kampus biru muda Politeknik Negeri Sriwijaya (Palsri). Kegiatan kemahasiswaan yang dialihkan secara daring ini termasuk perubahan pada Praktik Kuliah Lapangan (PKL), magang, dan pengelolaan Program Kerja (Proker) Organisasi Mahasiswa (Ormawa).

Palsri merupakan salah satu kampus yang memiliki cukup banyak Ormawa, salah satunya adalah Himpunan Mahasiswa Jurusan (HMJ) Teknik Kimia Palsri. HMJ Teknik Kimia ini menjadi salah satu Ormawa yang terdampak akibat hadirnya Covid-19 yang menyebabkan beberapa Proker tidak bisa dilaksanakan. Salah satu anggota HMJ Teknik Kimia, Muhammad Rafli Firmansyah, menjelaskan bahwa pengurus himpunan berusaha semaksimal mungkin untuk dapat menjalankan roda organisasi. Apabila dalam situasi pandemi ini tidak memungkinkan untuk menjalankan Proker, HMJ Teknik Kimia akan menunda terlebih dahulu pelaksanaan Program Kerjanya dan dialihkan ke Proker secara daring.

"Untuk kegiatan rutin masih tetap dilaksanakan, menyesuaikan dengan keadaan dan dilakukan secara *online* serta kami juga tetap berinovasi supaya organisasi bisa tetap produktif seperti biasanya," ujar mahasiswa Jurusan Teknik Kimia tersebut.

Selain HMJ Teknik kimia, ada pula Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) Simpony yang turut membagikan kisahnya. Sebagai UKM yang bergerak di bidang kesenian, anggota-anggota dari UKM Simpony tetap membuat karya sesuai dengan bidang yang mereka geluti. Hasil karya tersebut kemudian akan mereka bagikan melalui media sosial, seperti Instagram dan juga Youtube.

Ketua umum UKM Simpony, Faturrahman berpendapat bahwa situasi pandemi seperti ini tidak menjadi alasan untuk mematikan kegiatan kemahasiswaan. Oleh karena itu, ia menyampaikan harapannya kepada teman-teman UKM untuk terus semangat dan produktif dalam menjalani rutinitas sehari-hari meskipun seluruh kegiatan dilakukan secara daring. (NAM/SA)

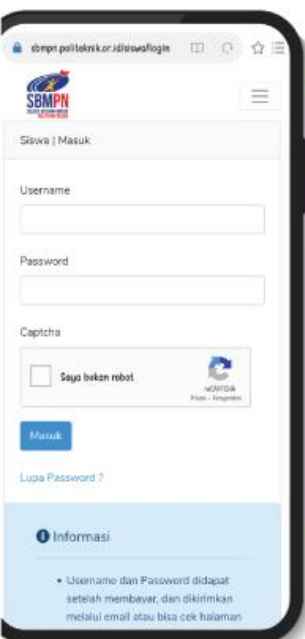




# Sistem Jalur Penerimaan **SBMPN** Polsri di Masa Pandemi **Covid-19**

Seperti yang kita ketahui, Politeknik Negeri Sriwijaya (Polsri) memiliki tiga jalur penerimaan mahasiswa baru. Jalur yang pertama yaitu jalur Seleksi Nasional Masuk Politeknik Negeri (SNMPN) yang dulunya dikenal dengan nama Penelusuran Minat dan Kemampuan Politeknik Negeri (PMDK-PN), jalur yang kedua ialah jalur Seleksi Bersama Masuk Politeknik Negeri (SBMPN) atau yang dulu dikenal dengan nama Ujian Masuk Politeknik Negeri (UMPN), dan jalur ketiga ialah Seleksi Masuk Mandiri (SMM) atau yang dulu dikenal dengan nama Ujian Masuk Mandiri (UMM).

Pada masa pandemi Covid-19 ini tentunya membuat banyak sekali perubahan yang terjadi dalam sistem penerimaan mahasiswa baru, salah satunya ialah perubahan pada sistem penerimaan mahasiswa baru pada jalur SBMPN Polsri. Pada jalur SBMPN Polsri sendiri memiliki banyak sekali perubahan yang signifikan. Hal ini dapat dilihat dari yang semulanya Polsri mengadakan ujian tertulis untuk jalur SBMPN kini penerimaan mahasiswa baru dilakukan berdasarkan nilai rapor, nilai ijazah, serta prestasi pendukung calon mahasiswa.



Menurut Edi Aswan selaku Kepala Humas Polsri, sistem ini sudah dirasa cukup efektif dan cukup baik dari segi penyeleksian data maupun segi penentuan Uang Kuliah Tunggal (UKT) yang ditentukan berdasarkan kemampuan ekonomi keluarga dari calon mahasiswa baru. Bahkan pada tahun ini peminat Polsri meningkat sebanyak 50%. Namun, sistem ini dianggap memiliki kendala bagi pihak lembaga dikarenakan memerlukan proses yang panjang.

Selain itu, kendala juga dirasakan oleh beberapa calon mahasiswa baru Polsri. Menurut M. Riski Rosihan Pratama yang merupakan salah satu peserta SBMPN Polsri mengaku kendala yang sangat terasa adalah sistem yang digunakan sering kali bermasalah pada saat pengisian, sehingga dapat mengakibatkan terganggunya calon mahasiswa baru Polsri dalam pengisian data formulir.

"Dampak baik bagi kampus menurut saya pihak kampus tidak perlu mengeluarkan banyak biaya karena tidak adanya tes tertulis, sedangkan dampak baik bagi calon mahasiswa sendiri mungkin sistem ini cukup membantu dan efektif. Dampak buruknya sistem ini akan sulit dilakukan untuk calon mahasiswa yang berdomisili jauh dari daerah perkotaan," ungkap Rizki Melia Asti mahasiswa Polsri Jurusan Teknik Mesin.

Untuk penerimaan mahasiswa baru Polsri jalur SMM sendiri pihak Polsri telah menyiapkan dua versi pilihan yakni jika kondisi pandemi dianggap telah reda dan diizinkan untuk tatap muka maka dilakukan tes secara tertulis. Namun, jika tidak memungkinkan tatap muka maka seleksi SMM Polsri dilakukan layaknya SBMPN. (KH/SA)



Dok : freepik.com



# VERPOLY

## Mewakili Polsri dalam Ajang Internasional

“Eyang Habibie adalah salah satu inspirasi kami untuk membuat pesawat ini, beliau merupakan tokoh aviasi yang sangat hebat dan diakui seluruh dunia atas kontribusinya. Kami ingin karya anak bangsa Indonesia bisa melalang buana ke seluruh dunia mengharumkan nama bangsa kita,” ujar Muhammad Putra, juru bicara tim di bidang teknik. “*Launching* dari pesawat ini nantinya bisa menjadi salah satu acuan untuk perkembangan teknologi di Indonesia, apabila memungkinkan akan dipasarkan di kancah internasional,” lanjutnya.

Tim yang bernama Arunika Aviation membuat sebuah pesawat dengan sebutan Verpoly untuk mewakili Politeknik Negeri Sriwijaya (Polsri) dalam ajang penghargaan *Green Product Award*, bagian *Green Concept Award Selection 2020* kategori *Mobility*. Acara ini dihadiri oleh perwakilan 52 negara dari seluruh penjuru dunia.

Pesawat Verpoly ini merupakan pesawat elektrik yang ramah lingkungan. Nama Verpoly itu sendiri diambil dari fitur pesawat, yang mana “Ver” diambil dari kata *Vertical* karena pesawat ini merupakan pesawat elektrik VTOL (*Vertical Take-Off and Landing*) multifungsi sebagai unit transportasi *urban air mobility*. Sedangkan, “poly” diambil dari kata *Poly Base* yang artinya *fuselage* dari pesawat ini dapat dimodifikasi sesuai kebutuhan pengguna.

Tim yang berjumlah delapan orang ini telah melakukan diskusi dengan instruktur dari PT GMF AeroAsia Tbk. dan beberapa dosen dari Jurusan Teknik Elektro Polsri guna membahas perancangan yang panjang mengenai tren, perkembangan penerbangan internasional, dan inovasi di bidang elektro dan aviasi.



H. Bacharuddin Jusuf Habibie



“Wah, kalau untuk persiapan banyak sekali, dimulai dari diskusi dan perancangan yang panjang bersama tim, instruktur dari PT GMF AeroAsia Tbk., serta dosen jurusan Teknik Elektro Polsri. Dari diskusi ini banyak dipelajari mengenai *trend* penerbangan internasional dan inovasi-inovasi di bidang elektro dan aviasi,” tambah Muhammad Putra.

Miko Nugraha, salah satu mahasiswa Polsri mengatakan bahwa usaha dari Tim Arunika Aviation ini dapat dijadikan motivasi bagi mahasiswa lainnya agar dapat membawa nama Polsri dalam kancah internasional.

“Perjuangan dari teman-teman kita ini tentunya sangat luar biasa, apalagi telah membawa almamater kita ke dalam perlombaan yang berskala Internasional. Kalau bisa kedepannya Mahasiswa Polsri dapat lebih menunjukkan eksistensinya dalam ajang-ajang internasional lainnya,” ujar Miko.

Perancangan pesawat ini memakan waktu selama setengah tahun persiapan yang sudah dimulai dari Bulan September 2019 hingga Februari 2020 dan telah mengeluarkan biaya sebesar 850 juta rupiah yang menjadi kendala dalam penyelesaian prototipe pesawat ini. Namun, tim tetap optimis untuk bisa tampil dalam ajang internasional ini. (IM/SA)





# 5 BESAR MLCC 2020

Nyalakan Api *E-sport* di POLSRI



Seiring perkembangan zaman, kategori olahraga memiliki berbagai macam cabang, salah satunya adalah *Electronic Sport (E-sport)*. *E-sport* memiliki banyak turnamen dari berbagai kategori *game*, salah satunya adalah turnamen Mobile Legends. Mobile Legends: Bang Bang (MLBB) merupakan *game online* dengan tipe MOBA (*Multiplayer Online Battle Arena*). *Game* ini dimainkan oleh dua tim yang akan saling menghancurkan *base* lawan, dengan satu timnya berjumlah lima orang pemain.

Moonton selaku pengembang pun banyak menyelenggarakan turnamen MLBB, salah satunya adalah Mobile Legends *Campus Championship* (MLCC) yang merupakan turnamen Mobile Legends antar kampus di Indonesia. MLCC tahun 2020 ini diikuti oleh 32 Perguruan Tinggi di Indonesia, salah satunya adalah Politeknik Negeri Sriwijaya (Polsri) yang diwakili oleh tim beranggotakan M. Rizky Pratama sebagai kapten sekaligus mengisi posisi *tank*, Ari Ramadhoni dan M. Rifky Pratama yang mengisi posisi *marksman* dan *support*, serta Haikal Yulian Hidayat dan Ade Ramadhan yang mengisi posisi sebagai *offlaner*.

