

Lucile Randon,
Orang Tertua...

di dunia ini meninggal dalam tidur di panti jompo Toulon, kata juru bicara David Tavella.

"Ada kesediaan besar, tapi... itu keinginannya bergabung dengan saudara laki-laki tercintanya. Baginya, ini adalah pembebasan," ujar Tavella dari panti jompo Sainte-Catherine-Laboure, kepada AFP.

Lucile Randon sejak lama disebut sebagai orang Eropa tertua. Kematian Kane Tanaka dari Jepang pada usia 119 tahun 2022 menjadikannya orang yang paling lama hidup di Bumi. Guinness World Records secara resmi mengakui status Lucile Randon sebagai orang tertua di dunia pada April 2022.

Lucile Randon lahir saat New York membuka kereta bawah tanah pertamanya dan ketika Tour de France baru dipentaskan sekali. Dia dibesarkan dalam keluarga Protestan sebagai satu-satunya anak perempuan dari tiga bersaudara yang tinggal di Kota Ales.

Salah satu kenangan terindah Lucile Randon adalah kembalinya dua saudara laki-lakinya pada akhir Perang Dunia I, katanya kepada AFP dalam wawancara saat hari ulang tahunnya yang ke-116.

"Itu jarang, dalam keluarga biasanya ada dua yang

mati daripada dua yang hidup. Mereka berdua kembali!" katanya.

Lucile Randon bekerja sebagai pengasuh di Paris untuk anak-anak dari keluarga kaya. Masa ini pernah dia sebut sebagai momen paling bahagia dalam hidupnya.

Dia masuk Katolik dan dibaptis pada usia 26 tahun, kemudian bergabung dengan ordo biarwati Daughters of Charity dalam umur yang relatif tua yaitu 41 tahun.

Suster Andre (Lucile Randon) lalu ditugaskan ke rumah sakit di Vichy, tempat dia bekerja selama 31 tahun. Selanjutnya dia pindah ke Toulon di sepanjang pantai Mediterania. Hari-harinya di panti jompo diselingi dengan doa, waktu makan, dan kunjungan dari penghuni serta pekerja rumah sakit. Dia juga mendapat banyak surat dan hampir semuanya dia balas.

Pada 2021, Suster Andre selamat dari Covid-19 yang menginfeksi 81 penghuni panti jompo. Kemungkinan orang tertua baru di Perancis sekarang adalah Marie-Rose Tessier yang berusia 112 tahun. Ia merupakan perempuan dari Vendee, kata pakar Laurent Toussaint kepada AFP.

Jeanne Calment, yang meninggal pada 1997 di Arles, Perancis selatan, pada usia 122 tahun memegang rekor umur tertua yang pernah dicapai oleh manusia. ● osm

Gempa M 7,1 Guncang
Melonguane...

13.06 Wita. Pusat gempa berada di kedalaman 64 kilometer. Titik gempa berada pada koordinat 2.80 LU dan 127.11 BT.

"141 km tenggara Melonguane Sulut," kata BMKG.

Belum ada informasi terkait dampak gempa yang terjadi. Termasuk ada atau tidaknya kerusakan bangunan dan korban jiwa.

Gempa mengguncang Melonguane, Sulawesi Utara (Sulut), dipicu oleh deformasi batuan dalam lempeng Laut Maluku.

"Dengan memperhatikan lokasi episenter dan kedalaman hiposenternya, gempa bumi yang terjadi merupakan jenis gempa bumi menengah dipicu oleh deformasi batuan dalam Lempeng Laut Ma-

luku. Hasil analisis mekanisme sumber menunjukkan bahwa gempa bumi memiliki mekanisme pergerakan geser (strike-slip)," kata Kepala Pusat Gempa bumi dan Tsunami BMKG Daryono, dalam keterangannya, Rabu (18/1).

BMKG mengimbau masyarakat supaya tetap tenang dan tidak terpengaruh oleh isu yang tidak dapat dipertanggungjawabkan kebenarannya. Warga diminta menghindari dari bangunan yang retak atau rusak diakibatkan gempa.

"Periksa dan pastikan bangunan tempat tinggal Anda cukup tahan gempa ataupun tidak ada kerusakan akibat getaran gempa yang membahayakan kestabilan bangunan sebelum Anda kembali ke dalam rumah," kata Daryono. ● mar

Jokowi Beri Nama Maung
untuk...

ditanya nama mobil yang diresmikannya, Rabu (18/1).

