

4.345 Saksi Zaki-Romli Siap Kawal Pilkada Tangerang

written by Redpel | 23 Juni 2018



Kabar6-Tim Pemenangan Ahmed Zaki Iskandar-Mad Romli menggelar Bimbingan Teknis (Bimtek) terhadap 4.345 saksi di Gedung DPD Partai Golkar Kabupaten Tangerang, Sabtu (23/6/2018).

“Yang pertama finalisasi Bimtek saksi Zaki-Romli di 29 Kecamatan di Kabupaten Tangerang. Kami berharap tingkat partisipasi masyarakat ke TPS tinggi, juga tingkat keberpihakan masyarakat kepada Zaki-Romli yang kita targetkan 80 persen tercapai,” ujar Tim Pemenangan Zaki-Romli Naziel Fikri menjelaskan.

Ia mengatakan, dengan bekal yang telah diberikan kepada para saksi diharapkan dapat mengawasi dan mengetahui apa saja peraturan yang berlaku sehingga tidak ada hal yang tidak diinginkan.

“Alhamdulillah sampai saat ini pergerakan seluruh tim bergerak pada koridor yang diharapkan, tidak ada yang melanggar

ketentuan yang disyaratkan dalam PKPU,” ujarnya.

Calon Bupati Tangerang, Ahmed Zaki Iskandar mengatakan Bimtek kepada para saksi diharapkan mampu menjadikan Pilkada Kabupaten Tangerang berlangsung aman, damai, dan sukses.**Baca Juga: [Halal Bi Halal, Ara Hotel Tawarkan Menu Khas Nusantara.](#)

“Akurasi hasil penghitungan suara hasil laporan dari saksi bisa akurat sesuai dengan data dengan tingkat kemenangan paslon Zaki-Romli yang tinggi,” tandasnya.(mer)

Halal Bi Halal, Ara Hotel Tawarkan Menu Khas Nusantara

written by Redpel | 23 Juni 2018



Kabar6-Berkumpul dengan orang-orang terdekat dalam rangka mempererat silaturahmi merupakan perbuatan terpuji. Selain di rumah bersilaturahmi dapat dilakukan dimana saja, termasuk di hotel.

Untuk itu, Ara Hotel Gading Serpong, Tangerang telah mempersiapkan paket Halal Bi Halal untuk mempererat silaturahmi dengan orang-orang tercinta, kerabat maupun rekan kerja.

Public Relations Executive, Deviana Agustina menjelaskan, paket Halal Bi Halal itu dapat Anda nikmati dengan Rp125 ribu net per orang di lantai 1 YuGo Restaurant. Dan dapatkan diskon 20 persen untuk periode pemesanan hingga 30 Juni 2018.

Aneka menu khas Nusantara dengan citarasa Indonesia dapat Anda nikmati dengan ragam bumbu dan rempah warisan nenek moyang yang menggugah rasa.

“Paket Halal Bi Halal ini kami tampilkan mulai 21 Juni 2018 hingga 15 Juli 2018 dengan beragam penawaran menarik lainnya,” kata Deviana di siaran persnya, Sabtu (23/6/2018).

Selain itu, hotel yang memiliki kolam renang Semi Olympic dan Mini Water Park ini juga menyiapkan paket Wet & Dining untuk Anda yang tidak menginap.

Anda bersama keluarga, rekan dan handai taulan dapat menikmati kolam renang dan menu pilihan makan di YuGo Restaurant hanya dengan harga Rp115 ribu net per orang.**Baca Juga: [Sensasi Makan Pecel Bakmi di Atas Hot Plate.](#)

“Dan untuk anak-anak usia 6-12 tahun mendapatkan diskon 50 persen dari harga dewasa. Dan bisa langsung datang enjoy the swimming pool,” pungkasnya.(fit)

Sensasi Makan Pecel Bakmi di

Atas Hot Plate

written by Redpel | 23 Juni 2018



Kabar6-Sensasi icip-icip pecel bakmi di Bob Resto terletak pada hot platenya. Sesuai namanya, pecel bakmi hot plate menggunakan wadah panas yang menjadikan makan pecel bakmi jadi penuh kesan.

