

# Jus Jambu Biji Membantu Pulihkan Penderita Demam Berdarah

Jambu biji mengandung antioksidan untuk melawan peradangan penyebab trombosit turun.

**JAKARTA(IM)** - Praktisi kesehatan masyarakat Ngabila Salama menyebut konsumsi jus jambu biji dapat membantu memulihkan demam berdarah dengue (DBD).  
"Namun, ingat, ini bukan pengobatan utama DBD, hanya sedikit bermanfaat dan menjadi tambahan dari terapi utama yang diberikan dokter," ujar Ngabila saat dihubungi di

Jakarta, baru baru ini. Penegasan itu disampaikan karena maraknya kasus DBD di Ibu Kota pada masa pancaroba ini. Ngabila merinci beberapa manfaat jus jambu biji untuk menjaga kesehatan, terutama untuk memperkuat pertahanan tubuh terhadap DBD.  
"Pertama, mengandung antioksidan untuk melawan

peradangan atau inflamasi penyebab trombosit terus turun," kata Ngabila.

Kemudian, jus jambu biji mengandung flavonoid jenis kuersetin yang dapat menghambat virus dengue untuk memperbanyak diri di dalam tubuh.

"Sehingga trombosit tidak terus turun," ujar dia.

Selain itu, kata Ngabila, ekstrak daun jambu biji dapat menghambat pertumbuhan virus dengue dalam tubuh.

"Selain itu juga, mencegah perdarahan dengan meningkatkan jumlah trombosit

100.000 per mikroliter dalam waktu 16 jam," kata Ngabila.

Sebelumnya, Kepala Dinas Kesehatan Provinsi DKI Jakarta Ani Ruspitawati mengatakan penyumbang kasus DBD terbanyak dari data terakhir, yaitu Jakarta Barat dengan total kasus mencapai 716 disusul Jakarta Selatan.

"Sebenarnya DBD itu kasus endemi, setiap tahun ada kasusnya dengan pola yang relatif sama," kata Ani di Jakarta, Kamis (28/3/2024), saat menggelar PSN 3M di Kelurahan Cipete Utara.

Menurut dia, sebenarnya dari lima kota dan satu kabupaten yang masuk DKI Jakarta rerata kasus DBD meningkat, baik itu di Jakarta Barat, Timur, Utara, Selatan, Pusat, maupun Kepulauan Seribu.

Akan tetapi, daerah yang paling banyak penyebaran kasus DBD hingga 26 Maret 2024, yaitu Jakarta Barat dengan jumlah kasus mencapai 716, disusul Jakarta Selatan 576, Jakarta Timur 562, Jakarta Utara 262 kasus, Jakarta Pusat 172, dan Kepulauan seribu 18 kasus. ● tom

## Mengenal Imunoterapi, Metode Pengobatan Efektif bagi Pasien Kanker

**JAKARTA (IM)** - Kabar baik bagi para pasien pengobatan kanker. Layanan Immuno therapy Nusantara hasil kolaborasi antara Prof. Dr. dr. Terawan Agus Putranto, SpRad(K) kini sudah bisa dinikmati para pasien. Ini tentunya menjadi penanda era baru dalam penyediaan perawatan kesehatan yang inovatif dan efektif di Indonesia.

"Konsep Immuno-therapy sifatnya preventif. Dengan Dendritic Cell, kemungkinan terjadinya alergi kecil. Yang dibooost adalah imunitas tubuh sehingga memberikan imunitas yang baik. Tubuh dapat lebih sehat, lebih produktif dan tentunya dapat mencegah pengeluaran biaya perawatan kesehatan yang besar akibat sakit," ujar Komisaris Klinik Simas Sehat Sejahtera, Dumasi M M Samosir dalam siaran persnya beberapa waktu lalu.

Sebagaimana diketahui, Prof. Terawan yang dikenal sebagai tokoh di bidang medis, telah membawa kemajuan signifikan dalam teknik immunotherapy. Terutama yang berfokus pada pemanfaatan Sel Dendritik (Dendritic Cell/DC).

Sekadar informasi Immunoterapi adalah salah satu

jenis pengobatan kanker yang sering digunakan di Tanah Air. Sesuai dengan namanya, terapi ini berfokus pada peningkatan sistem imun agar leboh kuat dalam membunuh sel penyakit.