Sebelum memberikan nama, ketiga kendaraan Rantis yang mengambil warna ketiga matra TNI, terpanjang di halaman Kantor Kemenhan. Jokowi tiba bersama Prabowo yang duduk di kursi kemudi.

Mobil yang ditumpanginya Prabowo itu merupakan salah satu mobil yang akan dinamainya. Setelah men-

jajal si Maung, Jokowi pun mengambil kendali dan memecahkannya ke aspal.

Setelah prosesi pemecahan kendali, Jokowi melakukan tanda tangan di atas mobil yang telah dinamainya Maung itu.

Ketika dikonfirmasi mengenai alasan menamai Maung, Jokowi mempersilakan untuk menanyakan secara detail kepada Prabowo.

"Tanya Pak Menhan," kata Jokowi. ● osm

Kesehatan | 11

Usia 40 ke Atas Perlu
Lakukan Tes Kesehatan

Setidaknya ada lima tes kesehatan yang perlu dilakukan usia 40 ke atas.

JAKARTA (IM) - Berusia 40 tahun menjadi salah satu tonggak penting bagi banyak orang. Usia tersebut dapat memicu ketakutan akan penuaan dan semua masalah kesehatan yang menyertainya. Untuk itu, Anda perlu melakukan beberapa tes untuk memastikan kesehatan Anda.

Masalah kesehatan mungkin menjadi fokus yang lebih tajam dalam dekade cemerlang kehidupan Anda. Pada fase ini, Anda akan mulai bertanya-tanya bagaimana cara tetap sehat seiring bertambahnya usia.

Kabar baiknya, Anda dapat mengambil kendali dengan "berinvestasi" pada kesehatan, yang dapat menghasilkan manfaat seumur hidup pada masa depan. "Investasi" yang dimaksud yaitu berupa tes kesehatan untuk memeriksa tubuh dan jiwa yang baik pada usia 40-an dan seterusnya. Berikut tes yang harus dilakukan usia 40

ke atas seperti dilansir laman Best Life, Rabu (18/1):

1. Mammogram

Memasuki usia 40 tahun, wanita perlu menjalani skrining kanker payudara dengan menggunakan mammogram. Namun, wanita yang memiliki riwayat kanker payudara dalam keluarga harus mulai 10 tahun sebelum usia anggota keluarga mereka didiagnosis.

Demikian pula, wanita dengan mutasi genetik tertentu yang meningkatkan risiko kanker payudara harus mendiskusikan pemeriksaan dini dengan dokter mereka. Diagnosis dini sangat penting untuk mendeteksi kanker payudara pada tahap paling awal karena menjadi saat yang paling bisa diobati.

2. Tes diabetes

Saat ini, lebih dari 37 juta orang di Amerika Serikat (atau kira-kira satu dari 10

orang dewasa) hidup dengan diabetes. Menurut Pusat Pengendalian dan Pencegahan Penyakit (CDC), satu dari lima orang dengan diabetes tidak mengetahui bahwa mereka mengidapnya.

CDC merekomendasikan semua orang yang berusia di atas 35 tahun harus menjalani pemeriksaan diabetes, yang mungkin termasuk tes A1C, tes toleransi glukosa, atau tes gula darah acak. Namun, jika Anda berusia di atas 40 tahun dan belum pernah dites, sekarang waktunya untuk menjadwalkan pemeriksaan.

3. Tes tekanan darah

Lebih dari separuh orang dewasa Amerika memiliki tekanan darah tinggi yang merupakan faktor risiko berbahaya untuk stroke dan serangan jantung. Meskipun banyak rumah sakit yang melakukan tes tekanan darah sebagai bagian dari rutinitas mereka, Anda mungkin tidak dites secara teratur.

Kementerian Kesehatan dan Layanan Kemanusiaan AS mengatakan, setiap orang

yang berusia di atas 18 tahun harus diskriming untuk hipertensi setiap tiga sampai lima tahun sekali. Namun, mereka mencatat, orang yang berusia di atas 40 tahun dan yang berisiko tinggi terkena hipertensi harus berencana melakukan skrining setiap tahun.

4. Tes kolesterol

Memiliki kolesterol tinggi dapat meningkatkan risiko penyakit kardiovaskular. Sayangnya, tidak ada gejala pasti yang terkait dengan kolesterol tinggi. Artinya, satu-satunya cara untuk mengetahui masalah tersebut adalah dengan melakukan tes.

