

# Prediksi Puncak Arus Balik di Pelabuhan Merak Meleset

written by Redpel | 21 Juni 2018



Kabar6-Prediksi puncak arus balik yang terjadi malam tadi, di Pelabuhan Merak, ternyata meleset. Bukannya mengalami kenaikan, pemudik malah turun.

Berdasarkan data yang dikeluarkan oleh PT ASDP Ferry Indoensia Cabang Merak, pemudik yang telah kembali ke Pulau Jawa dari Sumatra, sejak Rabu hingga Kamis, 20-21 Juni 2018, penumpang pejalan kaki sebanyak 129.471, menurun dibandingkan pada hari Selasa – Rabu, 19-20 Juni 2018, yang berjumlah 144.471 jiwa.

Begitupun pemudik roda empat, sejak kemarin, telah datang dari Pelabuhan Bakauheni sebanyak 13.161 unit. Sehari sebelumnya berjumlah 16.307 unit.

Begitupun bus yang menyeberang, hari ini menjadi 476 unit dari sebelumnya berjumlah 482 unit. Terminal Terpadu Merak (TTM), memprediksi puncak arus balik Lebaran 2018, terjadi pada akhir pekan ini, 23-24 Juni 2018.

“Puncak arus balik, kami kemarin koordinasi dengan (Pelabuhan) Bakauheni, terjadi pada Sabtu-Minggu,” kata Sugiyo, Kepala TTM, Kamis (21/06/2018).

Berdasarkan data terbaru, sejak malam tadi, pemudik yang telah berangkat dari TTM ke sejumlah wilayah di Jabodetabek, sebanyak 6.500 orang, yang di angkut menggunakan 375 bus.

“Jadi ini saya anggap masih lancar, belum ketemu puncaknya,” terangnya.

Sedangkan sejak H+1 hingga saat ini, pemudik yang telah di angkut, baru sekitar 20 ribuan orang.

“Untuk yang kembali dari Sumatera ke Jawa, arus mudik kita (prediksi) sampai 83 ribuan. Data terbaru update sekarang baru 20 ribu,” jelasnya.

Kenaikan pemudik saat arus balik, terjadi di sepeda motor. Sejak Rabu-Kamis, 20-21 Juni 2018, berjumlah 14.249 unit. Sedangkan sehari sebelumnya berjumlah 13.932 unit.

Truk pun untuk hari ini, telah menyebrang sebanyak hak 647 unit, sehati sebelumnya hanya 416 unit. Total pemudik yang telah kembali dari Pulau Jawa menuju Jawa, sejak H+1 hingga H+5, untuk pejalan kaki sudah mencapai 53 persen, roda dua sebesar 58 persen dan roda empat sebanyak 58 persen.\*\*Baca Juga: [PPDB Online Error, Orangtua Siswa di Tangsel Resah.](#)

Sedangkan total jumlah pemudik yang telah menyebrang dari Pulau Jawa ke Sumatera, sejak H-7 hingga H-1, berjumlah 970.327 jiwa, Roda Dua sebesar 83.845 unit, roda empat 99.294, bus 4.290 dan truk berjumlah 9.200 unit.

Sebelumnya, PT ASDP Ferry Indonesia Cabang Merak, memprediksi malam tadi, akan terjadi puncak arus balik Lebaran 2018.(dhi)

---

# PPDB Online Error, Orangtua Siswa di Tangsel Resah

written by Redpel | 21 Juni 2018



Kabar6-Pendaftaran Peserta Didik Baru (PPDB) sistem online tingkat Sekolah Menengah Atas (SMA) di Provinsi Banten error. Orangtua siswa di Kota Tangerang Selatan (Tangsel) resah.

Salah seorang orangtua siswa Frietz mengatakan dirinya tidak bisa mengakses sistem PPDB. Dirinya resah lantaran pendaftaran hanya dibuka selama lima hari.

“Engak bisa dibuka sejak pukul 00.00 tadi,” ungkap Frietz menjelaskan, Kamis (21/6/2018).

Dirinya juga menyayangkan sistem yang diterapkan oleh Pemerintah Provinsi (Pemprov) Banten. Selain mendaftar melalui sistem online, orangtua siswa juga diharuskan mendaftar secara manual juga.\*\*Baca Juga: [Menu Pallumara di Dapoer Mamakoe,](#)

[Segar Banget.](#)

“Kalau siswa tidak diterima di sekolah yang dituju, maka harus cabut berkas dan mendaftar di sekolah lainnya. Kalau sistemnya seperti itu, buat apa ada sistem online,” tambahnya.(az)

---

## Menu Pallumara di Dapoer Mamakoe, Segar Banget

written by Redpel | 21 Juni 2018



Kabar6-Sedianya menu Pallumara khas Makasar satu ini sekilas mirip dengan menu Asem Pindang Bandeng. Namun, rasa menu satu ini cukup menggugah selera. Apalagi rasa asam dan pedas yang melebur sempurna dalam kuahnya yang medok membuat segar dan semangat.