Turnamen MLCC 2020 berlangsung dalam waktu kurang lebih satu bulan, dimana turnamen

diadakan secara *online* karena adanya wabah Covid-19 yang terjadi. Tim *E-sport* Polsri yang berhasil membawa harum nama Polsri dengan meraih predikat lima besar ini memiliki tujuan untuk mengharumkan nama Polsri khususnya di bidang *E-sport* serta agar dilirik oleh *pro-team* yang melakukan *talent scouting*.

"Harapan saya untuk tim, semoga dapat memberi prestasi lebih banyak lagi di bidang *E-sport* untuk Polsri ke depannya. Lalu, saya harap Polsri akan lebih mendukung bidang *E-sport* karena banyak sekali talenta-talenta dari mahasiswa Polsri di bidang *E-sport*. Hal ini agar hobi dan *skill* mereka tersalurkan sekaligus dapat mengharumkan nama Polsri," ujar Haikal, salah satu anggota tim.

Dengan prestasi yang diraih oleh tim Polsri dalam turnamen MLCC, tentu menjadi pembuka kesempatan untuk jalur *E-sport* agar semakin diminati dan sebagai motivasi untuk para mahasiswa dalam menekuni bidang *E-sport* yang cukup menjanjikan ini. Jadi, *game* tidak selalu tentang hobi dan bermain, dari *game* kita pun bisa menjadi setara atlet profesional yang memiliki banyak penghasilan. (HFR/SA)



# HOBI MENGAJI YANG MENJADI PRESTASI



Dok : Google

Dalam rangka menyambut Bulan Ramadhan, Indosiar telah menyiapkan beberapa program acara yang menarik untuk menemani pemirsanya. Salah satu program yang tayang adalah Ramadhan di Rumah Saja yang menghadirkan segmen Indonesia Mengaji. Segmen ini merupakan kompetisi Qori dan Qori'ah terbaik dari 34 Provinsi di Indonesia dalam melantunkan ayat suci Al-Qur'an yang dilakukan melalui *video streaming* dari rumah masing-masing untuk mendapatkan gelar terbaik.

Dalam segmen Indonesia Mengaji yang berlangsung pada tanggal 6 Mei 2020 lalu ini, Rahma Safitri Paradeudeuh yang merupakan mahasiswa aktif Jurusan Teknik Komputer Politeknik Negeri Sriwijaya sebagai Qori'ah (Pembaca Al-Qur'an) perwakilan Provinsi Sumatera Selatan berhasil meraih posisi teratas di babak pertama penampilan Musabaqah Tilawatil Qur'an (MTQ) dan berhak melanjutkan kompetisi untuk melantunkan ayat suci Al-Qur'an pada babak selanjutnya.

"Alhamdulillah saya diberi amanah untuk mewakili Sumatera Selatan. Disamping saya memang menyukai mengaji, motivasi saya yakni ingin mencari pengalaman yang lebih baik lagi dengan harapan apa yang saya lakukan mendapatkan keberkahan dalam hidup saya. Untuk persiapannya sendiri, saya melakukannya semaksimal mungkin dengan dukungan dari keluarga dan Kementerian Agama Sumatera Selatan serta para Ustadz dan Ustadzah," ujar Rahma.

Salah satu teman Rahma yang merupakan Mahasiswa Jurusan Akuntansi Program Studi (Prodi) Akuntansi Sektor Publik Politeknik Negeri Sriwijaya, Melinda Diapan Rubby, mengungkapkan rasa syukur dan bangga setelah melihat penampilan Rahma yang memukau bahkan mendapat pujian dari para komentator. "Saya dan teman-teman Polsri yang lain pasti bangga karena Rahma bisa menjadi perwakilan dari Provinsi Sumatera Selatan dalam Lomba Indonesia Mengaji tersebut. Selain membanggakan Sumatera Selatan, Rahma juga membanggakan Polsri dan bisa menjadi motivasi bagi mahasiswa Polsri maupun mahasiswa Sumatera Selatan lainnya. Tetap semangat Rahma! Yang terpenting kamu selalu memberikan yang terbaik, apapun hasil akhirnya jangan berkecil hati tetapi ambil pengalaman dan hikmahnya," ungkapnya.

Adapun tips - tips dari Rahma agar mudah belajar mengaji yaitu seperti selalu istiqomah, perbanyak mendengarkan dan mempraktikkan bacaan Al-Qur'an, serta harus mencari guru mengaji untuk mengoreksi bacaan Al-Qur'an kita. (NAM/SA)





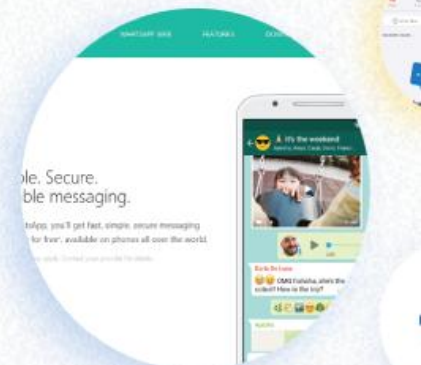
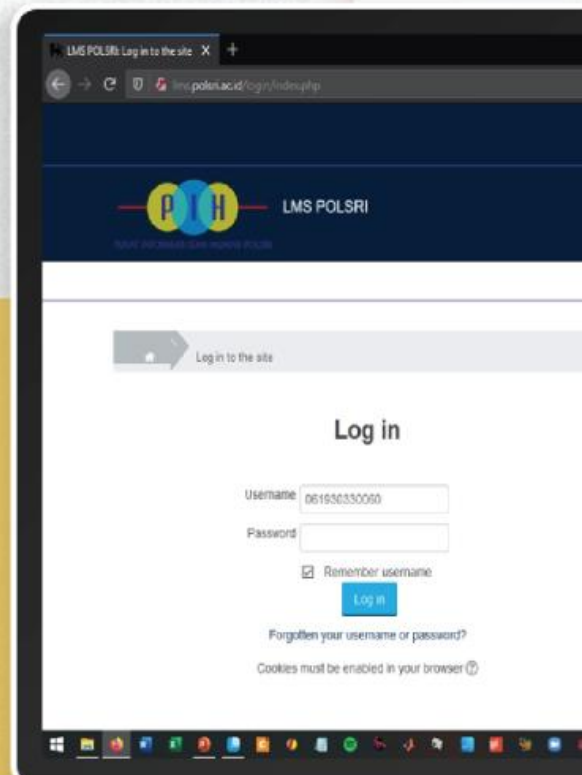
# Minimalisir Wabah Covid-19 dengan Kuliah Online

Di tengah penyebaran wabah Covid-19, beragam kerisauan telah melanda dunia baik dari segi sosial, ekonomi, kesehatan, masyarakat maupun pendidikan. Dalam dunia pendidikan sendiri, salah satu dampak Virus Corona ialah menyebabkan banyak negara mengambil kebijakan untuk meniadakan seluruh aktivitas pendidikan tatap muka dan menggantinya dengan pendidikan jarak jauh. Hingga saat ini, di Indonesia ada beberapa Perguruan Tinggi Negeri maupun Swasta mulai menerapkan kebijakan kegiatan belajar-mengajar secara online, salah satunya Politeknik Negeri Sriwijaya.

Kegiatan kuliah *online* atau yang sering dikenal dengan sebutan kuliah daring ini sudah berjalan lebih dari sebulan di Polsri dengan memanfaatkan berbagai aplikasi pembelajaran untuk memudahkan proses kegiatan kuliah daring. Aplikasi tersebut antara lain, Google Doc, Google Classroom, Google Meet, Skype, WhatsApp, Gmail, Youtube, Edmodo, Zoom, ataupun laman dari lembaga yang sering dikenal dengan *Learning Management System* (LMS) Polsri.

Proses kegiatan belajar-mengajar ini berlangsung dengan cara dosen memberikan materi dan tugas berupa video pembelajaran, PPT, serta modul kepada mahasiswa pada saat jam kuliah *online*. Melalui aplikasi pembelajaran tersebut nantinya para mahasiswa bisa mengumpulkan tugas yang diberikan dosen melalui *Electronic Mail* (E-mail) maupun laman *Learning Management System* (LMS) Polsri.

Banyak pihak lebih memilih untuk kuliah *offline* karena kegiatan pembelajaran *online* ini dianggap kurang efektif. "Menurut saya, kuliah *online* secara umum kurang efektif digunakan di politeknik yang mana mayoritas



mata kuliahnya adalah praktikum. Namun, dikarenakan situasi pandemi saat ini maka dosen harus tetap mengajar yaitu melalui aplikasi *online*. Sisi baiknya dosen menemukan metode mengajar yang variatif sehingga bisa dipahami langsung oleh mahasiswa,” ujar Yogi Eka Fernandes, S.Pd., M.T. selaku dosen Jurusan Teknik Mesin dan Teknik Kimia Polstri.

Bukan hanya itu, kalangan mahasiswa mengaku mengalami berbagai kendala yang harus mereka hadapi selama kegiatan perkuliahan daring berlangsung. “Kendala yang dialami dari segi fasilitas ialah gangguan kecepatan jaringan atau ketersediaan kuo-

ta internet yang kurang memadai, Untuk melakukan *video teleconference* saja memerlukan kecepatan dan ketersediaan yang cukup untuk belajar. Disamping itu juga terkadang pembelajaran menjadi tidak efektif apabila hanya mengerjakan tugas tanpa adanya pemahaman yang diberikan oleh dosen secara langsung,” ungkap Akhmad Nur Hidayat, salah satu mahasiswa dari Program Studi Teknik Listrik Jurusan Teknik Elektro Polstri.

“Ada beberapa dosen yang memberikan tugas lebih banyak dibandingkan saat sebelum pandemi dan terkadang *deadline* pengumpulan tugasnya pun singkat atau waktunya bersamaan dengan tugas mata kuliah lain. Sinyal pada *provider* juga tidak se-

lalu bagus, jaringan lambat membuat saya pernah ketinggalan materi dan

dan hampir telat melakukan absensi. Selain itu, komunikasi teks tidak selamanya “nyambung” karena terkadang ada *miscommunication*,” ujar Anna, salah satu mahasiswa Jurusan Bahasa Inggris Polstri.

