

# Kacang Mampu Kurangi Risiko Sakit Jantung

Hal itu disampaikan Immunization Officer WHO Indonesia, dr. Olivi Silalahi.

**JAKARTA(IM)**-Kacang-kacangan merupakan jenis makanan yang sangat dianjurkan karena banyak manfaat. Salah satu jenis kacang yang banyak direkomendasikan adalah kacang kenari yang dapat meningkatkan kesehatan jantung.

Dilansir laman Best Life, Kamis (10/6), sebuah studi pada 2017 yang diterbitkan dalam Journal of the American College of Cardiology menganalisis bagaimana konsumsi kacang dapat berdampak pada risiko penyakit jantung baik dari segi penyakit kardiovaskular dan penyakit jantung koroner, khususnya.

Para peneliti mengamati konsumsi kacang lebih dari 210.000 orang yang berusia sampai 32 tahun. Para peserta merupakan orang-orang yang tidak memiliki tanda-tanda kanker, penyakit jantung, atau stroke pada awal penelitian.

Menurut penelitian, peserta yang makan kacang ke-

nari setidaknya sekali dalam satu pekan memiliki risiko 19 persen lebih rendah terkena penyakit kardiovaskular, dan 21 persen lebih rendah risiko penyakit jantung koroner bila dibandingkan dengan mereka yang tidak makan kacang.

Namun, kenari bukan satu-satunya kacang yang bermanfaat. Menurut penelitian, makan kacang tanah atau jenis kacang pohon lainnya dua kali atau lebih per minggu juga membantu mengurangi kemungkinan orang terkena penyakit jantung.

Jika dibandingkan dengan orang yang tidak pernah mengonsumsi kacang, orang yang makan kacang setidaknya dua kali dalam satu pekan, memiliki risiko penyakit kardiovaskular 13 persen lebih rendah. Mereka juga memiliki risiko penyakit jantung koroner 15 persen lebih rendah.

Sedangkan orang yang makan kacang pohon setidaknya dua kali dalam satu



pekan, memiliki risiko penyakit jantung koroner yang lebih rendah. Mereka juga memiliki risiko penyakit kardiovaskular 15 lebih rendah dan risiko penyakit jantung koroner 23 persen lebih rendah.

"Temuan kami mendukung rekomendasi untuk meningkatkan asupan berbagai kacang-kacangan, sebagai bagian dari pola diet sehat, untuk mengurangi risiko penyakit kronis pada populasi umum," ujar penulis utama studi Marta Guasch-Ferre, Phd yang juga seorang peneliti di Departemen Nutrisi di Harvard TH Sekolah Kesehatan Masyarakat Chan.

Kacang juga memiliki manfaat kesehatan lainnya. Para peneliti menemukan,

akhirnya, mereka menyimpulkan, konsumsi selai kacang saja dengan porsi yang ditentukan sebagai satu sendok makan, tidak berdampak signifikan pada masalah kesehatan ini.

Namun, orang yang mengonsumsi lima porsi atau lebih kacang secara keseluruhan dalam satu pekan memiliki risiko penyakit kardiovaskular 14 persen lebih rendah dan risiko penyakit jantung koroner 20 persen lebih rendah daripada peserta yang hampir tidak pernah mengonsumsi kacang.

"Kacang mentah segar adalah yang paling sehat," ujar rekan penulis studi tersebut, Noushin Mohammadifard, Phd.

Dia yang merupakan asisten profesor di Universitas Ilmu Kedokteran Isfahan itu melanjutkan, kacang harus segar karena lemak tak jenuh dapat teroksidasi dalam kacang basi, membuatnya berbahaya. Kita dapat mengerahui apakah kacang tengik dengan bau seperti cat dan rasanya pahit atau asam. ●tom

makan kacang tanah dan kenari khususnya dapat menurunkan risiko stroke seseorang. Menurut penelitian, orang yang makan kacang setidaknya dua kali dalam satu pekan memiliki risiko stroke 10 persen lebih rendah.

Sementara orang yang makan kacang kenari setidaknya satu kali dalam satu pekan memiliki risiko stroke 17 persen lebih rendah. Namun, total konsumsi kacang pohon atau kacang secara keseluruhan tidak berdampak pada risiko stroke.