Meskipun CDC mengatakan anak-anak dan remaja harus diperiksa kadar kolesterolnya, banyak orang tidak menjalani jenis pengujian ini sampai di kemudian hari. Jika Anda berusia di atas 40 tahun dan tidak mengetahui kadar kolesterol, sekarang adalah waktu yang tepat untuk bertanya kepada dokter tentang pemeriksaan.

Orang dewasa yang sehat

harus merencanakan pemeriksaan kolesterol setiap empat hingga enam tahun. Sementara itu, orang dengan penyakit jantung, diabetes, atau riwayat keluarga dengan kolesterol tinggi harus bertanya kepada dokter tentang pemeriksaan yang lebih sering.

5. Kolonoskopi

Tes yang digunakan untuk skrining kanker usus besar, kolonoskopi, memungkinkan dokter mencari polip penyebab kanker atau kelainan lain di usus besar. Orang dengan risiko rata-rata kanker usus besar dapat memulai pemeriksaan pada usia 45 tahun.

Mereka yang memiliki riwayat keluarga jenis kanker ini harus mulai mendapatkan kolonoskopi pada usia 40, atau 10 tahun sebelum usia diagnosis anggota keluarga mereka. Bicaralah dengan dokter untuk mempelajari lebih lanjut tentang tes medis mana yang mungkin bermanfaat bagi Anda di usia 40-an, terutama mengenai kondisi apa pun yang Anda miliki dalam riwayat keluarga. ● tom

Berbagai Manfaat Buah Kesemek untuk Mengobati Asam Lambung

JAKARTA (IM) -Mungkin beberapa orang masih merasa asing dengan buah kesemek, apalagi bentuknya yang mirip dengan buah tomat. Akan tetapi, buah ini mempunyai tekstur yang lebih lembut dan mengandung banyak air.

Buah kesemek yang mempunyai nama latin Diospyros kaki ini terdapat dipercaya sebagai buah yang mempunyai banyak manfaat oleh orang Tiongkok dan Jepang.

Seperti dilansir dari Nutrilaks.id, berikut ini adalah manfaat buah kesemek untuk asam lambung yang

mungkin jarang orang ketahui.

1. Mengatasi radang

Buah kesemek ini mempunyai lapisan putih di permukaan kulitnya dan terdapat kandungan tanin serta zat anti inflamasi. Oleh karena itu, apabila dikonsumsi dapat mengatasi radang lambung, dengan cara area lambung yang terkena radang memperoleh nutrisi.

Maka tak heran, apabila buah ini kerap dikonsumsi oleh seseorang yang mengalami luka atau infeksi di area tubuhnya.

2. Mengurangi produksi

asam lambung

Seseorang mungkin saja mengalami asam lambung tinggi yang disebabkan oleh banyak hal. Bahkan produksi asam lambung yang melebihi jumlah normal ini bisa naik hingga ke tenggorokan dan apabila dibiarkan terus-menerus hal ini bisa mengganggu proses metabolisme.

Kemudian buah kesemek yang dimakan segar ini dapat mengurangi produksi asam lambung karena di dalamnya terdapat protein, kalsium, kalium, dan zat besi yang mana mengurangi asam lambung.

3. Membuat proses pencer-

naan makanan lancar

Adanya kandungan air dalam buah kesemek ini sangat baik untuk asam lambung pada saat proses pencernaan itu terjadi.

Pasalnya, asam lambung ini membutuhkan banyak cairan untuk melaksanakan tugasnya dalam mengolah zat makanan yang masuk ke dalam mulut.

4. Mempercepat penyembuhan

Seseorang yang mengalami masalah asam lambung ini pasti biasanya merasakan gejala seperti mual, mules, mulut menjadi asam dan juga

sakit di bagian ulu hati.

Salah satunya adalah dengan mengonsumsi buah kesemek yang segar karena di dalamnya terdapat kandungan air bercampur dengan zat-zat penting di dalamnya.

Akan tetapi, hal ini tentunya tidak bisa berjalan dengan baik dan butuh waktu dan juga harus diimbangi dengan mengonsumsi makanan berserat seperti karbohidrat.

Demikianlah beberapa manfaat buah kesemek bagi kesehatan lambung. Semoga bermanfaat dan selamat mencoba. ● tom

SAMBUNGAN

Disebut Sebagai Justice Collaborator,...

DARI HAL 1

kata salah satu pengujung.