Imunoterapi ini akan membantu menghambat dan menghentikan perkembangan dan penyebaran sel kanker ke organ lain. Ada beberapa jenis kanker yang biasanya diobati menggunakan metode imunoterapi, diantaranya adalah kanker serviks, kanker paru, kanker ginjal, dan kanker kandung kemih.

Layanan ini tidak hanya memperluas akses terhadap perawatan kesehatan mutakhir, tetapi juga menawarkan harapan baru dalam mengatasi berbagai tantangan kesehatan yang dihadapi masyarakat modern. Immunotherapy, berbasis pada teknologi Sel Dendritik Autologous yang artinya menggunakan sel yang berasal dari darah sendiri.

Hal ini telah menjadi terobosan dalam memodulasi respons kekebalan tubuh terhadap berbagai penyakit, termasuk namun tidak terbatas pada Covid-19, Hepatitis B, infeksi HIV, dan berbagai jenis kanker. Keamanan dan efikasi metode ini telah terbukti melalui penelitian ilmiah, menjanjikan peningkatan signifikan dalam kualitas hidup pasien. ● tom

### SAMBUNGAN

#### Eks Kepala Bea dan Cukai Makassar.....

ketentuan tidak dibayar denda diganti pidana kurungan enam bulan," tkata hakim saat membacakan putusan.

Sementara itu, JPU pada KPK mendakwa mantan Kepala Bea Cukai Makassar, Andhi Pramono menerima gratifikasi dengan total nilai Rp58,9 miliar yang terdiri dari mata uang rupiah dan mata uang asing.

"Bahwa Terdakwa sejak tanggal 22 Maret 2012 sampai dengan tanggal 27 Januari 2023 atau setidaknya pada waktu antara tahun 2012 sampai dengan tahun 2023, telah menerima gratifikasi berupa uang seluruhnya berjumlah Rp50.286.275.189,79 (Rp50,2 miliar) dan USD264,500 atau setara dengan Rp3.800.871.000,00 (Rp3,8 miliar) serta SGD409,000 atau setara dengan Rp4.886.970.000,00 (Rp4,8 miliar) atau sekira

jumlah tersebut," kata JPU saat membacakan dakwaan di ruang sidang Pengadilan Tindak Pidana Korupsi (TIPikor) pada Pengadilan Negeri Jakarta Pusat, Rabu 22 November 2023.

"Yang berhubungan dengan jabatannya dan yang berlawanan dengan kewajiban atau tugasnya, yakni berhubungan dengan jabatan Terdakwa selaku Pegawai Negeri pada Direktorat Jenderal Bea dan Cukai," sambung JPU.

Jika ditotalkan, jumlah mata uang rupiah dan asing itu senilai Rp58.974.116.189. Jumlah tersebut, Andhi terima dari 2012 saat dia ditunjuk menjadi Pj. Seksi Penindakan Kantor Wilayah Direktorat Jenderal Bea dan Cukai Riau dan Sumatera Barat hingga 2023 saat ia menjabat Kepala Kantor Pengawasan dan Pelayanan Bea dan Cukai (KPPBC) Tipe Madya Pabean (TMP) B Makassar pada tahun 2021-2023. ● mar

#### Pemerintah Suntik PT Wika Rp6 Triliun ...

modal untuk PT Wika salah satunya untuk meningkatkan kapasitas perusahaan tersebut dalam rangka menyelesaikan proyek strategis nasional (PSN).

PP Nomor 15 Tahun 2024 ini mulai berlaku pada tanggal diundangkan, yakni 28 Maret 2024. Sebelumnya, Presiden Jokowi telah menyetujui pengembangan 14 PSN baru di

sejumlah daerah. Persetujuan itu dibahas dalam rapat internal bersama para menteri pada 18 Maret 2024 lalu.

Pengembangan 14 PSN baru itu akan dilakukan di sejumlah daerah, yakni Kepulauan Riau, Banten, dan Daerah Khusus Ibu Kota (DKI) Jakarta. Kemudian, Jawa Barat, Jawa Timur, Kalimantan Timur, Sulawesi Tengah, dan Sulawesi Tenggara. ● mar

### 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.  
**ARTISTIK:** M Rifki, James Donald, Indra Saputra.  
**SIRKULASI-PROMOSI:** Amir Mahmud, Nurbayin, Akhyar, Ferry S., Fatwa Yuda.  
**AGEN:** SOLO (ABC), BELITUNG ( Naskafa Tjen).  
**PANGKAL PINANG** (Yuliani, John Tanzil), **BALIKPAPAN** dan **SAMARINDA** ( Cv Gama Abadi, Alan/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./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  
Tel : 021-6265566  
Twitter: InternationalMedia @redaksi\_IM

## Enam Tips Mudik Aman untuk Penderita Darah Tinggi

**JAKARTA (IM)** - Melakukan perjalanan mudik tentu membutuhkan banyak persiapan. Salah satunya, bagi Anda yang memiliki riwayat penyakit hipertensi alias darah tinggi.