Di tengah maraknya wabah Covid-19, kegiatan kuliah daring merupakan satu-satunya jalan untuk tetap melangsungkan kegiatan belajar-mengajar. Kegiatan ini memiliki kelebihan yaitu membuat kita kenal akan hebatnya perkembangan Ilmu Pengetahuan dan Teknologi (IPTEK). Namun, di sisi lain kegiatan ini juga memiliki kelemahan yakni kurangnya pemahaman mahasiswa terhadap materi membuat mereka kesulitan dalam mengerjakan tugas yang diberikan dalam tenggat waktu yang singkat sehingga kegiatan ini pun dianggap kurang efektif. (IM/DRS)



## Peduli Covid-19

# Mahasiswa Polsri Produksi *Face Shield* Untuk Tenaga Kesehatan

Saat ini di berbagai negara tengah menghadapi krisis kesehatan dan sosial ekonomi akibat kehadiran virus baru yaitu *Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2 (SARS-CoV2)* dengan penyakitnya yang disebut *Coronavirus Disease 2019 (Covid-19)*. Di Indonesia misalnya, akibat dari cepatnya penyebaran virus ini, ketersediaan Alat Pelindung Diri (APD) yang digunakan tenaga kesehatan untuk menangani pasien Covid-19 pun menjadi terbatas, sehingga hal tersebut membutuhkan perhatian khusus dan sumbangsih nyata dari semua elemen masyarakat.

Melihat kondisi tersebut, para mahasiswa yang tergabung dalam kelompok studi mahasiswa Toke Pempek 3 Dimensi (TP3D) di Jurusan Teknik Mesin Politeknik Negeri Sriwijaya (Polsri) berinisiatif untuk membuat salah satu jenis APD yaitu *face shield* sebagai salah satu bentuk dukungan dalam upaya pencegahan penyebaran Covid-19. *Face shield* itu sendiri adalah alat pelindung pada area wajah untuk meminimalisir paparan *droplet* maupun tangan yang terkontaminasi oleh bakteri ataupun virus. Sehingga tentu akan sangat membantu pekerjaan para tenaga kesehatan.

Agung Firdaus, Ketua HMJ Teknik Mesin mengatakan *face shield* diproduksi secara mandiri di Laboratorium *Computer Numerical Control (CNC)* Jurusan Teknik Mesin Polsri yang berlangsung mulai tanggal 30 Maret 2020 lalu dengan pembiayaan yang berasal dari hasil penggalangan dana berupa sumbangan sukarela dari para alumni, dosen-dosen, serta pihak luar yang ingin bekerja sama untuk melakukan sebuah gerakan dalam menangani Covid-19 ini.

Dalam sehari, mereka dapat memproduksi sekitar 200 *face shield*. Hasil produksi mahasiswa Teknik Mesin Polsri ini kemudian didistribusikan ke rumah sakit dan puskesmas yang ada di wilayah Sumatera Selatan secara gratis dengan sistem *pre-order*. Bahkan, ada pula permintaan dari luar Sumatera Selatan diantaranya Bengkulu, Lampung, dan Sumatera Barat.

"Produksi *face shield* dalam sehari bisa mencapai 200 pcs. Awalnya memang tidak sampai sebanyak itu, namun semakin hari terus meningkat ditambah semangat mahasiswa yang ingin membantu tenaga kesehatan," ungkapnya.







Dok : Pribadi

Selama proses produksi *face shield*, para mahasiswa menerapkan desain dan pola pelajaran terkait seperti produksi kemesinan, manajemen struktur organisasi dan mata kuliah lain yang berhubungan. Mereka juga memperhatikan standar dan keamanan produksi agar tidak berdampak buruk bagi penggunanya. Bahan utama yang digunakan dalam pembuatan *face shield* adalah plastik mika agar desainnya sesuai standar medis yang lebih mengutamakan tidak memiliki pori maupun rongga sehingga virus sulit untuk menembus *face shield*.

Agung menerangkan ketika proses produksi *face shield* tersebut, dirinya dan rekan-rekan menerapkan sistem *laser cutting* HDPE atau *High Density Polyethylene*, dimana sistem ini memiliki keunggulan pada polietilenanya yang berdensitas tinggi. Prosesnya pun cepat dengan *laser cutting* dibantu manufaktur desain komputer. Secara proses, produksi *face shield* terdiri dari beberapa tahapan yakni perencanaan desain, sistem *laser cutting* HDPE, *cutting* PP (mika), sterilisasi, kontrol kualitas atau perakitan, pengemasan, dan selanjutnya distribusi.

"Dalam pembagian tugasnya kami memberlakukan dua *shift* yaitu pagi dan siang hari. Selain itu, terdapat pula pembagian divisi yang terdiri dari divisi *cutting* (pemotongan) dengan CNC *Laser Cutting*, divisi sterilisasi (pencucian dan pembersihan) hasil produksi pemotongan, divisi *assembly* (perakitan) barang yang sudah dipotong dan disterilisasi menjadi satu paket produk, dan divisi *packing* (pengemasan) produk ke dalam satu kardus yang kemudian disalurkan ke dalam *waiting list*," ujarnya.

Sebelum digunakan, *face shield* masih perlu disterilisasi lagi. Langkah ini sangat penting mengingat karakter *face shield* yang belum memiliki standar pengujian, sehingga sifatnya hanya sebagai tambahan pengaman. "Sempat ada ide untuk membuat *chamber* disinfektan atau bilik yang bisa menyemprotkan disinfektan ke badan. Namun, dikarenakan ide tersebut tidak disarankan oleh WHO karena tidak sesuai dengan kriteria keselamatan bagi manusia, jadi hanya membuat dan berfokus ke pembuatan *face shield* yang sangat dibutuhkan oleh tenaga kesehatan," tutup Agung. (STA/DRS)



# APA KABAR KANTIN?

Sumber Foto : M. Aldri Effendi  
Lokasi : Politeknik Negeri Sriwijaya  
Diambil tanggal : 22 / 8 / 2020

**K**emunculan Covid-19 tentunya sangat berpengaruh dalam perubahan sistem di sekitar kita. Mulai dari sistem berskala besar dalam lingkup negara, hingga sistem yang berlingkup pada perguruan tinggi. Perubahan sistem-sistem tersebut dilakukan demi memutuskan rantai penularan virus ini dan mau tidak mau masyarakat dituntut untuk mematuhi.

Dalam menanggapi kehadiran Covid-19, Politeknik Negeri Sriwijaya memutuskan untuk mulai memberlakukan kuliah dalam jaringan (daring) sesuai dengan Surat Edaran Nomor: 1/PL6/SE/2020 yang awalnya direncanakan untuk dilakukan dari tanggal 17 Maret 2020 hingga 27 Maret 2020. Namun, dikarenakan kondisi yang tidak kian membaik membuat masa kuliah daring ini diperpanjang dari tanggal 27 Maret 2020 hingga 24 April 2020 seiring dikeluarkannya Surat Edaran Nomor: 3/PL6/SE/2020. Ditambah lagi dengan adanya Pengumuman Nomor: 2518/PL6.3.1/PU/2020 yang meliburkan mahasiswa selama Bulan Ramadhan membuat masa perkuliahan dipukul mundur hingga 29 Mei 2020.

Hadirnya Surat Edaran dan Pengumuman tersebut tentunya sangat berdampak untuk seluruh individu yang menggantungkan hidupnya pada sistem perkuliahan, seperti mahasiswa, dosen, staf kepengurusan Polsri, dan tidak terkecuali pedagang kantin.

Sebagaimana yang sudah kita ketahui, pemasukan dari pedagang kantin berasal dari keuntungan yang didapat dari hasil penjualan dagangan mereka. Namun, perubahan sistem perkuliahan ini memaksa para pedagang kantin untuk memutar otak agar mereka tetap mendapatkan penghasilan di tengah wabah yang sedang melanda.

"Untuk penjualan kami sekarang hanya melayani secara *online* saja dan untuk pendapatannya sebesar 5-10% dari penjualan biasanya," ujar Rasmaji Syahyogi, pemilik Bakso Kacik GGS, salah satu pedagang di Kantin Polsri.

Hingga saat diwawancara pada tanggal 7 Mei 2020, Rasmaji mengatakan bahwa ia masih belum mendapatkan bantuan, baik dari pihak pemerintah maupun lembaga Polsri. Walaupun begitu para pedagang kantin tetap ditagih biaya sewanya untuk tiga bulan awal. Hal tersebut diduga karena sudah ada kesepakatan awal antara pihak lembaga dan pedagang.

Eksistensi pedagang kantin di wilayah institusi pendidikan terutama di perguruan tinggi memang merupakan hal lumrah dan mungkin bukanlah hal yang istimewa. Namun, kehadiran mereka tentunya secara tidak langsung turut berperan dalam memajukan dan memberi warna tersendiri pada tiap-tiap institusi pendidikan tersebut, sehingga kita perlu lebih memperhatikan nasib mereka dan jika mampu turut mengulurkan tangan untuk membantu mereka. Tidak perlu mengatasnamakan lembaga ataupun mahasiswa namun cukup dengan mengatasnamakan kemanusiaan. (RN/DRS)

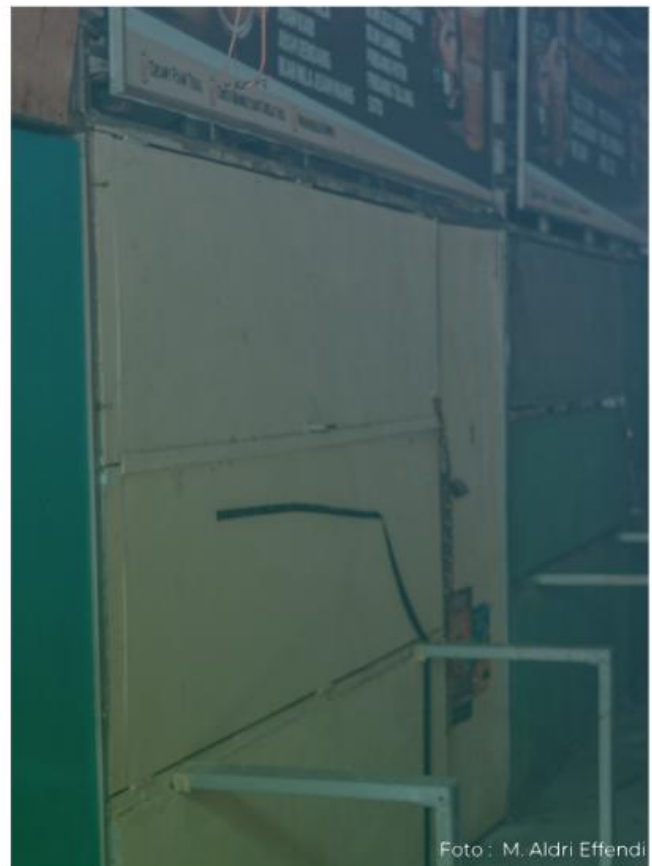


Foto : M. Aldri Effendi



# Mengenali APD dan Ragam Jenisnya

Seiring dengan meningkatnya jumlah kasus Covid-19, permintaan akan Alat Pelindung Diri (APD) juga turut mengalami peningkatan. Bagaimana tidak, penggunaan APD ini memang dinilai sangat penting apalagi untuk orang yang masih harus bekerja ditengah yang melanda ini tetapi tetap ingin membantu melandaikan grafik kenaikan kasus Covid-19.