Resto yang terletak di foodcourt ITC BSD Tangerang Selatan (Tangsel) ini menjadikan menu di atas sebagai menu andalan berdasarkan tingginya pesanan pengunjung.

“Saat makan pecel bakmi menggunakan hot plate, para pembeli akan mendapatkan sensasi yang tak biasa saat makan menu yang sama di gerai kuliner yang berbeda,” kata Bob sang pengelola, Sabtu (23/6/2018).

Diatas hot plate berisikan setumpuk rebusan mie kuning dan beberapa jenis sayur bersama kerupuk uli disiram saus kacang dengan tambahan bumbu rempah khas resto. Rasanya segar dan gurih lho!**Baca Juga: [Anak Krakatau Semburkan Awan Pekat 100 Meter.](#)

Untuk dapat menikmati seporsi pecel bakmi hot plate ini, Anda hanya perlu merogoh kocek sebesar Rp15 ribu saja. Murah bukan? (fit)

Anak Krakatau Semburkan Awan Pekat 100 Meter

written by Redpel | 23 Juni 2018



Kamis, 21 Juni 2018, Gunung Anak Krakatau (GAK), menyemburkan awan pekat setinggi 100 meter.

“Itu hanya asap kawah (fumarola). Ketinggiannya mencapai 100 meter, biasanya hanya mencapai 25 meter,” kata Andi Suardi, kepala Pos Pemantau GAK Lampung, saat dikonfirmasi melalui pesan singkatnya, Sabtu (23/06/2018).

Kini, semburan awan pekat itu tak lagi bisa teramati. Lantaran, puncak GAK tertutupi kabut. Sehingga menyulitkan pemantauan.

Meski begitu, hingga saat ini, arus pelayaran Kapal, baik Roll

On-Roll Off (RoRo), maupun kapal lainnya, masih berjalan normal.**Baca Juga: [275 Ribu Pemudik di Sumatera Masih Belum Kembali ke Pulau Jawa.](#)

“Kondisi sekarang masih dominan hembusan, visual tertutup kabut, tidak teramati,” tandasnya.(dhi)

275 Ribu Pemudik di Sumatera Belum Kembali ke Pulau Jawa

written by Redpel | 23 Juni 2018



Kabar6-Pemudik asal Pulau Jawa diprediksi masih berada di Sumatera. Jumlahnya mencapai 275.826 jiwa dari total 970.327 pemudik.

“Saya pulang ke Cikande (Kabupaten Serang) sekarang. Ngambil cuti dulu, Senin baru masuk kerja,” kata Nafisah, salah seorang pemudik dari Lampung menuju Kabupaten Serang, Banten, saat ditemui di gang way Dermaga III Pelabuhan Merak, Sabtu

(23/6/2018).

Penumpang pejalan kaki asal Pulau Sumatera mulai memadati Dermaga I sampai III Pelabuhan Merak, Kota Cilegon, Banten. Pemudik roda dua, nampak melakukan bongkar muat di Dermaga VI, yang memang dikhususkan untuknya.

“Ngambil cuti dulu, Senin besok masuk kerja. Besok istirahat dulu dirumah,” kata Oki Andriyanto, pemudik roda dua asal Lampung, dengan tujuan Kota Tangerang, di Dermaga VI, Pelabuhan Merak.

Penumpang yang telah kembali dari Sumatera menuju Jawa, berjumlah 694.601 jiwa, dari total 970.327 jiwa, atau masih tersisa 275.826 jiwa yang belum kembali menyebrang dari Pelabuhan Bakauheni menuju Merak.**Baca Juga: [Tim Zaki-Romli Targetkan 85 Persen Suara.](#)

Pemudik roda dua yang belum kembali berjumlah 29.771 jiwa dari total 83.845 unit atau baru kembali sekitar 75 persen. Roda empat yang telah kembali 23.159 unit dari total 99.294 unit atau baru 73 persen yang kembali.(dhi)

Tim Zaki-Romli Targetkan 85 Persen Suara

written by Redpel | 23 Juni 2018



Kabar6-Tim Pemenangan Ahmed Zaki Iskandar-Mad Romli (Zaki-Romli) menargetkan 85 persen suara dalam Pilkada 27 Juni nanti.

