

Es Teh Tawar Lebih Baik Ketimbang Es Teh Manis, Ini Alasannya

written by Editor | 26 Juni 2018



Kabar6-Selain air putih, tidak sedikit orang yang memilih minum es teh tawar atau tanpa gula untuk membantu menggantikan cairan tubuh saat haus. Ya, mengonsumsi es teh tawar dapat membantu memenuhi kebutuhan tubuh Anda akan berbagai nutrisi dan komponen penting serta menghindari berbagai dampak negatif pada kesehatan yang dapat terjadi akibat konsumsi es teh manis.

Mengapa es teh tawar lebih baik ketimbang es teh manis? Dilansir healthyeating.sfgate, berikut uraiannya:

1. Rendah gula & rendah kalori

Sekira 240 ml es teh manis mengandung 89 kalori dan 22 gram gula, sementara itu es teh tawar (teh hitam) hanya mengandung sekira dua2 kalori dan sama sekali tidak mengandung gula.

2. Sumber mangan

Sekira 240 ml es teh (teh hitam) tawar mengandung 520 mcg mangan. Mangan dapat membantu mempercepat penyembuhan luka,

menjaga kekuatan tulang, dan membantu proses metabolisme dalam tubuh. Selain itu, mangan di dalam es teh tawar juga dapat mengaktifasi suatu enzim yang dapat mencegah terjadinya kerusakan pada jaringan.

3. Sumber fluoride & flavonoid

Mengonsumsi es teh tawar juga dapat membantu meningkatkan konsumsi fluoride dan flavonoid Anda. Sekira 240 ml es teh (teh hitam) tawar mengandung 0.5 mg fluoride, yang dibutuhkan oleh tubuh untuk menjaga kesehatan tulang dan gigi Anda serta untuk mencegah terjadinya kerusakan gigi. [** Baca juga: Ini Lho 7 Superfood yang Sebaiknya Anda Konsumsi](#)

Flavonoid dalam teh dapat membantu mencegah terjadinya berbagai penyakit kronik, termasuk penyakit jantung. Selain teh hitam, teh hijau dan teh putih juga mengandung flavonoid.(ilj/bbs)

Warga Kota Tangerang Ngeluh Belum Dapat Undangan 'Nyoblos'

written by Redpel | 26 Juni 2018



Kabar6-Warga Kota Tangerang mengeluhkan hingga H-2 Pilkada belum menerima undangan pencoblosan atau formulir C6-KWK.

Annes, warga Jalan Prambanan Raya, Nomor 108, Perumnas Dua, RT002/005, Kelurahan Cibodas Baru, Kecamatan Cibodas, Kota Tangerang mengatakan hingga dua hari menjelang digelarnya Pilkada serentak, pihaknya mengaku belum juga mendapatkan undangan pencoblosan dari Komisi Pemilihan Umum (KPU) setempat.

“Saya belum dapat undanganya gimana nih. Padahal, data saya di kecamatan sudah terdaftar dari tahun 1998 loh, KTP saya jg elektrik, terus semua orang juga tahu kalau Jalan Prambanan Raya Nomor 108 itu adalah rukonya Bu Innes dan setiap pemilihan juga selalu dapat suratnya. Baru kali ini sih,” ungkap Wanita yang akrab disapa Innes ini, kepada Kabar6.com, Senin (25/6/2018).

Senada dikemukakan Muhamad Yunus, dirinya juga mengaku belum menerima formulir C6 dari penyelenggara pesta demokrasi lima tahunan di kota Akhlakul Karimah tersebut.**Baca Juga: [KAI Banten Intruksikan Jajarannya 'Nyoblos' di Pilkada Serentak 2018.](#)

“Saya juga belum dapat undangan C6 Pilkada Kota Tangerang. Baru kali ini aja saya gak dapat, keluarga saya semua dapat,”

ujar Yunus, warga yang berdomisili Jalan KH Hasyim Ashari Nomor 45, RT 03/02, Kelurahan Neroktog, Kecamatan Pinang, Kota Tangerang ini. (Tim K6)

KAI Banten Intruksikan Jajarannya 'Nyoblos' di Pilkada Serentak 2018

written by Redpel | 26 Juni 2018



Kabar6-Dewan Pimpinan Daerah (DPD) Kongres Advokat Indonesia (KAI) Provinsi Banten, menginstruksikan kepada seluruh jajarannya agar menggunakan hak pilih pada Pilkada serentak yang digelar Rabu 27 Juni 2018 mendatang.

“Saya instruksikan seluruh pengurus dan anggota DPD KAI Banten datang ke Tempat Pemungutan Suara (TPS) untuk menggunakan hak pilihnya,” ungkap Ketua DPD KAI Banten Ricky Umar, kepada

Kabar6.com, Senin (25/6/2018).