APD sendiri adalah seperangkat alat yang dapat melindungi pemakainya dari segala macam bahaya dan risiko yang dapat mengancamnya. Dilansir dari Alodokter.com, APD yang ideal untuk melindungi tubuh dari paparan Virus Corona memiliki kriteria tertentu, yakni:



**1** Mampu melindungi tubuh dari percikan dahak yang mengandung Virus Corona

**2** Ringan dan tidak membatasi gerak atau menimbulkan rasa tidak nyaman

**3** Mudah dibersihkan

**4** Tidak mudah rusak

**MASKER****1**

Mengenakan masker merupakan salah satu langkah utama dalam mencegah penyebaran Covid-19. Terdapat dua jenis masker yang dinilai ampuh yaitu *surgical mask* dan *surgical respirator N95*.

*Surgical mask* adalah masker yang paling umum digunakan dengan fungsinya melindungi dari *droplet*, mempunyai tingkat efisiensi penyaringan kuman di bawah 95% dan hanya sekali pakai.

Sedangkan, *Surgical Respirator N95* memiliki tingkat penyaringan kuman di atas 95%, dapat melindungi penggunanya dari *droplet*, serta memiliki daya tahan yang lebih lama dan dapat dicuci. Namun, tingkat efisiensi penyaringannya menurun dengan seringnya masker ini dicuci.

**FACE SHIELD****2**

*Face Shield* adalah APD yang digunakan untuk melindungi seluruh bagian wajah, mulai dari dahi hingga dagu. Alat ini berfungsi selayaknya perisai yang melindungi wajah pengguna dari *droplet* yang menginfeksi pengguna.

*Face shield* umumnya terbuat dari plastik transparan, sehingga pengguna tetap dapat melihat dengan jelas walaupun menggunakannya. Penggunaan *face shield* ini biasanya dilengkapi dengan memakai masker untuk meningkatkan perlindungan penggunanya.

**HAZMAT SUIT****3**

*Hazmat suit* merupakan perlengkapan wajib yang digunakan oleh tenaga medis dalam menangani pasien Covid-19. Hal ini disebabkan karena *hazmat suit* dapat melindungi seluruh bagian tubuh sang pengguna, mulai dari ujung kaki hingga ujung kepala. Penggunaan dari *hazmat suit* ini juga sering kali digabungkan dengan penggunaan *filter* pemurni udara, sarung tangan, serta sepatu *boots*.

Itulah beberapa contoh dari APD yang sering digunakan oleh masyarakat umum dan juga tenaga medis. Menggunakan APD memang dapat melindungi kita dari penyebaran Covid-19. Namun, jangan lupa untuk tetap mematuhi protokol kesehatan yang lain ya teman-teman! (RN/DRS)



Dok: Netdna



# INOVASI BERMANFAAT

**M**ulai merebaknya Coronavirus di seantero dunia membuat kita terpaksa untuk menjaga jarak dan sebisa mungkin untuk membatasi interaksi dengan orang lain. Berikut adalah beberapa penemuan yang dapat menunjang kebutuhan serta aktivitas kita selama menjalani kehidupan di tengah keberlangsungan Coronavirus di muka bumi:

## Robot Pelayan

Para pelayan di toko memiliki risiko besar terpapar Coronavirus. Mereka harus melayani dan berkontak langsung dengan berbagai orang dari berbagai tempat sehingga memiliki kemungkinan yang besar untuk terpapar. Oleh karenanya, mengganti pelayan manusia dengan robot pelayan adalah pilihan yang tepat untuk menyelamatkan banyak jiwa.



## Drone

Pandemi yang sedang berlangsung saat ini mengharuskan kita untuk selalu menjaga jarak mengurangi potensi terkena jangkitan Coronavirus. Namun, banyak bidang pekerjaan yang mengharuskan para pekerjaannya untuk tetap berada di luar dan berkontak langsung dengan orang banyak. Penggunaan *drone* pada masa pandemi merupakan pilihan yang efektif untuk mengurangi kontak fisik secara langsung bagi para pekerja seperti kurir dan juru kamera.



## Touchless Keypad

Covid-19 yang sedang mewabah saat ini melakukan transmisi melalui droplet. Maka dari itu bersentuhan langsung terhadap benda yang sering disentuh pada area publik perlu dikurangi. Tempat-tempat seperti lift, ATM, dan lain sebagainya mulai menggunakan *touchless keypad* sebagai usaha membendung penyebaran dari Covid-19.



# PADA MASA PANDEMI

## Thermal Scanner



Meskipun gejala suhu tubuh yang tinggi tidak selalu dialami oleh orang yang terjangkit Covid-19. Mendeteksi suhu tubuh tetap diperlukan sebagai langkah pencegahan terhadap virus ini. Biasanya *thermal scanner* dipakai dalam bentuk *thermal gun* yang digunakan untuk memeriksa orang satu per satu. Meskipun demikian, *thermal scanner* juga dapat dipasang pada kamera pengawas sehingga dapat mengecek suhu tubuh orang-orang secara massal.

## Hygiene Hook



Salah satu cara agar terhindar dari Covid-19 adalah dengan menghindari sentuhan langsung dengan permukaan benda. Maka dari itu *hygiene hook* diciptakan untuk menyentuh benda seperti tombol di ATM, knop pintu, ataupun tombol di lift secara tidak langsung. Benda ini biasanya terbuat dari plastik atau logam campuran.

## Cashless Money



Uang tunai merupakan salah satu media penyebaran Covid-19. Hal ini dikarenakan uang selalu berpindah tangan dengan sentuhan langsung dan berkemungkinan besar untuk terjangkit virus. Maka dari itu, uang *cashless* atau pembayaran secara digital akan sangat bermanfaat, selain penggunaannya lebih praktis juga dapat mengurangi potensi penyebaran virus. (FZ/AP)



Dok : Satrikal Jamil



Dok : M. Habib Izzulhaq

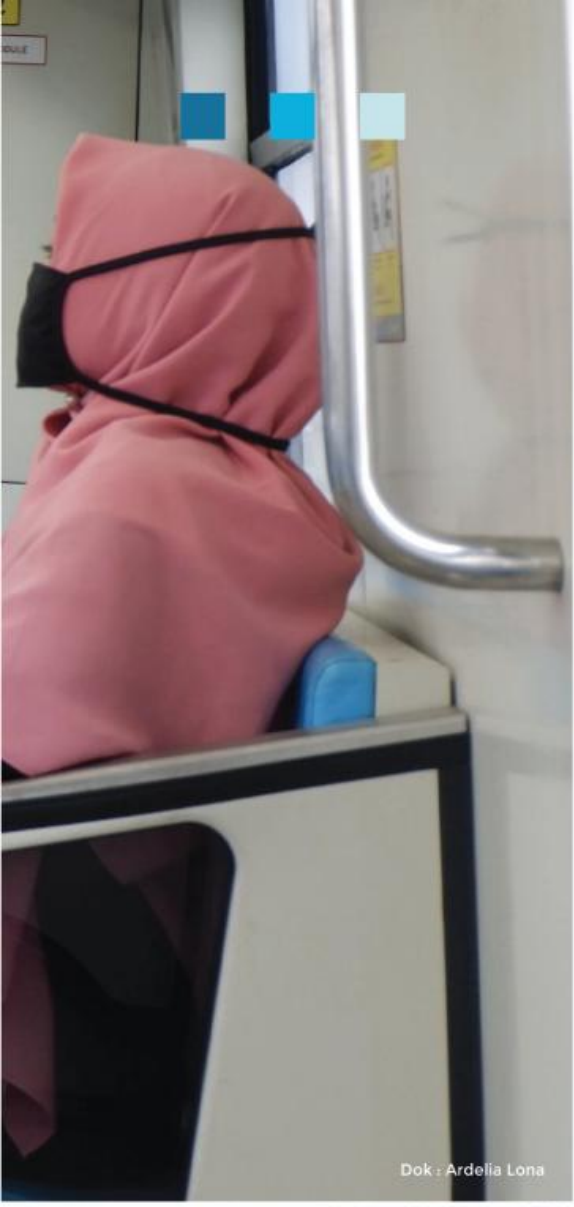


Dok : M. Aldri Effendi



# POTRET

Sejak mulai diberlakukannya *new normal*, kehidupan masyarakat Kota Palembang berangsur-angsur mulai kembali seperti sedia kala. Walaupun begitu, tentunya masih ada perbedaan yang dapat dirasakan. Berikut adalah cuplikan kehidupan masyarakat Kota Palembang yang telah kami abadikan dalam bentuk lembaran foto. (AP)



Dok : Ardella Lona



Dok : Nyayu Putri Aulia



Dok : Ardella Lona



Dok : Siwi Andriani



Sumber : polsri.ac.id

# PENDIDIKAN VOKASI DI TENGAH PANDEMI

Istilah *new normal* sudah tidak asing lagi didengar oleh masyarakat di seluruh negara tidak terkecuali di Indonesia. Lalu, apa itu *new normal*? Menurut Achmad Yuriyanto, Juru Bicara Penanganan Covid-19 menjelaskan bahwa *new normal* merupakan tatanan, kebiasaan, dan perilaku baru yang berbasis pada adaptasi untuk membudayakan perilaku hidup bersih dan sehat.

Untuk penanganan Covid-19 yang terus meningkat, Indonesia telah melakukan beberapa upaya pencegahan, salah satunya ialah penerapan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) yang telah diterapkan di seluruh wilayah Indonesia yang terpapar Covid-19. Salah satunya ialah Kota Palembang, Provinsi

Sumatera Selatan telah melaksanakan PSBB sejak tanggal 20 Mei 2020 lalu.

Dikarenakan kasus Covid-19 yang terus meningkat, pemberlakuan PSBB tentunya membuat sebagian besar kegiatan baik di bidang ekonomi, pendidikan, ataupun di bidang lainnya tidak dapat berjalan sebagaimana mestinya. Maka dari itu, pemerintah perlu melakukan tatanan hidup baru atau yang disebut dengan *new normal* untuk menangani kehidupan masyarakat di tengah pandemi Covid-19 yang belum juga kunjung reda.

Setelah dikeluarkannya kebijakan *new normal* oleh pemerintah, kehidupan masyarakat di Kota



Palembang sendiri sudah mulai berangsur normal seperti sedia kala. Hal ini ditandai dengan mulai dibukanya kantor-kantor pelayanan masyarakat ataupun industri pariwisata seperti hotel, restoran, kafe, ataupun tempat hiburan sejak bulan Juli 2020. Dengan persiapan yang matang, para pelaku industri juga telah menerapkan disiplin protokol kesehatan di lokasi kantor ataupun lokasi usaha mereka dengan menyediakan tempat untuk mencuci tangan di pintu masuk, melakukan tes suhu badan saat pengunjung hendak masuk, memberlakukan peraturan wajib memakai masker, menghindari kerumunan, serta menjaga jarak ketika menunggu giliran pelayanan atau pada saat antrean.

