

Pentingnya Deteksi Dini Kanker Payudara

Jika ditemukan kanker payudara stadium 0, angka kesembuhannya bisa mencapai 99-100 persen.

JAKARTA (IM) - Dokter spesialis bedah onkologi dari Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia (FKUI) dr. Bob Andinata menjelaskan, penderita kanker payudara memiliki harapan besar untuk sembuh total jika penyakit tersebut terdeteksi sejak awal sehingga skrining dan deteksi dini penting dilakukan.

“Dengan deteksi dini, kita bisa menemukan kanker di stadium awal. Angka kesem-

buan tinggi dan biaya yang dikeluarkan juga lebih kecil,” kata dr. Bob belum lama ini.

Jika ditemukan kanker payudara stadium 0, dr. Bob mengatakan angka kesembuhannya bisa mencapai 99-100 persen. Sedangkan kanker stadium 1, angka kesembuhannya 95-99 persen.

“Kita berharap dengan skrining ditemukan kanker yang stadium 0-1. Tidak usah takut. Pasca menjalani treatment yang tepat, angka kesem-

buhnya tinggi,” ujar dr. Bob.

Namun, jika kanker ditemukan sudah berada di stadium 2, maka angka kesembuhannya berkurang menjadi 70-80 persen. Sedangkan angka kesembuhan bagi stadium 3 adalah 50 persen dan stadium 4 hanya 20 persen, kata dr. Bob.

dr. Bob kemudian menjelaskan, deteksi dini dapat dilakukan dengan SADARI (Periksa Payudara Sendiri) setiap hari ketujuh hingga ke-10 dari hari pertama haid dan SADANIS (Periksa Payudara Klinis) dengan bantuan tenaga kesehatan.

“Kalau sudah menopause, diingat-ingat lagi biasanya haid setiap tanggal berapa, apakah

di awal, di pertengahan, atau di akhir bulan,” tambahnya.

Pemeriksaan SADARI dapat dilakukan dengan beberapa cara. Cara pertama, angkat tangan sambil bercermin dan periksa apakah ada kemerahan atau bengkak di payudara. Cara kedua, Anda bisa meletakkan tangan di pinggang dan periksa payudara seperti cara pertama. Cara ketiga, tekan payudara dari atas ke bawah atau melingkar dan rasakan apakah ada benjolan.

Cara keempat, tekan payudara ke arah puting dan lihat apakah ada cairan yang keluar. Sedangkan cara terakhir dapat dilakukan dengan posisi berbaring dan tekan payudara

secara melingkar.

Seperti dilansir dari Antara, menurut data The Global Cancer Observatory, kanker payudara telah menjadi penyebab kematian nomor dua di Indonesia pada tahun 2020. Adapun gejala klinis kanker payudara, kata dr. Bob, biasanya berawal dari benjolan tanpa rasa nyeri sehingga kebanyakan orang merasa tidak perlu memeriksakan diri ke dokter.

“Kalau nyeri, biasanya pasien cepat memeriksakan diri. Tapi kalau gak nyeri, nanti-nanti terus. Padahal kalau benjolan sudah nyeri, bisa jadi sudah masuk ke stadium 3 atau 4,” ujarnya. ● tom

DARI HAL 1

Komunitas Jokpro Jabar Deklarasikan...

cepat Jakarta-Bandung.

Di sisi lain, Sekretaris Jenderal Jokpro 2024 Timothy Ivan Triyono, menambahkan bahwa perjuangan Jokpro

merupakan sesuatu yang nyata dan bukan barang haram bahkan melanggar hukum.

“Karena menurut UUD 1945 Pasal 37 Ada syarat-syarat un-

tuk bisa melakukan perubahan amandemen,” ucap Timothy.

