

Tren ‘Crashing Out’ di TikTok: Legal Breakdowns atau Ekspresi Emosi Jujur?

Category: LifeStyle

5 Juli 2025



Prolite – ‘Crashing Out’ di TikTok: Legal Breakdowns atau Ekspresi Emosi Jujur?

Pernah nggak sih, kamu scroll TikTok dan tiba-tiba nemu video seseorang yang lagi nangis, breakdown, atau curhat berat banget? Tren ini punya istilah: “**crashing out**.” Fenomena ini lagi marak di kalangan Gen Z–rekaman momen emosional mentah yang diunggah ke publik, tanpa filter, tanpa sensor.

Apa sih sebenarnya makna dari tren ini? Apakah ini bentuk keberanian untuk jujur secara emosional, atau justru kita mulai normalisasi mental breakdown sebagai tontonan? Yuk kita bahas dari sisi psikologi dan budaya digital!

Apa Itu Tren ‘Crashing Out’?



Menurut artikel dari (edisi Juni 2025), “**crashing out**” menggambarkan momen di mana seseorang mengalami ledakan emosional besar—nangis, teriak, atau menunjukkan ekspresi keputusasaan—dan memilih untuk merekam serta membagikannya ke media sosial.

Fenomena ini dianggap oleh sebagian Gen Z sebagai bentuk **validasi emosi**, tempat untuk merasa dipahami oleh komunitas virtual yang juga sedang berjuang secara mental.

Contohnya, banyak video dengan caption kayak:

- “This is my third breakdown this week ☺ #crashingout”
- “I just needed someone to hear me. Even strangers.”

Dengan tagar-tagar seperti #crashingout, #mentaltok, atau #emotionaldump, video-video ini sering kali dapat ribuan views dan komentar yang penuh empati.

Sisi Positif: Ada Ruang Aman dan Rasa Dipahami



Tren ini bisa jadi **semacam katarsis digital**. Nggak semua orang punya akses ke terapi atau support system yang sehat. Jadi, ketika seseorang upload video crashing out, mereka seperti bilang, “Aku nggak sendiri, dan kamu juga nggak sendiri.”

Menurut Psikolog Klinis Dr. Annisa Paramita (2025), **ekspresi emosi secara terbuka bisa membantu mengurangi rasa terisolasi**. Apalagi saat ada komentar-komentar yang supportif, kayak:

- “Kamu kuat banget. Aku juga pernah di titik itu.”

- “Peluk virtual ya, semoga kamu merasa lebih baik.”

Ini menunjukkan adanya **sense of belonging**, dan kadang komunitas virtual bisa terasa lebih memahami daripada dunia nyata.

Sisi Negatif: Romantisasi Distress & Ketergantungan Eksternal



Namun, di sisi lain, ada bahaya tersembunyi: **glamorisasi distress**.

Ketika breakdown emosional terus-menerus ditampilkan dan mendapat engagement besar, tanpa sadar bisa jadi pola yang nggak sehat. Alih-alih mencari solusi nyata, seseorang mungkin jadi tergoda untuk mengulangi perilaku itu demi validasi sosial.

Beberapa risiko lainnya:

- **Coping yang tidak sehat:** Mengandalkan reaksi online daripada mengelola emosi dari dalam diri.
- **Pemicu bagi penonton:** Orang lain yang juga struggling bisa malah makin terpicu oleh konten semacam ini.
- **Batas privasi kabur:** Emosi terdalam kita seharusnya butuh ruang aman, bukan jadi konsumsi publik.

Sosiolog digital dari Universitas Indonesia, Rafi Prasetyo, mengatakan, “Batas antara ekspresi jujur dan eksplorasi diri jadi makin tipis ketika kamera dinyalakan.”

Solusi Sehat: Belajar Regulasi Emosi & Cari Bantuan Profesional



Kalau kamu merasa relate banget sama tren “crashing out,” itu bukan sesuatu yang salah. Tapi penting juga buat belajar **cara mengekspresikan emosi tanpa harus tergantung sama validasi online.**

Beberapa strategi yang bisa kamu coba:

1. Latih Emotional Regulation

- Coba teknik **deep breathing** saat mulai overwhelmed.
- Tulis perasaan di jurnal, biar bisa dipahami lebih jernih.
- Coba **naming emotions**: “Aku marah,” “Aku takut,” “Aku kecewa.” Mengidentifikasi emosi bantu kita lebih sadar dan nggak langsung meledak.

2. Buat Circle Support Offline

- Temui teman-teman yang bisa diajak ngobrol terbuka.
- Ikut komunitas atau support group offline (banyak loh di kota-kota besar!).

3. Pertimbangkan Bantuan Profesional

- Nggak harus nunggu “parah” dulu buat ke psikolog. Sekarang banyak layanan konsultasi online yang affordable dan rahasia terjaga.
- Coba juga climate cafés, healing circles, atau ruang-ruang reflektif komunitas.

Jadi Otentik Itu Perlu, Tapi Jangan Lupa Rawat Diri Sendiri

Jadi, apakah “crashing out” itu buruk? Nggak selalu. Tapi penting buat kita bedakan antara **ekspresi jujur** dan **pengulangan emosi negatif tanpa arah penyembuhan**.

