



EDISI RABU 25 MARET 2026

H A R I A N

LENTERA

Inspirasi Perubahan

TODAY

02

GOVERNMENTTODAY
Jadwal Keberangkatan Haji 2026 Tetap Dimulai 22 April

04

NUSANTARA
Pria Viral Joget di Dapur MBG Ternyata Miliki 7 SPPG, BGN: Ini Bukan Bisnis!

10

LISTSTYLE
Rambut Tetap Sehat di Usia 40an

TIME LINE KASUS KORUPSI HAJI GUS YAQUT



8 Jan 2026:
KPK tetapkan Yaqut & stafnya sebagai tersangka.



Maret 2026:
Praperadilan ditolak Pengadilan Negeri Jakarta Selatan.



12 Mar 2026:
Ditahan KPK; audit Badan Pemeriksa Keuangan temukan kerugian Rp622 miliar.



13 Mar 2026:
Aset >Rp100 miliar disita.

ISTIMEWANYA YAQUT DI KPK

Lebaran di Rumah hingga Balik ke Rutan Tanpa Borgol

Dari ruang tahanan Komisi Pemberantasan Korupsi (KPK) ke rumah pribadi untuk berlebaran, lalu kembali lagi ke rutan. Perjalanan Yaqut Cholil Qoumas, tersangka dugaan korupsi kuota haji membuka perdebatan baru tentang standar penindakan komisi anti-rasuah. Benarkah 'wira-wiri' ala Gus Yaqut diperbolehkan? Atau memang sebegitu istimewaanya mantan Menteri Agama itu? Sedari awal, penanganan perkara yang menjerat Yaqut memunculkan rangkaian keputusan yang tak biasa dari KPK. Diketahui penetapannya sebagai tersangka dilakukan pada 9 Januari 2026. Menurut catatan, penyidikan kasus korupsi kuota tambahan kuota haji tahun 2023-2024 dimulai sejak Agustus 2025. Bahkan, meski berstatus tersangka sejak awal tahun, penahanan baru dilakukan dua bulan kemudian. Pada 12 Maret 2026, se usai menjalani pemeriksaan di Gedung Merah Putih KPK, Yaqut resmi dijebloskan ke Rutan cabang KPK untuk masa penahanan pertama 20 hari, terhitung 12-31 Maret 2026. Namun penahanan itu hanya berlangsung sepekan. Sebab, di 19 Maret 2026, KPK mengalihkan status Yaqut dari tahanan rutan menjadi tahanan rumah di kediamannya di kawasan Condet, Jakarta Timur. Pada saat itu, KPK menegaskan keputusan tersebut bukan karena alasan kesehatan, melainkan diskresi hukum yang dinilai masih sesuai ketentuan KUHAP. Di tengah sorotan dan polemik, status tahanan rumah itu akhirnya tidak berlangsung lama. Pada Selasa (24/3/2026), KPK kembali membawa Yaqut ke Gedung Merah Putih. Pada hari yang sama, Yaqut juga menjalani pemeriksaan kesehatan dan dinyatakan mengalami gangguan lambung gastroesophageal reflux disease (GERD). Kontroversi berlanjut, ketika tiba di gedung KPK, Yaqut tampak memakai rompi oranye, tetapi tanpa borgol di tangan. Pemandangan yang tak sering terlihat dalam pengawalan tersangka korupsi. **BACA HAL 11...**

14 Mar 2026:
Status diubah jadi tahanan rumah, memicu kritik soal perlakuan khusus.

17-18 Mar 2026:
Protes muncul dari publik, Masyarakat Anti Korupsi Indonesia (MAKI), dan DPR.

23 Mar 2026:
KPK cabut tahanan rumah, Yaqut kembali ke Rutan KPK.

24 Mar 2026:
Penyidikan berlanjut, fokus pada pembuktian kerugian negara.



Tersangka kasus dugaan korupsi kuota haji tambahan tahun 2023-2024, Yaqut Cholil Qoumas saat tiba di Gedung Merah Putih Komisi Pemberantasan Korupsi (KPK), Jakarta, Selasa (24/3/2026). (1st)

JADWAL KEBERANGKATAN HAJI 2026 TETAP DIMULAI 22 APRIL

Pemerintah memastikan jadwal keberangkatan ibadah haji 2026 tetap berjalan sesuai rencana meskipun situasi geopolitik di Timur Tengah sedang memanas. Sesuai pengumuman sebelumnya, kloter pertama jemaah haji Indonesia dijadwalkan terbang ke Tanah Suci (Madinah) pada 22 April 2026.

Menteri Haji dan Umrah Mochamad Irfan Yusuf mengatakan, hingga saat ini tidak ada perubahan terhadap jadwal keberangkatan jemaah haji Indonesia ke Tanah Suci.

“Sampai saat ini masih sesuai dengan jadwal. Mudah-mudahan hingga pemberangkatan pada 22 April nanti tidak ada perubahan,” ujar Irfan Yusuf usai menghadiri acara Balik Kerja Bareng Badan Pengelola Keuangan Haji (BPKH) 2026 di Surabaya, Jawa Timur, Selasa (24/3/2026).

Ia menjelaskan, sampai sekarang



belum ada gangguan terhadap persiapan maupun jadwal keberangkatan jemaah calon haji Indonesia.

Menurutnya, seluruh aspek layanan, mulai dari akomodasi hingga transportasi, telah dipersiapkan dengan baik.

Dari sisi pendanaan, kata dia, juga telah tersedia untuk mendukung seluruh kebutuhan penyelenggaraan haji tahun ini.

Irfan menambahkan, penerbangan

langsung menuju Arab Saudi juga masih tersedia dan tidak terdampak oleh dinamika geopolitik yang berkembang, termasuk ketegangan antara Amerika Serikat dan Iran.

“Kami melihat tidak ada penghentian penerbangan. Masih ada direct flight ke Arab Saudi. Mudah-mudahan tetap aman,” katanya.

Pemerintah Indonesia juga terus menjalin komunikasi dengan otoritas terkait di Arab Saudi untuk memantau perkembangan situasi.

JADWAL KEBERANGKATAN & PEMULANGAN

- **21 April 2026:**
Jemaah mulai masuk ke Asrama Haji.
- **22 April 2026:**
Keberangkatan kloter pertama (Gelombang I) menuju Madinah.
- **7 Mei 2026:**
Keberangkatan Gelombang II menuju Makkah.
- **21 Mei 2026:**
Batas akhir kedatangan penerbangan internasional jemaah haji di Arab Saudi.
- **1 Juni 2026:**
Awal pemulangan jemaahnya haji ke Indonesia.



PEMERINTAH Arab Saudi merilis aturan baru bagi jemaah umrah, khususnya terkait kepulangan dari Tanah Suci. Otoritas setempat menegaskan larangan keras bagi jemaah yang melebihi masa tinggal (overstay) dengan ancaman sanksi berat.

Kementerian Haji dan Umrah Arab Saudi menyatakan telah menerapkan prosedur baru yang lebih terstruktur untuk mempermudah proses kepulangan

Aturan Baru Bagi Jemaah Umrah: Dilarang Overstay

jemaah umrah. Kebijakan ini diambil untuk memastikan arus keberangkatan berjalan tertib, terutama di tengah tingginya jumlah jemaah.

Melansir Saudi Gazette, Selasa (24/3/2026), jemaah diimbau untuk berkoordinasi dengan penyelenggara perjalanan umrah guna memastikan jadwal kepulangan serta menyelesaikan proses check-out dengan pihak akomodasi. Selain itu, jemaah juga diminta mengatur transportasi menuju bandara tepat waktu dan tiba setidaknya empat jam sebelum jadwal keberangkatan.

Otoritas Arab Saudi menegaskan batas akhir kepulangan bagi pemegang visa umrah adalah 1 Dzulqad'ah 1447 Hijriah atau bertepatan dengan 18 April 2026. Setelah tanggal tersebut, seluruh jemaah wajib telah meninggalkan wilayah Arab Saudi.

Pemerintah memperingatkan,

pelanggaran terhadap aturan ini akan dikenai sanksi tegas, mulai dari denda, hukuman penjara, hingga deportasi.

Tak hanya itu, Kementerian Dalam Negeri Arab Saudi juga melarang warga maupun penduduk setempat untuk membantu jemaah yang overstay, termasuk memberikan tempat tinggal, pekerjaan, atau transportasi. Pelanggaran terhadap ketentuan ini juga akan berujung pada sanksi hukum berat.

Di sisi lain, penyedia layanan umrah turut diminta aktif melaporkan setiap kasus overstay. Jika lalai, mereka juga dapat dikenai sanksi berupa denda finansial.

Kebijakan ini menjadi bagian dari upaya Arab Saudi untuk meningkatkan ketertiban penyelenggaraan ibadah umrah sekaligus memperketat pengawasan terhadap pelanggaran visa. (wid,ist,cnbc,ist)

“Kami selalu berkomunikasi dengan tim Kementerian Haji Saudi, dan sampai hari ini mereka menyatakan tidak ada perubahan jadwal,” ucapnya.

Sementara itu, terkait kuota jemaah lanjut usia, pemerintah tetap mengacu pada ketentuan yang berlaku, yakni sebesar lima persen dari total kuota haji.

Selain itu, pemerintah memastikan penyelenggaraan ibadah umrah tetap berjalan dengan aman melalui pengawasan ketat terhadap kepastian kepulangan jemaah.

Pemerintah berharap situasi tetap kondusif sehingga seluruh rangkaian penyelenggaraan ibadah haji 2026 dapat berjalan lancar.