“Kami yakin dan percaya, memberikan periode ketiga bagi Jokowi bukan untuk kepentin-

gan segelintir orang saja, tetapi memang berasal dari masyarakat yang merasakan secara langsung dampak kepemimpinan Jokowi,” katanya. ● mar

Gila! Pinjam Rp3 Juta dari Pinjol Ilegal...

ekonomi. Pandemi COVID-19 yang masih merebak, membuat penghasilannya dari tempatnya bekerja berkurang karena penyesuaian pendapatan kantor.

Ia pun berselancar di internet untuk mencari pinjol yang menawarkan bunga rendah, sampai akhirnya ia menemukan sebuah aplikasi pinjol dengan tawaran bunga yang rendah.

“Mereka menjanjikan bunga yang rendah, terus tenor yang dijanjikan 90 hari,” ujar Thomas, Minggu (17/10).

Namun, saat ia unduh aplikasi tersebut tiba-tiba ada notifikasi yang muncul dari layar hapenya. Isinya, bahwa Thomas mendapatkan transfer dana dari dua aplikasi berbeda, di luar aplikasi utama yang ia unduh. Uang dari dua pinjol itu pun telah masuk ke dalam rekeningnya.

“Pas saya klik ternyata dana sudah cair ke rekening, cuma tidak sesuai perjanjian. Di dalam aplikasi ternyata ada dua aplikasi lainnya, begitu saya klik, langsung cair tigatiganya tanpa ada konfirmasi sebelumnya pas saya cek rekening. Yang bikin saya kaget

adalah tenornya hanya tujuh hari, padahal di awal disebutkan 90 hari,” kata Thomas.

“Tenornya tak sesuai kesepakatan, terus uang yang diterima juga tidak sesuai. Misalnya saya pinjam Rp 1,6 juta, yang cair Rp 900 ribuan kurang, karena biaya adminnya yang besar. Saya juga kan bingung mau balikinnya gimana, dendanya juga besar,” ujar Thomas pasrah.

Tiba waktu gajian, akhirnya Thomas pun mencoba membayarkan sebagian pokok utangnya tersebut. Namun, denda yang semakin membengkak hingga mencapai puluhan juta membuatnya depresi.

“Saya bayar pokoknya saja, sampai saat ini total dendanya Rp 48 juta, ada yang satu aplikasi dendanya sampai Rp 21 juta,” katanya.

Hal lain yang membuatnya depresi adalah ancaman dari penagih pinjol tersebut, ia pun telah berusaha membicarakan baik-baik dengan provider pinjol tersebut khususnya masalah tenor yang di luar kesepakatan, tetapi permintaannya selalu ditolak. Alih-alih mendapatkan keringanan, ia pun diancam

data pribadi dan utangnya disebar ke semua kontakannya.

“Saya bayar pokoknya saja, kalau denda sampai 160 hari ini ya tadi sampai Rp 48 juta. Ancaman ada lewat telepon, saya sudah ngobrol baik-baik minta tenor diperpanjang, pihak aplikasi menegaskan tidak bisa, saya merasa terjebak. Kirain menolong kita di kala pandemi untuk sehari-hari, tapi malah menjerat,” ujar Thomas.

Sampai saat ini, Thomas pun belum bisa membayarkan bunga dari utangnya tersebut.

Namun, di tengah keterjeritannya itu Polda Jabar membawa kabar baik dengan membongkar praktek pinjol ilegal, termasuk pinjol yang digunakan oleh Thomas.

Sebelumnya, Polda Jawa Barat membongkar perusahaan pinjaman online (pinjol) ilegal yang berkantor di Yogyakarta. Perusahaan ini menjalankan 23 aplikasi pinjol ilegal yang tak terdaftar di OJK.

“Ada 23 aplikasi pinjaman online ilegal. Ini tidak terdaftar di OJK dan lintas daerah,” ucap Direktur Reserse Kriminal Khusus Polda Jabar Kombes Arief Rahman,

Kamis (14/10) lalu.

Perusahaan tersebut terungkap usai Polda Jabar melakukan penggerebekan. Bekerja sama dengan Ditreskrim Polda DIY, penggerebekan dilakukan di sebuah ruko tiga lantai.

