

Dokter: Pemberian ASI yang Baik Bisa Cegah Stunting

Ibu wajib memberikan ASI kepada anaknya, khususnya pada usia 0-6 bulan.

JAKARTA (IM) - Praktek kesehatan yang juga Dokter Spesialis Anak dr Mega Oktariena menyebutkan pemberian air susu ibu (ASI) yang baik mampu mencegah terjadinya stunting pada anak. Mega mengatakan, pemberian ASI, terutama pada ASI eksklusif (usia 0-6 bulan) dapat mencegah infeksi paru dan diare pada bayi.

"Kalau bayi terkena diare, nanti asupan gizi yang masuk berkurang. Dampaknya, nanti anak jadi kurang gizi dan berpotensi stunting," katanya dalam diskusi memperingati Pekan ASI Sedunia, yang diikuti secara daring di Jakarta, Rabu (2/8).

Mega mengatakan, nutrisi yang terkandung di dalam ASI mengandung antibodi yang dapat melindungi bayi.

Bayi juga lebih mudah dalam mencerna nutrisi yang terkandung pada ASI. Selain itu, ASI merupakan makanan terbaik bagi bayi, karena mengandung gizi yang banyak, dan sesuai dengan perkembangan usianya.

"Bahkan jika bayi lahir prematur, gizi yang didapatkan melalui ASI sesuai dengan kebutuhan bayi saat itu," ujar dokter yang praktik di Rumah Sakit Pusat Infeksi (RSPI) Sulianti Saroso, Jakarta itu.

Mega mengatakan, ASI mengandung nutrisi seperti karbohidrat, protein, lemak, serta sistem imun yang bernama immunoglobulin yang sesuai dengan kebutuhan bayi. Menurut dia, kandungan nutrisi yang ada pada ASI merupakan yang terbaik, dan tidak dapat digantikan oleh asupan lainnya.



ILUSTRASI

"Kandungan nutrisi yang terdapat pada ASI sesuai dengan yang dibutuhkan bayi, tidak lebih dan tidak kurang," tuturnya.

Oleh karena itu, dia menganjurkan kepada para ibu yang baru melahirkan untuk

segera melakukan Inisiasi Menyusui Dini (IMD), yang berguna untuk memberikan kehangatan pada bayi, memulainya kontak pertama dengan ibu, serta merangsang keluarnya kolostrum pada ASI pertama.

Selain itu, dia juga menganjurkan agar para ibu memberikan ASI eksklusif saja pada usia 0-6 bulan bayi, dan dilanjutkan dengan Makanan Pendamping (MP) ASI pada usia 6 bulan hingga 2 tahun. ● tom

SAMBUNGAN

waspadainvestasi@ojk.go.id.

Ciri-ciri pinjol ilegal

Untuk menghindari pinjaman online ilegal, berikut ini adalah beberapa ciri-ciri yang dapat diwaspadai masyarakat. Tidak memiliki dokumen izin dari OJK, proses pinjaman sangat mudah dan cepat.

Aplikasi meminta akses seluruh data di telepon seluler seperti: kontak, storage, gallery, dan history call. Lalu, Bunga pinjaman yang sangat tinggi dan denda yang tidak jelas informasinya.

Penggunaan ancaman, penghinaan, pencemaran nama baik, dan penyebaran foto/video dalam melakukan penagihan.

Kemudian identitas pengurus dan alamat kantor tidak jelas.

Lalu, penawaran via saluran komunikasi pribadi tanpa izin seperti WA dan SMS atau media sosial. Demikian ciri-ciri dari pinjaman online ilegal agar masyarakat terhindar dari pinjol ilegal.

OJK mengungkap modus penipuan entitas ilegal telah

memiliki bermacam-macam jenis. Bahkan anggota Dewan Komisiner OJK pun menerima tawaran, modus penipuan.

Kepala Eksekutif Pengawas Perilaku Pelaku Usaha Jasa Keuangan, Edukasi dan Perlindungan Konsumen OJK Frederica Widyasari Dewi mengatakan, selain itu ada pula beragam modus penipuan lain, misalnya penipuan berkedok kerja paruh waktu.