Dalam lingkup pendidikan yang menerapkan sistem pendidikan vokasi seperti Politeknik Negeri Sriwijaya, penerapan *new normal* tentunya sangat dibutuhkan. Hal ini disebabkan karena sistem pendidikan vokasi selalu mengedepankan praktik dibandingkan teori, yang mana kegiatan praktik tersebut sempat tersendat di masa pandemi Covid-19.

“Sistem perkuliahan daring kemarin sangat mengganggu mata kuliah

yang sebetulnya harus dipraktikkan secara langsung. Memang mata kuliah tersebut tetap berjalan melalui simulasi menggunakan aplikasi tertentu, tetapi tetap saja rasanya ada yang kurang,” terang Ferdhi Arif Sulaiman, salah satu mahasiswa Jurusan Teknik Elektro Politeknik Negeri Sriwijaya.

Dalam penerapan *new normal* ini, Politeknik Negeri Sriwijaya tetap menjalankan mata kuliah praktik secara tatap muka. Sedangkan untuk mata kuliah teori tetap dilaksanakan secara daring.

“Untuk mata kuliah teori kita masih belum berani untuk mengadakan sistem belajar mengajar seperti biasa karena kondisi kita saat ini masih belum jelas sudah aman atau belum (dari Covid-19). Kalau untuk kuliah praktik sebisa mungkin akan diadakan seperti biasa, namun tetap akan menerapkan protokol kesehatan. Sedangkan jadwal dari setiap mata kuliah praktik tersebut akan diatur sedemikian rupa agar jadwal praktik mahasiswa tidak menumpuk di satu hari,” ujar Ahmad Zamheri, S.T., M.T., selaku Wakil Direktur III Politeknik Negeri Sriwijaya. (KH/AP)



Dok : Ardella Lona



Dok : M. Habib Izzulhaq

Dok : Ardella Lona

# GOWES SEPEDA DI KALA CORONA

Di tengah pandemi Covid-19 ini marak sekali orang-orang yang bersepeda, tak terkecuali juga mahasiswa Politeknik Negeri Sriwijaya (Polsri). Dibanding hari-hari sebelum terjadi pandemi, bisa dilihat mulai dari taman, lapangan terbuka hingga jalan raya, banyak sekali ditemukan masyarakat termasuk mahasiswa yang bersepeda. Hal tersebut dilakukan sebagai bentuk rekreasi dari rasa jenuh atas pembelajaran daring yang dilakukan selama pandemi ini.

Bersepeda merupakan bagian dari aktivitas gaya hidup sehat yang mudah dan menyenangkan. Dengan menggowes sepeda, adapun manfaat-manfaat yang diperoleh antara lain dapat menjaga kebugaran, membakar kalori, menjaga berat badan, dan yang pasti dapat menjadikan tubuh lebih sehat. Begitu pula pada lingkungan, bersepeda dapat mengurangi polusi udara dan juga kemacetan.

Hafizh Haikal, Penggerak Komunitas Palembang Gowes Club sekaligus mahasiswa dari Polsri ini berujar bahwa bersepeda memiliki manfaat yang banyak, seperti mendapatkan badan yang bugar, menghilangkan stres, dan juga sebagai penjalın tali silaturahmi bersama teman pesepeda lainnya.

Bila kita amati, tren bersepeda awalnya didorong oleh beberapa hal seperti sepi nya ruas-ruas jalan karena himbauan untuk di rumah saja, kebutuhan untuk memperkuat kebugaran dan daya tahan tubuh, serta rasa bosan dan jenuh ketika di rumah.

Hal-hal yang perlu disiapkan untuk bersepeda pun sebenarnya sederhana. Cukup dengan sepeda, perangkat pendukung berupa helm dan sarung tangan, serta bisa juga ditambahkan lampu depan dan belakang sebagai penerang jalanan ketika bersepeda di malam hari, sudah dapat menjadikan gowes anda berjalan dengan aman. Namun, waktu yang tepat untuk bersepeda yakni di pagi maupun sore hari.

“Hal yang lebih penting lagi yakni untuk tetap patuhi peraturan lalu lintas, pakai masker, dan menjaga jarak saat di jalan,” jelas Pemenang Bujang Kampus Sumsel 2019 yang juga sebagai Duta Pendidikan dan Kebudayaan ini.

Semoga pembaca dapat selalu sehat dan selamat melewati masa pandemi ini melalui aktivitas yang sehat dan bermanfaat seperti kegiatan bersepeda. (FZ/AP)

Dok : Ardella Lona



Dok. Pribadi

# OLAHRAGA MODAL BADAN

Selama menjalani masa karantina, tentunya lambat laun kondisi fisik tubuh kita akan mengalami penurunan karena aktivitas dibatasi hanya di rumah saja. Ditambah lagi, kita selaku mahasiswa tetap diharuskan untuk menjalani masa perkuliahan daring yang membuat pikiran terasa tidak segar. Salah satu langkah untuk menyegarkan kembali pikiran tersebut walaupun di rumah saja adalah dengan kalistenik.

Kalistenik adalah metode olahraga yang memanfaatkan berat badan dari setiap individu dalam tiap program latihannya. Dengan hanya memanfaatkan berat badan masing-masing individu tersebut, membuat kalistenik menjadi olahraga yang fleksibel serta dapat dilakukan dimana dan kapan saja. Beberapa contoh gerakan dari kalistenik ini diantaranya ialah *push-up*, *sit up*, *pull-up*, *dips*, dan *squat*. Dibandingkan membentuk otot, program latihan dari kalistenik lebih berfokus pada ketahanan otot dan kekuatan (*strength*).

"Bisa dibilang kalistenik ini merupakan olahraga senam artistik versi jalanan atau biasa dikenal dengan istilah *street workout*. Olahraga ini sangat berbeda dengan olahraga aslinya yaitu *gymnastic* yang dibawakan dengan sangat formal dan terstruktur mulai dari prosedur bergabung, tempat latihan, jadwal latihan, bahkan pertandin-

gan. Namun, tanpa mengurangi atau mengubah dasar dari olahraga *gymnastic* itu sendiri, *calisthenics* dan *gymnastics* ini ibarat dua makanan yang sama, hanya saja dalam kemasan yang berbeda," ujar Refly Syabilal yang merupakan anggota Komunitas Sriwijaya *Calisthenics*.

Walaupun sistem latihannya fleksibel, cukup disayangkan masih sedikit masyarakat yang mengenal kalistenik ataupun yang pernah mendengar kata "kalistenik" itu sendiri yang menjadikan olahraga ini kurang berkembang.

"Padahal jika olahraga ini diberikan fasilitas yang memadai maka tentunya akan berkembang lebih besar lagi seperti halnya kalistenik di luar negeri. Namun realitanya, setiap orang yang berlatih kalistenik baik dengan komunitas maupun individual masih sangat kekurangan dari segi sarana maupun edukasi mengenai kalistenik," tambah Refly.

Menjalani sistem olahraga tersebut memang dapat membantu menjaga kebugaran tubuh kita selama menjalani protokol kesehatan yang ada. Namun, tentunya masih banyak lagi cara yang dapat kalian coba untuk dijadikan hobi baru kalian. Selain berolahraga, jangan lupa untuk tetap menjaga pola makan dan kebersihan tubuh kita. Jaga kesehatan kalian ya! (RZ/AP)



Dok. Pribadi



Dok. Pribadi

# Biru

Karya : Haviza Febriani

Gadis itu berdiri menatap birunya laut  
Ombaknya yang berdebur seakan menyambut  
Namun derasnya angin yang menerpa membuatnya terkejut  
Seketika menyapu hatinya yang berkabut

Gadis itu berkata...

Dahulu, birunya laut adalah hal yang kusenangi  
Namun angin membawa potongan kenangan yang seakan membayangi  
Bahkan suara ombak tak dapat lagi membuatku berpikir jernih  
Pun birunya laut menjadi sumber hatiku bersedih

Gadis itu pun menengadah menatap birunya langit  
Hari itu awan tak menampakkan diri  
Hanya hamparan biru yang luas, membuat ia mengernyit  
Ternyata, birunya langit tak pernah berubah sampai hari ini

Sekali lagi, gadis itu berkata...

Dahulu, birunya langit tak membuatku mau menatapnya lama-lama  
Tetapi, saat ini birunya langit menjadi obat rinduku padamu  
Karena birunya langit akan selalu sama  
Dengan biru yang kulihat bersamamu

(MHI)





# Hadirnya Senja

Karya : Septifani Trida Aprilia

**S**enja kembali hadir  
Mewarnai hari yang mulai sepi  
Namun, kuingin menatapnya  
Tanpa menunggu akhir sang mentari

Dan aku disini, disampingmu  
Menikmati senja dan bayang semu  
Ditemani secangkir kopi dan lantunan lagu  
Sementara mentari semakin berlalu

Senja sore ini  
Menjadi saksi bisu nan abadi  
Atas semua yang engkau beri  
Pada kerelaan yang tersudi

Bertahanlah, hari demi hari  
Hingga senja datang kembali  
Biarkan rasa ini terpatri  
Lebih dalam, dan besar lagi

Seandainya langit bisa berkata  
Mereka ingin belajar caraku setia  
Meski terkadang kemampuanku sebatas  
Mentari yang tenggelam di sore hari  
Namun hati ini bisa berjanji  
Untuk selalu memelukmu erat saat senja  
Itu datang

(MHI)





## LUCKY STATION

Sejuk embun pagi, harum masakan Bibi Sari, serta berisik kendaraan di jalan sinar penghuni, pertanda sang mentari telah datang membawa ceria dipagi hari. "kurasakan hangat indahnyanya sang mentari....membangunkanku dari tidur yang lelap ini....", lagu dari RAN yang berjudul selamat pagi terdengar memecah keheningan pagi, suara musik makin terdengar lewat jendela kelas jurusan Seni dan Bisnis di Universitas Artibis. "dan kukatakan...selamat pagi.... kicau burung bernyanyi dan ku siap tuk jalani hari ini....laaalaaa...", musik berhenti ditengah reff, terdengar suara seorang gadis dari balik jendela. "Mata kuliah yang sama, di hari yang sama, dan di jam yang sama, dengan dosen yang sama tentunya. Selama 3 jam kedepan kita akan ditemani dengan mata kuliah dengan efek kantuk terbesar disepanjang perkuliahan yang telah saya jalani selama 4 tahun terakhir ini, bersama saya DJ Dya, Lucky Station Radio dimulai", musik mulai diputar kembali setelah opening dari gadis tahun ke-4 dari Universitas Artibis.