Para peneliti untuk penelitian ini juga menganalisis bagaimana selai kacang berdampak pada risiko penyakit kardiovaskular, penyakit jantung koroner, dan stroke. Pada

## SAMBUNGAN

persen pendapatan negara tergantung pada sektor pajak. Kendati demikian pemerintah harusnya berhati-hati untuk memasuki sektor Pendidikan sebagai obyek pajak," ujarnya.

Menurut Huda, sistem universal service obligation (USO) akan lebih tepat digunakan untuk pemerataan akses pendidikan. Dengan sistem tersebut, sekolah-sekolah yang dipandang mapan akan membantu sekolah yang kurang mapan.

## Selain Sembako, Jasa Pendidikan Juga...

"Dengan demikian ka-laupun ada potensi pendapatan negara yang didapatkan dari sector Pendidikan maka output-nya juga untuk pendidikan. Istilahnya dari pendidikan untuk pendidikan juga," kata Huda.

Diberitakan, jasa pendidikan termasuk dalam daftar jasa yang akan dikenakan tarif PPN sebagaimana tertuang dalam draf RUU KUP. Selain sektor pendidikan, beberapa sektor lain yang akan dikenakan PPN

antara lain kebutuhan pokok (sembako), jasa pelayanan kesehatan medis, jasa pelayanan sosial, hingga jasa keuangan dan jasa asuransi.

Sebelumnya, Wakil Ketua DPR Muhaimin Iskandar meminta pemerintah meninjau ulang rencana pengenaan pajak pertambahan nilai (PPN) bagi bahan pokok (sembako) yang tertuang dalam draf revisi Undang-Undang Nomor 6 Tahun 1983 tentang Ketentuan Umum dan Tata Cara Perpa-

jakan (RUU KUP).

Menurutnya, memajiki sembako bakal memberatkan kehidupan masyarakat bawah dan kontroproduktif dengan upaya pemerintah menekan ketimpangan melalui reformasi perajakan.

"Saya kira perlu ditinjau ulang. Apalagi kebijakan tersebut digulirkan di masa pandemi dan situasi perekonomian saat ini yang sedang sulit," kata Muhaimin dalam keterangan tertulis, Kamis (10/6).

## DARI HAL 1

Ketua Umum Partai Kebangkitan Bangsa itu menegaskan, pengenaan PPN bagi bahan pokok akan membebani masyarakat, terlebih pedang pasar saat ini sedang mengalami kondisi sulit karena penurunan omset dagang.

"Kalau sembako dihilangkan dari kelompok jenis barang yang tidak dikenakan PPN tentu saja merugikan masyarakat karena barang kebutuhan pokok sangat dibutuhkan masyarakat," katanya. ● mar

## Hendardi Sebut Komnas HAM Terpancing...

fesional adalah semata urusan administrasi negara dan masuk dalam lingkup hukum tata negara," ujar Hendardi dalam keterangannya, Kamis (10/6).

Pasalnya kata dia, hal ini merupakan perintah Undang-Undang dalam rangka alih tugas pegawai KPK menjadi ASN. Oleh karena itu, jika ada penilaian miring atas hasil TWK ini dapat diselesaikan melalui hukum administrasi negara, bukan wilayah hukum HAM, apalagi pidana.

"Pemanggilan Komnas HAM terhadap pimpinan KPK dan BKN ingin mengesankan seolah ada aspek pelanggaran HAM yang terjadi. Semestinya Komnas HAM meneliti dan menjelaskan dahulu ruang lingkup

dan materi dimana ada dugaan pelanggaran HAM yang terjadi sebelum memanggil pimpinan KPK dan BKN," ulasnya.

Aktivis HAM ini menganalogikan, jika ada mekanisme seleksi untuk pegawai Komnas HAM dan kemudian ada sebagian kecil yang tidak lulus apakah mereka bisa otomatis mengadu ke Komnas HAM.

"Dan langsung diterima dengan mengkategorisasi sebagai pelanggaran HAM?," tanya Hendardi.

Dalam setiap pengaduan ke Komnas HAM diperlukan mekanisme penyaringan masalah dan prioritas yang memang benar-benar memiliki aspek pelanggaran HAM, agar Komnas HAM tidak dapat

dengan mudah digunakan sebagai alat siapapun dengan interest apapun. Komnas HAM harus tetap dijaga dari mandat utamanya sesuai UU untuk mengutamakan menyelesaikan dan menangani kasus-kasus pelanggaran HAM berat (gross violation of Human Rights).