"Bahkan saya pun ditawari skema ini beberapa hari yang

lalu," kata dia dalam Webinar Waspada Modus Penipuan Gaya Baru, Kamis (3/8).

Selain itu sebut wanita yang akrab disapa Kiki ini, ada pula penipuan dengan modus sniffing dengan file APK melalui undangan pernikahan, kurir paket, dan tagihan listrik. Kemudian muncul penipuan dengan modus sniffing dengan file Android Package Kit (APK) melalui undangan pernikahan, kurir paket, dan tagihan listrik.

OJK juga menemukan modus penipuan yang berkai-

tan dengan investasi ilegal yang belakangan marak ditemukan, salah satunya adalah koperasi simpan pinjam yang melakukan aktivitas di luar ketentuan.

Selain itu, penipuan dengan modus investasi ilegal lainnya, misal robot trading ilegal, skema ponzi, investasi forex ilegal, dan gadai ilegal.

Kiki menjelaskan, maraknya penipuan berkedok investasi umumnya disertai penawaran imbal hasil yang luar biasa besar dan tidak masuk akal. ● mar

Satgas OJK Temukan 283 Entitas...

DARI HAL 1

Ingin Kabasarnas Diadili di Peradilan Militer,...

persidangan terhadap Henri dalam kasus ini digelar di Peradilan Militer. Sebab, dugaan tindak pidana yang menjerat Kabasarnas itu terjadi ketika dia masih menjadi prajurit aktif TNI Angkatan Udara (AU).

"Jadi kita mengenal masalah tempus delicti, ketika prajurit aktif melakukan tindak pidana, maka dia tunduk pada mekanisme sistem peradilan militer," katanya.

Namun demikian, lanjut Kresno, pihaknya dan KPK harus duduk bersama untuk melihat konstruksi hukum perkara dugaan suap yang menjerat Kabasarnas. Tujuannya, punya pemahaman yang sama mengenai proses hu-

kum terhadap Henri, apakah akan dilakukan di peradilan militer atau penanganan secara koneksi di peradilan umum.

"Jika sudah ketahuan konstruksi hukumnya, maka nanti bisa dilihat apakah ini akan di splitting dalam arti terpisah diselesaikan masing-masing (di Peradilan Militer dan Peradilan Umum) atau dikoneksikan atau diperiksa dalam satu peradilan," tuturnya.

Saat ini, Puspom TNI masih terus melakukan pendalaman terhadap kasus dugaan suap yang melibatkan Kabasarnas dan bawahannya, termasuk mengecek barang bukti dan memeriksa ter-

sangka dari kalangan sipil.

Puspom TNI telah menetapkan Kabasarnas RI Marsdyo Henri Alfandi dan Koordinator Administrasi (Kooramin) Kabasarnas Letkol Afri Budi Cahyanto sebagai tersangka kasus dugaan suap di lingkungan Basarnas. Proses hukum terhadap keduanya akan dilakukan di peradilan militer.

"Bahwa kita melaksanakan proses pemeriksaan ini mengutamakan asas tempus delicti. Jadi waktu kejadian pada saat dilakukan oleh HA (Henri Alfandi) ini saat beliau masih aktif menjadi prajurit TNI," kata Komandan Pusat Polisi Militer (Danpuspom) TNI Marsekal Muda (Marsda)

R Agung Handoko dalam konferensi pers di Mabes TNI, Cilangkap, Jakarta Timur, Senin (31/7).

"Jadi proses hukumnya masuk dalam kompetensi peradilan militer," tuturnya.

Kendati demikian, kata Agung, pihaknya akan tetap bekerja sama dengan KPK untuk menangani kasus ini. Agung mengaku, proses hukum terhadap Henri dan Afri akan dilakukan semaksimal mungkin.

"Kita akan mengembangkannya semaksimal mungkin permasalahan yang ada ini dengan terus berkoordinasi ketat dengan KPK, terkait dengan apa yang sudah ada dalam laporan polisi yang ada

di KPK maupun ada di kami yaitu kejadian dari mulai 2021 sampai dengan 2023. Jadi itu akan kita gali nanti," katanya menjelaskan.