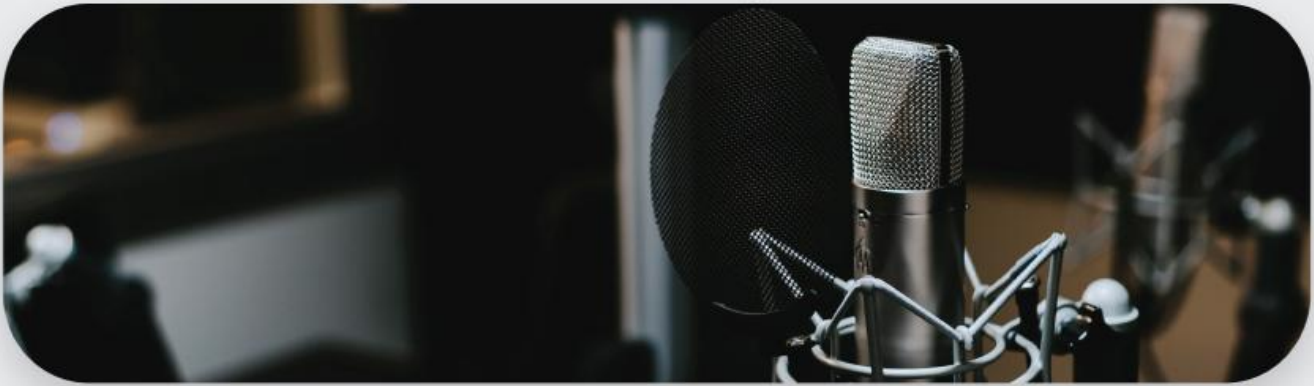
"Dya...dyaaa...dyaaa...maudy-aaaaa...!!!", pekik suara Cilla dari luar kelas. "Astaghfirullah...!!Athala Pricillia Putri!! My sohib from Junior High School terdebess...tercantik..terimut..terpinter..tersoleh, bisa nggak yah kalo mau manggil, maggil aja nggak usah teriak-teriak!!", pekik Dya "lyaa..iyaa.., sori deh maaf hehehe, betewe pujiannya tadi bener semua selain yang tercantik kalo yang itu mah Dya", "lihat orang lagi siaran digangguin, rusak deh rekamannya ada suara Cilla jadi jelek deh""Whaat??, suara Cilla nggak jelek yah!!", Suara Cilla jelek!!aaahh....rekamanku.... huhuhu... hu.. hu..", tangis Dya sembari mendengarkan rekaman suaranya.



"lyaa... iyyaaa... maaf... sori.... mian...., udah sayang nanti siaran lagi yah!! cup cup cup... tuh Pak Rio lagi di jalan mau masuk kelas", "What theeee!???", "lyaaa simpen dulu recordernya buka buku nanti Pak Rio keburu masuk yaa..ya...??", pinta Cilla sembari membantu Dya membersihkan perlengkapan rekaman radionya, "Astaghfirullah Pak Rio Prasetyo dosen on time kesayangan jurusan, sesekali dong Pak nggak masuk kelas. Aku nggak mau jam tidurku bertambah lagi hari ini", gumam Dya sembari mengeluarkan buku, "Gini yah Dy, dikamus Pak Rio nggak ada yang namanya terlambat, 5 menit aja nggak pernah, apa lagi nggak masuk sama sekali", jelas Cilla dengan gaya bicara pintarnya.

Terlihat dari luar sosok lelaki dengan kaki jenjang rambut hitam mengkilat ala bintang iklan sampo, tak kalah mengkilat dengan sepatu hitamnya, dada bidang yang ditutupi dengan setelan kemeja warna milo dipadu padankan dengan celana dasar warna cokelat, dan dasi cokelat. Itulah dia Pak Rio Prasetyo, dosen Mata Kuliah Seni dalam Bisnis termuda dan terdisiplin di jurusan Bisnis. "Dya..Dyaaaa...Dyaaaa...stop tidurnyaaa, bisa-bisanya kamu selalu tidur di MK Seni dalam Bisnis padahal dosennya Pak Rio loh", bisik Cilla sambil menggoyangkan tubuh Dya yang dari tadi tertidur saat perkuliahan berlangsung.





"Cilla.....please deh jangan ganggu jam tambahan tidurku, iyaa aku akui Pak Rio ganteng subhanallah kayak oppa korea", jawab Dya jengkel, "Gantengan aku kali", sahut lelaki yang duduk di depan Dya yang dari tadi diam-diam menguping pembicaraan mereka, "Apaan sih jelek!!", jawab Cilla ketus, "lyaa..iyaa.. Naucal Alfarid Bensten cowok paling ganteng diantara dua cewek disini..wlekk", lanjut Dya, "kenapa mataku ini tak bisa terus terbuka saat Pak Rio menjelaskan materi, sungguh materi yang luar biasa mengundang kantuk", jawab Dya yang langsung melanjutkan tidurnya,"Nggak kok materinya asik... menarik... nyambung..., langsung ngerti malah, apalagi yang ngajar orang ganteng hehehe".

"Udah ah mau lanjut tidur lagi, kalo dengerin Kak Nino sampe 3 jam, aku nggak bakal ngantuk banget kaya gini", "Iya iya makanya kuliah yang bener biar bisa jadi penyiar radio, tanang aja nanti biar Cilla yang jadi CEO tempat Dya kerja trus kita undang Kak Nino RAN jadi bintang tamu nemenin Dya siaran. Gimanaaa.. ??? gimanaaa.. ???", Uhhh pengen cepet-cepet lulus mau cari kerjaaa... nanti kerjanya di tempat siaran radio yang sama kayak Kak Nino, uhhh gak sabaaarr...", "Nah makanya jangan tidur lagi, kalo tidur mulu nggak bakal kesampaian mimpinya", "auk ah pengen tidur, biar bisa mimpi", "Dasar tukang tidur", jawab Cilla yang dari tadi menggeleng-gelengkan kepala mendengar jawaban Dya.

"Cek sound... test.. test.. 123.. Radio DJ siap?, AD siap?, Penulis Utama siap? Tamu kita hari ini siap? Stanby semua, 5 menit lagi kita mulai siarannya", teriak PD dari bilik sebelah.

"Maaf Pak DJ kita belum datang!!"jawab AD, "Aaaaa?!! lagiiii? cepat cari diruangannya", teriak PD. "Siap Pak!!",jawab AD. AD (Asisten Direktur) langsung mencari DJ radio ((Disk Jockey) presenter radio) sesuai permintaan PD (Presiden Direktur) "Astaga kebiasaan setiap mau siaran tidur mulu", gumam AD saat menuju keruangan DJ Radio. "Woy DJ bangun....kita mau siaran..woy..woy...bangguunnnn....dasar tukang tiduuurrr!!!", teriak AD sambil menarik selimut yang diapkainya. "Astaghfirullah...Nokeeeeee!!!!...!!!", teriak DJ Radio. Kebiasaan orang lagi enak-enak tidur dibangunin", teriak DJ Radio marah karena dibangun paksa oleh AD.

"Dasar Dya kebiasaan tidur mulu, dan aku ingetin yah nama ku Naucal bukan Nokel!!, nama bagus dijelek-jelekin. Ini lagi kebiasaan tidur kalo ada siaran pasti mimpi masa kuliah nih, kangen Pak Rio yang dulu yah? hahahah...", ledek Naucal yang tertawa terbahak-bahak. "Apaan sih gila yah!!", jawab Dya yang langsung pergi meninggalkan Naucal diruangannya. "Ngaku aja suka, kalo nggak mau ketahuan makanya sembunyiin baik-baik, barengan aja woy maen tinggal aja", kejar Nouc al yang ditinggal pergi Dya. "Apaan sih Nokel gila", gumam Dya, Naucal yang tertinggal diruangan langsung menyusul Dya, dengan kaki pajangnya tak heran Naucal tiba-tiba muncul di belakangnya. Perbedaan tinggi terlihat jelas ketika mereka berdua berdampingan, bagai langit dan bumi begitu jauh perbedaannya, namun jika dilihat dari penampilan dan paras wajahnya tak heran jika mereka disebut-sebut sebagai Raja dan Ratu Radio.



Yah ketampanan dan kecantikan mereka tak lepas dari gen orang tua mereka yang blasteran Belanda-Jerman, dan lagi mereka anak keturunan orang berada. Sungguh suatu kelangkaan yang sempurna. Juga hobi yang sama membuat mereka menjadi pasangan yang sempurna. Yaahh bisa kalian bayangkan sendiri bagaimana paras mereka, sama halnya dengan tokoh wanita dan pria idaman di buku-buku cerpen atau novel romansa.

"lih Nokol jangan ngekorin dari belakang", teriak Dya sambil berlari dikejar oleh waktu. "Udah dibilangin nama gua Naucal bukan Nokol!!"teriak Naucal, "Dasar tukang tidur, untung cantik", gumam Naucal dalam hati. Muncul seorang gadis dari perempatan gedung yang dilewati Naucal dan Dya. "Ketiduran lagi yah Ratu DJ Radio kesayangan kita ini? hahaha!!", tanya Cilla, namun sapaannya tak dihiraukan, Dya tetap berlari menuju ruang siaran mengingat 3 menit lagi siaran akan dimulai. "Iya nih buk CEO, DJ kita ini layak dapat reward tidur sebelum siaran, hahaha", jawab Naucal sambil tertawa. "Whoohoho...ada Raja Radio nih yang bangunin, gak khawatir telat siaran deh kalo ada yang ngingetin hahahahaa", ledek Cilla.

"Ini dia putri tidur kita, bagaimana? mimpi indah?, hahaha...", ledek tamu spesial yang akan berkolaborasi dengan DJ tetap Lucky Station Radio. "Ma..maa.maaf Kak Nino tadi ketiduran", jawab Dya latah ntah karena lelah berlari atautkah karena gugup didepan idolanya ini. Kak Nino RAN bukan hanya punya bakat dalam menyanyi, Kak Nino juga berbakat sebagai penyiar radio di Delta FM bersama Mbak Asri Welas. Salah satu alasan kenapa Dya ikut berkecimpung dibidang penyiaran radio.

"Sudah-sudah semua siap-siap stand-by ditempat masing-masing", teriak PD. "Waaahh Pak Rio semenjak ganti profesi jadi makin jaya yaahh, hahahha...", ledek Kak Nino. "Sudah siap-siap sana kita mau siaran". "Baik Pak PD laksanakan, hhaahahah". "Okey ready?.. mulai!!", teriak PD dari bilik sebelah. Siaran dimulai dengan lagu coffee for your head dari powfu feat beabadoobee, "Selamat siang semua!!", terdengar suara serentak dari kedua DJ di bilik sebelah. "Apa kabarnya nih?, baik-baik semua yah!!, seperti biasa selama dua jam kedepan Lucky Station Radio akan menemani makan siang kawan-kawan hari ini, kali ini DJ Dya nggak sendirian aja disini.yeah ada Kak Nino disini yang bakal nemenin kita....".