Jemaah haji Indonesia, khususnya dari wilayah Jawa Timur, Jawa Tengah, dan DIY yang tergabung dalam kelompok terbang (kloter) pertama, dijadwalkan mulai memasuki asrama haji pada Selasa, 21 April 2026.

Di Jawa Timur, para jemaah kloter pertama yang mayoritas berasal dari Kabupaten Probolinggo dan wilayah sekitarnya akan diterima di Asrama Haji Sukolilo, Surabaya. Sementara itu, bagi jemaah asal Jawa Tengah dan DIY, proses penerimaan dilakukan di Asrama Haji Donohudan, Boyolali, atau melalui embarkasi mandiri baru di Bandara Internasional Yogyakarta (YIA).

Sesuai prosedur, para jemaah akan menginap selama kurang lebih 24 jam untuk menjalani pemeriksaan kesehatan akhir, distribusi dokumen perjalanan, serta pembagian biaya hidup (living cost). Seluruh jemaah kloter pertama ini dijadwalkan terbang menuju Madinah pada Rabu, 22 April 2026.

Keberangkatan kloter pertama ini menandai dimulainya fase pemberangkatan nasional gelombang pertama. Berdasarkan kalender hijriah, puncak ibadah haji atau Wukuf di Arafah diprediksi jatuh pada tanggal 26 Mei 2026.

Pihak Kantor Wilayah Kementerian Agama mengimbau para calon jemaah untuk menjaga stamina dan kesehatan fisik sejak dini. Hal ini mengingat durasi perjalanan yang panjang serta kondisi cuaca di Tanah Suci yang perlu diantisipasi agar ibadah dapat berjalan dengan khusyuk.

Kesiapan juga disampaikan oleh Menteri Haji dan Umrah Mochamad Irfan Yusuf. “Persiapan haji alhamdulillah hampir 100 persen,” katanya dalam acara pemberangkatan arus balik di Masjid Al Akbar Surabaya, Selasa pagi.

Seluruh persiapan seperti hotel, katering, dan transportasi bagi jemaah sudah rampung diurus pemerintah. Dukungan pendanaan selama perjalanan kita tak mengalami kendala. Pada Rabu 11 Maret lalu, Irfan sempat menyampaikan tiga skenario pemberangkatan haji di tengah situasi konflik Timur Tengah. (wid,ist,kum/dya)

HEBOH SEKOLAH DARING MULAI APRIL, DPR TAK SETUJU

Pemerintah tengah menyusun strategi penghematan energi di sektor publik, salah satunya siswa belajar di rumah atau pembelajaran jarak jauh (PJJ). DPR RI hingga pemerhati pendidikan kompak mengungkapkan keberatannya. Sebab, berkaca dari pengalaman saat pandemi COVID-19, pembelajaran daring dinilai kurang efektif bagi murid.

Wacana penerapan belajar dari rumah bagi siswa mulai April 2026 menuai penolakan dari DPR. Wakil Ketua Komisi X DPR RI MY Esti Wijayanti menyatakan penolakan terhadap opsi pembelajaran daring sebagai bagian dari strategi penghematan konsumsi energi, khususnya bahan bakar minyak (BBM).

Menurutnya, pengalaman selama pandemi COVID-19 menunjukkan



(Ilustrasi) Pemerintah mewacanakan penerapan belajar dari rumah bagi siswa mulai April 2026. (dok.ist)

bahwa sistem belajar secara online kurang efektif bagi siswa.

“Ketika isu mengenai pembelajaran secara daring mulai muncul di banyak media, sesungguhnya itu adalah sesuatu yang perlu dipertimbangkan kembali secara mendalam,” ujar Esti dalam keterangan resminya dikutip Selasa (24/3/2026).

la menilai wacana tersebut muncul

di tengah tekanan pasokan energi global dan kenaikan harga minyak dunia akibat konflik geopolitik. Namun di sisi lain, pembelajaran daring juga meninggalkan berbagai persoalan bagi sistem pendidikan nasional.

Beberapa dampak yang muncul antara lain kesulitan siswa dalam menyerap materi, menurunnya disiplin belajar, hingga hambatan

dalam pembentukan karakter. Selain itu, keterbatasan teknologi juga masih menjadi kendala bagi sebagian siswa.

Esti mengusulkan agar pemerintah mencari alternatif penghematan energi yang lebih efektif. Salah satu opsi yang diajukan adalah menyediakan sistem antar-jemput bagi siswa SMP, SMA, dan SMK melalui kerja sama dengan angkutan umum, dengan titik penjemputan tertentu.

Sementara untuk siswa sekolah dasar yang umumnya bersekolah di dekat rumah melalui sistem zonasi, ia menilai penghematan energi dari pembelajaran daring tidak akan berdampak signifikan.

Esti juga mengingatkan bahwa Menteri Pendidikan Dasar dan Menengah Abdul Mu'ti sebelumnya menyebut tidak mudah mengejar ketertinggalan pembelajaran atau learning loss yang dialami siswa selama pandemi akibat sistem pembelajaran jarak jauh.

“Walaupun efektif dan menjadi solusi untuk mencegah penyebaran COVID-19, pembelajaran jarak jauh menyebabkan penurunan kualitas para pelajar,” katanya.

Penurunan kualitas tersebut tercermin dari hasil Programme for International Student Assessment (PISA) Indonesia yang menurun pada periode pandemi.

Pada 2022, skor PISA Indonesia tercatat 396 poin. Rinciannya, literasi membaca berada di angka 359 poin, matematika 366 poin, dan sains 383 poin.

Selain penurunan pemahaman materi, Esti juga menyoroti dampak lain dari pembelajaran daring, seperti berkurangnya kesempatan siswa untuk bersosialisasi.

Kondisi tersebut dinilai dapat meningkatkan stres pada anak, memicu kecanduan gawai, serta membuat siswa semakin bergantung pada pendampingan orang tua.

“Sistem daring sulit menerapkan pelajaran pada aspek afektif seperti kepribadian, sikap, dan karakter,” ujarnya.

Ia juga menyinggung potensi meningkatnya pernikahan anak akibat penerapan pembelajaran daring. Faktor penyebabnya antara lain lemahnya pengawasan dari orang tua maupun pendidik.

Data Kementerian PPN/Bappenas pada 2021 menunjukkan sekitar 400–500 anak perempuan usia 10–17 tahun berisiko menikah dini selama pandemi COVID-19. Pada 2020 bahkan tercatat lebih dari 64 ribu pengajuan dispensasi pernikahan anak di bawah umur.

Menurut Esti, sistem belajar jarak jauh membuat sebagian siswa merasa tidak memiliki kewajiban untuk belajar sehingga rasa tanggung jawab terhadap pendidikan menjadi berkurang. (gus,ist,kum/dya)

SKOR PISA INDONESIA (2015-2022)

PISA 2022

- Membaca: 359 (Turun signifikan dari 371 pada 2018)
- Matematika: 366 (Turun dari 379 pada 2018)
- Sains: 383 (Turun dari 396 pada 2018)

Catatan: Meskipun skor turun, peringkat Indonesia secara global justru naik 5–6 posisi karena penurunan skor di negara lain jauh lebih tajam.

PISA 2018

- Membaca: 371
- Matematika: 379
- Sains: 396

Catatan: Hasil tahun ini memicu kritik luas karena penurunan performa dibanding periode 2015, terutama di bidang membaca.

PISA 2015

- Membaca: 397
- Matematika: 386
- Sains: 403

Catatan: Periode ini mencatatkan skor tertinggi Indonesia dalam satu dekade terakhir untuk bidang membaca dan sains

Berpotensi Picu Technostress

Hal tersebut dikatakan langsung oleh Pemerhati kesehatan mental anak dan remaja, I Dewa Gede Sayang Adi Yadnya. Menurutnya kebijakan kondisi psikologis ASN dalam bekerja di tengah tuntutan digital.

“Kebijakan ini baru selesai setengah jalan jika hanya menjawab di mana ASN bekerja. Atau tanpa menjawab dalam kondisi psikologis seperti apa mereka bekerja,” ujar Dewa.

Dia menjelaskan technostress merupakan tekanan psikologis akibat ketidakmampuan individu menghadapi tuntutan teknologi digital. Menurut dia, ASN di Indonesia menghadapi tiga lapis kerentanan.

Pertama, struktur birokrasi berlapis membuat koordinasi sebelumnya dapat diselesaikan melalui rapat tatap muka kini bergeser ke komunikasi digital. Sehingga hal tersebut berdampak dapat meningkatkan beban kognitif.

Kedua, sifat akuntabilitas publik ASN yang berlangsung terus-menerus

berpotensi mengaburkan batas antara jam kerja dan waktu istirahat. Sehingga memunculkan budaya selalu terhubung (always-on).

Ketiga, perbedaan tingkat literasi digital di kalangan ASN, terutama bagi mereka yang berada di daerah dengan keterbatasan infrastruktur internet. Ini menjadi tantangan tersendiri dalam penerapan sistem kerja berbasis digital.

Selain ASN, Dewa menilai kondisi serupa juga terjadi dalam penerapan pembelajaran daring di sektor pendidikan. Ia menyebut ekosistem digital ini terus aktif, mulai dari notifikasi tugas, penggunaan berbagai platform belajar, hingga tuntutan respons cepat.

“Ini berpotensi menimbulkan kelelahan pada guru dan menurunkan konsentrasi siswa. Sekolah daring tanpa protokol kesehatan digital yang jelas bisa mengaburkan batas antara waktu belajar dan waktu istirahat,” katanya. (gus,ri,ist/dya)

KEBIJAKAN Work from Anywhere (WFA) bagi Aparatur Sipil Negara (ASN) yang mulai berlaku April 2026 dinilai berpotensi menimbulkan tekanan psikologis. Dan tekanan psikologis atau technostress harus diantisipasi sejak awal.