Sebelum Puspom TNI menetapkan Kabasarnas dan anak buahnya sebagai tersangka, sedianya penetapan tersangka keduanya telah lebih dulu dilakukan oleh KPK.

Selain Henri dan Afri, KPK juga menetapkan tiga orang lainnya dari pihak swasta sebagai tersangka kasus dugaan suap di lingkungan Basarnas. Ketiganya yakni MG Komisaris Utama PT MGCS, MR Direktur Utama PT IGK, dan RA Direktur Utama PT KAU. ● mar

Situasi Tak Kondusif, PN Jaksel Batal...

dilakukan eksekusi," ujar Djuyamto.

Diberitakan sebelumnya, Pengadilan Negeri Jakarta Selatan bakal menyita aset berupa rumah yang ditempati Guruh Soekarnoputra di Jalan Sriwijaya III, RT 004 RW 001, Kelurahan Selong, Kebayoran Baru, Jakarta Selatan.

Humas PN Jakarta Selatan Djuyamto mengatakan, anak Presiden Pertama RI itu kalah gugatan perdata mel-

wan Susy Angkawijaya. Hal ini sebagaimana putusan PN Jakarta Selatan Nomor 757/Pdt.G/2014/PN.Jkt.Sel.

"Sita eksekusi untuk dikosongkan dan diserahkan kepada pihak pemohon eksekusi sebagai pelaksanaan putusan Pengadilan Negeri Jakarta Selatan Nomor 757/Pdt.G/2014," kata Djuyamto saat dihubungi wartawan, Selasa (18/7) lalu.

"Guruh dinyatakan se-

bagai pihak yang kalah, yang harus mengosongkan dan menyerahkannya (rumah) pada pihak yang menang," lanjutnya lagi.

Sebrnarnya pihak PN telah beberapa kali mengirimkan surat peringatan terhadap Guruh. Sesuai dengan putusan pengadilan, pihaknya bakal mengeksekusi penyitaan pada 3 Agustus 2023 mendatang.

"Sesuai dengan putusan

Nomor 757/Pdt.G/2014/PN.Jkt.Sel, rumah yang ditempati Guruh adalah milik Susy Angkawijaya, pemohon eksekusi," jelas Djuyamto.

Berdasarkan penelusuran di Sistem Informasi Penelusuran Perkara (SIPP) PN Jakarta Selatan, majelis hakim memutuskan gugatan yang dilayangkan Guruh Soekarnoputra dicabut.

Dalam gugatannya, Guruh meminta agar ia dinyatakan se-

cara sah sebagai pemilik rumah mewah tersebut.

"Mengembalikan permohonan pencabutan perkara penggugat. Menyatakan gugatan perkara Nomor 1008/Pdt.G/2022/PN.Jkt.Sel dicabut," demikian bunyi putusan dalam laman SIPP PN Jakarta Selatan, dikutip Selasa (1/8).

Majelis hakim juga membebaskan biaya perkara kepada penggugat sebesar Rp 1.848.000. ● mar

Menko Polhukam Gelar Rapat Koordinasi...

Zaytun, dan proses belajar mengajar akan tetap berjalan.

"Pertama, menugaskan Menteri Agama didampingi oleh Gubernur Jawa Barat dan Bareskrim Polri untuk melakukan pendampingan kepada pondok pesantren Al Zaytun, agar pendidikan kepesantren yang berjalan sehari-hari sampai saat ini itu dijamin keberlangsungannya,"

katanya.

"Jadi ini pendampingan, dan kementerian agama serta tim ini tadi diberi wewenang untuk melakukan asesmen terhadap penyelenggaraan pendidikan, maupun tenaga-tenaga pendidik, terdidik itu, untuk menyelenggarakan pendidikan pondok pesantren al-zaytun sesuai dengan peraturan perundang-unda-

ngan," ujarnya.

Poin kedua, kata Mahfud, adalah Bareskrim Polri untuk mempercepat proses pidana umum atau pidana khusus di luar soal pidana agama yang sedang berlangsung.