"Dalam persoalan alih status menjadi ASN di manapun, sangat wajar jika pemerintah menetapkan kriteria-kriteria tertentu sesuai amanat UU. Karena untuk menjadi calon pegawai negeripun memerlukan syarat-syarat tertentu termasuk melalui sejumlah test antara lain tentang kebangsaan," bebernya.

**Panggilan Kedua**  
Komisi Nasional Hak Asa-

si Manusia (Komnas HAM) melayangkan surat panggilan kedua untuk pimpinan Komisi Pemberantasan Korupsi (KPK) terkait polemik Tes Wawasan Kebangsaan (TWK) dalam rangka alih status pegawainya menjadi Aparatur Sipil Negara (ASN).

Namun menurut Plt Juru Bicara KPK, Ali Fikri, kemungkinan besar pimpinan KPK tak memenuhi panggilan tersebut. Sebab pimpinan KPK masih menunggu surat balasan dari Komnas HAM untuk menjelaskan pelanggaran HAM apa dalam pelaksanaan TWK.

"KPK menghormati tugas pokok fungsi dan kewenangan Komnas HAM. Selanjutnya, kami menunggu balasan surat

yang sudah dikirimkan ke Komnas HAM pada tanggal 7 Juni 2021," kata Ali Fikri saat dikonfirmasi, Kamis (10/6).

Sekadar informasi, Firl Bahuri Cs mangkir alias tidak hadir memenuhi panggilan Komnas HAM pada Selasa, 8 Juni 2021. Pemanggilan Komnas HAM itu berkaitan dengan tindak lanjut aduan dari 75 pegawai KPK yang tidak lulus TWK. Pimpinan KPK tidak hadir dan beresalan telah mengirimkan surat ke Komnas HAM.

Pimpinan KPK meminta Komnas HAM menjelaskan terlebih dahulu hal asasi apa yang dilanggar pada pelaksanaan alih status pegawainya menjadi ASN. ● han

## Kejaksaaan Lelang 16 Mobil Mewah...

sangka Heru Hidayat, Jimmy Sutopo, Adam Rachmat Damiri dan Ilham W Siregar.

"Pelaksanaan lelang, Selasa 15 Juni 2021, 09.00-11.00 waktu server aplikasi lelang internet (sesuai WIB). Alamat domain http://www.lelang.go.id. Tempat lelang KPKNL JAKARTA IV Jalan Prajurit KKO Usman dan Harun No. 10, Jakarta," kata Leonard dalam keterangannya, Jakarta, Kamis (10/6).

Barang bukti yang dilelang diantaranya, mobil Mercedes-Benz, Rolls Royce, Nissan, Ferrari, 3 Land Rover, Camry, dan Honda CR-V. Harga yang lelang mulai dari puluhan dan ratusan juta hingga ada yang

sampai miliaran.

Lelang dilaksanakan dengan penawaran secara tertulis tanpa kehadiran peserta lelang melalui surat elektronik e-Auction Open Bidding yang diakses pada alamat domain https://www.lelang.go.id/

Peserta lelang diwajibkan menyertakan jaminan penawaran lelang ke nomor Virtual Account (VA) masing-masing peserta lelang. Nomor VA akan dikirimkan secara otomatis dari alamat domain diatas kepada masing-masing peserta lelang.

Nominal jaminan yang disetorkan ke Rekening VA harus sama dengan yang disyaratkan dan disetorkan sekaligus/tidak boleh dicicil. Jaminan harus

sudah efektif diterima oleh KPKNL Jakarta IV selambat-lambatnya 1 (satu) hari sebelum pelaksanaan lelang. Segala biaya yang timbul sebagai akibat mekanisme perbankan menjadi beban peserta lelang.

Peserta Lelang adalah: Perseorangan yang memiliki: Tanda Pengenal (KTP) dan Nomor Pokok Wajib Pajak (NPWP) atau Badan Hukum yang memiliki: Akta Pendirian dan perubahannya (jika ada), Tanda Pengenal (KTP) sesuai nama yang tertera dalam akte Perusahaan dan Kuasanya (apabila dikuasakan).

Peserta lelang yang ditunjuk sebagai pemenang lelang wajib melunasi harga lelang

ditambah dengan bea lelang sebesar 3% (tiga persen) dari harga lelang selambat-lambatnya 5 (lima) hari kerja terhitung sejak dinyatakan sebagai pemenang lelang dan jika tidak melunasinya maka Pembeli akan dinyatakan Wanprestasi dan Uang Jaminan penawaran lelang langsung disetorkan ke kas negara.