Ekspresikan emosi? Yes. Tapi seimbangkan juga dengan **skill untuk memulihkan diri**. Kita butuh lebih dari validasi

digital—kita juga butuh dukungan nyata, kasih ke diri sendiri, dan langkah healing yang sehat.

Yuk, jadi generasi yang berani jujur sama emosi, tapi juga cerdas dalam mengelolanya. Kamu bukan sendirian, dan kamu layak dapat pertolongan yang sesungguhnya ☺

Kalau kamu pernah merasakan hal kayak gini, yuk share pengalaman kamu (atau tips sehat kamu) di kolom komentar. Siapa tahu, bisa bantu teman yang lagi butuh.

Fenomena Brain Rot: Ketika Konten Hiburan Mendominasi Pikiran Kita

Category: LifeStyle

5 Juli 2025



Prolite – Fenomena Brain Rot: Ketika Konten Hiburan

Mendominasi Pikiran Kita

Hayoo siapa di sini yang suka keasyikan scroll sosmed sampai lupa waktu? Tapi pernah nggak sih ngerasa pikiranmu penuh sama potongan-potongan video TikTok, scene drama serial yang bikin baper, atau meme lucu yang masih terngiang-ngiang, bahkan saat kerja atau belajar?

Kalau iya, tenang, kamu nggak sendirian. Fenomena ini sering disebut sebagai **brain rot**, kondisi di mana otak kita “terjebak” dalam loop konten hiburan yang berlebihan. Yuk, kita bahas lebih dalam tentang fenomena yang semakin marak di era digital ini!

Apa Itu Brain Rot?



Brain rot secara sederhana bisa diartikan sebagai kondisi ketika otak kita terlalu terfokus pada hiburan tertentu, sampai-sampai susah berpikir tentang hal lain.

Biasanya ini terjadi setelah kita menghabiskan waktu terlalu lama untuk scrolling media sosial, binge-watching serial, atau ngulang-ngulang lagu viral. Contoh nyata brain rot misalnya:

- Kamu habis maraton satu season drama Korea semalam, lalu sepanjang hari berikutnya cuma bisa mikirin plot twist-nya.
- Atau, lagu TikTok seperti “*If I were a fish...*” terus-terusan terputar di kepala sampai kamu susah fokus.

Brain rot sebenarnya nggak sepenuhnya buruk, tapi kalau dibiarkan, bisa bikin kita kesulitan fokus pada hal yang lebih penting.

Bagaimana Algoritma Media Sosial Ikut “Menggoreng” Otak Kita

Media sosial seperti TikTok, Instagram, dan YouTube punya algoritma canggih yang tujuannya bikin kamu *stay engaged*—alias betah nongkrong di aplikasinya. Setiap kali kamu nge-like, komen, atau nonton satu video sampai habis, algoritma mencatat preferensimu.

Apa efeknya?

- **Konten yang makin relevan:** Semakin sering kamu lihat satu jenis konten, semakin banyak konten serupa yang muncul di *feed* kamu.
- **Scrolling tanpa ujung:** Fitur seperti *infinite scroll* bikin kamu nggak sadar waktu sudah berlalu berjam-jam.
- **Otak jadi sibuk terus:** Otak kita dirangsang terus-menerus dengan konten baru, yang akhirnya bikin kita sulit fokus atau berpikir jernih.

Hasilnya? Ya, brain rot ini makin parah!

Dampak Brain Rot pada Konsentrasi dan Kreativitas



Meski hiburan itu menyenangkan, brain rot punya beberapa dampak yang cukup mengganggu, lho.

1. **Konsentrasi menurun:** Kebiasaan berpindah-pindah antara konten pendek bikin otak susah fokus dalam waktu lama. Akibatnya, pekerjaan atau tugas jadi terasa lebih berat.
2. **Kreativitas terhambat:** Kalau otak terus dijejali konten hiburan, ruang untuk berpikir kreatif jadi terbatas. Kita cenderung mengulang apa yang sudah kita lihat daripada menciptakan sesuatu yang baru.
3. **Overstimulasi:** Terlalu banyak rangsangan dari media

sosial bisa bikin kita merasa capek secara mental, tapi tetap nggak bisa berhenti scrolling.

Dampak pada Kesehatan Mental

Selain gangguan konsentrasi dan kreativitas, brain rot juga bisa memengaruhi kesehatan mental kita. Berikut beberapa dampaknya:

- **Rasa cemas meningkat:** Ketika otak terus-menerus disuguhi konten, kita bisa merasa kewalahan dengan informasi yang masuk.
- **FOMO (Fear of Missing Out):** Terlalu sering konsumsi konten hiburan bikin kita merasa “ketinggalan” kalau nggak selalu update.
- **Kehilangan koneksi nyata:** Karena terlalu sibuk dengan dunia maya, kita bisa lupa untuk terhubung dengan orang-orang di dunia nyata.

Cara Menyeimbangkan Hiburan dan Produktivitas



Bukan berarti kamu harus berhenti total menikmati hiburan, kok. Tapi, penting banget untuk menjaga keseimbangan antara hiburan dan kegiatan produktif. Berikut tipsnya:

1. **Batasi waktu layar:** Setel *timer* atau gunakan aplikasi yang membantu membatasi waktu penggunaan media sosial.
2. **Ambil jeda:** Setelah menghabiskan waktu untuk hiburan, coba lakukan aktivitas yang melibatkan gerakan fisik, seperti olahraga ringan atau jalan-jalan.
3. **Tentukan prioritas:** Sebelum buka media sosial, tanya pada diri sendiri, “Apa yang benar-benar ingin aku cari?” Ini bisa membantu kamu lebih fokus dan nggak kebablasan.