"Yang perlu diperhatikan oleh Bareskrim Polri ada laporan-laporan tindak pidana umum atau tindak pidana khusus," kata Mahfud.

Mahfud menjelaskan, tindak pidana khusus misalnya pencucian uang, sementara tindak pidana umum berkaitan dengan pemalsuan, penggelapan, pencaplokan dan macam-macam transaksi-transaksi.

"Ada juga tindak pidana khusus selain pencuci uang, korupsi langsung barangkali karena menyangkut penyalahgunaan dana negara supaya

itu dipercepat, paralel dengan yang sekarang sedang berjalan," katanya.

"Karena kasus ini bukan semata kasus penistaan agama seperti yang sekarang berlangsung tetapi juga laporan-laporan lain yang bukti-bukti awalnya sudah diserahkan oleh PPKATK dan oleh sumber lain dari masyarakat," tandasnya. ● mar

Pria Jepang yang "Berubah"...

kalinya. Para pengamat sangat kagum dengan anjing jenis human collie ini. Dalam video berdurasi lima menit tersebut, Toco terlihat berinteraksi dengan orang-orang dan anjing-anjing lainnya.

Toco mengatakan bahwa video tersebut direkam tahun lalu saat wawancara dengan stasiun TV Jerman, RTL.

"Syukurlah, saya mendapat izin untuk menggunakan video tersebut, jadi saya merilisnya ke publik! Pada hari wawancara, mereka sangat baik kepada saya," tulis Toco dalam deskripsinya.

"Apakah Anda ingat impian Anda saat masih kecil? Anda ingin menjadi pahlawan atau penyihir," tulisnya dalam

video tersebut.

Dalam video tersebut, Toco terlihat bertingkah layaknya seekor anjing berbulu berkaki empat. Beberapa anjing awalnya menunjukkan rasa takut setelah mendekati anjing manusia tersebut.

Toco telah mencatat perjalanannya di kanal YouTube-nya. Dia belum mengung-

kapkan identitasnya di depan umum. Dalam sebuah video yang diunggah tahun lalu, Toco menjawab serangkaian pertanyaan. Ia mengakui bahwa ia selalu memiliki mimpi yang samar-samar untuk menjadi binatang sejak kecil.

Menurut media lokal Jepang, news.mynavi, perusahaan Zeppet menyediakan

sejumlah besar patung untuk film, iklan, dan fasilitas hiburan dan juga memproduksi kostum yang pernah dilihat di TV dan kostum karakter maskot terkenal di Jepang.

Seluruh kostum ini diperkayakan menghabiskan biaya lebih dari 2 juta yen dan membutuhkan waktu 40 hari untuk membuatnya. ● osm

Tiga Manfaat buah

Anggur Bagi Kesehatan

JAKARTA (IM) - Setiap buah pasti memiliki manfaat tersendiri bagi kesehatan tubuh. Salah satunya ialah anggur. Buah berbentuk bulat yang memiliki bermacam-macam ini diketahui kaya akan manfaat baik untuk tubuh. Anggur sendiri merupakan buah yang bisa dimakan dengan berbagai cara, mulai dari mengonsumsinya langsung hingga diolah menjadi minuman bahkan kismis. Kandungan gizi baik yang ada pada anggur menjadikannya sangat bermanfaat, Lantas, apa saja manfaat anggur? Simak penjelasan di bawah ini.

1. Menjaga kesehatan otak

Mengonsumsi anggur disebut bisa berfungsi untuk meningkatkan daya ingat bahkan suasana hati. Anggur memiliki manfaat menjaga kesehatan otak dan meningkatkannya berkat kandungan resveratrol. Kandungan tersebut diketahui mampu memperlancar peredaran darah menuju otak.

Sebuah penelitian bahkan menunjukkan bahwa lansia yang diberikan 250 mg anggur setiap harinya mampu meningkatkan kemampuan kognitif, bahasa, dan daya ingat yang meningkat dari-

pada sebelumnya.

