

Konsumsi Sayuran Lindungi Wanita dari Menopause Dini

written by Kabar 6 | 2 Juli 2017



Ilustrasi/bbs

Kabar6-Umumnya menopause dini terjadi sebelum usia 45 tahun, dan dialami sekira 10 persen wanita di dunia. Hal ini berhubungan dengan meningkatkannya risiko munculnya penyakit kardiovaskular, osteoporosis dan penurunan fungsi kognitif.

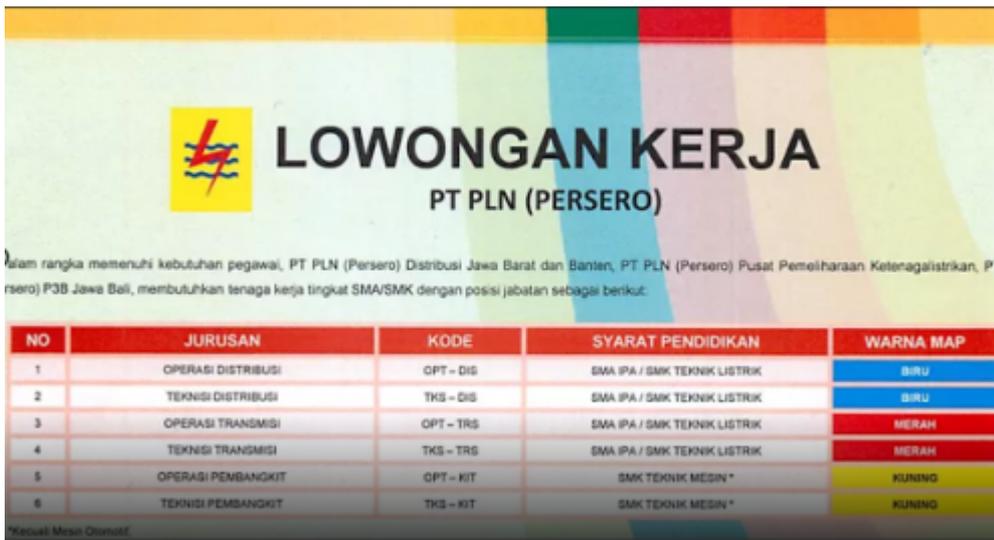
Dalam sebuah studi dalam American Journal of Epidemiology, dilansir tempo.co, terungkap bahwa mereka yang mengonsumsi 6,5 persen vitamin dari sayuran berisiko 16 persen lebih rendah mengalami menopause dini.

Mengonsumsi sayuran terutama yang mengandung protein seperti kedelai dan biji-bijian pada umumnya bisa melindungi para wanita terkena menopause dini. Disebutkan, untuk wanita sebaiknya mengonsumsi 2.000 kalori per hari atau setara dengan 3-4 porsi makanan seperti tofu, kacang-kacangan atau sereal sarapan. [** Baca juga: Sebaiknya Tidak Mencuci Ayam Sebelum Dimasak](#)

Untuk keperluan studi, para peneliti mengevaluasi hubungan antara diet dan risiko menopause pada 116.000 wanita berusia

Lowongan di PT PLN

written by Kabar 6 | 2 Juli 2017



LOWONGAN KERJA
PT PLN (PERSERO)

Untuk rangka memenuhi kebutuhan pegawai, PT PLN (Persero) Distribusi Jawa Barat dan Banten, PT PLN (Persero) Pusat Pemeliharaan Ketenagalistrikan, PT (Persero) P3B Jawa Bali, membutuhkan tenaga kerja tingkat SMA/SMK dengan posisi jabatan sebagai berikut:

NO	JURUSAN	KODE	SYARAT PENDIDIKAN	WARNA MAP
1	OPERASI DISTRIBUSI	OPT - DIS	SMA IPA / SMK TEKNIK LISTRIK	BIRU
2	TEKNIK DISTRIBUSI	TKS - DIS	SMA IPA / SMK TEKNIK LISTRIK	BIRU
3	OPERASI TRANSMISI	OPT - TRS	SMA IPA / SMK TEKNIK LISTRIK	MERAH
4	TEKNIK TRANSMISI	TKS - TRS	SMA IPA / SMK TEKNIK LISTRIK	MERAH
5	OPERASI PEMBANGKIT	OPT - KIT	SMK TEKNIK MESIN *	KUNING
6	TEKNIK PEMBANGKIT	TKS - KIT	SMK TEKNIK MESIN *	KUNING



Kabar6- PT PLN (Persero) membuka lowongan kerja bagi putra-putri Indonesia. Perusahaan listrik pelat merah ini membuka rekrutmen di 27 kota se-Indonesia. Seperti dikutip dari situs PLN, perekrutan akan ditutup pada 14 Juli 2017.

PLN membutuhkan tenaga kerja terampil lulusan SMA/SMK. Kriteria pekerja yang akan direkrut ialah lulusan program studi SMA IPA, SMK Listrik, SMK Mesin, dan Teknik Sipil.

Para pekerja tersebut nantinya akan mengisi beberapa posisi pekerjaan. Antara lain, pemeliharaan, pembangkitan, dan administrasi.

Untuk informasi lebih lanjut, para pelamar bisa mengakses informasi di situs PLN <http://rekrutmen.pln.co.id/vacancy/site/index>. Di situs ini,

para pelamar bisa mendapat informasi lebih lengkap terkait lowongan serta kriteria yang dibutuhkan PLN.(Z)

Lalulintas di Kawasan pintu Tol Bitung Macet

written by Kabar 6 | 2 Juli 2017



Kawasan Pintu Tol Bitung. Shy)

Kabar6-Situasi arus balik mudik lebaran di kawasan pintu masuk Tol Bitung, Tangerang terpantau padat, Minggu (2/7/2017).

Kepadatan yang terjadi didominasi oleh kendaraan roda dua serta, angkutan umum seperti bus antar provinsi.

Kepala Kelompok B Pos Pelayanan Bitung Polresta Tangerang Selatan, Ipda Siswanto mengatakan, kepadatan terjadi sejak pukul 11.00 WIB.

“Sudah padat sejak tadi pagi karena memang, puncak arus balik

mudik diprediksi pada hari ini. Untuk kepadatan tersebut terjadi akibat, banyaknya bus yang menurunkan penumpang di kawasan pintu masuk Tol Bitung,” ungkapnya.**Baca Juga: [H+6, Jalan Raya Serang KM 14 Ramai Lancar](#)

Akan hal demikian, pihaknya memberikan batas waktu penurunan penumpang di kawasan tol.

“Kita kasih waktu lima menit untuk menurunkan penumpang kemudian, kita minta untuk bus kembali berjalan agar, tidak terjadi penumpukan kendaraan di kawasan tol Bitung,” terangnya.

Dari data yang dihimpun melalui Posyan Bitung, bus yang melakukan penurun penumpang mudik mengalami peningkatan. Sebelumnya pada Sabtu (1/7/2017) terdapat 40 bus antar provinsi yang melakukan penurunan penumpang sedangkan, pada hari terdata hingga pukul 20.00 WIB terdata 70 armada bus.

“Rata-rata bus asal Sumatran seperti Lampung ataupun asal Jawa,” ujarnya.

Pihaknya pun, turut melakukan penertiban pada kendaraan umum seperti angkot (angkuta kota) yang berhenti sembarang di sepanjang ruas kolong Tol Bitung. (Shy)

Bocah Peseda dari Palembang Sudah Ketemu Ibunya di Ciledug

written by Kabar 6 | 2 Juli 2017



Okta (15), Rizal (13), dan Aslam (10) tiba di rumah ibunya.(foto:dok)

Kabar6- Setelah lima hari mengayuh sepeda dari Indralaya Palembang, tiga bocah Okta (15), Rizal (13), dan Aslam (10) akhirnya bertemu dengan ibu mereka di Jalan Haji Jaini, Kreo, Ciledug, Tangerang, Minggu (2/7/2017).