Menurut Ricky, pesta demokrasi lima tahunan yang digelar secara serentak di sejumlah daerah di Indonesia, termasuk di wilayah Banten ini harus disukseskan.

Pasalnya, hajat demokrasi ini bakal menentukan masa depan bangsa maupun daerah dalam memilih calon pemimpinnya untuk periode lima tahun ke depan.**Baca Juga: [Pekot Tangerang Gelar Halal bi Halal Akbar.](#)

“Saya juga intruksikan kepada para Anggota KAI yang berdomisili di Kabupaten Tangerang, Kota Tangerang Tangsel dan Wilayah Serang Raya agar dapat menghimbau warga masyarakat di wilayahnya masing-masing untuk datang ke TPS, guna merayakan pesta demokrasi serta mengawasi kecurangan-kecurangan atau money politik yang mungkin dilakukan oleh orang-orang yang akan mencederai demokrasi,” tegasnya.(Tim K6)

Pekot Tangerang Gelar Halal bi Halal Akbar

written by Redpel | 26 Juni 2018



Kabar6-Pemerintah Kota (Pemkot) Tangerang menggelar Halal bi Halal akbar yang diikuti ribuan Aparatur Sipil Negara (ASN) di Kota Tangerang, Senin (25/6/2018)

Dalam Halal bi halal ini, Walikota Tangerang Arief R Wismansyah kembali aktif bertugas setelah 130 hari menjalani cuti Pilkada. Arief mengucapkan terimakasih pada Pjs Walikota Yusuf yang telah menjabat selama beliau menjalankan cuti.

“Saya yakin beliau adalah birokrat tulen, Hal ini terbukti dengan berjalan nya dengan baik roda pemerintahan dan pelayanan di Kota Tangerang. Kita doakan semoga segala sesuatunya menjadi amal kebaikan,” paparnya.

Dengan kepadatan yang dirasakan di Pusat Pemkot Tangerang, Arief mengingatkan kembali bahwa Kota Tangerang memiliki sumber daya manusia yang cukup memadai.**Baca Juga: [Laporan Anggaran 2017, Pendapatan Daerah Kota Tangerang Rp3,9 T.](#)

“Harusnya jumlah PNS yang kita miliki bisa melayani masyarakat Kota Tangerang dengan lebih baik lagi, ditambah dengan berbagai aplikasi dan sistem yang sudah di bangun oleh Pemkot. Terus perbaiki kekurangan-kekurangan yang ada agar kualitas pelayanan bisa menjadi lebih baik lagi,” paparnya.(BL/hms)

Laporan Anggaran 2017, Pendapatan Daerah Kota Tangerang Rp3,9 T

written by Redpel | 26 Juni 2018



Kabar6-Dewan Perwakilan Rakyat Daerah (DPRD) Kota Tangerang menggelar rapat paripurna dengan agenda pengantar nota keuangan perihal Rancangan Peraturan Daerah (Raperda) tentang pertanggungjawaban pelaksanaan Anggaran Pendapatan dan Belanja Daerah (APBD) Kota Tangerang tahun anggaran 2017.

Walikota Tangerang Arief R Wismansyah mengatakan laporan keuangan tahun anggaran 2017 disusun berdasarkan basis akrual yang terdiri dari laporan realisasi anggaran, perubahan saldo anggaran lebih, laporan operasional, perubahan ekuitas, neraca arus kas, dan catatan atas laporan keuangan.

“Kepala daerah harus menyampaikan laporan keuangan yang telah

diperiksa oleh BPK-RI selambat – lambatnya 6 bulan setelah tahun anggaran selesai,” jelas Arief di ruang rapat paripurna DPRD kota Tangerang, Senin (25/6/2018).

Dalam kesempatan tersebut, Arief juga menyampaikan realisasi penerimaan pendapatan daerah pada tahun anggaran 2017 sebesar Rp3,93 triliun atau 107,75 persen dari target penerimaan.

“Terdapat peningkatan jika dibandingkan dengan realisasi pendapatan daerah tahun anggaran 2016. Peningkatannya sebesar Rp541,62 miliar atau 15,98 persen,” katanya.

Kemudian terkait laporan operasional, lanjut Arief, apabila dibandingkan dengan realisasi pendapatan tahun 2016 terdapat kenaikan sebesar Rp437,17 miliar atau 12,5 persen.**Baca Juga: [Waspada, Gunung Anak Krakatau Erupsi.](#)

“Pada tahun 2017 realisasi pendapatannya sebesar Rp4,06 triliun,” tambahnya.(BL/hms)

Timnas Basket Difabel Tanding di Tangsel

written by Kabar 6 | 26 Juni 2018



Kabar6-Pelaku olahraga sedianya tidak melulu hanya dilakukan oleh individu yang punya kesempurnaan fisik.