Pria Viral Joget di Dapur MBG

TERNYATA MILIKI 7 SPPG, BGN: INI BUKAN BISNIS!

Viral sebuah video di media sosial (medsos) memperlihatkan seorang pria berjoget di sebuah Satuan Pelayanan Pemenuhan Gizi (SPPG). Badan Gizi Nasional (BGN) mengungkapkan pria yang viral joget di dapur Makan Bergizi Gratis (MBG) ternyata memiliki sebanyak tujuh titik SPPG.

Wakil Kepala BGN Nanik Sudaryati Deyang mengingatkan kepemilikan SPPG bukan proyek bisnis.

"Jadi saya ingat katanya sih, dia dapat tujuh dapur ya, tujuh titik. Tapi yang running baru satu yang udah mulai. Yang lainnya belum, belum running (beroperasi)," kata Nanik kepada wartawan, Selasa (24/3/2026).

"Ini bukan bisnis ya. Ini adalah program pemerintah untuk mencerdaskan anak-anak. Bukan kemudian dilakukan seperti itu," tambahnya.

Nanik menegaskan pihaknya membekukan sementara (suspend) satu SPPG milik pria tersebut setelah diketahui tidak mematuhi petunjuk teknis (juknis). Sementara, keenam SPPG milik pria itu masih belum beroperasi dan akan diawasi ketat BGN selama proses pendirian hingga pelaksanaannya.

"Ini, ini, saya juga nggak tau dia, tapi yang running katanya baru satu. Nanti yang lainnya enam kita awasi," kata Nanik.

"(Alasan di-suspend) Salah layout. Jadi kan ada juknis tuh, layout-nya, misalnya dapur harus seperti ini. Maksudnya harus seperti, kan ada juknisnya. Nah itu salah layout-nya," jelas dia.

Nanik menyalahkan aksi pria tersebut berjoget di dalam dapur MBG tanpa APD hingga jadi perbincangan publik. Dia lantas mengingatkan seluruh pemilik SPPG agar tidak melakukan hal serupa.

"Saya juga nggak suka juga, dia bikin konten lagi di dalam dapur yang tidak pakai APD, itu kan juga salah. Iyalah untuk pembelajaran yang lain. Nggak usah mitra aneh-aneh," kata Nanik.

Diketahui, pria itu viral setelah berjoget di sebuah SPPG dan dinarasikan memamerkan pendapatannya sebesar Rp 6 juta per hari. Video itu pun ramai menuai reaksi publik.

Dilihat dalam video viral, pria tersebut berjoget diiringi musik di dalam sebuah ruangan. Di ruangan itu tampak logo BGN.

Sementara di video viral lainnya, terlihat pria itu berjoget di dalam dapur MBG. Terlihat ia tak mengenakan APD, sementara para SPPG tampak lengkap menggunakan APD yang sedang melakukan pemorsian MBG.



Lapor ke Polisi

Diketahui mitra Makan Bergizi Gratis (MBG) dari Batujajar, Bandung Barat itu bernama Hendrik Irawan tengah viral di media sosial.

Hendrik menjadi perbincangan warganet usai pengakuannya mendapat insentif Rp6 juta per hari sambil joget-joget di sebuah ruangan dengan tulisan dan logo Badan Gizi Nasional (BGN). Merasa dirugikan

dengan viralnya video tersebut, Hendrik lantas mengambil langkah hukum untuk membuat laporan ke Polres Cimahi, Jawa Barat.

Menurutnya, video tersebut diunggah tanpa izin darinya.

Melalui akun Instagram miliknya, Hendrik mengungkapkan ada 2 akun yang telah ia laporkan ke kepolisian.

"Saya sebagai warga biasa hanya ingin mencari keadilan bahwa saya

dirugikan, dan hari ini ada dua akun yang saya laporkan," ucap Hendrik dalam keterangan videonya.

"Satu, akun yang meng-up tanpa seizin saya, dan itu sudah masuk ke ranah hukum. Kedua, ada Instagram yang membabi buta, mencaci maki saya tanpa dasarnya ada bukti, itulah delik aduannya," terangnya. (wid,ist,tri/dya)

1.251 SPPG

Disanksi demi Tegakkan Standar MBG

Data Sanksi (Per 20 Maret 2026)

- **1.030 SPPG:**
Dihentikan sementara operasionalnya.
- **210 SPPG:**
Diberi Surat Peringatan 1 (SP-1).
- **11 SPPG:**
Diberi Surat Peringatan 2 (SP-2).

Catatan:
Jika SPPG yang disanksi tidak segera melakukan perbaikan, maka operasionalnya akan dihentikan sepenuhnya.

Sebaran Wilayah Pelanggaran

- Wilayah II (Jawa):
674 SPPG
- Wilayah I (Sumatera):
446 SPPG
- Wilayah III (Indonesia Tengah & Timur):
131 SPPG

Sumber:
Berbagai Sumber Diolah



MBG di Tengah Efisiensi, Prabowo: Saya Haqul Yakin



PRESIDEN Prabowo Subianto menegaskan Makan Bergizi Gratis (MBG) memastikan program Makan Bergizi Gratis (MBG) akan tetap berlanjut di tengah efisiensi pemerintah karena perang Timur Tengah. Prabowo yakin keputusannya itu sudah benar.

Prabowo sendiri akan melakukan efisiensi dari sektor lain, sehingga

program MBG tidak akan terganggu. Sebab, ia yakin M B G a k a n berdampak besar bagi masyarakat Indonesia.

"Jadi, jangan ke arah oke ada krisis nanti kita hentikan MBG. Iya kan? Masih banyak cara lain yang kita bisa hemat. Masih banyak. Saya haqul yakin saya berada di jalan yang benar.

Uang kita ada. Uang kita ada. Saya pertaruhkan kepemimpinan saya 2029 kita lihat," kata Prabowo dalam sesi diskusi bersama jurnalis dan pengamat yang dilakukan beberapa waktu lalu, dikutip Selasa (24/3/2026).

Salah satu alasan dia mau melanjutkan program ini adalah

karena masih banyak anak Indonesia yang stunting. Dia bercerita seringkali menemukan anak-anak usia belasan tahun tapi badannya seperti anak 4 tahun. Hal-hal semacam ini dia temukan saat kampanye ke desa-desa di pelosok Indonesia.

Daripada uang negara digunakan untuk hal lain, apalagi sampai dikorupsi, Prabowo lebih memilih agar anggaran negara digunakan untuk memberi makan kepada anak-anak yang stunting.

"Lebih baik rakyat saya bisa makan. Anda nggak lihat anak-anak yang stunting. Saya lihat, saya kampanye sekian kali saya di desa-desa. Saya lihat anak 'umurm berapa?' 11 tahun. Badannya anak 4 tahun," papar Prabowo. (wid,tmp,ist/dya)

ADA SKENARIO ONE WAY ARUS BALIK DIPERPANJANG

Polri membuka kemungkinan memperpanjang waktu penerapan one way, pada masa arus balik. Keputusan itu tergantung kondisi di lapangan; mulai dari analisa data dan kepadatan arus lalu lintas serta pemantauan dari udara.

Kakorlantas Polri, Irjen Pol Agus Suryonugroho, mengatakan bahwa dinamika di lapangan sangat menentukan kebijakan rekayasa lalu lintas. Jika kepadatan dari arah Jawa Timur dan Jawa Tengah menuju Jakarta masih tinggi hingga Rabu (25/3/2026), maka one way akan diteruskan.

"Besok pagi apabila traffic counting atau bangkitan arus yang dari arah Trans Jawa baik itu dari Semarang menuju ke Jakarta itu masih tinggi, kemungkinan untuk one way akan kita perpanjang. Jadi tanggal 24 termasuk tanggal 25," kata Agus di GT Banyumanik, Selasa (24/3/2026).

Agus menegaskan bahwa kebijakan ini bersifat sangat dinamis mengikuti perkembangan data digital.

"Sampai tanggal 25 hasil analisa dan pemantauan teknologi digital dari



Peningkatan volume kendaraan mulai terlihat di ruas Tol Trans Jawa, khususnya jalur Semarang-Solo, pada Selasa (24/3/2026), saat arus balik Idul Fitri 1447 Hijriah. (Ant)

udara itu masih tinggi, kami akan kita buka one way nasional arus balik yang ketiga. Jadi ini sangat dinamis," tambahnya.

One way nasional saat ini sudah diberlakukan, mulai dari KM 414-KM 70. Lalu, Korlantas Polri

memperpanjang jalur one way hingga KM 459 ruas Salatiga, untuk mengurangi kepadatan volume kendaraan.

Volume Tol Regional Naik 2,6%
Jasamarga Nusantara Tollroad

Regional Division (JNT/Regional Nusantara) mencatat volume lalu lintas di ruas tol Regional Nusantara mencapai 2.434.818 kendaraan. Angka ini meningkat sebesar 2,66% jika dibandingkan kondisi normal sebanyak 2.371.837 kendaraan.

"Jumlah volume kendaraan di ruas Tol Regional Nusantara naik sejak H-10 hingga H+2 Hari Raya Idulfitri 1447 H/2026 atau 11-23 Maret 2026," kata Direktur Utama PT Jasa Marga (Persero) Tbk, Rivan A. Purwanto, Selasa (24/3/2026).