Objek yang akan dilelang sesuai dengan kondisi apa adanya. Penjelasan Lelang dan melihat barang secara langsung dilaksanakan pada hari Sabtu, 12 Juni 2021 di Gedung Asabri Jl. Mayjen Sutuyo No. 11, Cawang, Jakarta Timur pukul 10.00-12.00 WIB.

Peserta lelang diwajibkan

untuk mengetahui/memeriksa objek yang akan dilelang dengan baik dan teliti dan apabila karena suatu hal terjadi penundaan/pembatalan pelaksanaan lelang, maka pihak-pihak yang berkepentingan/peminat/peserta tidak diperkenankan melakukan tuntutan apapun kepada KPKNL Jakarta IV maupun Kejaksaaan Agung RI.

Untuk informasi lebih lanjut dapat menghubungi Pusat Pemulihan Aset Kejaksaaan Agung Jl. Sultan Hasanudin No. 1 Kebayoran Baru Jakarta Selatan, Telp/Fax: 021-72798353 email: proglap.ppa@gmail.com atau dapat menghubungi KPKNL Jakarta IV. ● mar

## Beruang Nyangkut di Tiang Listrik...

mendapat laporan ada seekor beruang yang terjatér kabel listrik dan tersangkut di bagian atas tiang listrik yang ada di pinggiran kota.

Salah satu petugas kelistrikan dari perusahaan itu, Werner Neubauer, menuturkan timnya langsung memadamkan aliran listrik sementara di ka-

wasan itu agar beruang liar itu tidak kesetrum.

Kemudian dengan bantuan bucket lift, Neubauer naik ke atas tiang listrik dan menggunakan tongkat fiberglass sepanjang 2 meter untuk mendorong beruang itu turun ke bawah. Neubauer bahkan sempat berbicara sedikit dengan beruang

liar itu.

"Saya memberitahu beruang itu bahwa saya akan membantunya turun dari tiang listrik. Saya tahu beruang itu tidak bisa memahami saya. Tapi itu mendapatkan perhatian beruang itu," ucapnya.

Setelah beberapa kali menarik dan menggigit tongkat itu,

si beruang akhirnya bergerak menuruni tiang listrik dan berlari ke arah gurun. Tidak diketahui penyebab beruang itu memanjat ke atas tiang listrik dan terjatér kabel listrik.

Dituturkan Neubauer bahwa tidak ada korban luka dalam insiden ini. Pemadaman listrik yang berdampak pada

warga sekitar berlangsung selama 15 menit. Saat diberitahu alasan pemadaman listrik itu, Neubauer menyebut sejumlah warga memahaminya.

Ini menjadi insiden kedua dalam sebulan saat seekor beruang listrik terdeteksi berada di kawasan kota pinggiran Arizona. ● osm

## Jokowi Targetkan 30 Juta UMKM...

"Jadi ini harus ada strategi yang proaktif, jemput bola untuk melakukan pendampingan, kurasi produk, sampai ke SDM-nya, pembiayaan sampai mereka bisa onboard di e-commerce," ujar Teten.

"Dan tadi sudah disepakati karena ini lintas sektoral, akan dibentuk PMO, semacam manajemen profesional yang

akan mengkoordinasi proses digitalisasi," tuturnya.

Sementara menurut Menteri Perdagangan (Mendag) Muhammad Lutfi, prospek ekonomi digital di Indonesia sangat baik. Pada tahun 2020 misalnya, ekonomi digital menghasilkan 4 persen dari produk domestik bruto (PDB). Pemerintah pun ingin

terus mendorong potensi tersebut. Namun, untuk mewujudkannya, diperlukan sejumlah perbaikan seperti infrastruktur komunikasi digital dan perlindungan konsumen. Termasuk, mempersiapkan tenaga kerja atau SDM yang berketrampilan khusus di bidang teknologi.

"Innovation ecosystem

juga penting untuk menghidupkan digital economy. Juga government dan public servic-

es digital economy, dan digital economy dan governance yang baik," kata Lutfi. ● mar

## Bertambah 8.892 Kasus...

Dengan data tersebut, maka saat ini tercatat ada 104.655 kasus aktif Covid-19. Kasus aktif adalah pasien yang masih terkonfirmasi positif virus corona, dan men-

jalani perawatan di rumah sakit atau isolasi mandiri. Selain itu, pemerintah juga mencatat bahwa kini terdapat 102.824 orang yang berstatus suspek. ● mar

## 8 Juta Pasangan di Indonesia Memiliki Masalah Kesuburan

**JAKARTA(IM)**-Menurut data yang dibagikan klinik fertilitas Bocah Indonesia, 1 dari 8 pasangan suami istri di Indonesia memiliki masalah kesuburan atau infertilitas. Parahnya, sebagian besar dari pasangan tersebut tidak menyadari permasalahan kesuburan yang mereka hadapi.