Menu yang berada dalam deretan daftar menu andalan resto Dapoer Mamakoe, Blok Tengah I Taman Jajan CBD Bintaro Sektor 7, Kota Tangerang Selatan (Tangsel) menjadi menu pilihan

pengunjung.

Ikan Bandeng dalam ukuran besar yang dipotong menjadi tiga atau empat bagian ini di kombinasikan dengan bumbu rempah khas Nusantara seperti air asam, serai, kunyit.

Penegas rasa pedas, Dapoer Mamakoe menggunakan cabai rawit, bawang, tomat dengan tambahan garam, gula merah dan kaldu serbuk.

Dalam penyajian, semilir aromanya saja sudah membuat air liur tak berhenti mengalir. Apalagi saat seruputan kuah pertama mampir ke mulut, dijamin lidah Anda bergoyang tak mau berhenti.\*\*Baca Juga: [Rumah Baca, Rumbala Cipayung Butuh Perhatian Pemerintah.](#)

Suiran daging bandeng dengan teksturnya yang halus dan berwarna putih ditambah siraman kuah kuning nan segar, dijamin membuat Anda jatuh hati saat pandangan pertama. Alamak!

“Untuk menjaga citarasa orisinal dan ciri khas Makasar, kami langsung ‘mengimport’ bumbu rempahnya dari Makasar,” pungkas Rahmah sang owner, Kamis (21/6/2018).(fit)

---

## **Rumah Baca, Rumbala Cipayung Butuh Perhatian Pemerintah**

written by Redpel | 21 Juni 2018



Kabar6-Kegiatan membaca merupakan aktivitas untuk meningkatkan wawasan dan ilmu pengetahuan masyarakat. Sayangnya, hingga saat ini minat baca masyarakat masih tergolong rendah.

Mendukung Gerakan Indonesia Membaca (GIM) yang dicanangkan pemerintah pusat, para penggiat literasi di nusantara saling berpacu untuk mendirikan rumah baca di lingkungannya masing-masing.

Di kawasan Tangerang Selatan (Tangsel), ada beberapa rumah baca yang berdiri dibarengi dengan beberapa kegiatan rutin sebagai daya tariknya. Salah satunya adalah Rumah Baca Alam (Rumbala) di Jalan Cimandiri RT 01/08 Cipayung Ciputat.

Rumbala adalah wadah menstimulus anak dan remaja untuk gemar membaca. Rumah baca ini didirikan oleh putra-putri Cipayung Ciputat dengan kepedulian yang tinggi terhadap literasi di lingkungannya.

Dalam kesehariannya, Rumbala memiliki tiga kegiatan rutin untuk menambah kreatifitas dan wawasan 60an anak di lingkungannya. Yakni kegiatan menggambar dan mewarnai, asah kreatifitas dengan origami serta membaca buku cerita bersama.

“Kami saling bergantian dalam membimbing di kegiatan rutin itu. Dan Alhamdulillah, antusias dan minat baca anak menjadi lebih baik,” kata Iqbal Rafi pengelola Rumbala, Kamis (21/6/2018).

Namun saat ini, Rumbala memiliki beberapa kendala yang membutuhkan perhatian dari pemerintah setempat. Terutama dalam hal fasilitas dan buku bacaan.

“Kami membutuhkan perhatian serius dari Pemkot Tangsel dalam hal pengadaan papan tulis, penambahan buku dan alat tulis, buku cerita dan lainnya,” tegas Iqbal.

Iqbal mengungkapkan, dalam hal penambahan atau barter buku cerita dan buku bacaan lainnya, selama ini pihaknya mendapatkan perhatian dari rekan penggiat literasi lainnya dari wilayah Bekasi dan Depok.\*\*Baca Juga: [RSU Tangsel: Stok Darah B Trombosit Kosong.](#)

“Sebagai penggiat literasi dengan visi misi mencerdaskan kehidupan bangsa melalui membaca, kami ingin kegiatan ini mendapatkan dukungan serius dari pemerintah Tangsel,” pungkasnya.(fit)

---

## **Murah Senyum, Pelayan Restoran Ini Dapat Tip Puluhan Juta**

written by Editor | 21 Juni 2018



Kabar6-Jangan remehkan kekuatan senyum. Tidak percaya? Buktinya gara-gara senyum yang tulus, Michelle Bozeman, ketiban rezeki yang tak disangka. Bagaimana kisahnya?