Rivan merinci, di ruas Tol Medan-Kualanamu-Tebing Tinggi tercatat sebanyak 233.024 kendaraan melintas. Angka tersebut meningkat 17,82% dibanding total volume lalin normal yaitu 197.776 kendaraan.

Berdasarkan data operasi, 70.683 kendaraan tercatat masuk dari GT Kualanamu yang berasal dari arah Bandar Udara Internasional Kualanamu. Angka tersebut lebih tinggi 14,71% dibanding total volume lalin normal yang melintas di GT Kualanamu yaitu 61.618 kendaraan.

Sementara, 74.879 kendaraan terdata menuju Bandar Udara Internasional Kualanamu melalui GT Kualanamu, meningkat 13,57% dibanding total volume lalin normal yaitu 65.931 kendaraan.

Kemudian, di ruas Tol Balikpapan-Samarinda tercatat volume lalin sebesar 187.075 kendaraan atau meningkat 35,62% dari volume lalin normal yakni 137.936 kendaraan.

Ruas Tol Manado-Bitung tercatat volume lalin sejumlah 89.813 kendaraan atau meningkat 4,68% dibanding volume lalin normal, yaitu 85.796 kendaraan.

Sedangkan di ruas Tol Solo-Yogyakarta NYIA Kulon Progo Segmen Kartasura-Prambanan tercatat total volume lalin sebesar 342.363 kendaraan atau meningkat 92,42% dari total volume lalin normal yakni 177.927 kendaraan.

Tercatat sebanyak 171.618 kendaraan terdata menuju Yogyakarta melalui GT Prambanan, meningkat 88,26% dibanding total volume lalin normal yaitu 91.162 kendaraan.

"Sebelum memasuki jalan tol, pastikan kendaraan maupun pengendara dalam keadaan prima, memastikan kecukupan BBM dan saldo uang elektronik serta mematuhi rambu-rambu serta arahan petugas di lapangan," pungkas Rivan.(wid,rls,blo/dya)

Kecelakaan Elf Satu Keluarga di Majalengka, 6 Tewas

Kecelakaan maut terjadi di Jalan Raya Panjalu - Cikijing, tepatnya di Blok Manggis Tonggoh RT 004 RW 001, Desa Maniis, Kecamatan Cingambul, Kabupaten Majalengka, Jawa Barat, pada Senin (23/3/2026). (dok.ist)



MOBIL Elf yang ditumpangi satu keluarga dari Karawang kecelakaan di Jalan Raya Panjalu-Cikijing, Cigumbul, Majalengka, Senin (23/3/2026) malam. Enam orang tewas dalam insiden tersebut.

Kasat Lantas AKP Pandu Surya Renata mengungkap penyebab kecelakaan itu.

"Kondisi jalan saat itu licin. Pengemudi diduga dalam kondisi mengantuk dan kelelahan, sehingga kendaraan oleng ke sebelah kanan dan masuk ke dalam parit," jelas Pandu dalam keterangannya, Selasa (24/3/2026).

Kecelakaan bermula saat kendaraan melaju dari arah Panjalu menuju Cikijing. Saat melintasi lokasi kejadian di Blok Maniis Tonggoh yang memiliki kontur jalan menurun dan

tikungan tajam, kendaraan diduga hilang kendali.

"Mobil tersebut kemudian terguling dengan posisi akhir roda berada di atas," ujarnya.

Polisi membenarkan enam orang tewas dalam insiden tersebut. Salah satunya sopir mobil tersebut.

Berdasarkan data medis, tiga korban dinyatakan meninggal dunia di RSUD Majalengka, sementara tiga lainnya merupakan pasien rujukan dari RSUD Talaga yang tercatat meninggal di RSUD Cideres.

Berdasarkan data yang diterima, identitas korban meninggal di RSUD Majalengka, yakni: Hasyim Adnan (47), warga Kutawaluya, Karawang, AL (5) dan NA (1,5), warga Rengasdengklok, Karawang.

Sementara itu, tiga korban meninggal dunia lainnya yang terdata di RSUD Cideres adalah Mala (35), Karwati (65), dan Desi (42). Ketiganya merupakan warga Kabupaten Karawang yang mengalami luka berat.

Salah satu korban selamat, Ratna Wulan, menceritakan detik-detik sebelum kecelakaan ini terjadi. Ratna menjelaskan bahwa perjalanan rombongannya dimulai sejak Minggu (22/3) pagi untuk agenda ziarah ke Ciamis dan wisata ke Pangandaran.

Ia mengatakan penumpang Elf sebetulnya telah menyarankan sopir agar beristirahat terlebih dahulu.

"Tadinya disuruh istirahat dulu karena [sopir] belum sempat istirahat. Tapi sopirnya mau langsung pulang karena mobilnya sudah ada yang nyarter lagi," kata Ratna saat ditemui di RSUD Cideres.

Kata Ratna, kondisi jalan saat itu baru saja diguyur hujan sehingga diduga menjadi licin. Menurut dia, saat itu saat sebagian besar penumpang terlelap karena kelelahan.

"Nenek sempat teriak bilang hati-hati, jangan bawa mobil kencang-kencang. Abah juga bilang pelan saja jangan ngebut," ujarnya.

Kemudian pada pukul 23.05 WIB, kecelakaan itu pun terjadi. Ratna mengaku tak mengingat detail saat terjadinya kecelakaan sebab ia langsung kehilangan kesadaran usai terbentur.(wid,ist,kum/dya)

PEMKAB MALANG VERIFIKASI 13 RIBU TITIK PENERANGAN JALAN UMUM

MALANG - Pemerintah Kabupaten (Pemkab) Malang melakukan verifikasi 13.176 titik Penerangan Jalan Umum (PJU). Kegiatan ini dilakukan untuk penataan administrasi serta peningkatan aspek teknis PJU di seluruh wilayah Kabupaten Malang.

"Proses verifikasi ini penting untuk memastikan kesesuaian data administrasi dan teknis. Terutama terkait tagihan daya listrik PJU kepada PLN, sehingga tidak ada kesalahan yang berdampak pada biaya operasional," ujar Kepala Dinas Pekerjaan Umum Bina Marga (DPUBM) Kabupaten Malang, Khairul Isnaldi Kusuma, Selasa (24/3/2026).

Menurut pria yang akrab dengan sapaan Oong tersebut, kegiatan verifikasi juga bertujuan menertibkan PJU yang tidak sesuai dengan peraturan perundang-undangan. Sekaligus menjadi langkah strategis untuk mengendalikan pengeluaran biaya listrik.

"Kami akan terus bekerja sesuai kewenangan dan regulasi yang berlaku untuk memastikan layanan PJU tetap terjaga, karena penerangan jalan

merupakan kebutuhan penting bagi keselamatan dan kenyamanan warga," kata Oong.

Lebih lanjut, Oong menyebut melalui verifikasi data, penataan administrasi, dan peningkatan aspek teknis, layanan PJU di Kabupaten Malang dapat berjalan lebih tertib, efisien, dan bermanfaat bagi masyarakat.

"Penyesuaian data dan daya terpasang dilakukan bertahap melalui koordinasi dengan penyedia listrik. Ini bagian dari komitmen kami untuk menjaga transparansi sekaligus meningkatkan kualitas pelayanan publik," imbuhnya.

Selain penataan administrasi, Pemkab Malang juga menjalankan program konversi lampu PJU menjadi lampu LED hemat energi. Program ini diharapkan mampu meningkatkan kualitas pencahayaan jalan sekaligus menekan konsumsi listrik dalam jangka panjang.

Sebagai informasi, pada tahun 2025 DPUBM Kabupaten Malang telah menganggarkan Rp12 miliar untuk pembangunan 857 titik PJU baru.

Anggaran tersebut juga mencakup kegiatan pemeliharaan PJU yang sudah terpasang di seluruh wilayah Kabupaten Malang.

Penentuan lokasi prioritas pemasangan PJU mengacu pada hasil musyawarah rencana pembangunan (musrenbang) di tingkat desa dan kecamatan. Usulan masyarakat menjadi dasar utama dalam menentukan titik-titik penerangan yang dianggap paling mendesak.

"Sebagian besar usulan yang kami terima berasal dari wilayah rawan kecelakaan lalu lintas atau tindak kriminal. Selain itu, PJU juga diprioritaskan di sekitar fasilitas pendidikan, fasilitas kesehatan, jalur



Ilustrasi: Pemeliharaan rutin penerangan jalan umum (PJU) di Kabupaten Malang. (dok:ist/Dinas PU Bina Marga Kab. Malang)

wisata, dan pusat kegiatan masyarakat," jelas Oong.

Diharapkannya, pemasangan di lokasi-lokasi tersebut dapat membantu mobilitas warga dan mendukung aktivitas ekonomi lokal, terutama pada malam hari. (Santi/Dya)

KISRUH PEDAGANG PASAR BESAR MALANG BELUM USAI, PUSAT DISEBUT SIAP TURUN TANGAN



Bangunan bagian depan Pasar Besar Malang, Kelurahan Sukoharjo, Kecamatan Klojen, Kota Malang. (Santi/Lentera)

MALANG - Pemerintah pusat diklaim siap turun tangan untuk mengatasi pro-kontra di kalangan pedagang Pasar Besar Malang (PBM).

"Secepat mungkin kami akan mengirim surat resmi kepada Kemenkeu. Setelah itu tim dari Kemenkeu juga akan turun langsung, mempelajari kondisi, mengkaji, dan

melihat apa yang harus dilakukan. Termasuk menyelesaikan permasalahan di pedagang," ujar Wali Kota Malang, Wahyu Hidayat, Selasa (24/3/2026).

