

## Cara Mudah Cegah Penyakit Lele

**SAMA** halnya ikan hias, guna mencukupi kebutuhan ikan lele di Yogyakarta masih rutin mendatangkan dari luar daerah. Wajar saja jika berbagai pihak memberi motivasi maupun dukungan agar masyarakat memanfaatkan peluang tersebut dengan beternak lele.

Praktisi pembenihan lele asal Godean Sleman, M Akhir, sering memotivasi warga untuk bisa menerjuni usaha pembenihan maupun pembesaran lele. Dia menyarankan, bagi pemula dalam usaha pembesaran lele, dapat mencoba antara 500 hingga 1.500 ekor dahulu.

"Tapi, kalau yang sudah senior atau sudah lama menerjuni usaha pembesaran lele, sekali membeli ada yang 10 hingga 20 ribu ekor benih lele," jelas Akhir, Jumat (17/3/2023).

Ketika membeli benih lele, misalnya ukuran 6-8 cm, dalam waktu tak lebih tiga bulan sudah dapat panen. Hasil panen akan bisa maksimal, jika lele yang dipelihara tak terserang penyakit.



KR-Sulistiyanto

Jika tak terserang penyakit, hasil panen lele bisa maksimal.

Demikian pula dalam usaha pembenihan, jumlah benih lele yang dapat dijual konsumen bisa maksimal jika tak kena penyakit. "Salah satu kendala dalam usaha pembesaran maupun pembenihan lele, yaitu adanya penyakit," tandasnya.

Terlebih pada saat cuaca ekstrem maupun musim pancaroba. Lele yang belum berumur satu bulan rawan terkena penyakit. Ikhtiar untuk mengatasinya antara lain dengan memberikan obat untuk ikan lele yang dapat dibeli di pasaran. Dapat pula dengan dipuasakan antara dua sampai tiga hari.

Terutama lele yang terkena penyakit aeromonas. Jika ransum pakan yang diberikan terlalu banyak, dapat

memicu semakin luas penularannya.

Ketika banyak yang mati, tak jarang benih yang hidup dan sehat tinggal 30 sampai 40 persen dibanding saat normal tak terkena penyakit.

Praktisi pembudidaya ikan dan pembuat pakan ikan mandiri asal Sleman, Budi S sepakat bahwa prospek budidaya lele masih bagus. Bisa dilakukan di pedesaan maupun kawasan kota.

Budi mengaku, dia sering diundang menjadi nara sumber pelatihan budidaya lele yang diinisiasi Dinas Kelautan dan Perikanan DIY bekerja sama dengan anggota legislatif (DPRD).

Ketika memberi pemaparan, secara teori Budi memaparkan potensi keuntungan antara menjadi petani pembesaran lele konsumsi atau menjadi pemijah bibit lele.

Selain itu juga dipaparkan soal kendala yang sewaktu-waktu dihadapi, misalnya terserang hama seperti ular, biawak, regul dan burung pemakan ikan.

"Sedangkan penyakit pada lele, misalnya disebabkan jamur, parasit, virus dan bakteri. Namun, dengan menerapkan cara budidaya ikan lele yang baik, diharapkan bisa meminimalkan ataupun menghindarkan dari serangan penyakit," urai Budi.

Menurutnya, lele konsumsi dalam satu kilogram berisi 6 sampai 10 ekor mudah dipasarkan. Bahkan ada juga pedagang lele mau membeli yang satu kilogram berisi 12 ekor.

"Kolam untuk pembesaran ikan lele ada beberapa pilihan, misalnya jenis kolam tanah, bak kolam hingga kolam terpal. Lokasi kolam sebaiknya banyak mendapatkan sinar matahari saat dari pagi hingga sore hari," tambahnya.

(Sulistiyanto)-f

## Mengintip Peluang Bisnis Melon Premium



KR-Sutopo Sgh

Melon premium hasil panen dari green house milik Yuswan.

**PETANI** harus kreatif dan banyak inovasi kalau ingin usaha taninya berkembang, dan membuat lebih sejahtera. Kalau dahulu hanya mengandalkan tanaman padi, kini bisa mengganti jenis usaha tani yang lebih menghasilkan.