2. Menurunkan tekanan darah tinggi

Selanjutnya, anggur juga bermanfaat untuk menurunkan tekanan darah tinggi. Hal ini dikarenakan kandungan kalium pada anggur yang bisa berfungsi baik membantu menghilangkan efek natrium dalam tubuh.

Sehingga, tekanan darah tinggi bisa dikurangi. Bahkan, terdapat penelitian yang menyebut bahwa kandungan antioksidan pada buah anggur tergolong tinggi dan ampuh membuat tekanan darah tinggi menurun.

3. Mengatasi gangguan pembuluh darah dan jantung

Terakhir, anggur sangat bermanfaat untuk penanganan penyakit gangguan pembuluh darah hingga jantung. Berkat kandungan polifenol dalam buah tersebut, diyakini bahwa dapat membantu mencegah gangguan jantung.

Tak hanya itu, kandungan tersebut pun bisa melawan radikal bebas, memiliki efek antiradang yang bisa juga menurunkan risiko terjadinya tekanan darah tinggi dan aterosklerosis. Nah, itu dia tiga manfaat yang bisa kamu peroleh dari mengonsumsi buah anggur secara rutin. Tunggu apalagi, yuk segera makan buah anggur. ● tom

Manfaat Teh Bawang Putih untuk Kesehatan

JAKARTA (IM) - Bawang putih sudah dikenal lama sarat dengan vitamin A, B, dan C, antioksidan, serat, mangan, dan belerang yang baik untuk tubuh. Menurut Linus Pauling Institute, The University of Oregon, AS bawang putih merupakan sumber organosulfur yang sangat baik.

Bawang putih juga dapat dikonsumsi sebagai teh. Saat digerus, bawang putih akan melepaskan senyawa allinase yang dapat melindungi Anda dari penyakit kardiovaskular.

Untuk Anda yang suka mengonsumsi teh bawang putih, berikut sejumlah manfaat konsumsi teh bawang putih, melansir dari situs kesehatan, Healthshots.

1. Baik untuk jantung. Bawang putih dikenal karena khasiatnya yang menyebabkan jantung. Ini kaya allicin, senyawa organosulfur yang menghambat perkembangan aterosklerosis pada penderita penyakit jantung.

Teh bawang putih juga meningkatkan sirkulasi darah yang lebih baik, menurunkan kadar kolesterol jahat (LDL), dan membatasi plak yang menyumbat arteri sehingga mengurangi risiko penyakit jantung.

2. Meningkatkan kekebalan tubuh. Senyawa allcin yang terkandung dalam

bawang putih bersama dengan sifat antijamur, antibakteri, dan antioksidannya dapat membantu melawan radikal. Ini tidak hanya melindungi tubuh Anda dari bakteri dan patogen mematikan lainnya, tetapi juga menjaga sistem kekebalan Anda tetap kuat.

3. Memiliki sifat anti kanker. Teh bawang putih memiliki sifat anti-karsinogenik yang dapat berkontribusi untuk mencegah berbagai jenis penyakit kanker.

Penelitian menemukan bahwa mereka yang mengonsumsi teh bawang putih dapat mengurangi risiko kanker perut dan payudara.

5. Membantu menurunkan berat badan. Jika Anda ingin menurunkan berat badan, maka teh bawang putih dapat membantu Anda. Teh bawang putih dapat membantu meningkatkan kehilangan lemak, mempercepat metabolisme, dan menekan nafsu makan.

Anda dapat meminum teh bawang putih di pagi hari sebelum memulai aktivitas.

Berikut cara membuat teh bawang putih:

1. Tambahkan 2 hingga 3 siung bawang putih ke dalam secangkir air kemudian panaskan hingga mendidih.

2. Setelah mendidih, angkat dan masukkan perasan lemon dan tuang sedikit madu. 3. Saring teh dan minuman teh bawang putih siap dinikmati. ● tom

InternationalMedia

PEMIMPIN REDAKSI: Osmar Siahaan
PELAKSANA HARIAN: Lusi J, Bambang Suryo Sularso.
PENANGGUNG 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, Alan/Tatang), **MAKASSAR** dan **MANADO** (Jefri/Meike, Jenny), **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