Diketahui, pada awal Maret 2026 lalu Wahyu bersama jajaran Komisi B dan Ketua DPRD Kota Malang telah melakukan pertemuan dengan Kementerian Keuangan di Jakarta. Dalam pertemuan tersebut, Wahyu menyebut penanganan Pasar Besar

Malang dimungkinkan untuk menggunakan skema Kerja sama Pemerintah dengan Badan Usaha (KPBU).

Dijelaskannya, skema KPBU ini menjadi alternatif baru. Setelah sebelumnya pemerintah daerah telah mencoba mengusulkan bantuan dari APBN sejak tahun 2023. Namun karena

sebagian kelompok pedagang masih menolak rencana revitalisasi, dana APBN akhirnya tertunda.

"Pemerintah pusat menekankan bantuan bisa cair asal di bawah ini harus clear and clean," ungkap Wahyu.

Melihat kondisi pasar yang memprihatinkan, Pemkot Malang terus mencari cara untuk mempercepat penanganan.

Skema KPBU kini menjadi opsi utama, di mana pihak ketiga akan bekerja sama dengan pemerintah, serta lembaga penjamin dari Kementerian Keuangan untuk memastikan pembangunan pasar berjalan sesuai harapan.

Sebagai informasi, permasalahan utama yang menghambat revitalisasi PBM adalah adanya perbedaan sikap antar kelompok pedagang.

Himpunan Pedagang Pasar Besar Malang (Hippama) menolak pembongkaran total dan hanya menyetujui renovasi melalui skema KPBU. Sikap ini mereka sampaikan melalui akun media sosial resmi pada pertengahan Maret 2026.

Sementara itu, Paguyuban Pedagang Pasar Besar Malang (P3BM) sejak awal menyatakan dukungan terhadap rencana revitalisasi, mengingat kondisi struktur bangunan pasar yang dinilai tidak layak berdasarkan hasil survei dari Universitas Brawijaya (UB).

Skema KPBU sendiri diharapkan mampu menjadi jalan keluar finansial dan operasional. Melalui skema ini, pihak ketiga akan menanggung sebagian investasi, sementara pemerintah memberikan jaminan dan pendampingan dari Kemenkeu.

Di sisi lain, Kepala Dinas Koperasi, Perindustrian, dan Perdagangan (Diskopindag) Kota Malang, Eko Sri Yuliadi, menjelaskan pihaknya telah mempersiapkan sejumlah dokumen penting untuk mendukung percepatan penanganan PBM melalui skema KPBU.

Dokumen tersebut meliputi Detail Engineering Design (DED), Analisis Mengenai Dampak Lingkungan Hidup (Amdal), dan Analisis Dampak Lalu Lintas (Andalalin), yang rencananya akan segera diserahkan kepada pemerintah pusat. (Santi/Dya)

Rentetan serangan rudal yang dilancarkan Iran kembali menghantam wilayah ibu kota Israel, Tel Aviv, pada Selasa (24/3/2026) (REUTERS)

IRAN: PERANG BERLANJUT SAMPAI SEMUA SANKSI DICABUT

Konflik antara Amerika Serikat (AS), Israel, dan Iran yang memasuki hari ke-25 terus menunjukkan eskalasi sekaligus dinamika baru, mulai dari sinyal pelonggaran militer hingga tekanan ekonomi perang. Namun di sisi lain, Iran menyebut Teheran tengah menyiapkan rencana aksi lanjutan, termasuk potensi serangan yang menargetkan Tel Aviv dan sekutu AS di kawasan.

Penasihat senior militer untuk Pemimpin Tertinggi Iran Mojtaba Khamenei, Mohsen Rezaei mengatakan perang dengan AS dan Israel akan terus berlanjut hingga Iran menerima kompensasi penuh atas kerusakan yang dialaminya selama

perang berlangsung.

Hal ini ia ungkapkan langsung dalam pidato yang disiarkan di televisi Set Pad pada Senin (23/3/2026). Dia mengatakan dan berjanji bahwa Iran akan terus melakukan perlawanan hingga semua sanksi ekonomi dicabut,

dan jaminan internasional yang mengikat secara hukum diperoleh untuk mencegah campur tangan AS di Iran.

"Kami melihat bahwa angkatan bersenjata kami menjalankan operasi dan kegiatan dengan kuat. Proyek

kepemimpinan kami, dengan pemilihan pemimpin baru, telah secara tegas berada di bawah kendalinya," kata Rezaei, dikutip Selasa (24/3/2026).

Dia pun mengklaim "perang sebenarnya telah berakhir" lebih dari sepekan lalu dan bahwa "Amerika Serikat siap untuk menghentikan dan mengupayakan gencatan senjata."

Namun, lanjut laporan itu, Perdana Menteri Israel Benjamin Netanyahu justru berkukuh dan mendorong untuk melanjutkan peperangan yang berlangsung sejak awal Maret.

Rezaei mengklaim bahwa setelah Hari ke-15, "AS dengan jelas memahami bahwa tidak ada jalan menuju kemenangan dalam perang ini," kata dia.

Di sisi lain, dalam unggahan di X pada hari Senin, Ketua Parlemen Mohammad Bagher Ghalibaf mengatakan sebelumnya bahwa rakyat Iran menuntut "hukuman yang menyeluruh dan disertai penyesalan" terhadap para "agresor."

Terbaru, Iran mengklaim telah menembak jatuh dan menghancurkan sebuah drone bersenjata di atas langit Teheran.

Laporan Anadolu Agency menyebut bahwa drone Hermes ditembak jatuh di langit Teheran oleh sistem pertahanan baru canggih milik Korps Garda Revolusi Islam Iran (IRGC). Organisasi tersebut merilis kabar soal jatuhnya drone bersenjata dalam sebuah pernyataan yang disiarkan oleh kantor berita negara IRNA, pada Selasa (24/3/2026).

Tidak ada detail lebih lanjut tentang korban jiwa yang diberikan.

AS dan Israel telah melakukan serangan udara terhadap Iran sejak 28 Februari. Serangan tersebut telah menewaskan lebih dari 1.340 orang hingga saat ini, termasuk Pemimpin Tertinggi Iran saat itu, Ali Khamenei.

Teheran telah membalas dengan serangan drone dan rudal yang menargetkan Israel, bersama dengan Yordania, Irak, dan negara-negara Teluk yang menampung aset militer AS, menyebabkan korban jiwa dan kerusakan infrastruktur serta mengganggu pasar global dan penerbangan.

Gelombang rudal ke Israel pada Selasa (24/3/2026), di tengah klaim Presiden Amerika Serikat (AS), Donald Trump soal adanya pembicaraan "sangat baik" untuk mengakhiri perang. Pernyataan tersebut langsung dibantah Teheran yang menegaskan tidak ada negosiasi yang sedang berlangsung.

Serangan rudal terbaru dilaporkan menghantam wilayah utara Israel, menyebabkan kerusakan bangunan namun tanpa korban jiwa. Di saat bersamaan, ketegangan regional meningkat setelah Israel juga melancarkan serangan udara ke selatan Beirut, Lebanon. (gus,cnn,ana,ist/dya)

Mohammad Bagher Ghalibaf Diincar Trump Pimpin Iran



Mohammad Bagher Ghalibaf

NAMA Mohammad Bagher Ghalibaf mencuat di tengah eskalasi konflik antara Iran dan Amerika Serikat setelah muncul laporan bahwa ia menjadi tokoh kunci dalam komunikasi tidak langsung dengan Washington.

Sebelumnya, Presiden AS Donald Trump menyebut pihaknya tengah berkomunikasi dengan "tokoh paling dihormati" di Iran, meski tidak menyebutkan nama secara spesifik.

Sejumlah media kemudian mengaitkan sosok tersebut dengan Ghalibaf, yang saat ini menjabat sebagai

Ketua Parlemen Iran dan memiliki latar belakang militer kuat.

Laporan Politico bahkan menyebut adanya pertimbangan dari Gedung Putih untuk menjadikan Ghalibaf sebagai Pemimpin Tertinggi Iran yang baru.

Dalam beberapa hari terakhir, Trump mengklaim bahwa AS dan Iran telah melakukan diskusi yang "sangat baik dan produktif".

Ia mengatakan pembicaraan tersebut berlangsung mendalam dan konstruktif hingga mendorong penundaan sementara rencana serangan militer AS terhadap infrastruktur energi dan kelistrikan Iran.

"Kami berurusan dengan seorang pria yang saya yakini paling dihormati," kata Trump.

Meski tidak menyebut nama, sejumlah laporan media menyebut Ghalibaf sebagai figur yang dimaksud

dan bahkan disebut memimpin komunikasi dengan AS.

Namun, Ghalibaf membantah klaim tersebut dan menyebutnya sebagai berita palsu.

"Tidak ada negosiasi dengan Amerika Serikat, dan berita palsu digunakan untuk memanipulasi pasar keuangan dan minyak serta untuk keluar dari kebuntuan yang dihadapi AS dan Israel," ujarnya.

Di Washington, sejumlah pejabat pemerintahan disebut tengah mempertimbangkan berbagai figur internal Iran untuk dijadikan mitra dalam negosiasi, bahkan kemungkinan pemimpin di masa depan.

Ghalibaf termasuk dalam daftar tersebut, menurut laporan Politico, Senin (23/3/2026).

Seorang pejabat menyebutnya sebagai "opsi terbaik", meski menegaskan bahwa belum ada keputusan final.