Sang ibu tentu saja senang bukan kepala, tapi sang nenek di Indralaya kaget setengah mati ketika diberitahu bahwa mereka naik sepeda ke Ciledug.Pasalnya kepada si nenek ketiga bocah ini mengaku akan naik bus.

Seperti diberitakan sebelumnya, tiga orang bersaudara asal Indralaya, Sumatera Selatan ini berangkat dari rumah neneknya di Kecamatan Indralaya, Kabupaten Ogan Ilir, Sabtu 24 Juni 2017 dan sudah tiba di Pelabuhan Merak Kamis 29 Juni 2017..

Selama dalam perjalanan mereka mendapat banyak kemudahan, termasuk soal makan gratis dari sejumlah rumah makan.Mereka juga mendapat bantuan uang dari orang yang bersympati." di Bakauheni kita juga dikasih uang sama temennya Pak Rizky pegawai ASDP, juga uang saku." kata Okta.(Z)

H+6, Jalan Raya Serang KM 14 Ramai Lancar

written by Kabar 6 | 2 Juli 2017



Arus lalulintas di Jalan raya Serang KM 14. (shy)
Kabar6-Memasuki H+6 arus balik mudik lebaran di ruas Jalan Arteri, tepatnya Jalan Raya Serang Kilometer 14, Kecamatan Cikupa, Kabupaten Tangerang terpantau ramai lancar, Minggu (2/7/2017).

Dari data yang dihimpun melalui, Pos Pelayanan Satlantas Polresta Tangerang, jumlah kendaraan roda dua yang melalui jalur arteri sebanyak 7.400 kendaraan sedangkan, kendaraan roda empat yang didominasi oleh mobil pribadi sebanyak 5.100 kendaraan.

Petugas Satlantas Polresta Tangerang, Bripda Atika mengatakan, volume kendaraan dari hari sebelumnya mengalami peningkatan.**Baca Juga: [Pemudik Melalui Bandara Soetta Naik 12,88 persen](#)

“Dari hari sebelumnya mengalami peningkatan. Terlebih, dari

arah Serang menuju Jakarta yang didominasi kendaraan roda dua,” ungkapnya.

Guna mengurai kemacetan pun, pihak petugas memberlakukan rekayasa lalu lintas dengan melakukan pemutaran arah dari Jakarta menuju Serang dengan memasuki kawasan perbelanjaan Citra Raya, Cikupa. (Shy)

Penumpang Pesawat Naik, Kesejahteraan Masyarakat Meningkat

written by Kabar 6 | 2 Juli 2017



Video conference di Posko Terminal 1 Bandara Soetta.(tia) Kabar6-Meningkatnya jumlah penumpang angkutan udara secara signifikan, menandakan kesejahteraan masyarakat yang cenderung meningkat.

“Ya, dua tahun terakhir tingkat kesejahteraan masyarakat meningkat dilihat dari indikator kemampuan masyarakat untuk

membeli tiket pesawat pada lebaran. Tentu harga tiket tersebut jauh lebih mahal dibandingkan harga tiket angkutan lainnya,” ujar Direktur Jenderal Perhubungan Udara, Agus Santoso saat melakukan laporan kepada tim petugas Posko Kementerian Perhubungan Pusat, Jakarta melalui video conference di Posko Terminal 1 Bandara Soekarno Hatta, Tangerang, Minggu (2/7/2017).