Wanita asal Lewis County, Washington, Amerika Serikat, ini seperti dilansir Today, bekerja sebagai pelayan di Ramblin' Jacks Rib Eye di Napavine. Michelle yang juga nenek dari tujuh cucu itu telah bekerja selama 20 tahun demi membesarkan tiga anaknya. Selama bekerja, ia selalu menjaga perilaku positif.

Michelle selalu menyambut para tamu restoran dengan senyum lebar. Hingga suatu hari, perilaku positifnya menarik perhatian seorang tamu, sepasang suami istri yang datang ke restoran.

Ia memberi salam kepada mereka dengan senyum lebar seperti biasanya. Ternyata salam dan senyuman itu berakhir dengan mengobrol bersama tamunya tentang kehidupan. Michelle menceritakan tentang anak-anak dan cucu-cucunya. Bagaimana ia mencari nafkah untuk mereka selama bertahun-tahun.

"Mereka pasangan suami istri yang menyenangkan," kata Michelle. Saat itu restoran sangat sibuk, sehingga Michelle tidak tahu mereka selesai makan dan pergi. Tampaknya itu semua seperti hari-hari biasanya bagi sang nenek, hingga seorang teman kerjanya memperlihatkan bon makanan. Michelle kaget luar

biasa. "Aku melihat bon itu dan heran."

Jelas saja Michelle kaget karena di dalam bon itu tertulis tip sebesar Rp24 juta. Sementara makanan yang dipesan tamu itu hanyalah Rp620 ribu. Rupanya pasangan suami istri itu ingin berterima kasih kepada Michelle atas pelayanannya yang bagus. Padahal biasanya tip hanya 20 persen dari nilai bon. Pemberi tip itu tidak tahu siapa namanya, tetapi Michelle luar biasa berterima kasih dan gembira dengan aksi kebajikannya.

Di balik bon itu juga ada catatan khusus dari pemberi tip untuk Michelle yang bertuliskan, "Terima kasih untuk tersenyum. Kamu pekerja keras dan negara adalah sebuah tempat yang buruk. Tolong lakukan sesuatu kebaikan bagi orang lain. Nikmatilah. Perusahaan kartu kredit menelepon jika mereka bertanya tentang tip".

Dilaporkan, ternyata tagihan di bon itu diterima oleh perusahaan kartu kredit tanpa masalah. Catatan agar Michelle melakukan sesuatu yang baik bagi orang lain, dilakukan oleh pelayan itu. Ia membagi tip itu untuk teman-teman, keluarga, dan juga untuk urusan rumah.

Michelle berencana menyenangkan dirinya dengan melakukan perjalanan ke Irlandia bersama temannya. "Aku selalu ingin pergi ke Irlandia," kata Michelle. [\\*\\* Baca juga: Concetta, Wanita yang Bisa Lihat Ratusan Juta Warna](#)

Jadi jangan lupa senyum, ya.(ilj/bbs)

---

## **Apa Bahaya Lemak Menumpuk di**

# Perut?

written by Editor | 21 Juni 2018



Kabar6-Orang dengan berat badan normal yang memiliki perut buncit, disebabkan oleh lemak menumpuk pada bagian perut, memiliki risiko kematian lebih tinggi jika dibandingkan dengan orang yang dianggap mengalami obesitas berdasarkan penghitungan indeks massa tubuh.

Dalam sebuah penelitian, seperti dilansir Healthmeup, para peneliti mengamati sekira 12.875 orang yang berusia 18 tahun atau lebih di Amerika. Beberapa hal yang diukur dalam penelitian ini yaitu tinggi badan, berat badan, lingkar perut, lingkar pinggul, status sosial ekonomi, hasil pemeriksaan fisik, dan hasil pemeriksaan laboratorium para peserta penelitian.

Para peneliti kemudian membagi para peserta penelitian menjadi tiga kelompok berdasarkan BMI (indeks massa tubuh) yaitu normal, berat badan berlebih, dan obesitas. Selain itu, peneliti juga membagi peserta penelitian menjadi dua kelompok berdasarkan pada perbandingan antara lingkar perut dan lingkar panggul pada pria dan wanita.