Arief menambahkan dari 23 aplikasi pinjol yang dijalankan perusahaan tersebut, hanya satu di antaranya yang terdaftar di OJK. Aplikasi pinjol yang terdaftar di OJK bernama Onchope. Sementara sisanya tidak terdaftar.

“Satu aplikasi terdaftar dalam OJK yaitu onchope,” katanya.

Pemodal WNA

Polisi telah menetapkan 7 orang tersangka kasus pinjol ilegal di delapan wilayah Jakarta dan Tangerang. Seorang di antaranya adalah warga negara asing (WNA) berinisial ZJ, yang berperan sebagai pemodal. Kini ZJ berstatus buron dan dalam pengejaran pihak kepolisian.

“Masih pendalaman,” ujar Dirtipideksus Bareskrim Brigjen Helmy Santika dalam pesan singkatnya kepada wartawan, Minggu (17/10).

Helmy belum bisa membeber detail mengenai penelusuran ZJ saat ini. Tim saat ini masih bekerja.

“Masih didalam,” terang Helmy.

Helmy menjelaskan, ZJ tidak hanya berperan sebagai pemodal dari jaringan pinjol ilegal di Jakarta dan Tangerang ini, tapi juga diduga menjadi mentor para tersangka yang telah ditangkap.

“Tersangka ZJ, yang merupakan warga negara asing, selain berperan sebagai mentor para operator, juga menjadi pendana yang mentransmisikan SMS yang berisi kesuksesan tadi,” ucap Helmy.

Lebih lanjut Helmy membeberkan ZJ beralamat di Pagedangan, Tangerang. Namun, saat digerebek di rumahnya, ZJ tidak ada di rumah. Meski demikian, polisi menemukan sejumlah barang bukti di tempat tinggal ZJ, di antaranya modem, CPU, dan laptop.

“Tetapi, dari lokasi tempat dia berada, kita berhasil menemukan barang bukti berupa 48 unit modem, 2 unit CPU, 2 unit laptop, dan 2 unit monitor,” imbuh Helmy. ● mar

OTT Bupati Musi Banyuasin, KPK...

sejumlah uang sebesar Rp 1,5 miliar,” kata Wakil Ketua KPK Alexander Marwata dalam konferensi pers, Sabtu (16/10).

Alex menyampaikan, KPK menemukan uang Rp 270 juta yang terbungkus kantong plastik saat menangkap Kepala Dinas PUPR Musi Banyuasin Herman Mayori di sebuah tempat ibadah di Musi Banyuasin. Uang tersebut diduga berasal dari Direktur PT Selaras Simpati Nusantara Suhandy yang akan diserahkan ke Dodi melalui Herman dan Kepala Bidang SDA Dinas PUPR Eddi Umari.

“Rp 270 juta terkait dengan proyek yang dimenangkan SUH (Suhandy), bagian dari sekitar 15 persen dari keseluruhan commitment fee

nanti yang akan diberikan,” kata Alex.

Sementara itu, uang Rp 1,5 miliar ditemukan KPK dari ajudan Dodi yang ditangkap di Jakarta.

“Uang yang Rp 1,5 miliar itu kita amankan melalui ajudannya, ajudan dari bupati Muba, yang bersangkutan ada di Jakarta dan ketika kita lihat di kendaraan yang dibawa ke KPK itu ternyata ditemukan tas,” ujar Alex.

“Ketika kita minta ajudannya mengambil tas itu, setelah dibuka, itu tadi isinya Rp 1,5 miliar,” katanya.

Penyidik KPK masih mendalami uang Rp 1,5 miliar yang ditemukan saat penangkapan Dodi Reza Alex Noerdin di salah satu lobi hotel di Jakarta.

Ia ditangkap terkait dugaan suap infrastruktur.

Marwata mengatakan, saat akan dibawa ke Gedung Merah Putih KPK untuk dimintai keterangan lebih lanjut, tim KPK melihat ada tas di mobil Dodi dan meminta ajudannya untuk membuka tas tersebut.