"Ada 67 juta pasangan usia subur di Indonesia. Sementara 8 juta di antaranya butuh penanganan kesuburan atau setara dengan 12 persen," kata CEO Pusat Fertilitas Bocah Indonesia dr. Pandji Sadar.

Dari angka 80 juta tersebut, 30 persen membutuhkan penanganan in vitro fertilization (IVF) atau yang biasa disebut juga sebagai metode bayi tabung untuk bisa mendapatkan anak. Lebih mengagetkan, Pandji mengatakan bagaimana ada 600 ribu pasangan Indonesia setiap tahunnya yang membutuhkan metode IVF.

Di sisi lain, Pandji juga menjelaskan beberapa hal yang dapat menjadi permasalahan kesuburan pada perempuan. Di antaranya adalah kista, miom, polip, nyeri haid berlebih, hingga haid tidak teratur. Selain itu, infertilitas pada lelaki juga bisa terjadi karena impotensi, ejakulasi dini, dan inkompetensi ejakulasi.

Dokter Pandji mengatakan, setidaknya ada tiga hal yang perlu mendapat perhatian

pasangan yang menginginkan anak terkait dengan masalah kesuburan "Untuk Ayah Bunda, kesadaran mengenai kesuburan dimulai dari pengecekan tiga hal yakni sperma, rahim dan tuba," katanya melalui siaran pers yang diterima Suara.com beberapa waktu lalu.

Ketiga hal ini, lanjutnya, bisa dicek di klinik-klinik fertilitas untuk memberikan pemahaman kesuburan lebih mendalam kepada pasangan.

Lewat kampanye #SadarSubur yang digaungkan pihaknya, Pandji juga ingin pasangan di Indonesia memiliki akses ke klinik kesuburan.

Kini, Pusat Fertilitas Bocah Indonesia telah menjadi one stop fertility center yang metode bayi tabung untuk bisa mendapatkan anak. Lebih mengagetkan, Pandji mengatakan bagaimana ada 600 ribu pasangan Indonesia setiap tahunnya yang membutuhkan metode IVF.

"Berangkat dari keresahan pasangan setelah satu tahun menikah namun belum berhasil, serta ketidak tahuan akan masalah kesuburan, PFBI menghadirkan sebuah paket pemeriksaan untuk mensukseskan program hamil yakni paket Sadar Subur," tambahnya.

Paket terdiri dari konsultasi dokter spesialis Kandungan, konsultasi dokter spesialis Andrologi, tes hormon Anti-Mullerian Hormone (AMH), USG transvaginal, analisa sperma, dan pengecekan saluran tuba (HyFoSo). ● tom

## Insomnia Tingkatkan Risiko Kematian pada Pengidap Diabetes

**JAKARTA(IM)**-Orang dengan diabetes yang mengalami kesulitan tidur atau insomnia, 87 persen kemungkinan lebih cepat meninggal karena sebab apapun selama sembilan tahun ke depan.

Penelitian juga menunjukkan bahwa orang yang kurang tidur tetapi tidak menderita diabetes, kemungkinan meninggal dalam waktu singkat sekitar 11 persen. Kondisi itu terjadi jika seseorang telah mengendalikan masalah medis dan gaya hidup yang mungkin juga memengaruhi tidur, seperti usia, jenis kelamin, berat badan, merokok, depresi, dan kondisi lain yang sudah ada sebelumnya.

Penelitian itu diterbitkan di Journal of Sleep Research, menganalisis data dari hampir setengah juta peserta paruh baya di UK Biobank Study, yang menampung informasi genetik dan kesehatan mendalam tentang penduduk Inggris.

"Orang dengan diabetes, tetapi tidak alami gangguan tidur, 67 persen lebih mungkin meninggal dibandingkan dengan orang yang tidak menderita diabetes atau masalah tidur. Dan 87 persen lebih mungkin meninggal jika mereka menderita diabetes dan sering mengalami gangguan tidur," kata profesor neurologi dan kedokteran pencegahan di Fakultas Kedokteran Universitas Northwestern Feinberg sekaligus penulis studi, Kris-

ten Knutson. Knutson dan timnya juga membandingkan penderita diabetes yang tidur nyenyak dengan orang yang sering mengalami kurang tidur.