4. **Isi waktu luang dengan aktivitas lain:** Coba kegiatan yang menenangkan dan kreatif, seperti membaca, menggambar, atau berkebun.
5. **Praktikkan mindfulness:** Teknik seperti meditasi atau pernapasan dalam bisa membantu otak kamu untuk lebih tenang dan fokus.

Hal ini mungkin sudah jadi bagian dari kehidupan digital kita, tapi itu bukan alasan untuk membiarkannya mengontrol pikiran. Ingat, hiburan itu sah-sah saja selama tidak mengganggu produktivitas dan kesehatan mental kita.

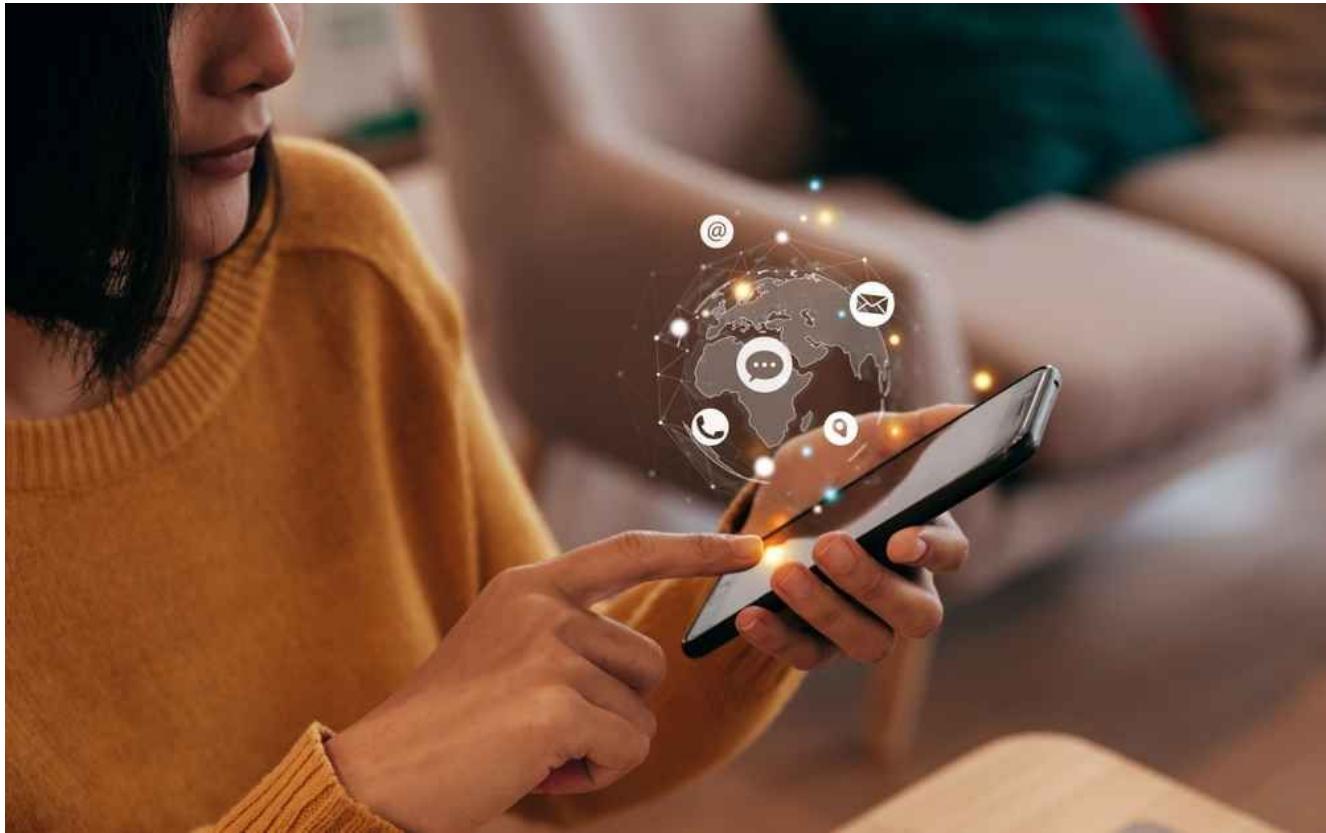
Jadi, yuk mulai kelola waktu layar kita dengan lebih bijak. Nikmati hiburan seperlunya, tetap produktif, dan jangan lupa beri ruang untuk diri sendiri berpikir, berkreasi, dan beristirahat.

Ayo, kendalikan hiburanmu sebelum hiburan mengendalikanmu!

Oversharing vs Vulnerability: Temukan Keseimbangan dalam Berbagi Cerita Pribadi

Category: LifeStyle

5 Juli 2025



Prolite – Oversharing vs Vulnerability: Kapan Berbagi Cerita Pribadi Jadi Terlalu Berlebihan?

Di era digital ini, berbagi cerita pribadi rasanya udah jadi bagian dari keseharian kita. Baik itu curhat di story, posting pengalaman hidup di feed, atau bahkan nge-tweet tentang perasaan terdalam.