Adalah Yuswanto (43) petani dari Padukuhan Kaliduren 2, Sumberagung, Moyudan, Sleman, boleh dikatakan petani modern karena kaya akan inovasi baru dalam penggarapan lahan pertaniannya.

Kini, Yuswan -panggilan akrabnya- merasakan hasil budidaya melon premium, menikmati panen perdana setelah 68 hari masa pemeliharaan.

Di atas tanah milik sendiri seluas 10044 meter berlokasi di tepi Jalan Klagon-Tempel Km 6 selatan Kapanewon Moyudan, dia

dirikan green house. Dia tanami melon premium.

"Bibit melon premium saya beli lewat online, karena warung pertanian terdekat masih kesulitan untuk jenis ini," ungkapnya di sela menggarap lahan, Kamis (16/3/2023).

Dalam tanam perdana ini, Yuswan menanam 1257 batang melon premium, sampai panen yang rusak kena hama sekitar 25 persen. Untuk persiapan lahan menghabiskan dana kurang lebih Rp35 juta, sedangkan harga bibit dan pemeliharaan sekitar Rp9 juta.

Dengan dibantu seorang pekerja dalam mengolah green house, Yuswan biasa bekerja pukul 06.00 - 09.00 pagi dan 15.00 - 17.00 setiap harinya.

Adapun kendala yang dihadapi adalah, sulitnya mencari pembantu yang memiliki sumberdaya manusia mumpuni dalam budidaya melon premium. Juga kendala serangan hama hama keriting yang menyerang melon premium.

Kalau soal air, tidak masalah karena cukup berlimpah. Kendati demikian, pada panen perdana ini Yuswan berhasil memetik hasil panen kurang lebih 1.150 kilogram. Dijual eceran di tempat laku kisaran Rp25 sampai Rp 30 ribu per kilogram sebanyak 10 persen dari total panen. Sisanya diambil pedagang dari Ngluwar, Magelang, Jawa Tengah untuk disetor ke supermarket dengan harga borongan Rp17 - Rp25 ribu per kilogram, tergantung jenis melonnya.

Menurut Yuswan, budidaya melon premium prospek cerah, sangat berpeluang untuk meningkatkan usaha tani. Sebagai perbandingan lahan seluas 440 meter persegi, bila ditanami padi hanya menghasilkan sekitar 200 kilogram, sedang kalau ditanami melon premium bisa menghasilkan 1 ton lebih. "Peluang dan pangsa pasar masih sangat terbuka, karena saat ini makan buah sudah menjadi kebutuhan utama bagi masyarakat," ujarnya menutup bincang-bincang siang itu.

(Sutopo Sgh)-f

# EMPON-EMPON

## Cabe Jawa Jaga Stamina

**BERBAGAI** berbagai kalangan sudah mengenal tanaman cabe Jawa. Jenis tanaman merambat ini sering ditanam di pekarangan rumah, ada pula yang tumbuh liar.

Biasa pula ditanam di kebun herbal, sebab mulai dari bagian akar, buah dan daun cabe Jawa memiliki khasiat kesehatan. Cara memanfaatkannya dapat secara tunggal maupun dikombinasikan bahan alami lainnya. Bahkan ketika dikombinasikan beberapa jenis rempah-rempah dapat dijadikan minuman menyehatkan.

Khususnya bagian buah cabe Jawa cukup mudah ditemukan, misalnya dijual di pasar-pasar tradisional seperti di tempat penyedia aneka bumbu



KR-Sulistiyanto

Cabe Jawa termasuk jenis tanaman merambat, bagian buah, daun dan akarnya memiliki khasiat kesehatan.

masakan maupun bahan-bahan jamu tradisional. Jika sudah punya tanamannya sendiri, sewaktu-waktu membutuhkan tinggal memetik atau tak perlu membeli di pasar.

Salah satu warga di Gunungketur Yogya, Dwi Sudiantono termasuk yang sudah mempunyai tanaman cabe Jawa. Selain dapat dicampurkan pada bumbu beberapa jenis masakan, dapat pula dijadikan bahan untuk membuat minuman tradisional, misalnya bir plethok. Selain cabe Jawa, bahan alami lain untuk membuat bir plethok antara lain jahe, kayu manis, serai, daun pandan, secang dan kapulaga.