Buktinya, sejumlah orang difabel atau yang aktivitas kesehariannya menggunakan kursi roda juga mahir bertanding dalam cabang olahraga basket.

Hal itu terlihat dari digelarnya laga eksebisi pertandingan basket antara Timnas Indonesia melawan Thailand yang digelar di British School Jakarta, Kecamatan Pondok Aren, Kota Tangerang Selatan (tangselsel).

Kedua tim bertanding dalam rangka persiapan menyambut pelaksanaan test event Asian Para Games 2018 yang bertajuk "Indonesia Para Games Invitational Tournament".

"Ini akan menjadi momen pertama Indonesia memiliki tim nasional basket kursi pada ajang multievent," kata Kapten Timnas Indonesia, Donald Santoso, Senin (25/6/2018).

Tensi persaingan yang tinggi terus berlangsung sepanjang pertandingan. Benturan kursi roda hampir terus terjadi saat penjagaan bola sedang dikuasai pemain lawan. Meski demikian sikap sportivitas dan rasa empati terus dijunjung antarsesama

atlet.

Setiap ada kursi roda yang terbalik hingga membuat penggunanya tersungkur, pemain lawan ikut bantu membangunkan. Mereka seakan tak peduli rivalitas serta warna bendera timnas yang dibelanya.

Dijelaskan, timnas basket kursi roda asal Indonesia belum genap setahun terbentuk. Mereka baru mulai berlatih sejak Januari 2018 lalu. Sebanyak 12 pemain yang sudah terbentuk dilatih dari nol.

“Jadi kita berproses tiga bulan empat bulan ya seperti ini, lay up sudah bisa, nembak sudah bisa,” papar Fajar Brilianto, pelatih Indonesia.

Tim yang dipimpinnya itu mengaku tidak muluk-muluk dalam menetapkan target saat kompetisi Asian Para Games 2018 di Jakarta. Tim Garuda hanya menargetkan dapat menang pada satu atau dua game saja.

“Target kita karena timnas basket kursi roda pertama di Indonesia, jadi target kita bukan medali tapi menang satu dua game. Itu target kita. Supaya kita bisa bikin based foundation,” ujarnya.

Meski di akhir laga Timnas Garuda harus tunduk dari Thailand dengan skor 60-9, aktor dan presenter Augie Fantinus melihat sisi lain dari pertandingan ini.**Baca juga: [Polrestro Tangerang Tembak Mati Bandar Narkoba.](#)

“Yang paling penting masyarakat tahu ada timnas wheelchair pertama,” ungkap Augie setelah pertandingan usai.(yud)

Polrestro Tangerang Tembak Mati Bandar Narkoba

written by Kabar 6 | 26 Juni 2018



Kabar6-Seorang bandar narkoba berinisial MG, tewas ditembak petugas Satuan Narkoba Polres Metropolitan Tangerang, di kediamannya di wilayah Kecamatan Teluk Naga, Kabupaten Tangerang.

Ya, MG terpaksa ditembak karena nekat melawan dan berupaya menyerang petugas menggunakan pecahan botol saat disergap.

Selain MG, petugas juga meringkus pelaku lainnya berinisial DY dibilangan Kecamatan Mauk, Kabupaten Tangerang.

“Ada dua pelaku yang kami amankan, yaitu MG dan DY” ujar Kapolres Metropolitan Tangerang, Kombes Pol Harry Kurniawan, Senin (25/6/2018).

Kapolres menyebut, bahwa kasus itu berawal dari tertangkapnya DY dengan barang bukti sabu seberat 2,4 gram. Kasus tersebut kemudian dikembangkan hingga petugas akhirnya meringkus MG, selaku bandar untuk wilayah Tangerang.

“Sementara, dari kediaman MG, petugas mendapati barang bukti 3 bungkus sabu seberat 300 gram, 4 buah bong, 1 timbangan elektrik serta 1 buah senjata tajam jenis badik,” ujar Kapolres lagi.

Guna penanganan lebih lanjut, selanjutnya jenazah MG kini sudah dievakuasi ke kamar jenazah RSUD Tangerang.**Baca juga: [Saat Pilkada, Kapolresta Tangerang Minta Anggota Tidak Nonton Piala Dunia.](#)

Sementara, atas perbuatannya, DY yang kini mendekam di sel tahanan Polrestro Tangerang terancam dijerat UU Narkotika nomor 35 Tahun 2009, dengan ancaman maksimal 20 tahun penjara. (BL/tmn)

Saat Pilkada, Kapolresta Tangerang Minta Anggota Tidak Nonton Piala Dunia

written by Kabar 6 | 26 Juni 2018



Kabar6-Kapolres Kota Tangerang, Komses Pol H. M Sabilul Alif mengimbau jajarannya agar konsentrasi dalam pengamanan Pilkada Kabupaten Tangerang 2018 yang akan dihelat pada (27/6/2018) mendatang.