Tapi, pernah nggak kamu bertanya-tanya, kapan cerita yang kita bagi itu masih dalam batas wajar, dan kapan udah masuk kategori “oversharing”?

Nggak sedikit lho, orang yang bingung membedakan antara menunjukkan *vulnerability* yang sehat dan oversharing yang justru bisa berdampak negatif, baik buat diri sendiri maupun orang lain.

Nah, di artikel ini, kita bakal bahas lebih dalam soal perbedaan keduanya, serta gimana caranya kita bisa tetap berbagi tanpa merasa ‘terlalu terbuka’. Let’s dive in!

Apa Itu Vulnerability yang Sehat?



Vulnerability atau kerentanan adalah ketika kita terbuka untuk menunjukkan sisi lemah atau perasaan terdalam kita kepada orang lain. Tapi, ini nggak sembarang terbuka, ya!

Berbagi dengan kerentanan yang sehat berarti kita memilih momen dan orang yang tepat untuk berbagi hal-hal yang lebih pribadi.

Misalnya, curhat tentang perasaan kecewa sama sahabat dekat yang memang sudah kita percaya, atau berbagi pengalaman hidup yang berharga untuk menginspirasi orang lain.

Kerentanan ini menunjukkan kalau kita punya keberanian untuk jadi diri sendiri, bahkan dengan segala kekurangan yang kita miliki. Ini juga bisa memperkuat hubungan karena ada rasa saling percaya dan pengertian.

Tapi ingat, vulnerability yang sehat selalu punya batas. Kamu tetap menjaga diri dan nggak sembarangan membuka semua hal pada semua orang.

Oversharing: Ketika Berbagi Menjadi Berlebihan



Berbeda dengan vulnerability yang sehat, *oversharing* adalah ketika kita terlalu banyak berbagi hal-hal pribadi, bahkan pada situasi atau orang yang mungkin nggak tepat.

Ini bisa terjadi saat kita merasa perlu melampiaskan perasaan atau mendapatkan perhatian tanpa mempertimbangkan efeknya.

Misalnya, curhat tentang masalah rumah tangga ke teman kerja

yang nggak terlalu dekat, atau memposting detail hubungan pribadi di media sosial yang dilihat banyak orang.

Kadang, oversharing dilakukan secara impulsif, mungkin karena emosi yang sedang tinggi atau keinginan untuk mendapat dukungan. Tapi, hasilnya justru bisa sebaliknya.

Alih-alih mendukung, orang lain bisa merasa risih atau bahkan menjauh karena merasa nggak nyaman dengan cerita yang terlalu pribadi.

Dampaknya juga bisa bikin kita menyesal setelah terlalu terbuka, apalagi kalau hal tersebut disalahgunakan atau menjadi bahan gosip.

Tanda-Tanda Kamu Mulai Oversharing



Gimana sih cara tahu kalau kita udah mulai masuk fase oversharing? Ada beberapa tanda yang bisa kamu perhatikan:

- Kamu sering merasa perlu menceritakan detail pribadi pada orang yang baru dikenal.
- Setelah berbagi, kamu merasa cemas atau menyesal karena takut orang lain akan menilai atau menyalahgunakan informasi tersebut.
- Orang lain mulai menunjukkan tanda-tanda ketidaknyamanan, seperti menghindari topik atau merasa bingung harus merespons bagaimana.
- Kamu berbagi hal-hal sensitif di media sosial tanpa mempertimbangkan siapa yang melihat atau dampak jangka panjangnya.

Kalau kamu sering mengalami hal-hal ini, mungkin saatnya untuk mempertimbangkan ulang cara kamu berbagi cerita pribadi.

Bagaimana Membedakan Antara Vulnerability dan Oversharing?



Salah satu kunci utama dalam membedakan vulnerability dan oversharing adalah *niat* di balik berbagi cerita.

Saat kamu berbagi dengan kerentanan, biasanya ada tujuan yang lebih dalam, seperti membangun hubungan, mendapatkan dukungan emosional, atau menginspirasi orang lain.

Sedangkan oversharing sering kali dilakukan tanpa pertimbangan matang atau sebagai pelampiasan emosi sesaat.

Selain niat, timing dan siapa yang jadi pendengarnya juga penting. Berbagi cerita dengan sahabat dekat tentu berbeda dengan berbagi cerita yang sama pada rekan kerja yang baru kamu kenal seminggu. Pahami konteks dan lingkungan sebelum memutuskan untuk membuka diri.

Tips Berbagi dengan Bijak: Kapan Harus Berbagi, Kapan Harus Menahan Diri



Biar kamu nggak terjebak dalam oversharing, berikut beberapa tips untuk berbagi dengan bijak:

- **Pilih pendengar yang tepat:** Pastikan kamu berbagi dengan orang yang bisa dipercaya dan memiliki ikatan emosional yang cukup dekat. Nggak semua orang perlu tahu cerita

hidupmu yang paling personal.