“Kami menargetkan suara yang didapatkan Zaki-Romli dapat mencapai 85 persen,” ujar Muhammad Amud, Tim Pemenangan Zaki-Romli, Jumat (22/6/2018).

Untuk itu, lanjut Amud, peran masyarakat untuk datang ke TPS merupakan hal yang penting. Ia pun meminta masyarakat ikut berpartisipasi dalam Pemilihan pada 27 Juni 2018 mendatang.

“Makanya kita meminta masyarakat tidak golput dan datang ke TPS pada hari pencoblosan nanti,” ujarnya.

Ia pun optimis dapat meraih suara sesuai target yang telah ditentukan. Seluruh tim kampanye pun telah dikerahkan untuk melakukan sosialisasi kepada masyarakat.**Baca Juga: [Pilkada Tangerang, KPPS Mulai Distribusikn SPPS.](#)

“Kami optimis karena seluruh tim kampanye terus bergerak memberikan informasi untuk turut aktif mengikuti pilkada dan mencoblos Zaki-Romli,” tandasnya.(mer)

Cetar! Harga Pemakaman di 3 Tempat Ini Sangat Fantastis

written by Editor | 23 Juni 2018



Kabar6-Di daerah perkotaan, tanah pemakaman menjadi lahan langka dan semakin sempit karena banyaknya bangunan rumah yang didirikan di pinggiran lahan pemakaman.

Nah, makin lama tanah pemakaman yang semakin sempit membuat harganya pun menjadi mahal. Bahkan, beberapa kota di dunia mematok harga lahan pemakaman sangat fantastis. Melansir therichest, berikut adalah beberapa tempat pemakaman paling mahal di dunia:

1. Pemakaman Kensisco, New York

Area pemakaman yang terletak hanya 12 mil di sebelah utara Bronx River arkway ini menawarkan tempat peristirahatan terakhir yang mewah dan indah. Didirikan pada 1889, harga pemakaman ini mencapai sekira Rp7 miliar.

2. Pemakaman Woodlawn, Bronx

Pemakaman yang didirikan pada 1863 ini merupakan tempat bagi 192 penumpang kapal Titanic yang tewas dalam musibah tersebut. Pengunjung pemakaman sering dibuat terpesona dengan karya-karya perunggu, baja dan batu yang menghiasi makam, gerbang

dan patung-patung di halaman kuburan. Harga untuk pemakaman di sini sekira Rp21 miliar.

3. Pemakaman Westwood Village, Los Angeles

Pemakaman ini dipenuhi dengan makam beberapa nama besar dalam sejarah Hollywood, termasuk Natalie Wood, Burt Lancaster, Rodney Dangerfield, Farrah Fawcett, dan Dean Martin. Harga pemakaman Westwood Village mencapai sekira Rp64,9 miliar. [** Baca juga: 5 Kasus Pembunuhan di Dunia yang Tak Pernah Terungkap](#)

Wow...(ilj/bbs)

3 Mitos Seputar Olahraga yang Kurang Tepat

written by Editor | 23 Juni 2018



Kabar6-Memiliki tubuh sehat bisa didapatkan melalui pola hidup yang sehat dan seimbang, mulai dari menjaga makanan dan melakukan olahraga yang teratur. Ada beberapa mitos tentang olahraga yang belum diketahui kebenarannya, sehingga

seringkali mengacaukan hasil latihan yang Anda lakukan. Melansir dokter.id, ini tiga mitos seputar olahraga yang kurang tepat:

1. Kardio terlebih dulu, baru latihan beban

Pada saat berolahraga, dikatakan harus melakukan latihan kardio terlebih dahulu baru melakukan latihan angkat beban. Dengan anggapan, latihan kardio terlebih dulu dilakukan agar lemak bisa dibakar kemudian baru membentuk otot.