Pasalnya, perjalanan jauh yang membuat tubuh lelah akibat menghadapi kondisi jalanan yang macet, bisa membuat pemudik rentan stres .

Sementara, stres merupakan salah satu yang harus dihindari bagi penderita darah tinggi selama melakukan perjalanan mudik.

Lantas, bagaimana mengatasinya? Berikut ulasannya.

Tips mudik untuk penderita hipertensi

1. Kelola stres.  
Manajemen stres sangat penting bagi Anda saat melakukan perjalanan mu-

dik. Pasalnya, ada kalanya perjalanan yang tidak sesuai rencana akan berujung kepada emosi dan stres.

Saat stres, tubuh Anda akan melepaskan hormon stres adrenalin dan kortisol ke dalam darah yang mempersiapkan jantung berdetak lebih cepat dan menyempitkan pembuluh darah.

Istirahatlah segera dan bicarakan masalah dengan keluarga atau rekan mudik agar Anda tidak memendam stres sendirian dan membuat tekanan darah bertambah tinggi.

2. Jangan makan sembarangan.

Berbeda dengan saat berada di rumah, saat mudik Anda tidak bisa memasak sendiri makanan sehingga ada kemungkinan makanan yang Anda pesan memiliki kandungan garam atau lemak

yang kurang baik bagi penderita hipertensi.

Jika diperbolehkan, mintalah pada penjual makanan untuk memberikan garam dalam jumlah yang sedikit. Jika Anda ingin mengonsumsi makanan dengan kandungan tinggi garam, pastikan untuk membatasi jumlahnya.

Pastikan pula untuk mencatat apa saja makanan dan minuman yang dikonsumsi sehingga Anda bisa menentukan jumlahnya agar tidak berlebihan.

3. Tidur cukup.

Jangan sampai kurang tidur hanya gara-gara terlalu menikmati momen mudik yang menyenangkan.

Pakar kesehatan meminta penderita hipertensi untuk tidur tujuh hingga delapan jam setiap malam demi menjaga tekanan darah tetap normal.

Jika memang jam sudah

menunjukkan waktu cukup larut, segeralah pulang agar bisa mendapatkan waktu tidur yang cukup.

4. Hindiri kopi.

Banyak tempat makan atau kafe yang menarik untuk dikunjungi saat singgah di perjalanan mudik. Tidak masalah untuk mengunjunginya, namun penderita hipertensi sebaiknya tidak memesan kopi karena minuman ini bisa mempengaruhi kondisi tekanan darah dengan signifikan.

5. Minum obat.

Penderita hipertensi harus minum obat tepat waktu demi mengendalikan tekanan darahnya. Hal ini berarti, saat mudik, obat ini juga harus tetap dikonsumsi dengan teratur.

Jika memang berada di tengah-tengah perjalanan,

pastikan untuk membawa bekal dan minuman agar bisa tetap minum obatnya sesuai jadwal.

Jika perlu, pasang alarm peringatan minum obat atau minta teman atau anggota keluarga yang ikut berlibur untuk mengingatkan Anda mengonsumsi.

6. Cek tekanan darah.

Jika memang memiliki tensimeter atau alat pengukur tekanan darah sendiri, bawa lah bersama dengan barang bawaan lainnya saat liburan sehingga Anda bisa mengecek kondisi tekanan darah.

Jika tidak memiliki peralatan ini, pergilah ke puskesmas, apotek, atau klinik terdekat untuk mengeceknya secara rutin. ● tom

### SAMBUNGAN

BPJS, PPH-nya saja menyentuh Rp3,4 juta.

"Pajak THR tahun ini kayak diam-diam menghangatkan. Enggak ikhlas," kata Dila.