Jaksa Penuntut Umum (JPU) dalam tuntutanannya mengatakan, Bharada E terbukti secara sah dan meyakinkan bersalah melakukan pembunuhan berencana terhadap Nofriansyah Yosua Hutabarat atau Brigadir J.

Menurut jaksa, pembunuhan berencana terhadap Brigadir J dilakukan Bharada E bersama-sama empat terdakwa lain yakni, Ferdysambo, Putri Candrawathi, Ricky Rizal atau Bripka RR dan Kwat Ma'ruf.

"Menjatuhkan pidana terhadap terdakwa Richard Eliezer dengan pidana penjara selama 12 tahun" ujarnya.

Jaksa menyebut hal yang meringankan tuntutan adalah

Eliezer merupakan pelaku yang bekerja sama untuk membongkar kejahatan ini atau biasa disebut justice collaborator.

Kemudian Bharada E belum pernah dihukum serta bersikap kooperatif selama di persidangan.

Tak hanya itu, menurut jaksa, perbuatan Eliezer juga telah dimaafkan oleh keluarga Yosua.

"Hal-hal yang membebankan, terdakwa merupakan eksekutor yang menyebabkan hilangnya nyawa korban Nopriansyah Yosua Hutabarat," kata jaksa.

Richard Eliezer Pudihang Lumiu atau Bharada E seketika menutup mata saat jaksa penuntut umum (JPU)

menuntutnya hukuman pidana penjara 12 tahun

Dengan mata tertutup, Richard terlihat mengenyitkan dahi selama beberapa detik. Tak lama kemudian ia menundukkan kepalanya lagi. Beberapa kali Bharada E terlihat menyeka hidung dan menarik nafas panjang.

Setelah jaksa selesai membacakan tuntutan, Majelis Hakim mempersilakan Richard berkonsultasi dengan tim kuasa hukumnya untuk konsultasi. Richard pun segera menghampiri meja tim pengacara yang berada di samping.

Bharada E langsung memeluk pengacaranya, Ronny Talapessy. Selama beberapa detik, Richard mem-

benamkan wajahnya dalam pelukan Ronny. Ronny pun tampak berusaha menenangkan Bharada E dengan mengusap-usap punggungnya.

Salah seorang pengacara sempat memberinya selembap tisu kepada Bharada E. Pemandangan ini terjadi selama beberapa detik hingga Hakim Ketua Wahyu Imam Santoso angkat suara.

"Sudah siap? Silakan," ujar Hakim Wahyu.

Untuk menganggapi tuntutan JPU, Richard menyerahkan kepada tim pengacaranya. Lewat kuasa hukumnya, dia meminta diberi kesempatan untuk membacakan pledoi atau nota pembelaan.

Seperti diketahui sebelumnya, Ferdysambo telah

Hercules Bakal Hadiri Pemeriksaan...

dari operasi tangkap tangan (OTT) yang dilakukan KPK di lingkungan MA pada 21 September 2022.

Dalam OTT yang dilakukan di Jakarta dan Semarang itu, KPK kemudian menetapkan 10 orang menjadi tersangka.

Dari jumlah tersebut, termasuk di antaranya hakim agung Sudrajad Dimiyati.

Lalu dari sinilah kasus suap penanganan perkara di MA dimulai hingga berkembang dan menasar hakim agung lainnya, yakni Gazalba Saleh.

Penyidik KPK kemudian melakukan pengembangan penyidikan ini dengan menetapkan satu tersangka baru lagi, yakni Edy Wibowo.

Terungkap ternyata Edy merupakan hakim yustisial yang membatalkan status pailit salah satu rumah sakit di Makassar.

Dalam konferensi pers, Firlu menyebutkan, Edy Wibowo diduga menerima uang sebanyak Rp 3,7 miliar.

Suap itu diterima guna membatalkan kepailitan salah satu RS di Makassar.

Berikut ini daftar tersang-

ka awal kasus penanganan perkara di MA:

1. Sudrajad Dimiyati (SD) merupakan hakim agung pada Mahkamah Agung
2. Elly Tri Pangestu (ETP) merupakan hakim yustisial/panitera pengganti Mahkamah Agung
3. Desy Yustria (DY) merupakan PNS pada Kepaniteraan Mahkamah Agung
4. Muhajir Habibie (MH) merupakan PNS pada Kepaniteraan Mahkamah Agung
5. Nurmanto Akmal (NA) merupakan PNS Mahkamah Agung
6. Albari (AB) merupakan PNS Mahkamah Agung
7. Yosep Parera (YP) merupakan pengacara
8. Eko Suparno (ES) merupakan pengacara
9. Heryanto Tanaka (HT) merupakan swasta/debitur Koperasi Simpan Pinjam Intidana
10. Ivan Dwi Kusuma Sujanto (IDKS) merupakan swasta/debitur Koperasi Simpan Pinjam Intidana

KPK juga menetapkan hakim agung nonaktif Gazalba Saleh sebagai tersangka.