Benarkah demikian? Ternyata latihan kardio selama 30-45 menit hanya membakar gula darah, sedangkan latihan beban setelah kardio juga membutuhkan gula darah. Apabila melakukan ini maka Anda akan merasa lemas dan kurang tenaga saat latihan beban.

Alhasil, tubuh akan mengambil energi dari protein untuk menggantikan gula darah yang habis saat kardio di awal latihan, dan protein tersebut akan diambil dari otot Anda!

Jadi sebaiknya, lakukan latihan beban terlebih dulu baru kardio. Cara ini akan membuat tubuh Anda membakar lemak lebih efisien. Jika Anda merasa lapar saat 10-15 menit pertama kardio, teruskanlah karena itu tandanya tubuh Anda mulai membakar lemak.

2. Makin banyak keringat, makin banyak lemak dibakar

Keringat diproduksi oleh kelenjar-kelenjar di bawah kulit yang berfungsi menjaga suhu tubuh dan bukan menjadi patokan berapa banyak lemak yang dibakar. Dengan kata lain, keringat bukan menjadi ukuran berapa banyak lemak yang dibakar.

3. Sit up untuk melangsingkan perut buncit

Sit up adalah latihan untuk melatih otot perut, bukan untuk membakar lemak di perut. Otot dan lemak adalah dua hal yang berbeda. Ironisnya, sit up ratusan kali pun tidak akan membakar lemak di perut Anda. [** Baca juga: 8 Makanan yang Bantu Pangkas Lemak di Perut](#)

Jadi, terapkan pola makan tinggi protein dan rendah kalori

serta diimbangi kombinasi latihan beban dan kardio adalah cara terbaik untuk membantu membakar lemak, termasuk di perut Anda.(ilj/bbs)

5 Kasus Pembunuhan di Dunia yang Tak Pernah Terungkap

written by Editor | 23 Juni 2018



Kabar6-Meskipun ada banyak kasus pembunuhan yang sukses diungkap, di sisi lain tidak sedikit juga yang masih gelap atau tidak dapat diurai dengan jelas, karena pelaku pembunuhan terlalu cerdas dan pandai menyembunyikan diri.

Apa saja kasus pembunuhan di dunia yang tidak pernah terungkap? Dilansir Intisari, ini dia lima kasus pembunuhan yang dimaksud:

1. Jack the Ripper

Pembunuh berantai paling terkenal di London berkeliaran di East End lebih dari satu abad yang lalu, sekira 1888), memangsa pelacur dan meneror daerah tersebut.

Jack the Ripper membunuh dan memutilasi setidaknya lima wanita.

Pihak berwenang setempat pada awalnya bertanya-tanya apakah tersangka itu tukang daging atau dokter karena tanda tangannya dan metode pembunuhan yang mengerikan – dan keahliannya dengan pisau.

FBI mengatakan penyelidikan lokal terhalang karena saat itu belum ada teknologi forensik dan peralatan canggih lainnya. Banyak sejarawan dan kriminolog telah berspekulasi tentang identitas si pembunuh, tetapi Jack the Ripper membawa rahasianya ke kuburan.

2. Elizabeth Short (Black Dahlia)

Pembunuhan seorang wanita yang dimutilasi menjadi berita utama pada 1947, yang kemudian dijuluki 'Black Dahlia' karena dia memiliki rambut hitam. Pihak berwenang mengatakan mayat itu berdarah kering sebelum dibuang di tempat kosong di daerah perumahan Los Angeles dan menurut FBI satu payudaranya dipotong.

FBI yang membantu pihak berwenang telah memeriksa catatan para calon tersangka dan melakukan interogasi, namun tak satu pun dari mereka mengatakan yang sebenarnya, kasus pun tidak terpecahkan.

3. Zodiac Killer

Zodiac Killer bukanlah pembunuh biasa, dia menggunakan catatan rahasia dan petunjuk setelah membunuh korbannya. Dia telah membunuh lima orang, nampaknya secara acak, di California pada 1968 dan 1969. Dia membunuh korban dengan menembaknya di tempat-tempat yang telah direncanakannya, termasuk tempat parkir.