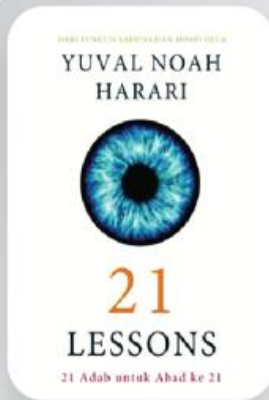


Siaran Lucky Station Radio siang ini berjalan lancar sesuai rencana. “Kerja bagus!!, hari ini siaran kita berjalan dengan lancar terima kasih Nino sudah hadir sebagai bintang tamu kali ini”, puji PD saat pertemuan kerja untuk evaluasi. “nggak kok Pak ini semua berkat kerja keras kita semua”, ucap Kak Nino merendah. “lain kali undang lagi yah di siaran lainnya hehehe...dan untuk DJ Dya bagus sekali penampilan hari ini”, “Hehehe...Makasih Kak”, jawab Dya dengan wajah yang memerah, “uuhh... jarang-jarang liat Kak Nino dari dekat, aduh bang dari dekat liatnya makin ganteng aja hehehe... uhh senengnya jadi pengen ngefly”, gumam Dya dalam hati.

Dengan gaya yang sedikit manja di depan Kak Nino, kelakuannya itu membuat Naucal Jengkel, apalagi ketika Kak Nino sudah pergi, kelakuan Dya tetap membuatnya jengkel”. Apaan sih dipuji gitu aja udah seneng, tuh cowok nggak ganteng-genteng amat gantengan, ish apaan kelakuannya itu sok manja wlek”, gumam Naucal dalam hati. “Cemburuuu yaaah?”, suara muncul dari belakang Naucal secara tiba-tiba, “Apa?? Lo bilang gua cemburu?, gak ngapain juga cemburu”, “iyaaa keliatan loh dari muka lo yang dari tadi jengkel sejak siaran baru dimulai sampe sekarang masih gak berubah, jadi kapan nih nembaknya dah dari zaman kuliah suka nggak nembak-nembak ntar keduluan sama yang lain loohh hahaha”. “Apaan sih Cillaaa!!”, teriak Naucal yang langsung pergi meninggalkan Cilla.

Diruangan tempat peristirahatan staff, seorang gadis duduk sambil memainkan kursi putar, sambil tak henti-hentinya berdecak kagum sambil melihat foto diponselnya, “Ahhh kayak mimpi aja ketemu idola, Kak Nino baik banget gak nyesal bertahun-tahun fangirling, mana tadi siaran bareng, foto bareng trus liat wajahnya dari dekat, apalagi tadi diajak makan kopi bareng uuhhh”. Kursi putar yang dimainkannya tanpa disadari patah, gadis itu pun terjatuh. Braakkk!!!

“Apa itu yang belakang berisik!!!”, teriak Pak Rio yang tadi sibuk menjelaskan materi. Dibelakang terlihat seorang gadis telah tergeletak dilantai ruang kelas, “Dya bangun, Dya bangun Dya...”, aduh kenapa sih tidur pake goyang-goyang segala mimpiin apa sih, hadeh...Dyaaa woy dyaaa...”teriak Cilla sambil menggoyang-goyangkan badan Dya, “Maaf Pak Rio”, “Tiara Maudya Gerin...!!!”, teriak Pak Rio menggema diruangan, memecah keheningan pagi menjelang siang hari itu. “Gak mempan Pak, sekarang Ratu tidur, tidurnya abadi Pak hahaha...”, ledek Naucal sambil tertawa terbahak-bahak. (IM/MHI)



# Resensi Buku

|                |   |
|----------------|---|
| Judul Buku     | : 21 Lessons (21 Abad untuk Abad ke-21) |
| Pengarang      | : Noah Yuval Harari                     |
| Penerbit       | : Globalindo                            |
| Alih Bahasa    | : Haz Algebra                           |
| Lukisan Sampul | : Marc Quinn                            |
| Tahun Terbit   | : 2018                                  |
| Tebal Halaman  | : 376 Halaman                           |

## A. Sinopsis

**K**ita menciptakan mitos untuk menyatukan spesies kita. Kita menjinakkan alam untuk memberi kita kekuatan. Kita sekarang merancang ulang kehidupan untuk memenuhi impian terlarut kita. Namun, apakah kita masih bisa mengenali diri kita lagi? Ataukah penemuan-penemuan kita membuat kita tidak relevan?

21 *Lessons* adalah sebuah eksplorasi tentang apa artinya menjadi manusia di zaman kebingungan ini. Di dunia yang dibanjiri oleh informasi yang tidak relevan, kejelasan adalah kekuatan.

## B. Ulasan

Dalam 21 *Lessons* ini, Yuval Harari mengajak kita untuk menganalisa dan menyikapi berbagai masalah global yang ada dan akan hadir pada abad 21. Yang tak lain permasalahan tersebut adalah konsekuensi dari majunya peradaban manusia saat ini, seperti keruntuhan ekologis, distrupsi teknologi, hingga kecerdasan buatan beserta algoritmanya yang lebih memahami diri anda ketimbang anda sendiri. Meskipun hal-hal yang dibahas merupakan isu kekinian yang bisa dibbilang menuntut kepala kita untuk berpikir, penulis tak lupa untuk menyelipkan beberapa humor sehingga pembaca menjadi *enjoy* dan rileks dalam membaca.

Buku ini bukanlah ramalan yang pasti mengenai masa depan, melainkan berisi prediksi atas dasar analisa berbagai hal yang telah terjadi.

Penulis membagi buku ini menjadi tiga bagian pokok pembahasannya. Awalnya kita dihantar untuk menganalisa tantangan apa saja yang sedang dan akan kita hadapi di masa sekarang pada bidang politik dan teknologi. Pada bagian selanjutnya kita akan diajarkan bagaimana cara kita menerima hal-hal tersebut secara bijak dan kemudian bagaimana cara kita untuk beradaptasi dengan hal-hal tersebut. Dibagian akhir kita diwejangi cara bertahan pada abad ke-21 dan memaknainya.

## Learn.Adapt.Survive

## C. Kelebihan dan Kekurangan

Dari segi penyampaian, buku ini menggunakan bahasa formal yang umum sehingga pembaca mudah untuk mencerna apa yang disampaikan. Dari segi isinya, buku ini mengangkat isu-isu relevan pada masa kini seperti terorisme, hoaks, hingga pemanasan global. Namun, yang perlu diingat buku ini juga membahas secara gamblang hal-hal yang sensitif seperti agama, nasionalisme, pandangan politik, dan ras.

## Rekomendasi

Buku ini bergenre non fiksi kontemplasi yang cocok untuk para pembaca yang sudah merasa dewasa atas pemikirannya karena berisi hal untuk dibaca, direnungkan, dan diterapkan. (FZ/MHI)



# Mulan (2020)

## Kisah Mulan Sang Pejuang Wanita di Medan Perang

**M**ulan (2020) adalah film *live action remake* yang dirilis oleh Disney berdasarkan versi animasi Mulan yang dirilis 22 tahun silam, tepatnya tahun 1998. Film besutan sutradara Niki Caro ini berkisah mengenai Hua Mulan yang menyamar menjadi seorang pria untuk menggantikan ayahnya dan berani melawan sihir di medan perang. Mulan sendiri adalah tokoh fiksi yang terinspirasi dari sosok legenda prajurit perempuan China dari periode Dinasti Utara dan Selatan (420-589 Masehi).

Film Mulan dibintangi oleh bintang-bintang terkenal seperti Liu Yifei, Gong Li, Donnie Yen, Jet Li, Jason Scott Lee, Jackie Cheng, dan Nicholas Walker. Mulan (2020) diproduksi dengan anggaran biaya yang besar mencapai US\$ 290 juta, menjadikan film ini sebagai karya termahal Disney mengalahkan *budget* film *Avengers: Endgame*.

Rencana awal perilisian Mulan (2020) yaitu tanggal 27 Maret 2020. Namun, dikarenakan pandemi Covid-19, penayangan film ditunda beberapa kali dan tidak bisa debut secara global di bioskop. Sampai akhirnya disampaikan bahwa film Mulan akan tayang pada 4 September 2020 di layanan *video streaming Disney+* dimana pelanggan harus memiliki akses premium dan membayar US\$ 29,99 atau senilai Rp 435 ribu. Akan tetapi, Bob Chapek selaku CEO Disney mengatakan bahwa harga tersebut akan berbeda untuk tiap negara. Selain tayang di Disney+, dikabarkan film ini akan tayang di bioskop domestik Amerika Serikat. Bob Chapek pun telah mengonfirmasi bahwa pada bulan ini film Mulan juga akan diputar di bioskop di negara yang tidak tersedia layanan *Disney Plus Hotstar*. Di Indonesia sendiri layanan Disney+ akan berkolaborasi dengan Telkomsel. Dalam keterangan yang ditulis di situs resmi, Telkomsel mengatakan bahwa paket Disney+ *preorder* mulai 21 Agustus hingga September 2020.

Mulan (2020) akan mengambil *tone* yang lebih serius, dimana akan terdapat perbedaan dengan versi animasinya, salah satunya adalah tokoh Mushu sang naga kecil yang ditiadakan. Menurut Niki Caro, Mushu tidak cocok dengan genre cerita perang yang ditampilkan Mulan.

Selain itu dalam Mulan (2020), Mulan tidak akan melawan Shan Yu, pemimpin pasukan Hun, melainkan melawan Xian Lang, seorang penyihir dari Utara yang dapat berubah wujud menjadi burung pemangsa. Tentunya tokoh Xian Lang yang diperankan Gong Li akan membuka cerita baru yang berbeda dari versi animasinya karena dinamika antara Mulan dan Xian Lang yang pasti berbeda dengan dinamika Mulan dan Shan Yu. Film ini juga akan lebih menguatkan nilai-nilai tradisional Tiongkok, seperti keberanian, pengorbanan, dan harga diri. Selain itu, peran Li Shang sebagai kapten yang melatih prajurit dan *love interest* bagi Mulan digantikan tokoh Chen Honghui, peran baru yang tidak ada dalam film animasi pendahulunya. Kehadiran peran baru tentu akan semakin memancing rasa penasaran penonton terhadap film ini.

Cerita dari Mulan ini terkait mengenai serangan dari luar ke dalam perkampungan China yang dihuni oleh Mulan dan keluarganya. Film ini akan dimulai dari bagian Mulan saat digambarkan sebagai sosok gadis desa biasa, lalu proses *boot-camp* yang membentuknya jadi prajurit, hingga keteguhan hati dan kemampuan bertarung yang membuatnya menjadi pahlawan. Pedang dan perang pun menjadi salah satu fokus utama pada film ini. Film Mulan ini mendapat peringkat PG-13 atau khusus bagi yang di atas 13 tahun, disebabkan karena adanya adegan kekerasan di dalamnya.