- **Pertimbangkan niatmu:** Sebelum berbagi, tanya diri sendiri, "Kenapa aku ingin menceritakan hal ini?" Jika jawabannya hanya untuk mendapat perhatian atau pelampiasan sesaat, mungkin sebaiknya ditunda dulu.
- **Jangan terburu-buru:** Kadang, dalam keadaan emosional, kita cenderung ingin segera berbagi. Ambil waktu sebentar untuk merenung sebelum memutuskan apakah cerita tersebut perlu dibagikan.
- **Kenali batasan dirimu sendiri:** Kamu nggak wajib berbagi semua hal. Tetapkan batasan tentang apa yang bisa kamu bagikan dan apa yang sebaiknya tetap menjadi privasi.
- **Pertimbangkan dampaknya:** Apakah cerita yang kamu bagikan akan memberi manfaat bagi dirimu atau orang lain? Jika nggak, mungkin sebaiknya disimpan dulu.

Berbagi cerita pribadi bisa jadi salah satu cara untuk mendekatkan diri dengan orang lain dan menunjukkan kerentanan yang sehat.

Tapi, penting banget buat membedakan antara vulnerability yang membangun dan oversharing yang justru bisa merugikan.

Dengan mempertimbangkan siapa yang mendengar, niat di balik cerita, dan dampak yang mungkin muncul, kamu bisa berbagi dengan lebih bijak dan tetap menjaga kesehatan emosionalmu.

Yuk, mulai bijak dalam berbagi cerita! Jangan sampai cerita pribadi malah bikin kamu menyesal di kemudian hari. Jadi, kamu tim vulnerability yang sehat atau masih perlu belajar menghindari oversharing? ☺

Bahaya Whatsapp Bisa Disadap dengan 12 Aplikasi Ini

Category: News

5 Juli 2025



Prolite – Aplikasi Whatsapp atau WA merupakan salah satu aplikasi chatting dan telfon yang paling banyak di gunakan.

WA sendiri merupakan media komunikasi yang banyak di gunakan oleh orang maka dari itu umunya percakapan yang terdapat pada aplikasi ini di dalamnya bersifat rahasia dan berharap tidak ada orang yang tau.

Namun di jaman yang sudah canggih ini banyak sekali cara curang yang dilakukan untuk mengetahui segala percakapan di dalam WA seseorang.

Karena itu lah banyak orang tak nyaman menyimpan percakan penting salam WA.

Seperti yang baru-baru ini ditemukan oleh perusahaan keamanan siber Eset yang menemukan 12 aplikasi Android bermasalah dan bisa melakukan penyadapan pesan WhatsApp.

Aplikasi tersebut mengandung Trojan jarak jauh (*Remote Access Trojan/RAT*) bernama *Vajra Spy*. Kemampuannya bisa mencuri rincian log panggilan dan pesan, mengendalikan kamera dari jarak jauh dan mengekstrak detail obrolan dari WhatsApp.

Selain itu, trojan ini memiliki kemampuan untuk mencegat notifikasi, mencatat penekanan tombol pada ponsel korban, dan mengambil alih mikrofon untuk merekam suara. Para pelaku menggunakan cara *social engineering* untuk menggaet calon korbannya.

Berikut 12 aplikasi yang bisa menyadap Whatsapp anda:

1. YohooTalk
2. TikTalk
3. Privee Talk
4. Meetme
5. Nidus
6. GlowChat
7. Let's Chat
8. Quick Chat
9. Rafaqat
10. Chit Chat
11. Hello Chat
12. Wave Chat

Pengguna aplikasi WA diminta berhati-hati jika memiliki percakan penting bahkan hal penting lainnya.

Media Wajib Kawal Pemilu 2024

Tetap Kondusif

Category: News

5 Juli 2025



Media Wajib Kawal Pemilu 2024 Tetap Kondusif

BANDUNG, Prolite – Jelang pemilu 2024, media diharapkan dapat mengawal dan menjaga kondusifitas perhelatanan nanti.

Demikian disampaikan analis media Kota Bandung notabene wapemred Koran Gala Ati Supriatin.

Menurut Ati Bandung merupakan pusat politik dan ekonomi sehingga kondusifitasnya memang harus terjaga aman dan lancar.



Wakil Pimpinan Redaksi Koran Gala, Ati Supriatin.

"Wartawan berperang penting menciptakan kondusifitas pemilu 2024, banyak tanggung jawab ada 8, di antaranya memberikan informasi yang akurat," ujar Ati.

Terpenting kata dia, saat ini pemilih di Kota Bandung ada

orang 53% nya atau sekitar 900 ribu orang ada pemilih pemula gen Z dan gen Y.

"Mereka yang suka menggunakan media sosial (medsos), nah itu jadi tantangan wartawan di Kota Bandung bagaimana menyajikan berita," tegasnya.