Kapolres juga meminta gar anggotanya tidak menonton pertandingan sepak bola Piala Dunia, pada hari pelaksanaan Pilkada. Pasalnya, bila menonton sepak bola hingga selesai, maka anggota akan mengantuk saat bertugas.

Demikian ditegaskan Kapolresta Tangerang Komses Pol H. M Sabilul Alif kepada para awak media, usai gelar pasukan PAM pemungutan suara Pilkada Kabupaten Tangerang 2018, di Lapangan Maulana Yuda Negara, Kabupaten Tangerang, Senin (25/6/2018).

“Kami ingin, selama pemungutan suara Pilkada Bupati dan wakil Bupati 2018 nanti, semua anggota tetap siap siaga dan fokus dalam menjalankan tugas,” jelasnya.

Jika ketahuan ada anggota yang mengantuk atau tidak fokus dalam tugasnya, maka Kapolres akan langsung memberikan teguran.

“Bahkan saya akan langsung mengganti anggota yang tidak siap

dengan anggota yang siap dalam menjalankan tugas pengamanan Pilkada,” tandasnya.**Baca juga: [Ribuan Personel Amankan Pilkada Kabupaten Tangerang 2018.](#)

Selain itu, Sabilul Alif, juga meminta kepada seluruh anggotanya supaya tetap waspada di semua Tempat Pemungutan Suara (TPS), namun tetap mengedepankan sikap humanis dan menjalin komunikasi dan koordinasi yang baik terhadap tokoh-tokoh Masyarakat.(Bam)

Ribuan Personel Amankan Pilkada Kabupaten Tangerang 2018

written by Kabar 6 | 26 Juni 2018



Kabar6-Jajaran petugas Kepolisian Resor Kota (Polresta) Tangerang dikerahkan guna mengamankan pelaksanaan pemungutan

suara Bupati dan wakil Bupati Tangerang, pada 27 Juni 2018 mendatang.

Kapolresta Tangerang, Kombes Pol H. M Sabilul Alif mengatakan, dalam Pilkada serentak ini, ribuan personel disebar di 2801 TPS yang ada.

“Ada sebanyak 650 personel Polres dan Polsek, ditambah 439 personel BKO dari Polda Banten, 100 personel Brimob, Linmas, 464 personel dari Satpol PP dan 800 personel dari TNI,” ujar Sabilul Alif kepada wartawan, setelah gelar pergeseran Pasukan PAM pemungutan suara Pilkada Kabupaten Tangerang, di Lapangan Maulana Yuda Negara, Kabupaten Tangerang, Senin (25/6/2018).

Adapun langkah yang akan dilakukan, kata Sabilul Alif, jajarannya akan berkomunikasi dan berkoordinasi dengan tokoh-tokoh masyarakat serta petugas TPS.**Baca juga: [KPU Kabupaten Tangerang Musnahkan 1.407 Surat Suara Rusak.](#)

“Itu salah satu langkah untuk menjaga kondusifitas selama pemungutan suara hingga selesai Pilkada nanti,” pungkasnya. (Bam)

Waspada, Gunung Anak Krakatau Erupsi

written by Redpel | 26 Juni 2018



Kabar6-Gunung Anak Krakatau (GAK) mengalami erupsi pukul 07.14 WIB, Senin (25/6/2018). Ketinggian abu vulkanik yang dikeluarkan Gunung Anak Krakatau mencapai satu kilometer.

“Asap cuma teramati putih tipis (ketinggian) 50 meter,” kata Andi Suandi, Kepala Pos Pemantau GAK Lampung, melalui pesan singkatnya.

Erupsi ini terekam seismograf dengan amplitudo maksimum 30 mm dan durasi kurang lebih 45 detik. Masyarakat, baik nelayan maupun wisatawan dilarang mendekat untuk keselamatan bersama.

Sedangkan berdasarkan data yang di ambil dari situs <https://magma.vsi.esdm.go.id/press/view.php?id=174>, status GAK menandingi Level II atau waspada.**Baca Juga: [KPU Kabupaten Tangerang Musnahkan 1.407 Surat Suara Rusak.](#)

Berdasarkan pengamatan pada 24 Juni 2018, gunung berapi di perairan Selat Sunda yang memiliki ketinggian 305 meter dari permukaan laut (MDPL) itu mengalami gempa vulkanik dangkal sebanyak 58 kali. Sedangkan gempa vulkanik dalam terjadi dua kali. Durasinya antara lima sampai 18 detik. Hembusan abu terjadi sebanyak 44 kali.(dhi)