"Dia salah satu yang terbaik, tapi kami harus mengujinya, dan kami tidak bisa terburu-buru," kata seorang pejabat. Pendekatan memilih "orang dalam" ini disebut terinspirasi dari praktik yang dilakukan di Venezuela, ketika Delcy Rodríguez sempat disebut sebagai pemimpin sementara setelah Nicolás Maduro ditangkap oleh AS. (wid,ist,kcm/dya)

Manfaat Rutin Minum Air Lemon, Bantu Diet dan Cegah Batu Ginjal

Lemon dikenal sebagai buah yang kaya akan vitamin C dan sering dimanfaatkan untuk memberikan rasa segar pada berbagai makanan maupun minuman. Manfaat air perasan lemon tidak hanya sebatas menambah cita rasa, karena minuman ini juga memiliki beragam manfaat bagi kesehatan tubuh.

3 Cara Mengolah Jeruk Lemon untuk Konsumsi Setiap Hari

Air Jeruk Lemon dengan Mint dan Kayu Manis

Untuk membuat air lemon ini, peras setengah lemon ke dalam 200 gram air hangat atau dingin sesuai selera. Setelah itu, tambahkan beberapa daun mint serta beberapa batang kayu manis. Bisa juga ditambahkan beberapa jenis jeruk lainnya, seperti jeruk atau jeruk nipis.

Air Jeruk Lemon Madu

Minuman ini juga termasuk salah satu favorit yang dibuat untuk mengonsumsi air lemon harian. Untuk membuat minuman ini, disarankan menggunakan air hangat. Dengan begitu, pembakaran kalori lebih baik dan membuat aktivitas lebih bersemangat untuk dilakukan.

Cara membuatnya adalah dengan memeras lemon ke dalam cangkir, lalu tambahkan madu. Campurkan dengan air panas dan aduk merata. Minum sedikit untuk merasakan campurannya, jika dirasa ada yang kurang, coba tambahkan sesuai selera.

Air Jeruk Lemon dengan Kombinasi Buah Lain

Minuman ini umumnya dibuat menjadi infused water. Siapkan air dalam botol minum besar dan diisi hanya setengah hingga 3/4 saja. Lalu, potong kecil-kecil jeruk lemon yang disiapkan dan celupkan.

Lalu, potong juga buah yang diinginkan, seperti stroberi, melon, dan lainnya, masukkan ke air tersebut. Tutup botol minum tersebut dan masukkan ke dalam kulkas semalaman. Rasa nikmat dapat dirasakan keesokan paginya saat diminum. (*)

Air lemon dipercaya dapat membantu menurunkan berat badan, menjaga tubuh tetap terhidrasi, hingga mendukung kesehatan jantung jika dikonsumsi secara rutin.

Selain itu, kandungan antioksidan dan asam sitrat di dalam lemon juga memberikan manfaat bagi kesehatan kulit, rambut, serta membantu menjaga kondisi tubuh secara keseluruhan. Air lemon semakin populer sebagai minuman sehat yang banyak dikonsumsi masyarakat untuk menjaga kebugaran tubuh.

Minuman yang dibuat dari campuran air dan perasan lemon ini dipercaya memiliki berbagai manfaat kesehatan, mulai dari membantu menurunkan berat badan hingga menjaga kesehatan jantung. Kandungan vitamin C, antioksidan, serta berbagai nutrisi penting di dalam lemon membuat minuman ini sering dijadikan bagian dari pola hidup sehat. Selain mudah dibuat, air lemon juga dapat dikonsumsi setiap hari, baik dalam keadaan hangat maupun dingin. Berikut sejumlah manfaat rutin minum air lemon yang penting diketahui.

Membantu menurunkan berat badan

Air perasan lemon diyakini dapat membantu meningkatkan metabolisme tubuh sehingga dapat mendukung proses penurunan berat badan. Jika dikonsumsi secara rutin, minuman ini juga dapat membantu mengurangi asupan kalori karena bisa menjadi pilihan yang lebih sehat dibandingkan minuman manis.

Kandungan vitamin C dan antioksidan yang terdapat dalam lemon membuat minuman ini lebih baik dikonsumsi dibandingkan jus kemasan atau minuman olahraga yang umumnya memiliki kadar gula tinggi.

Mencegah dehidrasi

Dehidrasi ringan dapat memicu berbagai gangguan, mulai dari tekanan darah hingga peningkatan suhu tubuh. Mengonsumsi air lemon secara rutin membantu tubuh tetap terhidrasi dan menurunkan risiko dehidrasi yang lebih serius.

Membantu mencegah batu ginjal

Lemon mengandung asam sitrat yang berfungsi mengikat kalsium sehingga dapat membantu mencegah terbentuknya batu ginjal. Menurut Harvard Health Publishing, konsumsi

sekitar setengah cangkir jus lemon yang telah dicampur dengan air secara rutin dapat membantu menurunkan risiko terjadinya batu ginjal.

Mengurangi kerusakan akibat radikal bebas

Sebagai salah satu jenis buah jeruk, lemon kaya akan antioksidan yang berperan dalam melawan radikal bebas di dalam tubuh. Senyawa ini penting untuk melindungi sel-sel tubuh dari kerusakan yang berpotensi memicu berbagai penyakit, termasuk kanker.

Meningkatkan pencernaan

Kandungan asam sitrat dalam jus lemon dapat membantu merangsang produksi asam lambung yang diperlukan untuk proses pencernaan makanan. Dengan meningkatnya produksi asam lambung, sistem pencernaan dapat bekerja lebih efektif sehingga berbagai keluhan pencernaan dapat berkurang.

Mencegah anemia

Gejala seperti kelelahan yang berkepanjangan dan sesak napas sering dikaitkan dengan kondisi anemia. Vitamin C yang terdapat

dalam jus lemon berperan membantu tubuh menyerap zat besi dengan lebih baik. Beberapa penelitian juga menunjukkan bahwa konsumsi jus lemon secara teratur dapat membantu menurunkan risiko anemia.

Menjaga kesehatan jantung

Lemon mengandung serat yang bermanfaat untuk membantu mengontrol kadar kolesterol serta menjaga kelancaran aliran darah dalam tubuh. Buah ini juga dikenal memiliki kandungan antioksidan yang baik untuk kesehatan jantung. Sebuah penelitian yang dipublikasikan dalam *Annals of Internal Medicine* menyebutkan bahwa kandungan vitamin C dalam jus lemon berkontribusi dalam menurunkan risiko penyakit jantung dan stroke. (Nabilla - UINSA, Berkontribusi dalam tulisan ini)



Roket Bermasalah, NASA Menunda Peluncuran Astronaut ke Bulan

NASA terpaksa menunda peluncuran Artemis II yang akan membawa astronaut ke Bulan. Upaya peluncuran pada bulan Maret terpaksa dibatalkan karena masalah teknis yang melibatkan sistem helium roket SLS.

Pihak NASA mengatakan adanya permasalahan sata mengisi ulang tekanan tangki helium ke mesin upper stage roket Space Launch System (SLS) setelah adanya gladi resik.

Roket SLS terpaksa dipindahkan dari landasan peluncuran ke hangar Vehicle Assembly Building (VAB) agar para teknisi NASA dapat mengetahui masalah dan segera mmeperbaikinya. Pemindahan dilakukan pada bulan Februari.

Dalam postingannya, administrator NASA Jared Isaacman mengonfirmasi jendela peluncuran bulan maret harus dilewatkan. Namun dalam postingannya, NASA mengatakan upaya pertahanan jendela peluncuran pada bulan April, tergantung pada data hasil penyelidikan dan upaya perbaikan.

Pada tanggal 19 Februari, NASA kembali menyelesaikan uji coba kedua, memuat lebih dari 750.000 galon oksigen cair dan hydrogen tanpa kebocoran. Sebelumnya, para administrator menyatakan bahwa akan melakukan peluncuran pada tanggal 6 Maret.

Mulanya masalah terjadi pada 21 Februari saat mereka menemukan gangguan aliran helium ke tahap propulsi kriogenik sementara pada roket SLS. Helium digunakan untuk memberi tekanan pada tengki bahan bakar dan mendinginkan sistem roket, sehingga gaungguan ini dinyatakan sebagai masalah serius bagi NASA.

"Sistem tersebut berfungsi selama gladi resik Artemis II, tetapi tim tidak dapat mengalirkan helium dengan benar saat operasi normal dan konfigurasi ulang setelah gladi resik yang berakhir pada 19 Februari," tulis NASA dalam pengumumannya, seperti dikutip dari Engadget, Senin (23/2/2026).

Awak Artemis II terdiri dari astronaut NASA Reid Wiseman, Victor Glover, Christina Koch, serta astronaut

Kanada Jeremy Hansen, yang sebelumnya telah menjalani masa karantina sehari sebelum masalah ini ditemukan. Prosedur karantina ini dilakukan sebagai langkah pencegahan untuk memastikan kondisi kesehatan para awak tetap optimal menjelang misi penting tersebut.

Artemis II sendiri menjadi penanda penting kembalinya manusia ke Bulan setelah lebih dari 50 tahun sejak misi terakhir pada era Apollo. Misi ini tidak hanya memiliki nilai historis, tetapi juga menjadi langkah awal dalam upaya eksplorasi luar angkasa yang lebih lanjut di masa depan.

Namun dalam misi ini, para astronaut direncanakan akan melakukan perjalanan mengelilingi Bulan selama kurang lebih 10 hari, sebelum akhirnya kembali lagi ke Bumi dengan selamat. Meskipun tidak melakukan pendaratan, misi ini tetap menjadi tahap krusial untuk menguji berbagai

sistem dan kesiapan manusia dalam perjalanan jarak jauh di luar angkasa. Dalam program Apollo milik NASA, tercatat sebanyak 24 astronaut pernah terbang ke Bulan antara tahun 1968 hingga 1972.