Menurut catatan FBI, pembunuh mengirimkan surat dengan pesan berkode, "Saya suka membunuh orang karena itu sangat menyenangkan. Ini lebih menyenangkan daripada berburu di hutan karena manusia adalah hewan yang paling berbahaya.

Pihak berwenang tidak dapat memecahkan kode untuk mengungkap namanya dan setelahnya, pembunuh terus menyasar korban untuk dibunuh. Sampai hari ini, tidak ada tersangka yang dikonfirmasi dalam kasus ini.

4. Rapper Tupac Shakur & Notorious BIG

Dunia musik diguncang di akhir 1990-an ketika superstar rap Tupac Shakur dan Notorious BIG ditembak mati sekitar enam bulan saat persaingan sengit terjadi antara label rekaman. Tidak jelas apakah persaingan memainkan peran dalam pembunuhan. Kedua kasus itu membingungkan polisi, sebagian karena saksi yang tidak kooperatif.

5. JonBenet Ramsey

JonBenet, pemenang kontes kecantikan, ditemukan dipukuli dan dicekik, dengan selotip ditempatkan di mulut dan tenggorokannya, setelah Natal pada 1996. Ibu JonBenet mengatakan bahwa saat dia bangun pagi-pagi, putrinya hilang dan dia menemukan catatan meminta tebusan hampir tiga halaman yang menuntut uang sekira Rp1,6 miliar.

Beberapa jam kemudian ayahnya menemukan mayat putrinya di ruang bawah tanah. Tidak ada yang pernah dituduh sehubungan dengan kematian JonBenet. Dua puluh tahun kemudian, Polisi Boulder mengatakan penyelidikan masih terbuka, meskipun para pejabat menolak mengomentari kasus tersebut. [** Baca juga: Jijik, Wanita Ini Minum Urine Anjing Untuk Cegah Jerawat](#)

Mengerikan.(ilj/bbs)

8 Makanan yang Bantu Pangkas

Lemak di Perut

written by Editor | 23 Juni 2018



Kabar6-Memiliki lemak yang berlebihan di perut tentu saja sangat menjengkelkan, karena selain tidak nyaman juga mengganggu penampilan. Salah satu cara agar lemak tidak menumpuk di perut adalah dengan rutin melakukan olahraga.

Nah selain olahraga, Anda pun dapat mengombinasikan makanan yang tepat untuk memangkas lemak di perut. Dilansir Newhealthguide, ini dia delapan makanan yang bantu pangkas lemak di perut:

1. Alpukat

Sebanyak 10 gram lemak tak jenuh tunggal dalam alpukat membantu Anda menghindari lemak perut yang berlebihan.

2. Pisang

Sebanyak 422 mg kalium dalam pisang membantu mengecilkan perut yang besar.

3. Yoghurt

Meningkatkan pertumbuhan bakteri baik yang mendukung kesehatan pencernaan. Yoghurt membantu menstabilkan kadar insulin.

4. Beri

Antioksidan dalam beri meningkatkan aliran darah untuk memasok otot dengan oksigen yang lebih banyak. Hal ini akan membantu Anda memiliki lebih banyak energi untuk beraktivitas kembali.

5. Susu skim

Minuman yang baik setelah seseorang berolahraga yaitu susu skim

6. Teh hijau

Tiga cangkir teh hijau setiap hari akan meningkatkan metabolisme Anda. Senyawa ECGC yang terkandung di dalamnya membantu membakar lemak.

7. Jeruk

Vitamin C yang terdapat dalam jeruk akan membantu membakar lemak lebih banyak sekira 30 persen saat olahraga.

8. Gandum utuh

Serat dapat membantu menjaga tingkat insulin tetap stabil sehingga Anda tidak menyimpan lemak dan gula secara berlebihan. Hasilnya adalah energi yang lebih tahan lama dan sel-sel lemak menyusut. [** Baca juga: Insomnia Menyerang, Lakukan 4 Hal Sederhana](#)

Selamat mencoba.(ilj/bbs)