Direktur Penyuluhan Pelayanan dan Hubungan Masyarakat DJP, Dwi Astuti, menyebut terdapat metode penghitungan PPh pasal 21 pada bulan diterimanya tunjangan hari raya dengan skema tarif efektif rata-rata (TER).

#### Para Pekerja Kecewa Karena THR...

Di mana, PPH 21 dihitung dengan menjumlahkan gaji dan THR yang diterima pada bulan bersangkutan, kemudian dikali dengan tarif sesuai tabel TER. Hasilnya, potongan pada bulan diterimanya THR akan lebih besar dibandingkan pada bulan-bulan lainnya.

"Jumlah PPh Pasal 21 yang dipotong pada bulan diterimanya THR memang akan lebih besar dibandingkan pada bulan-bulan lainnya

karena jumlah penghasilan yang diterima lebih besar, sebab terdiri dari komponen gaji dan THR," ujar Dwi ditulis, Sabtu (30/3).

Adapun, THR yang diterima karyawan perusahaan termasuk objek PPh 21. Kebijakan ini diatur melalui Pasal 4 ayat 1 huruf a UU Nomor 36 Tahun 2008 tentang Pajak Penghasilan (PPh).

Lalu, pengenaan pajak THR diatur dalam Peraturan DRektur Jenderal Pajak No.

PER-16/PJ/2016 tentang Pedoman Teknis Tatacara Pemotongan, Penyetoran dan Pelaporan PPh Pasal 21 dan/atau PPh Pasal 26 Sehubungan dengan Pekerjaan, Jasa, dan Kegiatan Orang Pribadi.

Namun, terdapat perubahan skema penghitungan PPh 21 dengan TER yang diatur dalam Peraturan Pemerintah (PP) Nomor 58 Tahun 2023 dan Peraturan Menteri Keuangan Nomor 168 Tahun

### DARI HAL 1

2023. Belcid ini merupakan simplifikasi cara perhitungan PPh pasal 21 melalui Tarif Efektif Rata Rata.

Bila metode penghitungan sebelumnya pemberi kerja akan melakukan dua kali penghitungan dengan tarif Pasal 17 yaitu PPh 21 untuk gaji dan PPh 21 untuk THR, maka dalam aturan baru pemberi kerja cukup menghitung penghasilan bruto sebulan dikali TER bulanan. ● mar

#### Netanyahu Usai Pasang Alat.....

dur tersebut.

"Saya yakinkan Anda bahwa saya akan berhasil melewati pengobatan ini dan segera kembali beraksi," kata Netanyahu kepada wartawan di konferensi tersebut.

Adapun Menteri Kehakiman Yariv Levin akan menggantikan Netanyahu sementara selama operasi tersebut.

Netanyahu dipasang alat pacu jantung pada bulan Juli lalu, sementara Israel terjerat

dalam krisis domestik terburuk dalam beberapa dekade, dengan meluasnya protes terhadap rencana pembalikan peradilan pemerintah sayap kanan.

Protes tersebut berhenti pada 7 Oktober, ketika kelompok Islam Palestina Hamas melancarkan serangan mendadak ke Israel selatan, menewaskan 1.200 orang dan menyandera lebih dari 250 orang saat kembali ke Gaza.

Itu adalah hari paling mematikan di Israel dan serangan terburuk terhadap orang Yahudi sejak Holocaust. Israel kemudian melancarkan serangan udara, laut dan darat di Gaza, dengan tujuan mengakhiri kekuasaan Hamas di sana dan membongkar kemampuan militernya.

Lebih dari 32.000 warga Palestina tewas dalam perang tersebut dan Israel

menghadapi tekanan internasional yang semakin besar atas jumlah korban tewas dan krisis kemanusiaan yang parah di Gaza.

Netanyahu menjadi pemimpin Israel yang paling lama menjabat. Ia juga merupakan perdana menteri pertama yang didakwa melakukan korupsi. Persidangannya masih berlangsung dan dia menyangkal melakukan kesalahan. ● osm

#### 500 Juta Petani di Dunia Terancam...

dunia merupakan kelompok yang paling rentan terhadap perubahan iklim," ungkap Kepala BMKG, Dwikorita Karnawati dalam Konferensi Pers secara virtual, Senin (1/4).

Hal ini terjadi sejalan dengan laporan Organisasi Meteorologi Dunia terkait dengan air, di mana tahun 2022 dilaporkan bahwa pola debit sungai dan aliran yang masuk ke waduk sebagian besar lebih kering daripada kondisi normalnya.