Jika misi Artemis II ini berjalan dengan sukses sesuai rencana, NASA berharap dapat melanjutkan tahap berikutnya dengan mengirimkan astronaut untuk mendarat langsung di permukaan Bulan melalui misi Artemis III.

Target pendaratan tersebut saat ini direncanakan akan dilakukan pada tahun 2028, sebagai bagian dari upaya jangka panjang untuk kembali membangun kehadiran manusia di Bulan. (Inna - Mahasiswa UINSA berkontribusi dalam tulisan ini)

Beberapa Rencana Misi ke Bulan 2026

Blue Moon Pathfinder (Blue Origin):

Misi tanpa awak pertama dari wahana pendarat Blue Moon Mark 1 untuk menguji teknologi pendaratan berawak di masa depan.

IM-3 (Intuitive Machines):

Direncanakan mendarat di wilayah Reiner Gamma pada paruh pertama 2026 untuk melakukan penelitian ilmiah.

LUPEX (India & Jepang):

Misi kolaborasi antara ISRO dan JAXA untuk mengeksplorasi wilayah kutub Bulan guna mencari air.

Misi Pertanian:

Eksperimen untuk mencoba menumbuhkan tanaman di Bulan sebagai bagian dari persiapan koloni masa depan. (*)



HARIAN
LENTERA
Inspirasi Perubahan **TODAY**

HARIAN "LENTERA TODAY"

PIMPINAN PERUSAHAAN TARMUJI TALMACSI
OMBUDSMAN SUKARJITO (ID Sertifikasi 14319)
PENANGGUNG JAWAB ARIFIN B.H (ID Sertifikasi 13043)
PIMPINAN REDAKSI ARIFIN B.H (ID Sertifikasi 13043)
REDAKTUR PELAKSANA AGUSTINA WIDYAWATI (ID Sertifikasi 2567)
REDAKTUR LUTFIYU HANDI, NEISKA OLIVIANA (CO)

KORAN DIGITAL LENTERA TODAY
Terbit Senin - Jumat (12 Halaman)
download edisi digital pada web
www.lenteratoday.com
VERIFIKASI FAKTUAL DEWAN PERS
803/DP-Verifikasi/K/X/2021



BIRO: SURABAYA: YOLANDA APRILLIA PRADITHA, AMANAH NUR ASIAH, JOKO PRASETYO | **GRESIK:** ASEPTA YOGA P. (SERTIFIKASI WARTAWAN UTAMA) | **MOJOKERTO:** NUR HIDAYAH | **LAMONGAN:** L HANDI | **BLITAR:** ARIEF SUKAPUTRA | **KEDIRI:** GATOT SUNARKO | **JOMBANG :** SUTONO | **PASURUAN-PROBOLINGGO-PONOROGO :** IMAN SANTOSO | **BONDOWOSO- SITUBONDO-LUMAJANG-JEMBER-BANYUWANGI:** PURCAHYONO JULIATMOKO | **MADIUN: WIWIET EKO PRASETYO (SERTIFIKASI WARTAWAN MUDA)** | **MALANG RAYA: SANTI WAHYU SANIA (SERTIFIKASI WARTAWAN MUDA), ISKANDAR Z. I MADURA RAYA: SAHLAN KURNIAWAN I TRENGGALEK: TINA W I NGAWI: DIMAS RIDHO SURYO BASKORO I DKI JAKARTA: FUAD HASSAN I LOMBOK BARAT: MUHAYYAN I PALANGKA RAYA: NOVITA MASNIARI**

PENASEHAT HUKUM DR. NURIYANTO A. DAIM, SH, MH | **MARKETING COMMUNICATION** JOKO PRASETYO UTOMO, ISKANDAR ZULKARNAIN | **SEKERTARIS** FITRIYANTI SUTAN, FARADITA NUR FADHILAH
DESAIN GRAFIS PAULUS IVAN | **ALAMAT REDAKSI** JL RUNGKUT ASRI UTARA VI/26 I **TELP** 03187854491 I **PENERBIT** PT MEDIA HEBAT INSPIRASI INDONESIA I **ALAMAT PERCETAKAN** SMILE GRAFIKA JL. RAYA KALIRUNGKUT 42 SURABAYA I **TELP IKLAN** 031-87854491 I **NIB** 91205006801134 I **HARGA IKLAN** RP 25.000 MM/KOLOM

Wartawan Lentera Today dalam setiap bertugas dilengkapi dengan tanda pengenal wartawan/kartu pers yang dikeluarkan perusahaan secara sah. Nama pemegang tanda pengenal wartawan/kartu pers Lentera Today tercantum di Box Redaksi. Siapa pun yang mengaku/mengatasnamakan Lentera Today, tanpa bisa menunjukkan surat/kartu tanda pengenal atau namanya tidak tercantum dalam Kotak Redaksi, agar ditolak/ dikonfirmasi/dilaporkan ke manajemen redaksi/perusahaan atau melalui nomor telepon yang tertera di Kotak Redaksi. Dalam melaksanakan tugas jurnalistik, setiap wartawan Lentera Today dilarang menerima dan/atau meminta apa pun dengan alasan apa pun.

MEDIA TERVERIFIKASI

RAMBUT TETAP SEHAT DI USIA 40AN

Memasuki usia 40 tahun, banyak perempuan mulai merasakan perubahan pada kondisi rambut. Rambut yang sebelumnya tebal dan berkilau perlahan menjadi lebih tipis, mudah rontok, bahkan tampak kurang bervolume saat diikat.

Kondisi ini kerap menimbulkan kekhawatiran. Namun, para ahli menyebut bahwa penipisan rambut pada usia 40-an merupakan bagian dari proses penuaan yang alami. Meski demikian, terdapat sejumlah faktor lain yang dapat memperburuk kondisi tersebut dan perlu diperhatikan.

Perubahan hormon menjadi salah satu penyebab utama. Dokter spesialis bedah plastik wajah, Michael Bassiri-Tehrani, menjelaskan bahwa perubahan hormon berperan besar dalam memengaruhi kesehatan rambut perempuan pada usia 40 tahun.

Ia mengatakan bahwa menjelang menopause, kadar hormon estrogen dan progesteron dalam tubuh perempuan mulai menurun. Kedua

hormon ini berperan penting dalam menjaga siklus pertumbuhan rambut. Penurunan hormon tersebut dapat membuat rambut menjadi lebih halus, tampak kurang padat, serta pertumbuhannya melambat. Selain itu, siklus pertumbuhan rambut juga mengalami perubahan.

Fase istirahat folikel rambut menjadi lebih lama, sedangkan fase pertumbuhan justru semakin singkat. Kombinasi proses alami ini dengan faktor genetik membuat penipisan rambut menjadi kondisi yang cukup umum dialami perempuan di usia 40-an.

Tidak hanya faktor penuaan, kerontokan rambut yang terjadi secara tiba-tiba juga dapat dipicu oleh kondisi tertentu.

Bassiri-Tehrani menjelaskan bahwa perubahan hormon yang berkaitan dengan masa perimenopause dan menopause dapat mengganggu siklus pertumbuhan rambut secara signifikan.

Ia juga menambahkan bahwa stres fisik maupun emosional dapat memicu kondisi yang dikenal sebagai telogen effluvium, yaitu

ketika banyak folikel rambut memasuki fase istirahat secara bersamaan. Akibatnya, kerontokan rambut menjadi lebih terlihat.

Kondisi ini biasanya muncul beberapa bulan setelah seseorang mengalami tekanan berat, seperti kehilangan orang terdekat, sakit serius, atau perubahan besar dalam kehidupan.

Selain itu, sejumlah masalah kesehatan seperti gangguan autoimun, sindrom ovarium polikistik (PCOS), hingga efek samping obat-obatan tertentu juga dapat menyebabkan rambut rontok.

Karena itu, pemeriksaan medis disarankan apabila kerontokan terasa tidak wajar atau berlangsung dalam waktu lama.

Meski merupakan bagian dari proses alami, penipisan rambut di usia 40-an tetap dapat diminimalkan dengan perawatan yang tepat. Salah satu langkah penting adalah menjaga pola makan sehat yang kaya vitamin dan mineral.

Menurut Bassiri-Tehrani, nutrisi seperti zat besi, seng, dan vitamin D memiliki peran penting dalam menjaga kesehatan rambut.

Kekurangan zat besi, misalnya, dapat membuat rambut mudah rontok dan terlihat kusam. Sementara itu, vitamin D berperan dalam mendukung siklus pertumbuhan folikel rambut.

Selain memperhatikan nutrisi, mengelola stres juga menjadi faktor penting. Aktivitas seperti yoga, meditasi, dan olahraga secara rutin dapat membantu mengurangi hormon stres yang berpotensi memicu kerontokan rambut. Penggunaan

alat penata rambut dengan suhu panas serta perawatan kimia yang berlebihan juga dapat merusak batang rambut. Akibatnya, rambut menjadi rapuh dan lebih mudah patah.

Oleh karena itu, perawatan kimia yang agresif sebaiknya dihindari, terutama jika sedang mengalami kerontokan. Sebagai alternatif, disarankan menggunakan produk perawatan rambut yang bersifat melembapkan dan membantu memperkuat rambut.

Penggunaan serum, produk penguat rambut, hingga suplemen tertentu dapat membantu memperbaiki kondisi rambut secara bertahap, meski hasilnya tidak instan.

Bassiri-Tehrani juga menekankan pentingnya berkonsultasi dengan tenaga medis untuk memastikan tidak ada kondisi kesehatan lain yang mendasari kerontokan rambut, seperti gangguan tiroid atau ketidakseimbangan hormon.