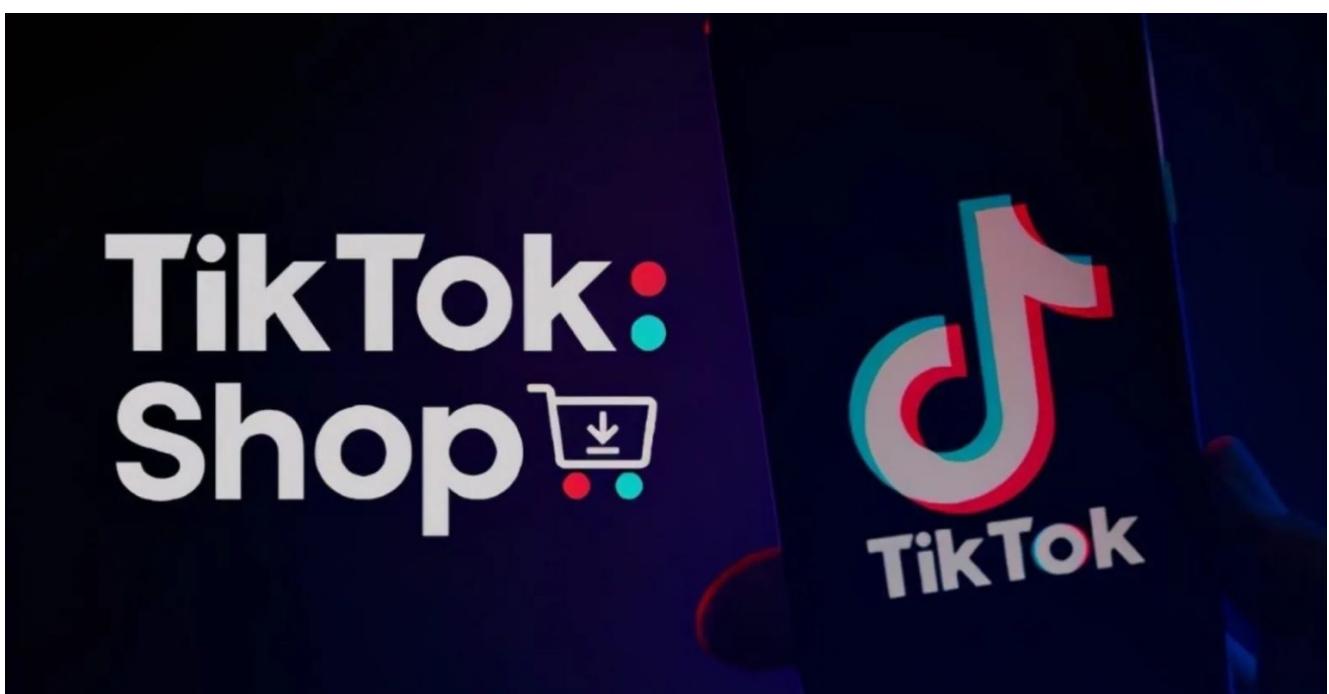
Di medsod sendiri banyak berterabaran informasi yang kualitas kebeneran beritanya disanksikan cenderung hoax, karenanya wartawan lah yang harus membenarkan informasi itu.

"Selain itu, peran wartawan pun adalah memberikan pendidikan bagi pemula agar mereka mau menggunakan hak pilihnya," tutupnya.

Heboh TikTok Shop, Pemkot Ikuti Aturan Pusat

Category: Bisnis

5 Juli 2025



Soal TikTok Shop, Pemkot Bandung Ikuti Regulasi Pemerintah Pusat

BANDUNG, Prolite – Berkaitan dengan TikTok Shop, Pemerintah Kota (Pemkot) Bandung mendukung upaya pemerintah pusat dalam pengawasan pelaku usaha menggunakan media elektronik.

Hal itu sejalan dengan isu yang beredar yakni media sosial yang menjadi alat transaksi jual beli.

“Kami di daerah mengikuti (aturan pusat), karena ada aturan tegas bahwa platform media sosial dengan media ekonomi itu dipisah,” kata Kepala Dinas Perdagangan dan Perindustrian Kota Bandung, Elly Wasliah.



Kepala Dinas Perdagangan dan Perindustrian Kota Bandung, Elly Wasliah.

Elly mengungkapkan, memang sudah seharusnya media ekonomi atau social commerce tidak beroperasi di media sosial, tetapi marketplace khusus untuk transaksi jual beli.

“Sudah sejalan itu memang media ekonomi seperti Shopee atau Tokopedia itu tidak pada medsos. Jadi tegas, kalau TikTok Shop ini medsos iya, ekonomi iya. Parahnya lagi produsen yang besar ikut turun. Itu membanting pada pelaku ekonomi,” ungkapnya.

Hingga saat ini Elly mengaku belum menerima keluhan dari para pedagang di kawasan trade center seperti ITC, Pasar Andir juga Pasar Baru soal mengalami penurunan omzet.

“Sementara ini belum ada (keluhan) karena perlu diluruskan. Tapi beberapa trade center yang mengalami penutupan. ITC, Pasar Andir dan Pasar Baru dikelola Perumda pasar. Kita koordinasi penyebabnya. Sehingga jangan disalahkan soal TikTok shop, mungkin ada faktor lain,” bebernya.

Perlu diketahui, Menteri Perdagangan, Zulkifli Hasan

menegaskan bahwa social commerce hanya boleh untuk mempromosikan produk.

Dalam aturan baru, pemerintah secara tegas melarang social commerce seperti TikTok Shop, Instagram hingga Facebook untuk melakukan transaksi jual beli.

Pemerintah resmi merevisi Peraturan Menteri Perdagangan nomor 50 tahun 2020 tentang ketentuan perizinan usaha, periklanan, pembinaan, dan pengawasan pelaku usaha dalam perdagangan melalui sistem elektronik.

Dengan demikian, pemerintah akan memisahkan media sosial dengan social commerce.

Nama Wulan Guritno Terseret Kasus Promosi Judi Online

Category: Seleb
5 Juli 2025



Nama Wulan Guritno Terseret Kasus Promosi Judi Online

JAKARTA, Prolite – Artis Indonesia Wulan Guritno tersandung kasus promosi judi online di media sosial pribadinya.