“Kami lihat di kendaraan yang dibawa untuk ke KPK itu ternyata ditemukan tas warna merah ketika kami minta ajudannya untuk mengambil tas itu setelah dibuka itu isinya tadi Rp 1,5 miliar,” ujar Alex dalam konferensi pers di Gedung Merah Putih KPK, Jakarta, Sabtu (16/10) sore.

“Masih didalam peruntukan, termasuk asal uang Rp 1,5 miliar itu dari mana nanti akan didalam dalam proses

penyidikan,” katanya.

Direktur Penyidikan KPK Setyo Budiyanto menambahkan, temuan uang Rp 1,5 miliar dari tas tersebut menjadi sesuatu yang menarik bagi penyidik. Nantinya, kata dia, penyidik akan mendalami sumber uang itu dan untuk apa uang itu di bawa ke Jakarta.

“Nantinya akan kami dalam sumbernya asalinya dari mana uang tersebut, kemudian maksud dan tujuan uang itu dibawa (ke Jakarta),” ucap Setyo.

“Kemudian untuk apa keperluannya atau kepentingannya. Dari situ nanti mudah-mudahan kami bisa mendapatkan bukti,” tuturnya menambahkan.

Selain Dodi, KPK juga

menetapkan Kepala Dinas PUPR Musi Banyuasin Herman Mayori, Kabid SDA/PPK (pejabat pembuat komitmen) Dinas PUPR Musi Banyuasin Eddi Umari, dan Direktur PT Selaras Simpati Nusantara Suhandy sebagai tersangka.

Dodi diduga dijanjikan uang sebesar Rp 2,6 miliar sebagai imbalan jika perusahaan milik Suhandy menang tender empat proyek di Pemkab Musi Banyuasin.

Sebagai realisasi pemberian commitment fee oleh Suhandy atas dimengankannya empat proyek paket pekerjaan di Dinas PUPR tersebut, KPK menduga Suhandy telah menyerahkan sebagian uang tersebut kepada Dodi melalui Herman dan Eddi. ● mar

atraktif tak hanya bagi warga, tapi juga bagi wisatawan, baik domestik maupun internasional”.

Ditambahkan pula, diharapkan strategi promosi ini bisa menarik kalangan dunia usaha, dan para migran berkeahlian tinggi.

Channell sendiri berkomentar, pemkot tak mem-

perpanjang kontrak “karena dia dianggap tak lagi cocok dengan atmosfer Christchurch”.

“Ini mengisyaratkan bahwa saya ini tua dan membosankan... tapi di Christchurch ini tak ada yang seperti saya,” kata Channell seperti dikutip The Guardian.

“Tipikal birokrat ... semua

orang suka dengan saya, tak ada yang suka dengan mereka,” katanya.

Total gaji yang ia terima sejak menjadi ahli siah resmi di Christchurch sekitar Rp5 miliar dan klausul khusus yang menjamin gajinya bebas pajak.

Situs daring Channell menyebutkan bahwa ia memiliki

surat izin mengemudi dengan nama The Wizard, Si Tukang Sihir.

Di pusat kota, ia menempatkan dirinya sebagai tujuan wisata.

Ia juga pernah melakukan ritual minta hujan di Selandia Baru dan Australia saat kedua negara ini dilanda musim kering berkepanjangan.

Salah Satu Kota di Selandia Baru...

di 510 kabupaten/kota di 34 provinsi. Selain itu, juga dilaporkan kasus yang sembuh dari Covid-19 pada hari ini tercatat 1.086 orang. Sehingga totalnya sebanyak 4.073.418 orang sembuh.

Sementara itu, jumlah yang meninggal bertambah 19 orang. Sehingga total meninggal akibat Covid-19 menjadi 142.952 orang.

Satuan Tugas Penanganan Covid-19 mencatat, ada

18.388 kasus aktif Covid-19 di Indonesia pada Minggu (17/10). Jumlah ini berkurang 358 kasus dibandingkan data Sabtu kemarin.