"Kombinasi bahan-bahan berkhasiat seperti ini banyak diyakini dapat membantu melawan mau-

pun mencegah gangguan kesehatan," ungkap Dwi, Kamis (16/3/2023).

Adanya bahan wujud buah cabe Jawa, sebut Dwi, antara lain dapat membantu mencegah dan mengatasi sakit kepala, perut kembung, mual, masuk angin, diare, demam, batuk serta tekanan darah rendah. Lalu ada bahan kayu manis, jahe, secang dan serai menjadikan cita rasa minuman bir plethok kian unik. Manfaat kesehatannya pun bertambah. "Berbagai sumber sudah banyak juga yang mengupas cara memanfaatkan bagian buah cabe, baik secara tunggal atau yang dikombinasi bahan lain," jelasnya.

Sebagai musuh demam, misalnya menggunakan cabe Jawa sudah dikeringkan sebanyak tiga gram. Bahan ini digiling halus lalu diseduh setengah gelas air panas. Setelah hangat segera diminum bersama ampasnya. Sedangkan untuk menguatkan lambung ataupun musuh gangguan pencernaan, misalnya buah cabe Jawa kering lima gram ditumbuk atau digiling halus dan diseduh dengan satu gelas air panas. Setelah dalam keadaan hangat bisa ditambah madu murni secukupnya dan segera diminum.

"Bagian buah cabe Jawa biasa pula dicampurkan pada beberapa jenis jamu tradisional maupun minuman rempah-rempah yang bisa memperlancar sirkulasi darah hingga menambah ataupun menjaga stamina," tambahnya.

Sedangkan pemanfaatan untuk melawan sakit gigi, yakni bisa menggunakan daun cabe Jawa. Caranya, daun cabe Jawa segar sebanyak tiga lembar dicuci lalu ditumbuk dan diseduh dengan setengah gelas air panas.

Setelah dalam keadaan hangat digunakan untuk kumur-kumur dan jika ada yang terminum bisa pula.

Lain halnya jika badan terasa lemah/lesu, dapat memanfaatkan akar kering cabe Jawa tiga gram. Bahan ini digiling atau ditumbuk halus, lalu diseduh air panas setengah gelas dan diminum dalam keadaan hangat.

(Sulistiyanto)-f

## Lidah Mertua Tingkatkan Kualitas Udara

**TANAMAN** Lidah Mertua adalah satu jenis tanaman hias yang populer, bisa tumbuh di dalam maupun di luar ruangan. Mudah dirawat, membuat lebih populer serta banyak disukai. Selain indah dan cantik untuk dipandang, ternyata Lidah Mertua banyak manfaatnya untuk kesehatan.

Dalam 'Serat Jampi Jawi' tinggalkan leluhur yang memuat hampir 261 resep 'Jamu Jawa' atau tradisional, salah satunya menyebut tanaman Lidah Mertua. Tanaman ini mampu menyerap karbon dioksida dan partikel racun, dari udara sambil melepaskan oksigen ke udara. Salah satu manfaat kesehatan dari Lidah Mertua, yang paling populer adalah mampu meningkatkan kualitas udara.

Meningkatkan kualitas udara, tanaman Lidah Mertua mampu membantu meningkatkan kualitas udara. Mampu membersihkan udara dari zat beracun, terutama benzena, formaldehida, xilena dan trikloroetilena. Selain membersihkan udara, tanaman ini juga memberikan tingkat kelembapan dan oksigen yang tinggi ke dalam ruangan. Juga bermanfaat, menjaga lingkungan tetap bersih dan segar.

Mengobati alergi, tanaman Lidah Mertua efektif untuk mengobati alergi. Hal ini karena tanaman tersebut mampu menyerap karbon dioksida dan partikel racun dari udara sambil membuang oksigen ke udara. Saat menghirup udara segar, kecil kemungkinan terkena alergi dan penyakit yang ditularkan melalui udara.

Dengan demikian tanaman ini, secara alami mengurangi timbulnya alergi.