Para peserta penelitian rata-rata berusia 44 tahun, di mana sekira 47,4 persennya adalah seorang pria. Para peneliti

melakukan pengamatan selama sekira 14 tahun dan menemukan sebanyak 2.562 orang di antara para peserta penelitian telah meninggal dunia, di mana 1.138 kematian yang terjadi berhubungan dengan gangguan jantung dan pembuluh darah.

Para peserta penelitian yang memiliki indeks massa tubuh normal tetapi mengalami obesitas sentral memiliki risiko kematian tertinggi, baik yang disebabkan oleh gangguan jantung dan pembuluh darah maupun oleh berbagai penyebab lainnya.

Risiko terjadinya kematian akibat gangguan jantung dan pembuluh darah pada peserta penelitian yang mengalami obesitas sentral 2,75 kali lebih tinggi dibandingkan dengan para peserta penelitian lainnya yang memiliki indeks massa tubuh normal dan tidak mengalami obesitas sentral. [\\*\\* Baca juga: Penelitian: Makan Siang di Kantin Kantor Cenderung Kurang Sehat](#)

Selain itu, risiko terjadinya kematian akibat berbagai penyebab juga lebih tinggi pada peserta penelitian yang mengalami obesitas sentral, yaitu 2,08 lebih tinggi dibandingkan peserta lainnya yang memiliki indeks massa tubuh normal dan tidak mengalami obesitas sentral.(ilj/bbs)

---

## **Concetta, Wanita yang Bisa Lihat Ratusan Juta Warna**

written by Editor | 21 Juni 2018



Kabar6-Concetta Antico memiliki kelebihan unik dan jarang sekali dipunyai orang lain. Wanita asal California, Amerika Serikat, ini mampu melihat ratusan juta warna.

Rupanya Concetta yang juga seorang pelukis, melansir popularscience, memiliki kelainan genetik langka bernama tetrachromacy. Hal ini membuat matanya memiliki empat reseptor warna, bukannya tiga sebagaimana orang pada umumnya. Karena itulah ia dapat melihat warna dengan sangat berbeda.

Diketahui, kelainan yang dialami Concetta hanya dimiliki oleh 2-3 persen manusia di seluruh dunia. Hal yang menarik, kebanyakan pengidap kelainan ini akan berprofesi sebagai seniman karena menganggap dunia memiliki warna yang jauh lebih menarik dari yang dilihat manusia biasa.

Concetta didiagnosis mengidap tetrachromacy pada 2012 lalu oleh dokter ahli mata bernama Dr. Jay Neitz dari University of Washington Medical School. Sejak saat itu, Concetta dan Dr. Jay bekerjasama untuk melakukan penelitian lebih mendalam tentang kondisi mata yang sangat unik ini. [\\*\\* Baca juga: Ilmuwan Klaim Temukan Robot yang Bisa Dimakan untuk Pengobatan](#)

Di sisi lain, Concetta memiliki impian untuk membuka sekolah seni bagi mereka yang mengalami buta warna, masalah yang berkebalikan dengan yang dialami oleh dirinya. Selain itu,

Concetta ingin membuat wadah di dunia internet yang bisa menjadi tempat bagi pengidap tetrachromacy di seluruh dunia saling bertukar pikiran.(ilj/bbs)

---

## Penelitian: Makan Siang di Kantin Kantor Cenderung Kurang Sehat

written by Editor | 21 Juni 2018



Kabar6-Meskipun tidak sedikit yang membawa bekal dari rumah, sebagian besar pekerja kantor rutin makan siang di kantin atau kafetaria yang telah disediakan. Padahal diketahui, makan di luar cenderung tidak sehat, terlebih apabila kebiasaan yang dilakukan bersama rekan kerja selalu sama, memilih makanan cepat saji dan digoreng.

Makanan di kantin atau kafetaria, seperti dilansir Okezone, cenderung mengandung banyak sodium dan olahan, kalori tinggi serta sedikit buah-buahan, mengarah ke kebiasaan makan yang tidak sehat. Nah, kebiasaan ini akan membuat Anda berisiko

mengalami berbagai penyakit termasuk kanker.

Dari penelitian yang dilakukan kepada 5.000 karyawan dari sebuah perusahaan AS menunjukkan, hampir seperempat dari para karyawan memilih makanan dari tempat kerja setidaknya sekali seminggu. Ini berakibat pada rata-rata kalori mingguan yang diperoleh hampir 1.300.

Hal ini karena makanan yang diberikan di kantor cenderung tinggi kalori kosong, yang berasal dari lemak padat atau gula tambahan. Apalagi kantor biasanya menyediakan makanan yang berminyak atau bersantan tanpa melihat standarisasi kesehatan makanan yang sesuai.