Berikut ini tersangka yang diumumkan KPK hasil pengembangan kasus Hakim Agung Sudrajad Dimiyati.

1. Gazalba Saleh selaku Hakim Agung MA
2. Prasetyo Nugroho selaku Hakim Yustisial di MA sekaligus Asisten Gazalba.
3. Redhy Novasrizza selaku staf Gazalba Saleh.

Terakhir, KPK menahan Hakim Yustisial Edy Wibowo terkait dugaan suap pembatalan status pailit salah satu rumah sakit di Makassar.

Dia ditahan pada 19 Desember 2022. ● mar

Putri Candrawathi Dituntut 8 Tahun Penjara,...

dugaan pelecehan seksual tersebut. Bahkan, Putri tidak memiliki surat visum et repertum.

"Alat bukti yang mendukung keterangan putri Candrawathi telah mengalami kekerasan seksual atau pemerkosaan oleh korban Nofriansyah, tidak cukup alat bukti. Bahwa benar, dalam persidangan justru terungkap fakta hukum yang bertolak

belakang dengan keterangan terdakwa putri telah mengalami pelecehan seksual atau pemerkosaan yang dilakukan oleh Nofriansyah," katanya.

Sebelumnya, Jaksa menuntut Ferdysambo dengan hukuman penjara seumur hidup. Sambo merupakan otak pembunuhan terhadap Brigadir J yang merupakan ajudannya.

Sementara terdakwa lain,

Kuat Ma'ruf dan Ricky Rizal sama-sama mendapat tuntutan hukuman penjara selama 8 tahun. Sedangkan tuntutan terhadap Bharada E akan dibacakan usai sidang Putri Candrawathi.

Peristiwa pembunuhan terjadi akibat Putri mengklaim telah dilecehkan oleh Brigadir J di rumah Magelang, Jawa Tengah, pada 7 Juli 2022.

Akibat perbuatannya, ke-

limanya didakwa melanggar Pasal 340 KUHP subsider Pasal 338 KUHP jo Pasal 55 Ayat (1) ke-1 KUHP jo Pasal 56 ke-1 Kitab Undang-Undang Hukum Pidana (KUHP).

Disoraki

Putri yang hadir ke persidangan mengenakan pakaian serba putih, saat memasuki ruang sidang sempat disoraki

pengujung persidangan yang ingin menyaksikan sidang pembacaan tuntutan.

"Huuuuuuuuuuuuuuuuuu," sorak pengujung di Pengadilan Negeri Jakarta Selatan, Rabu (18/1/2023).

Mendengar sorakan tersebut, Putri tetap berjalan hingga duduk di kursi persidangan. Tanpa melihat ke belakang, ia pun duduk dengan badan tegak. ● mar

InternationalMedia

PEMIMPIN REDAKSI: Osmar Siahaan
PELAKSANA HARIAN: Lusi J, Bambang Suryo Sularso.
PENANGUNG JAWAB: Prayan Purba.
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: SOLO (ABC), BELITUNG (Naskafa Tjen). PANGKAL PINANG (Yuliani, John Tanzil), BALIKPAPAN dan SAMARINDA (Cv Gama Abadi, Bali/Tatang), MAKASSAR dan MANADO (Jefri/Meike, Jemmy), TARAKAN KALTIM (Ali), BALI (Swasti), PEKANBARU (Bob), SURABAYA, MEDAN dan PONTIANAK.
KEUANGAN/IKLAN: Citta.
BIRO BOGOR: Subagiyo (Kepala Biro), Jaidarman.
BIRO TANGERANG: Johan (Kepala Biro).
BIRO BEKASI: Madong Lubis (Kabiro),
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: Beni, Ratumas Sabar Riah, Rts Zuchriah.
HARGA ECERAN: Rp 2.500./eks (di luar kota Rp 3.000./eks), 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
 Tel : 021-6265566
 Twitter: International Media @redaksi_IM