"Orang dengan diabetes yang kurang tidur, 12 persen lebih mungkin meninggal selama sembilan tahun masa pengobatan dibandingkan penderita diabetes yang tidak sering alami gangguan tidur," kata Knutson.

Studi ini adalah yang pertama melihat kombinasi diabetes ditambah gangguan tidur dan risiko kematian, tambahnya.

Akan tetapi, menurut spesialis tidur Dr. Raj Dasgupta, penelitian tersebut hanya dapat menunjukkan hubungan dan bukan penyebab kematian.

"Diabetes adalah penyakit mematikan dan dapat dengan mudah dipengaruhi oleh tidur atau sebaliknya," kata Dasgupta.

Misalnya, kata Dasgupta, penderita diabetes tipe 2 cenderung kelebihan berat badan dan mungkin menderita apnea tidur obstruktif, ketika otot tenggorokan rileks dan menutup saluran napas sehingga mengganggu tidur.

Daguta menjelaskan, orang dengan diabetes tipe 2 juga cenderung mengalami masalah ginjal dan sering ke kamar mandi di malam hari karena selalu buang air kecil, terutama jika diabetes tidak terkontrol dengan baik.

"Mereka juga dapat mengalami kerusakan pembuluh darah yang menyebabkan nyeri kaki yang disebut neuropati, dan sulit untuk tidur karena rasa sakit itu," imbuhnya. ● tom

## InternationalMedia

**PEMIMPIN REDAKSI:** Osmar Siahaan  
**PELAKSANA HARIAN:** Lusi J, Prayan Purba.  
**PENANGGUNG JAWAB:** Bambang Suryo Sularso.  
**KORDINATOR LIPUTAN/FOTO:** Sukris Priatmo.  
**REDAKSI :** Frans G, Vitus DP, Berman LR, Bambang Suryo Sularso.  
**ARTISTIK :** M Rifki, James Donald, Indra Saputra.  
**SIRKULASI-PROMOSI :** A Susanto, Nurbayin, Slamet, Ahyar, Ferry.  
**AGEN: JOGJA** (Hidup Agency), **PADANG** (Karel Chandra), **PALEMBANG** (Angkasa), **SOLO** (ABC), **BELITUNG** (Naskafa Tjen), **PANGKAL PINANG** (Yuliani, John Tanzil), **BALIK-PAPAN** dan **SAMARINDA** (Cv Gama Abadi, Alan/Tatang), **MAKASSAR** dan **MANADO** (Jefri/Meike, Jemmy), **TARAKAN KALTIM** (Ali), **BALI** (Swasti), **PEKANBARU** (Bob), **LAMPUNG** (Kartika), **SURABAYA**, **MEDAN** dan **PONTIANAK**.  
**KEUANGAN/IKLAN:** Citta.  
**BIRO BOGOR :** Subagiyo (Kepala Biro), Jaidarman.  
**BIRO TANGERANG:** Johan (Kepala Biro).  
**BIRO BEKASI:** Madong Lubis (Kabiro), Riston Pardamean Lubis, Kartoni Lubis.  
**BIRO SEMARANG :** Tri Untoro.  
**BIRO BANDUNG:** Lyster Marpaung.  
**BIRO BANTEN :** Drs H Izul Jazuli (Kepala Biro), Stefano (Koordinator Berita Serang, Pandeglang dan Lebak).  
**BIRO LEBAK:** Nofi Agustina (Kabiro).  
**BIRO JAMBI :** Ratumas Sabar Riah, Rts Zuchriah.  
**HARGA ECEARAN :** Rp 2.500./leks (di luar kota Rp 3.000./leks), Harga Langganan Rp 50.000./Bulan.  
**PERCETAKAN :** PT. International Media Web Printing  
**ALAMAT:** Jl. Kapuk Kamal Raya No. 40-A, Jakarta Barat. (isi di luar tanggung jawab percetakan)

Alamat Redaksi/Iklan : Gedung Guo Ji Ribao Lt 3  
Jalan Gunung Sahari XI No. 291 Jakarta Pusat 10720  
Telp : 021-6265566 pesawat 4000  
Fax : 021-639 7652.  
Twitter: International Media @redaksi\_IM