"Dan juga terjadi ini, ini terukur ya, ini kalimat-kalimat ini berdasarkan hasil pengukuran, terjadi peningkatan evapotranspirasi dan penurunan kelembaban tanah selama musim panas yang disebabkan oleh kekeringan," ujar Dwikorita.

Selain itu, terjadi juga cuaca ekstrem di Asia dan Oceania. Kemudian, situasi hidrologis melanda di Afrika yang kontras. Dimana, khususnya Afrika bagian selatan mengalami kekeringan parah

yang mempengaruhi ketahanan pangan terhadap 21 juta orang.

"Wilayah seperti cekungan Niger dan wilayah pesisir Afrika Selatan mengalami debit air di atas rata-rata dan banjir besar," ujarnya.

"Jadi yang satu sisi kering tapi sisi yang lain banjir yang besar itu sangat kontras dan sebetulnya di Indonesia pun terjadi demikian, ada wilayah kita ini mengalami kekeringan tapi di Pulau yang lain mengalami banjir.

Jadi nampaknya ini memang sudah mulai terjadi secara merata di berbagai belahan dunia," katanya.

WMO juga melaporkan terjadinya global water hotspot akibat perubahan iklim yang memberikan tekanan pada sumber daya air sehingga menimbulkan water hotspot.

"Water hotspot itu bahasa mudahnya kekeringan. Jadi kita lihat lingkaran-lingkaran zona yang mengalami kekeringan, itu merata secara global

ya, hampir di seluruh belahan dunia," tuturnya.

"Dan dampak lanjutnya ini merupakan challenge kita semua seluruh dunia jadi perubahan iklim kekeringan tadi kelangkaan air dan juga apa ya terlalu banyaknya air jadi dua-duanya ekstrem itu ternyata setelah dianalisis diproyeksikan diproyeksikan di pertengahan Abad ke-21 itu di tahun 2050 kan terjadi meningkatnya kerentanan pada kawasan penyedia pangan," tandasnya. ● osm

#### Pertama Kalinya, Rusia Kerahkan...

dan kendaraan lapis baja ringan, sehingga menghasilkan efek ledakan yang menghancurkan.

Bom ODAB memiliki ukuran yang bervariasi, dengan ODAB-500 mencakup area tumbukan efektif hingga 300 meter persegi, sedangkan ODAB-1500 memiliki jangkauan hingga 500 meter persegi.

Rusia sebelumnya menggunakan bom ODAB yang lebih kecil, berkisar antara 170

hingga 500 kilogram. Röpcke menggambarkan penggunaan bom seberat 1,5 ton di pemukiman sipil sebagai titik terendah baru dalam perang Rusia melawan kota-kota Ukraina.

Pakar militer Ukraina Oleksandr Kovalenko mengatkan pengerahan proyektil ini. Dia mengatakan Rusia melakukan penggunaan terverifikasi pertama kali di Oblast Sumy.

"Rusia sepenuhnya memanfaatkan persenjataan bom

penerbangan dari era Soviet," terangnya di Channel 24 Ukraina.

"Mereka bisa memproduksi menggunakan metodologi lama," lanjutnya.

Di pusat ledakan bom ODAB, tekanan melonjak hingga 120 atmosfer, sehingga mustahil untuk bersembunyi.

Dia menjelaskan, bom-bom ini menimbulkan bahaya ekstrem, bahkan melebihi FAB konvensional. Yakni

bom yang dijatuhkan dari udara untuk keperluan umum rancangan Soviet.

Kovalenko memaparkan bom ODAB-1500 menggunakan etilen oksida atau propilena oksida sebagai bahan peledak. Ledakan senjata tersebut menghasilkan jangkauan kehancuran efektif hingga 300 meter persegi, memberikan tekanan antara 90 hingga 120 atmosfer, dengan daya ledak setara TNT mendekati 1 ton. Dengan

ODAB-1500, area yang terkena dampak meluas hingga 500 meter persegi.

"Jelas bahwa Angkatan Bersenjata Rusia tidak hanya menyelesaikan tantangan peledakan tepat waktu, dengan mempertimbangkan fungsi penundaan variabel untuk penerbangan yang diperpanjang, namun juga penerapan sistem penargetan yang lebih canggih untuk ODAB-1500 yang lebih besar," kata pakar tersebut. ● osm