Dirtipidsiber Bareskrim Polri Brigjen Adi Vivid Agustiadi Bachtiar menyebut pihaknyatelah memanggil Wulan Guritno atas kasus promosi judi online melalui media sosial.

Pihak kepolisian akan melakukan penelusuran terkait kasus yang dialami wulan.

“Artinya, kami akan lakukan klarifikasi, kita panggil yang bersangkutan seperti tadi disampaikan kita lihat unsurnya terpenuhi atau tidak,” tutur Brigjen Adi Vivid di Mabes Polri, Jakarta Selatan pada Rabu (30/8) mengutip *detikcom*

Menurut penelusuran sementara video promosi situs judi online itu di buat pada tahun 2020lalu. Bahkan untuk situs judi online yang di promosikan oleh wulan disebut masih aktif.



@wulanguritno

Video yang meghebohkan jagat maya media sosial merupakan situs judi online bernama Sakti 123. Pada video dikatakan itu adalah situs game online yang telah bersertifikat.



Selain Wulan Guritno, pihak kepolisian juga telah mengantongi beberapa nama selebgram, artis hingga figur publik yang juga diduga melakukan promosi terhadap situs judi online tersebut.

Nantinya pihak kepolisian akan melakukan pemanggilan kepada semua pihak yang diduga terlibat secara bertahap.

"Kemarin ada beberapa nama yang viral, tentu akan kami tindak lanjuti. Kami akan tindak lanjuti dan kalau memang nanti terpenuhi unsur pidananya, pasti akan kami proses," ucap Brigjen Adi Vivid.

Untuk nama-nama pablik figure yang terjerat promosi situs judi online akan diberat dengan Undang-Undang Informasi dan Transaksi Elektronik (UU ITE)

"Setop saat ini mempromosikan judi online. Karena korban banyak, banyak orang jatuh miskin. Terkait masalah influencer bisa kenakan UU ITE Pasal 45 ayat 2 juncto Pasal 27 ayat 2 dengan ancaman enam tahun penjara dan denda sekitar Rp1 miliar," ucapnya.

Wah, Gila ! Elon Musk Batasi

Akses Twitter, Cuma 500 Cuitan Sehari !

Category: News

5 Juli 2025



Prolite – Lagi-lagi Elon Musk bikin ulah di Twitter! Sebagai pengguna gratisan, sekarang kamu cuma bisa baca 500 cuitan sehari aja. Gak bisa lebih!

Sejak Sabtu (1/7/2023) malam, Twitter mendadak susah diakses. Alhasil tagar **#Twitterdown** dan **#RIPTwitter** jadi trending topik saat itu juga. Bahkan **#TWITTERKENAPA** juga masih menghiasi trending topik sampai saat ini.

Kebanyakan pengguna Twitter mengeluh kalau mereka enggak bisa memperbaharui *timeline*-nya. *“Something went wrong. Try reloading”* tulis notifikasinya. Dan ternyata gak cuma di Indonesia, pengguna Twitter di Inggris dan Amerika Serikat (AS) juga ngeluh hal yang sama.



Jadi gini ceritanya, boss Elon Musk, si CEO Tesla dan SpaceX itu, baru aja ngeluarin pernyataan lewat akun Twitternya juga

kalo dia batasi akses buat semua pengguna Twitter, baik yang udah terverifikasi, belum terverifikasi, dan akun baru.

Awalnya dia ngebatasin akses akun yang terverifikasi cuma bisa baca *twit* postingan per hari, akun yang belum terverifikasi 600 *twit* per hari, dan akun baru cuma 300 *twit* per hari.

Tapi gak lama dia ubah lagi ketentuan itu menjadi; akun yang terverifikasi jadi *twit* per hari, akun yang belum terverifikasi jadi postingan per hari, sementara akun baru jadi 500 *twit* per hari.

Berarti, buat kamu yang seneng banget stalk akun-akun di Twitter, sekarang harus hati-hati milih cuitan yang mau dibaca, karena kalo udah nyampe 500, bye-bye deh, sampe besok baru bisa baca lagi.

Alasan Elon Musk batasi akses Twitter

Ngomongin soal alesan dia buat peraturan aneh ini, Elon Musk bilang kalau ini merupakan tindakan darurat sementara yang harus diambil untuk mengatasi tingkat pengikisan data dan manipulasi sistem yang ekstrem. Dia tau data yang dijara begitu banyak sehingga merendahkan layanan untuk pengguna biasa.

Selain itu, kemungkinan pengikisan data yang dia maksud ialah pengikisan data dalam jumlah besar yang digunakan sama perusahaan-perusahaan kecerdasan buatan (AI) seperti ChatGPT dan OpenAI. Elon Musk mengatakan ratusan organisasi tersebut selama ini udah ngorek data Twitter “dengan sangat agresif”.

Gak bisa dipungkiri kalo banyak yang jadi kesel sama keputusan ini. Kalo dulu bisa asal scroll terus baca cuitan orang, sekarang harus mikir-mikir lagi. Emang sih, kalo lebih banyak aktif di Twitter, mungkin bisa terasa cukup cepet buat nyampe 500 cuitan.

Yah tapi, bagaimanapun juga, buat sebagian orang, Twitter tuh

kayak tempat curhatan dan informasi yang gak bisa mereka dapatin di tempat lain. Jadi, ngerti-ngerti aja kalo banyak yang pada protes.