Kasus aktif adalah pasien yang masih terkonfirmasi posi-

tif dan menjalani perawatan di rumah sakit atau isolasi mandiri. Angka kasus aktif diperoleh dari pengurangan total kasus positif dengan angka kesembuhan dan kematian. Jumlah masyarakat yang

sudah divaksinasi Covid-19 dosis pertama kini menjadi 107.503.228. Sedangkan untuk penerima vaksin Covid-19 dosis kedua berjumlah 62.732.567 orang dan dosis ketiga 1.070.061 orang. ● mar

Hari Ini Sidang Perdana Kasus...

dari Kejaksaan Negeri Jakarta Selatan telah melimpahkan 2 berkas perkara dalam perkara dugaan tindak pidana pembunuhan di KM. 50 Tol Jakar-

ta-Cikampek ke PN Jakarta Selatan. Hal itu sesuai dengan Surat Keputusan Ketua Mahkamah Agung RI Nomor: 187/KMA/SK/IX/2021

tanggal 16 September 2021 tentang Penunjukkan PN Jakarta Selatan untuk Memeriksa dan Memutus Perkara Pidana atas nama Terdakwa IpdM M

Yusmin O dan Briptu Fikri R.

Adapun pasal yang didakwakan oleh Jaksa Penuntut Umum terhadap 2 orang terdakwa tersebut, yakni Primair

pada Pasal 338 KUHP jo. Pasal 55 ayat (1) ke-1 KUHP. Subsidair pada Pasal 351 ayat (3) KUHP jo. Pasal 55 ayat (1) ke-1 KUHP. ● mar

Viral, Anak-anak Jadikan...

Setelah tak kuat mengangkatnya, sejumlah bocah itu malah mendorong keranda mayat tersebut layaknya tengah bermain mobil-mobilan. Dari

informasi yang tercantum, video tersebut diambil dari CCTV yang ada di lokasi kejadian.

Video tersebut sontak mendapatkan banyak komen-

tar, salah satunya akun @mj_aria, yang menulis untuk membiarkan saja aksi tersebut guna membuat para bocah tersebut betah dahulu di mas-

jid. Selama bocah itu mau ke masjid, bisa diberitahu dengan pelan-pelan nantinya.

Selain itu, ada pula yang berkomentar dengan anehnya

sikap anak zaman sekarang lantaran pada zaman dahulu, para bocah justru ketakutan saat mendengar nama keranda. ● osm

Studi: Jus Cranberry Mampu Cegah Masalah ISK Pada Perempuan

JAKARTA (IM) - Jus cranberry mungkin terdengar asing di telinga masyarakat dibanding jus buah lainnya. Padahal jus cranberry punya banyak manfaat kesehatan lho!

Salah satunya mampu menyembuhkan infeksi saluran kemih (ISK) pada perempuan. Infeksi saluran kemih sering terjadi pada perempuan karena adanya bakteri yang bersentuhan dengan uretra dan masuk ke kandung kemih, sehingga ini bisa menyebabkan infeksi dan juga peradangan.

Selain itu, infeksi saluran kemih menyebabkan rasa sakit ketika buang air kecil, yang jadi gejala utama pada infeksi saluran kemih.

Padahal ada gejala lain yang masih berhubungan dengan infeksi saluran kemih antara lain, demam dan kelelahan, kram atau iritasi vagina, urin berbau busuk dan sering buang air kecil dan sakit saat berhubungan intim serta nyeri perut di bagian bawah panggul.

Melansir dari Healthshots, jus cranberry telah dianggap sebagai obat rumah alami mengatasi masalah infeksi saluran kemih. Meski bermanfaat, pent-

ing juga untuk tetap mengonsumsi obat antibiotik sesuai resep dokter untuk mengatasi infeksi saluran kemih.