“Hasil kami menunjukkan bahwa makanan yang didapat orang dari tempat kerja tidak sesuai dengan rekomendasi dalam panduan menu diet,” kata Stephen Onufrak, ahli epidemiologi di Pusat Pengendalian dan Pencegahan Penyakit AS.

Banyak makanan yang diperoleh oleh karyawan secara gratis tidak sehat. Karena itulah para peneliti menyarankan agar perusahaan bisa lebih memilih makanan sehat bagi karyawannya. Tempat kerja pun dapat memainkan lebih banyak peran untuk membantu memastikan akses pilihan makanan sehat kepada karyawan.

Dengan kondisi ini, para peneliti pun menyarankan perusahaan untuk membuat program kesehatan di tempat kerja. Program kesehatan di tempat kerja memiliki potensi untuk menjangkau jutaan orang yang bekerja dan telah terbukti efektif dalam mengubah perilaku kesehatan di antara karyawan. [\\*\\* Baca juga: Cara Sederhana Jaga Asupan Makan Usai Lebaran Agar Tubuh Tidak Melar](#)

“Program ini mampu mengurangi ketidakhadiran karyawan dan mengurangi biaya perawatan kesehatan,” kata Onufrak.(ilj/bbs)

---

# Ilmuwan Klaim Temukan Robot yang Bisa Dimakan untuk Pengobatan

written by Editor | 21 Juni 2018



Kabar6-Ilmuwan dari MIT, University of Sheffield dan Tokyo Institute of Technology, mengklaim telah menemukan robot yang bisa dimakan. Kabarnya, robot dari jenis origami itu dapat dikonsumsi untuk keperluan pengobatan atau proses pembedahan mikro di dalam perut.

Robot ini, seperti dilansir zdnct, mengusung magnet yang dapat dikontrol dari luar untuk keperluan microsurgion atau pembedahan skala kecil. Melalui robot ini, proses operasi skala kecil seperti sakit maag misalnya, dapat diatasi menggunakan robot origami tadi.

Desain robot origami tersebut merupakan bentuk penyempurnaan dari robot origami yang pernah ada. Ilmuwan menghilangkan baterai pada robot yang menimbulkan efek samping kurang baik bagi pencernaan saat terlalu lama tertanam pada perut. [\\*\\* Baca](#)

[juga: Berbentuk Kalung, Ilmuwan Ciptakan Penyangga Leher yang Dapat Lindungi Otak Manusia](#)

Nah sebagai gantinya, digunakan usus kering babi dan magnet sebagai bahan dasar robot. Usus kering babi diakui para ilmuwan lebih mudah beradaptasi dengan pencernaan dan dapat dikeluarkan lewat pengeluaran alami atau tanpa perlu tindakan operasi untuk mengeluarkan robot seperti selama ini banyak dilakukan.(ilj/bbs)

---

## Cara Sederhana Jaga Asupan Makan Usai Lebaran Agar Tubuh Tidak Melar

written by Editor | 21 Juni 2018



Kabar6-Setelah menunaikan ibadah puasa hampir sebulan penuh, sebagian orang berhasil menurunkan berat badan. Sayangnya, setelah tidak lagi berpuasa, sebagian orang justru mengalami kenaikan berat badan akibat pola makan 'balas dendam'.

Bagaimana solusinya? Dilansir Sindonews, salah satunya adalah dengan menjaga asupan makan. Jangan lupa minum segelas air putih sebelum makan dan mulai dengan konsumsi buah. Cara ini dapat membantu menjaga berat badan, khususnya jika makanan yang disantap berlemak, bersantan dan digoreng.

Usai mengonsumsi buah, Anda boleh makan dengan porsi setengah piring untuk sayur, seperempat piring untuk nasi, dan seperempat lagi untuk lauk. Hal yang sebaiknya dihindari adalah mengonsumsi kue-kue kering Lebaran. Apabila Anda masih merasa lapar, atasi dengan sering-sering minum air putih atau konsumsi buah. Jika ingin kembali menyantap sepiring nasi, berikan jeda minimal satu jam dari makan sepiring nasi sebelumnya. [\\*\\* Baca juga: Ini Lho Alasan Orang Dewasa Harus Tidur 7 Jam Tiap Malam](#)

Dengan memberi jeda tersebut, diharapkan nafsu makan sudah hilang, terutama jika Anda memang hanya 'lapar mata'.(ilj/bbs)