Kita liat aja deh gimana perkembangan situasi nantinya. Siapa tahu, nanti Elon Musk ngubah kebijakannya lagi, atau malah makin ketat aturannya. Kalo emang kamu betah di Twitter dan nggak mau dibatasi, mungkin bisa coba pake "*Twitter Blue*" atau cari platform lain yang lebih bebas.

Intinya, dunia maya ini selalu berubah, jadi kita juga harus bisa beradaptasi aja dan ngikutin aturan yang ada. *Stay positive, guys!*

Bimtek Untuk Kualitas Jurnalistik Admin Medsos

Category: Daerah

5 Juli 2025



Bimtek Digelar Oleh Diskominfostandi Kota Bekasi

KOTA BEKASI-ProLite – Dinas Komunikasi, Informatika, Statistik dan Persandian Kota Bekasi menggelar bimbingan teknis (bimtek) untuk para Admin media sosial Perangkat Daerah di lingkup Pemerintah Kota Bekasi, acara terselenggara di aula Nonon Sonthanie selama 2 hari kedepan.

Dibuka oleh Sekretaris Dinas Kominfostandi Kota Bekasi, Zalaludin, dengan mengusung tema “Penguatan Kualitas Admin Perangkat Daerah dalam rangka publikasi berita atau informasi”, dengan pemberian pemahaman akan jurnalistik yang berkualitas, inovatif dan menarik serta cara pengambilan foto sebagai bahan penunjang dalam publikasi berita/Informasi pada media digital Perangkat Daerah baik media website maupun media lainnya sehingga menumbuhkan ketertarikan masyarakat untuk melihat berita maupun informasi yang dipublikasikan pada Website/Medsos Perangkat Daerah maupun Pemerintah Kota Bekasi.

Narasumber yang dihadirkan pada bimtek kali ini yakni dari Heru Sudinta sebagai Produser News Production dari Tv One sekaligus Dosen dari Stiami dan Angga Ikranegeara dari Koordinator Cameramen News Sport Tv One.

Dalam sambutannya Zalaludin mengatakan bahwa peserta dari admin medsos di Perangkat Daerah ini sangat bermanfaat dan nantinya bisa diterapkan langsung di media sosial yang dikelola, sehingga masyarakat nantinya bisa tertarik untuk melihat isi konten dengan beberapa arahan dari narasumber mengenai pembelajarannya pada hari ini.

Diinformasikan bahwa tidak hanya materi yang akan diberikan pengarahan dari narasumber, nantinya para pengelola admin medsos tersebut akan langsung belajar mengenai angle kamera yang baik untuk dijadikan bahan berita atau postingan di media sosial.

Yana Mulyana: ASN Hindari Hedonisme!

Category: Daerah, News, Pemerintahan

5 Juli 2025



BANDUNG, Prolite – Wali Kota Bandung Yana Mulyana mengingatkan para Aparatur Sipil Negara (ASN) Kota Bandung agar menjaga nama pribadi dan institusi tempat bekerjanya. Ia mengingatkan, para ASN untuk mempergunakan media sosial untuk produktivitas positif dan tidak untuk hal-hal negatif yang dekat dengan kesan hedonisme.

“Jadi memang gaya hidup berlebihan (hedonisme) itu kan sedang disorot masyarakat. Tetapi kalau sesuai dengan profil pendapatannya ya, saya pikir wajar saja,” ucap Yana.

“Seperti misalnya, ASN memakai jam tangan. Menurut saya wajar, masak enggak memakai jam tangan? Misalnya begitu. Tetapi itu

untuk fungsinya saja (jam tangan sebagai penunjuk waktu atau aksesori)," katanya menambahkan.

Baca Juga : Gumasep, Naikkan Omzet 120 Pelaku UMKM

Yana meminta, ASN Pemkot Bandung tidak menampilkan gaya hidup hedonisme di media sosial. Menurutnya, ada pengawasan berjenjang yang berlaku bagi para ASN dalam bersikap.

"Setiap OPD memiliki pimpinannya. Di Pemkot Bandung pun ada lembaga yang mengawasi," terangnya.

Di sisi lain, Yana juga meminta masyarakat tidak perlu kuatir untuk membayar pajak kepada Pemerintah. Ia menjamin, Pemkot Bandung memiliki pengawasan berjenjang, khususnya terkait pajak yang dibayarkan masyarakat yang nanti manfaatnya juga akan dirasakan oleh masyarakat.

Baca Juga : Yana: Pejabat Wajib Laporkan Harta Kekayaan dan Pajak

Menurutnya, Pemkot Bandung memiliki inspektorat dan di dalamnya ada bidang-bidang yang mengawasi para ASN di bawah naungan Pemkot Bandung.

"Jadi tidak perlu kuatir. Bayar pajak sesuai nilai dan sesuai waktu. Terkait pengawasan, kita punya Inspektorat, ada APIP. Dan juga masyarakat bisa sama-sama mengawasi," tuturnya.

Sebagai informasi, pada hari ini sebanyak 87 Calon Aparatur Sipil Negara (CASN) dilantik menjadi ASN di lingkungan Pemkot Bandung. Sebanyak 22 orang dari 87 ASN yang dilantik di antaranya menduduki jabatan fungsional.(rls/kai)