Manfaat buah cranberry ini sendiri telah diulas lewat studi yang terbit di PubMed Central, yang mengungkap bahwa jus cranberry mengandung senyawa yang dapat mencegah sel E. Coli, yang merupakan jenis bakteri paling umum yang menyebabkan ISK.

Maka dari itu, jus cranberry yang mampu mencegah infeksi saluran kemih ini juga mengandung antioksidan, termasuk polifenol yang memiliki sifat antibakteri dan anti-inflamasi.

Bila ingin menggunakan produk cranberry untuk mencegah ISK, mungkin terbilang cukup mahal. Tapi jika Anda ingin mencoba jus ini, ada baiknya konsumsi jus cranberry murni tanpa pemanis buatan seperti koktail. Sebab koktail cranberry tidak dapat mencegah infeksi saluran kemih.

Walau jus cranberry dianggap bermanfaat untuk mencegah penyakit ISK, sebagian besar penelitian belum punya bukti kuat untuk membenarkan manfaat buah cranberry yang mampu mencegah ISK tersebut. ● tom

Khasiat Jahe Emprit untuk Kesehatan



JAKARTA (IM) - Orang Indonesia sudah tidak asing lagi dengan jahe, tanaman herbal yang biasa ditemukan di makanan, serta obat tradisional.

Di Indonesia sendiri, ada tiga tipe jahe, yakni jahe putih besar, jahe merah, dan jahe emprit. Meski kecil, jahe, khususnya jahe emprit, nyatanya memiliki berbagai manfaat kesehatan.

Dilansir dari situs resmi produsen kosmetik dan kesehatan Mustika Ratu, rimpang jahe emprit memiliki komponen volatil (minyak atsiri) dan non volatil (oleoresin) yang paling tinggi dibandingkan jenis jahe lain.

“Rimpang jahe juga bisa digunakan sebagai antiemetik atau pencegah rasa mual pada kondisi mabuk perjalanan (motion sickness) karena adanya kandungan gingerol dan shogaol,” tulis Mustika Ratu.

Jahe juga berkhasiat untuk mengobati berbagai macam penyakit, seperti masuk angin, asma, penyakit jantung, dan bronchitis. Jahe juga bisa mengobati luka.

“Jahe emprit mengand-

ung antiinflamasi (anti-peradangan), serta gastroprotektor yang bila dikombinasikan dengan herbal lainnya dapat berfungsi secara maksimal,” tulis Mustika Ratu.

Sejak pertama kali didirikan, Mustika Ratu berambisi untuk melestarikan obat-obat tradisional Indonesia. Mustika Ratu juga memanfaatkan kekayaan tanaman herbal Indonesia yang berlimpah. Termasuk jahe emprit.

Mustika Ratu juga memasukkan ekstrak jahe emprit ke setiap kapsul produk suplemen herbal terbarunya, Herbamuno+. Jahe emprit ini juga dikombinasikan dengan empat kandungan herbal yang tak kalah sehat lainnya seperti sambilotto, meniran, akar manis, dan daun jambu mete. Kandungan tanaman herbal ini memberikan berbagai khasiat kesehatan termasuk meredakan inflamasi dan melindungi hati (hepatoprotektor).

Herbamuno+ tersedia di toko ritel terdekat seperti Alfamart dan Indomaret. Anda juga bisa berbelanja Herbamuno+ tanpa harus keluar rumah lewat Tokopedia, Shopee, Halodoc, GrabHealth, Zolora, Blibli, Bukalapak, dan JD.ID. ● tom

InternationalMedia

PEMIMPIN REDAKSI: Osmar Siahaan
PELAKSANA HARIAN: Lusi J, Prayan Purba.
PENANGGUNG JAWAB: Bambang Suryo Sularto.
KORDINATOR LIPUTAN/FOTO: Sukris Priatmo.
REDAKSI: Frans G, Vitus DP, Berman LR, Bambang Suryo Sularto.
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 ECRAN: Rp 2.500./leks (di luar kota Rp 3.000./leks), Harga Laggangan 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