Menurutnya, hal tersebut dapat terjadi pada masa kepemimpinan presiden Joko Widodo, dimana daya beli masyarakat meningkat signifikan.**Baca Juga: [Puncak Arus Balik, Penumpang Bandara Soetta Diprediksi Naik 13 Persen](#)

“Ini jadi kebanggaan bagi kami, dua tahun kepemimpinan Jokowi, daya beli bisa meningkat signifikan,” jelasnya.**Baca Juga: [Pemudik Melalui Bandara Soetta Naik 12,88 persen](#)

Sementara itu, ia pun mengapresiasi kesiapan pihak Angkasa Pura II terkait, persiapan teknis menghadapi arus balik mudik lebaran di Bandara Soekarno Hatta, Tangerang.

“Disini juga kesiapa teknisnya bagus seperti, kesiapan memperbanyak troli barang serta, armada angkutan umum bandara agar tidak terjadi penumpukan di kawasan terminal,” tutupnya. (tia)

Pemudik Melalui Bandara Soetta Naik 12,88 persen

written by Kabar 6 | 2 Juli 2017



Pemudik di Bandara Soetta. (tia)

Kabar6-Jumlah penumpang mudik lebaran tahun 2017 di Bandara Soekarno Hatta (Soetta) Tangerang mengalami peningkatan sebanyak 12,88 persen dibandingkan tahun 2016.

“Ya, pertambahan pemudik sebanyak 12,88 persen dibandingkan tahun 2016. Sementara, untuk tahun 2016 dibandingkan dengan tahun sebelumnya (2015) hanya sebesar 12,25 persen. Bahkan, perbandingan dengan tahun sebelumnya lagi hanya 6 persen,” ujar Direrktur Jenderal Perhubungan Udara, Agus Santoso saat memberikan laporan kepada tim petugas Posko Kementerian Perhubungan Pusat, Jakarta melalui video conference di Posko Angkutan Lebaran Terminal 1 Bandara Soetta, Tangerang, Minggu (2/7/2017).

Dari data yang berhasil dihimpun Posko Angkutan Lebaran Bandara Soetta, sejak H-10 lebaran hingga H+5 lebaran tercatat sebanyak 3.283.331 penumpang telah melakukan perjalanan mudik lebaran melalui Bandara Soetta.**Baca Juga: [90 Persen Pemudik Kembali Melalui Bandara Soetta](#)

Sementara, pada tahun 2016 pada periode yang sama tercatat hanya 2.943.736 penumpang yang melakukan perjalanan mudik lebaran. (tia)

90 Persen Pemudik Kembali Melalui Bandara Soetta

written by Kabar 6 | 2 Juli 2017



Video conference di Posko Angkutan Lebaran Terminal 1 Bandara Soetta.(tia)

Kabar6-Memasuki H+6 lebaran, tercatat sebanyak kurang lebih 90 persen pemudik telah kembali dari kampung halamannya melalui Bandara Soekarno Hatta (Soetta), Tangerang.

“Ya, memasuki H+6 lebaran tercatat sudah mencapai 90 persen pemudik telah kembali melalui Bandara Soetta,” ujar Direktur Jenderal Perhubungan Udara, Agus Santoso saat memberikan laporan kepada tim petugas Posko Kementerian Perhubungan Pusat melalui video conference di Posko Angkutan Lebaran Terminal 1 Bandara Soetta, Minggu (2/7/2017).**Baca Juga: [Puncak Arus Balik, Penumpang Bandara Soetta Diprediksi Naik 13 Persen](#)

Agus menjelaskan, dari data yang dihimpun oleh Posko Angkutan Lebaran penghitungan jumlah penumpang sementara yang terhitung sejak H-10 hingga H+6 lebaran telah mencapai 3.284.747

penumpang.

“Sementara untuk tahun 2016 hanya mencapai 3.127.393 penumpang di hari yang sama. Namun, data tersebut masih bersifat sementara karena belum final masih dalam penghitungan,” pungkasnya. (tia)

Target Pajak Samsat Ciputat Rp702 M

written by Kabar 6 | 2 Juli 2017



Kantor Samsat Ciputat. (yud)

Kabar6-Program gratis bea balik nama kedua dan pembebasan denda Pajak Kendaraan Bermotor (PKB) mampu menyedot wajib pajak menunaikan kewajibannya. Unit Pelaksana Teknis (UPT) Samsat Ciputat, Kota Tangerang Selatan (Tangsel) tahun ini mematok perolehan pengenaan pajak kendaraan bermotor senilai Rp702 miliar.