Mulai dari deretan aktor papan atas yang membintangi film, alur cerita yang menarik, serta keindahan latar, kemegahan medan perang yang tersaji, dan sinematografi yang terlihat di *trailer*-nya menjadikan Mulan (2020) ini layak sebagai film yang paling ditunggu tahun ini. (HFR/MHI)





## Tips-Tips Menjaga Kesehatan Tubuh di Masa Pandemi Virus Corona

**V**irus Corona bisa tertinggal di permukaan benda-benda dan memiliki daya tahan berjam-berjam hingga beberapa hari. Menurut penelitian yang diterbitkan oleh *Journal of Hospital Infection* pada Bulan Februari 2020, Virus Corona bisa bertahan di beberapa tempat dalam waktu tertentu, seperti di udara bertahan sampai 3 jam, di tembaga dan aluminium bertahan hingga 3-4 jam, di sarung tangan operasi atau medis bertahan sampai 8 jam, di kertas karton atau kardus bertahan sampai 24 jam, di besi, baja, dan plastik bertahan hingga 2-3 hari, di kayu dan kaca bertahan sampai 4 hari, di kertas bertahan sampai 4-5 hari. Bahkan dalam sejumlah kasus, virus ini bisa bertahan sampai 5 hari.

Berdasarkan data yang diperoleh dari WHO, organ pernapasan menjadi target utama infeksi Virus Corona. Bahkan sebanyak 87,9% pasien yang terjangkit mengalami gejala demam, batuk kering sebanyak 67,7%, dan merasa lelah sebanyak 28,1%. Penyakit paling umum setelah seseorang terinfeksi adalah mengalami pneumonia. Meski memiliki daya tahan hingga berhari-hari, Virus Corona juga bisa dimatikan. Pertama, dengan menyemprotkan disinfektan ke permukaan barang atau benda yang berpotensi tertempel Virus Corona. Kedua, dengan membersihkan permukaan benda menggunakan sabun, termasuk saat mandi dan cuci tangan. Ketiga, menjaga kesehatan tubuh dengan memakan makanan yang sehat serta rajin berolahraga.

Menjaga kesehatan tubuh merupakan langkah awal untuk menghindari penyebaran Virus Corona. Kesadaran untuk menjaga kesehatan tubuh dan kebersihan dimulai dari beberapa hal kecil yang terkadang dianggap sepele yang nyatanya bisa dilakukan untuk menghindari wabah ini antara lain, mencuci tangan, tidak menyentuh wajah apalagi ketika tangan dalam keadaan kotor, membawa alat makan sendiri, membersihkan meja sebelum makan di tempat umum, usahakan jangan menaiki transportasi umum jika dalam keadaan yang tidak memungkinkan, hindari kontak fisik, siap sedia *hand sanitizer*, bila perlu pakai sarung tangan.

Menjaga imunitas tubuh juga diperlukan untuk memperkecil kemungkinan penyebaran wabah ini. Dengan cara mengonsumsi makanan sehat dan bergizi, menjaga kebersihan lingkungan, istirahat yang cukup, mengonsumsi multivitamin, berhenti merokok, cukup tidur, mengendalikan stres, sempatkan waktu untuk berjemur di bawah sinar matahari, dan berolahraga.

Olahraga juga dibutuhkan untuk menghindari Virus Corona. Beberapa jenis olahraga ringan ini dapat kamu lakukan di rumah antara lain, *squat*, *jumping jack*, *sit up*, *skipping*, naik turun tangga, naik turun kursi, berjalan-jalan kecil di rumah, keliling memutar rumah, berdiri dengan satu kaki, *push up*, perenggangan dada, dan lain-lain.

Virus Corona bukanlah virus yang bisa kita anggap sepele, virus ini bisa menyebabkan penyakit kritis bahkan sampai kematian. Banyak kasus yang telah terjadi. Oleh karena itu, kita perlu tahu cara menjaga kesehatan tubuh agar tidak mudah tertular Virus Corona atau Covid-19 dengan melakukan pencegahan dimulai dari sekarang dan diri sendiri. (IM/MHI)



# Bosan di Rumah?

## Lakukan Kegiatan-Kegiatan Ini Agar Tetap Produktif

### Menyusun Jadwal Aktivitas

Banyak kegiatan yang biasanya dilakukan di luar rumah, banyak pula yang bisa dilakukan ketika di rumah saja. Menggabungkan kedua hal yang berbeda untuk menjadi satu kesamaan terkadang sangat sulit. Untuk itu, kamu perlu menyusun dengan tepat bagaimana jadwal kamu ketika harus melakukan aktivitas seperti kerja atau belajar saat di rumah. Prioritaskan kegiatan utama seperti menyelesaikan pekerjaan atau tugas supaya kamu bisa cepat menyelesaikannya.

### Berolahraga

Kegiatan menyenangkan yang bisa dilakukan selama melakukan karantina mandiri adalah olahraga. Tentu pilihan olahraga bisa disesuaikan dengan kondisi tempat tinggal masing-masing seperti berjalan mengelilingi rumah, lari di tempat, dan sebagainya. Bila memiliki halaman yang luas, berolahraga di halaman dengan paparan sinar



matahari pagi dapat menjadi pilihan yang lebih tepat. Sebab, paparan sinar matahari pagi bisa menambah daya tahan tubuh kalian.

### Bersih-Bersih Ruang

Bagi yang malas membereskan ruangan, mulai sekarang coba perbaiki sifat itu pelan-pelan. Sebab, bersih-bersih ruangan bukan hanya urusan pembantu atau ibu di rumah saja tetapi semua penghuni rumah yang ada di dalamnya. Apalagi saat menghadapi masa karantina ini, waktu luang akan banyak sehingga bisa digunakan untuk melakukannya.

### Belajar Bahasa Asing

Belajar bahasa baru adalah salah satu kegiatan yang bagus untuk mengasah otak agar tetap tajam dan berfungsi optimal. Kita dapat memanfaatkan pembelajaran dari internet melalui aplikasi seperti YouTube, Duolingo, Cake, maupun Memrise.

### Berkebun

Berkebun bukan hanya hobi orang tua saja. Anak muda pun sekarang banyak yang suka kegiatan berkebun. Apalagi belakangan banyak orang yang mulai peduli dengan gaya hidup sehat. Salah satunya adalah dengan mengonsumsi makanan organik. Jika ditekuni, siapa tahu malah bisa jadi pemasok bahan makanan organik untuk orang-orang yang memerlukan. (STA/MCG)





Dok : pribadi

# Aspirasi Mahasiswa Polsri



**Q:** Apakah memungkinkan untuk mengadakan wisuda secara normal?

**A:** Hingga saat ini, masalah wisuda masih kami bicarakan bagaimana sistematisasinya. Namun, ada kemungkinan untuk melaksanakan wisuda secara normal, dengan syarat hanya mahasiswa/mahasiswi saja yang boleh hadir dan akan diadakan selama 7 hari agar tetap sesuai dengan protokol kesehatan yang ada.

**Q:** Mengenai bantuan kuota yang diberikan oleh Polsri, apakah program tersebut masih dilaksanakan?

**A:** Bantuan kuota itu diberikan oleh pusat, sehingga bantuan tersebut baru akan diberikan ketika ada surat perintah mengenai pemberian kuota tersebut seperti pada Bulan Juni lalu dan Bulan September ini, jadi kuota tersebut memang tidak diberikan secara berkala. Untuk mendapatkan bantuan kuota tersebut syaratnya mahasiswa harus mengisi nomor yang masih aktif di laman sisak Polsri dan wajib menggunakan *provider* Telkomsel. Untuk mahasiswa baru masih belum bisa mendapatkan bantuan kuota, karena masih belum terdata sebagai mahasiswa Polsri.

**Q:** Apakah ada rencana untuk merehabilitasi fasilitas umum di kampus, seperti kantin dan WC umum?

**A:** Mengenisaran untuk merehabilitasi fasilitas umum tersebut sudah diterima oleh lembaga, tinggal menunggu pelaksanaannya saja.

**Q:** Mengenai kejelasan bantuan potongan UKT, apakah akan ada pengumuman mengenai jumlah potongan yang mahasiswa dapatkan?

**A:** Masalah potongan UKT itu tidak akan ada pengumuman mengenai bantuan yang akan didapat oleh mahasiswa. Mereka dapat langsung mengetahui nilai potongan yang didapat ketika mereka membayar UKT-nya nanti. Bagi mahasiswa yang mengisi data di sisak, dapat dipertimbangkan nilai potongan UKT yang mereka dapat, sedangkan bagi yang tidak mengisi data di sisak akan langsung mendapat potongan 10%.

**Q:** Mengingat kita sudah memasuki masa *new normal*, apakah ada kemungkinan bagi Polsri untuk mengadakan proses perkuliahan secara normal?

**A:** Walaupun sudah memasuki masa *new normal*, kita tetap harus waspada. Jangan sampai nantinya kita kecolongan. Untuk saat ini baru kuliah praktik saja yang akan kita adakan secara normal, dan bagi kuliah teori tetap akan diadakan secara daring.

**Q:** Pada tahun ini dan kemahasiswaan mengalami pemotongan, kemana dana tersebut dialokasikan?

**A:** Sumber dana kemahasiswaan itu berasal dari BOPTN. Yang mana dana tersebut berasal dari pemerintah untuk Polsri. Pemotongannya langsung dari pusat digunakan untuk penanggulangan Covid-19. Nah dana BOPTN yang terpotong tahun ini tidak bisa digunakan untuk tahun depan, karena dana untuk tahun ini harus digunakan untuk tahun ini dan dana BOPTN ini tidak bisa dialokasikan untuk fasilitas karena sumber dananya berbeda

\*Keterangan : Q = Question  
A = Answer



# Teka-Teki

## Silang Ex\_Sis 12



Designed by rtwpixel.com / Freepik

### Mendatar

1. Produk jurnalistik UKM-WPS yang membahas topik yang sedang hangat di lingkungan Polsri.
2. Tatanan, kebiasaan, dan perilaku yang baru berbasis pada adaptasi untuk membudayakan perilaku hidup bersih dan sehat.
3. Metode olahraga yang memanfaatkan berat badan.
4. Aktivitas gaya hidup sehat olahraga yang mudah dan menyenangkan
5. Virus yang menyebabkan penyakit Covid-19.

### Menurun

1. Salah satu jalur masuk Politeknik Negeri Sriwijaya.
2. Pesawat yang dibuat oleh Arunika Aviation.
3. Alat Pelindung Diri yang paling umum.
4. Divisi pembuatan *face shield* yang melakukan pembersihan dan pencucian.
5. Bahasa Indonesia *Online*.



**COMING SOON**