Mencegah kanker, tanaman Lidah Mertua memiliki kemampuan untuk menyerap dan menyingkirkan ling-



KR-Sutopo Sgh

Tanaman Lidah Mertua yang banyak manfaatnya untuk kesehatan.

kungan dari polutan udara beracun. Selain itu tanaman ini mampu menghambat, agen penyebab kanker seperti benzena, formaldehida, xilen dan toluena. Dengan demikian tanaman Lidah Mertua, pilihan efektif untuk mencegah penyakit kanker.

Menangkal radiasi, tubuh yang terus-menerus terpapar radiasi akan mudah kan permasalahan kesehatan seperti, mual, muntah-muntah, demam hingga diare. Tanaman Lidah Mertua dikenal dapat membantu penyerapan radiasi, khususnya dari barang-barang elektronik. Untuk itu tepat apabila tanaman ini diletakkan di dekat meja tamu, atau ruang keluarga.

Antiseptik, tanaman Lidah Mertua ternyata juga memiliki antiseptik alami, yang berfungsi sebagai anti racun. Dengan sifat antiseptiknya tanaman ini, bisa diguna kan untuk membunuh kuman.

Mengurangi risiko diabetes, tanaman Lidah Mertua ternyata juga ampuh mengatasi penyakit degeneratif seperti diabetes. Caranya, rebus Lidah Mertua secukupnya dengan air hingga mendidih. Kemudian saring,

dan minum selagi masih hangat. Dampaknya, bisa menetralkan kadar gula dalam darah.

Vitamin rambut, tanaman Lidah Mertua sering juga dipakai sebagai vitamin rambut yang efektif membuat rambut semakin lembut. Caranya, sama dengan seperti penggunaan Lidah Buaya, ambil gel yang ada pada daunnya kemudian oleskan pada rambut sampai mendaras batok kepala.

Menyerap bau, bunga Lidah Mertua memiliki bau yang khas dan mampu menghilangkan sesuatu yang tak baik bagi manusia. Bahkan di negara-negara maju, sering bunga Lidah Mertua dijadikan parfum. Untuk itu cocok diletakkan tanaman ini di kamar mandi, dapur dan tempat-tempat lain yang sering mendatangkan bau tak sedap.

Itulah beberapa manfaat tanaman Lidah Mertua untuk kesehatan, dan para leluhur tetap melestarikan sebagai obat tradisional. Hal ini karena percaya 'tamba teka lara lunga', disamping harganya murah juga mudah mendapatkannya.

(Sutopo Sgh)-d

## Kedaulatan Rakyat

SIUPP (Surat Izin Usaha Penerbitan Pers) No. 127/SK/MENPEN/SIUPP/A.7/1986 tanggal 4 Desember 1990. Anggota SPS. ISSN: 0852-6486.

Penerbit: PT-BP Kedaulatan Rakyat Yogyakarta, Terbit Perdana: Tanggal 27 September 1945.

Perintis: H Samawi (1913 - 1984) M Wonohito (1912 - 1984).

Penerus: Dr H Soemadi M Wonohito SH (1985-2008), dr H Gun Nugroho Samawi (2011-2019) Penasihat: Drs HM Idham Samawi. Komisaris Utama: Prof Dr Inajati Adrisjanti. Direktur Utama: M Wirnon Samawi SE MIB. Direktur Pemasaran: Fajar Kusumawardhani SE. Direktur Keuangan: Imam Satriadi SH. Direktur Umum: Yurija Nugroho Samawi SE MM MSc. Direktur Produksi: Baskoro Jati Prabowo SSos.

Pemimpin Umum: M Wirnon Samawi SE MIB. Pemimpin Redaksi/Penganggung Jawab: Drs H Octo Lampito MPd. Wakil Pemimpin Redaksi: Drs H Ahmad Luthfie MA. Ronny Sugiantoro SPd, SE, MM. Redaktur Pelaksana: Primaswolo Sudjono SPT, Joko Budhiarto, Mussahada, Drs Widyo Suprayogi. Manajer Produksi Redaksi: Ngabdul Wakid. Redaktur: Dra Hj Fadmi Susiwi, Benny Kusumawan, Drs H Hudono SH, Drs Swasto Dayanto, Husein Effendi SSI, Hanik Atfiati, MN Hassan, Drs Jayadi K Kastari, Subchan Mustafa, Drs Hasto Sutadi, Muhammad Fauzi SSos, Drs Mukti Haryadi, Retno Wulandari SSos, H M Sobirin, Linggar Sumukti, Daryanto Widagdo, Latief Noor Rochman. Fotografer: Ely Widjono Putro, Surya Adi Lesmana. Grafis: Joko Santoso SSn, Bagus Wijanarko. Sekretaris Redaksi: Dra Hj Supriyanti.