Saat ini realisasi perolehan pajak di Samsat Ciputat sudah memperoleh Rp292 miliar lebih. Tahun sebelumnya hanya Rp560

miliar atau naik sebesar Rp52 miliar.

Wakil Gubernur Banten, Andika Hazrumy, mengaku belum bisa menyimpulkan soal kebijakan pembebasan biaya bea balik nama dan denda PKB. Ia masih ingin melihat apakah berjalan sesuai tujuan untuk menarik wajib pajak taat pajak atau justru sebaliknya.**Baca Juga: [Waduh, Spanduk Lebaran DPRD Tangsel “Disabotase”](#)

“Kami sekarang sedang uji coba. Kita sedang melakukan program itu, kita akan evaluasi program ini apakah menyedot wajib pajak untuk membayar pajak,” katanya, Minggu (2/7/2017).

Jika memang hasil evaluasi program pembebasan atau dikenal orang pemutihan ini dinilai berhasil, Andika memastikan akan digulirkan setiap tahun. Ia belum menerima ada laporan soal hasil peningkatan jumlah wajib pajak.

“Kedepan tentunya program ini akan kami gulirkan kembali apabila hasilnya cukup bagus. Terkait berapa prosentasi yang sudah masuk, kami belum menerima laporan dari Bapenda Banten tapi pasti Isnya Allah ada kenaikan daerah,” ujar Andika.(yud)

Waduh, Spanduk Lebaran DPRD Tangsel “Disabotase”

written by Kabar 6 | 2 Juli 2017



Kondisi spanduk lebaran DPRD Kota Tangsel. (yud)

Kabar6-Spanduk ucapan lebaran milik Sekretariat Dewan Kota Tangerang Selatan (Tangsel) terlihat janggal. Pada media luar ruang itu tampilan foto wajah Ketua DPRD M Ramlie terlihat sengaja disobek oleh tangan jahil.

Lokasi pemasangan spanduk lebaran “aneh” berada di area kantor Kecamatan Pondok Aren. □ Unsur kesengajaan sangat kentara lantaran tampilan foto pejabat lainnya masih utuh meski tidak lengkap.**Baca Juga: [Lagi, Bayi Dibuang di Pamulang](#)

“Abaikan saja, enggak usah dimasalahkan. Itu orang iseng,” kata Ramlie, lewat pesan percakapan WhatsApp, Minggu (2/7/2017).

Politisi asal Partai Golkar itu secara lugas ogah pusing menanggapi adanya unsur sabotase□. Meskipun ada kalangan warga sekitar yang kesal lantaran penyobekan foto terkesan melecehkan kehormatan Wakil Rakyat.

□ “Bukan begitu, kenapa hal itu mesti kita masalahkan, abaikan. Enggak usah dibesar-besarkanlah. Nanti juga ketahuan siapa pelakunya, waktu akan menjawab,” tegas Ramlie.

Kejanggalan lainnya pada spanduk juga terlihat pada pemasangan foto unsur pimpinan lembaga legislatif di Kota Tangsel. Pada

spanduk hanya terpasang foto Wakil Ketua DPRD Tubagus Bayu Murdani dari PDI Perjuangan serta Saleh Asnawi asal Partai Hanura.

Spanduk Lebaran tersebut minus legislator perwakilan dari Partai Gerindra. Ahadi yang sempat menjabat sebagai Wakil Ketua DPRD Tangsel telah dicopot dari jabatannya. Namun hingga kini surat keputusan resmi penunjukan Taufik belum terbit.(yud)