Pemimpin Perusahaan: Fajar Kusumawardhani SE. Kepala TU Langganan: Drs Asri Salman, Telp (0274)- 565685 (Hunting)

Manajer Iklan: Agung Susilo SE, Telp (0274) - 565685 (Hunting) Fax: (0274) 555660. E-mail: iklan@kr.co.id, iklankryk23@yahoo.com, iklankryk13@gmail.com.

Langganan per bulan termasuk 'Kedaulatan Rakyat Minggu'.. Rp 90.000,00, Iklan Umum/Display...Rp 27.500,00/mm klm, Iklan Keluarga...Rp 12.000,00 /mm klm, Iklan Baris/Cilik (min. 3 baris, maks. 10 baris) . Rp 12.000,00 /baris, Iklan Satu Kolom (min. 30 mm. maks. 100 mm) Rp 12.000,00 /mm klm, Iklan Khusus: Ukuran 1 klm x 45 mm . Rp 210.000,00, (Wisuda lulus studi D1 s/d S1, Pernikahan, Ulang Tahun) ● Iklan Warna: Full Colour Rp 51.000,00 mm klm (min. 600 mm klm), Iklan Kuping (2 klm x 40 mm) 500% dari tarif ● Iklan Halaman 1: 300% dari tarif (min. 2 klm x 30 mm, maks. 2 klm x 150 mm). Iklan Halaman Terakhir: 200% dari tarif. Tarif iklan tersebut belum termasuk PPN 10%

Alamat Kantor Utama dan Redaksi: Jalan Margo Utomo 40, Gowongan, Jetis, Yogyakarta, 55232. Fax (0274) - 563125, Telp (0274) - 565685 (Hunting)

Alamat Percetakan: Jalan Raya Yogya - Solo Km 11 Sleman Yogyakarta 55573, Telp (0274) - 496549 dan (0274) - 496449. Isi di luar tanggungjawab percetakan

Alamat Homepage: http://www.kr.co.id dan www.krjogja.com. Alamat e-mail: naskahkr@gmail.com. Radio : KR Radio 107.2 FM. Bank: Bank BNI - Rek: 003.0440.854 Cabang Yogyakarta.

Perwakilan dan Biro:

Jakarta: Jalan Utan Kayu No. 104B, Jakarta Timur 13120, Telp (021) 8563602/Fax (021) 8500529. Kuasa Direksi: Ir Ita Indirani. Wakil Kepala Perwakilan: Hariyadi Tata Raharja.

Wartawan : H Ishaq Zubaidi Raqib, Syaifulhah Hadmar, Muchlis Ibrahim, Rini Suryati, Ida Lumongga Ritonga.

Samarang : Jalan Lamparsari No.62, Semarang, Telp (024) 8315792. Kepala Perwakilan: Budiono Isman, Wakil : Isdiyanto Isman SIP.

Banyumas : Jalan Prof Moh Yamin No. 18, RT 7 RW 03 Karangklesem, Purwokerto Selatan, Telp (0281) 622244. Kepala Perwakilan: Ach Pujiyanto SPd, Wakil : Driyanto.

Klaten : Jalan Pandanaran Ruko No 2-3, Bendogantungan Klaten, Telp (0272) 322756. Kepala Perwakilan : Sri Warsiti.

Kulonprogo : Jalan Veteran No 16, Wates, Telp (0274) 774738. Pj. Kepala Perwakilan: Muslikhah. Wakil : Asrul Sani.

Gunungkidul : Jalan Sri Tanjung No 4 Purwosari, Wonosari, Telp (0274) 393562. Kepala Perwakilan: Drs Guno Indarjo, Wakil: Wuragil Dedy TP