Dengan memahami penyebab serta cara penanganannya, penipisan rambut di usia 40-an tidak perlu menjadi hal yang menakutkan.

Perubahan memang merupakan bagian dari proses alami, namun perawatan yang tepat dapat membantu menjaga rambut tetap sehat dan kuat seiring bertambahnya usia. (Inna - UINSA berkontribusi dalam tulisan ini)

Jaga Nutrisi, Kurangi Styling

Cukupi nutrisi

Penyempurnakan asupan protein, zat besi, seng, serta vitamin D dan B untuk menjaga kekuatan dan pertumbuhan rambut.

Gunakan sampo sesuai

Pilih sampo dan kondisioner yang lembut sesuai kondisi rambut, hindari bahan keras.

Batasi alat panas

Kurangi penggunaan hair dryer, catokan, dan sejenisnya, atau gunakan pelindung panas.

Kelola stres

Atasi stres dengan relaksasi karena dapat memicu kerontokan.

Hindari bahan kimia berlebih

Kurangi bleaching atau perawatan kimia agar rambut tidak rapuh.



Istimewanya Yaqut ...dari hal 1

Perkara Yaqut Cholil Qoumas menghadirkan episode penuh kontroversi di KPK. Terbaru, kembalinya Mantan Menteri Agama (Menag) ini ke rutan komisi anti-rasuah Selasa (24/3/2026) mendapat sorotan. Yaqut Yaqut terlihat tidak diborgol ketika digiring keluar dan masuk Gedung Merah Putih.

Saat tiba di gedung KPK, Yaqut mengenakan jaket abu-abu dipadukan dengan kemeja hitam. Ia juga sudah memakai rompi tahanan oranye khas KPK ketika hendak kembali dialihkan menjadi tahanan rutan.

Ketika turun dari mobil tahanan, kedua tangan Yaqut tampak saling bertumpuk di depan perutnya. Jari-jarinya saling terkait sehingga menyisakan jarak cukup lebar di antara kedua pergelangan tangannya.

Jaket abu-abu yang dikenakan turut menutupi area pergelangan tangan, sehingga tidak terlihat adanya borgol logam yang biasanya dipasang pada tahanan. Kondisi serupa juga terlihat saat Yaqut keluar dari Gedung Merah Putih KPK. Ketika itu, ia memegang map kertas berwarna abu-abu yang menutupi pergelangan tangannya. Tangan kanannya menggenggam map tersebut, sementara tangan kirinya berada di belakang map.

Juru Bicara KPK Budi Prasetyo menanggapi hal tersebut dengan menegaskan bahwa petugas pengawal tahanan tetap melakukan pengawasan ketat terhadap Yaqut.

"Yang pasti selama prosesnya, Waltah tetap melakukan pengawasan secara melekat terhadap Tersangka YCQ," ujar Budi saat dikonfirmasi, Selasa (24/3/2026) siang.

Budi memastikan Yaqut terus berada dalam pengawasan selama menjalani masa penahanan, baik ketika ditempatkan di rumah maupun saat kembali dipindahkan ke rumah tahanan.

KPK juga mengungkapkan bahwa mantan Menteri Agama (Menag) Yaqut Cholil Qoumas memiliki riwayat penyakit GERD akut serta asma.

Deputi Penindakan dan Eksekusi KPK Asep Guntur Rahayu menyampaikan, kondisi kesehatan tersebut diketahui setelah lembaga antirasuah melakukan pemeriksaan mediterhadap Yaqut.

"Salah satu hasil dari asesmen kesehatan itu adalah yang bersangkutan mengidap GERD akut dan pernah dilakukan endoskopi dan kolonoskopi," ujar Asep Guntur Rahayu saat memberikan keterangan di Gedung Merah Putih KPK, Selasa (24/3/2026).

Asep menjelaskan, pemeriksaan kesehatan itu dilakukan ketika KPK mempertimbangkan pengalihan status penahanan Yaqut menjadi tahanan rumah sebelum Kamis (19/3/2026).

"Juga mengidap asma yang bersangkutan," imbuh Asep.

Selain faktor kesehatan, penyidik KPK juga mempertimbangkan strategi

tertentu dalam menangani perkara yang menjerat Yaqut.

"(Kesehatan) salah satu syarat saja ya, di samping juga tentunya ada keperluan-keperluan lain, dalam hal ini, strategi dalam penanganan perkara ini supaya bisa berjalan dengan lancar," ujar Asep.

Yaqut kini kembali ditahan di Rutan KPK setelah sebelumnya sempat dialihkan menjadi tahanan rumah selama beberapa hari.

Pengalihan status penahanan tersebut merupakan yang kedua sejak Yaqut pertama kali ditahan KPK pada Kamis (12/3/2026).

Sekitar sepekan kemudian, tepatnya pada Kamis (19/3/2026), Yaqut dipindahkan menjadi tahanan rumah setelah adanya permohonan dari pihak keluarga.

Keputusan pengalihan status



Foto mantan Menteri Agama RI, Yaqut Cholil Qoumas, diduga tengah berkumpul bersama keluarga dan kerabat saat Hari Raya Idulfitri 1447 H di Rembang, Jawa Tengah, di tengah statusnya sebagai tahanan rumah. (Istimewa)

Bahagiannya Gus Yaqut Bisa Sungkem Ibu

MANTAN Menteri Agama, Yaqut Cholil Qoumas alias Gus Yaqut, kembali ditahan KPK di rumah tahanan, Selasa (24/3/2026). Dia sebelumnya sempat dialihkan penahanannya menjadi tahanan rumah.

Yaqut mengakui, menjadi tahanan rumah ini merupakan permohonan dari keluarganya. Dia pun bersyukur bisa merayakan Idul Fitri bersama keluarganya di rumah.

"Iya, alhamdulillah saya bisa sungkem ke ibu saya, ke ibunda saya," kata Yaqut di Gedung Merah Putih KPK, Jakarta, Selasa (24/3/2026).

Adapun Yaqut menjadi tahanan rumah pada Kamis (19/3/2026) lalu. Pengalihan penahanan itu atas permohonan dari pihak keluarga pada 17 Maret 2026.

Permohonan itu kemudian dikabulkan dengan pertimbangan sesuai Pasal 108 ayat (1) dan (11) Undang-undang Nomor 20 tahun 2025 tentang KUHP.

Pada Senin (23/3) kemarin, KPK akhirnya kembali mengembalikan status Yaqut menjadi tahanan Rutan.

tahanan itu baru diumumkan KPK pada Sabtu (21/3/2026), bertepatan dengan Hari Raya Idul Fitri 1447 H.

Setelah menjadi sorotan publik, Yaqut kembali dialihkan menjadi tahanan rutan pada Senin (23/3/2026). "Hari ini, Senin tanggal 23 Maret 2026, KPK melakukan proses pengalihan jenis penahanan terhadap Tersangka Sdr. YCQ dalam perkara dugaan tindak pidana korupsi pada kuota haji, dari tahanan rumah untuk kembali menjadi tahanan Rutan KPK," ujar Juru Bicara KPK Budi Prasetyo dalam keterangannya, Senin malam.

Setelah keputusan pengalihan tersebut diumumkan, Yaqut tidak langsung dibawa ke Rutan KPK karena terlebih dahulu menjalani pemeriksaan kesehatan. Ia kemudian menjalani pemeriksaan medis di RS Bhayangkara Polri, Jakarta Timur.

Menjadi tahanan rumah berawal dari pengakuan istri mantan Wakil Menteri Ketenagakerjaan Immanuel Ebenezer Gerungan, Silvia Rinita Harefa. Sesuai menjenguk suaminya bertepatan dengan Hari Raya Idulfitri pada 21 Maret, kepada para jurnalis, Silvia menuturkan adanya informasi yang beredar di antara para tahanan soal tidak terlihatnya Yaqut di rumah tahanan negara atau rutan.

"Tadi sih sempat enggak lihat Gus Yaqut ya. Infonya sih, katanya keluar Kamis (19/3/2026) malam," kata Silvia.

Ia juga mengaku mendapatkan informasi bahwa Yaqut tidak terlihat saat pelaksanaan salat Idulfitri. Menurutnya, hal ini sudah diketahui semua tahanan, dan karena itu ia menyarankan para jurnalis untuk memverifikasi informasi tersebut.

Pengakuan Silvia jelas membuat publik riuh. Ketika dikonfirmasi, Kepala Pemberantasan Korupsi (KPK) menjelaskan, tersangka kasus dugaan korupsi kuota haji Yaqut Cholil Qoumas menjadi tahanan rumah bukan karena sakit, melainkan karena adanya permohonan dari pihak keluarga agar tersangka dialihkan jenis penahanannya pada 17 Maret 2026. (tinist,kum,ini/dya)

"Tindakan tersebut sebenarnya sudah dikenal sejak KUHP lama di tahun 1981 dan juga KUHP baru 2025. Ada 3 jenis penahanan, mulai dari penahanan rutan, tahanan kota dan rumah," kata Febri.

"Sepanjang tidak ada transaksional di balik tindakan pengalihan penahanan, hal tersebut merupakan tindakan yang sah secara hukum," tambahnya.

Febri menilai pengalihan tahanan Yaqut juga sah jika ada penjelasan yang cukup dan tak terkesan tertutup atau bersifat privilege untuk orang tertentu. Dia menyinggung pertimbangan adanya pergeseran paradigma pidana dalam KUHP baru.

"Pasca KUHP dan KUHP baru yang berlaku di awal 2026 memang terdapat sejumlah pergeseran signifikan dalam tujuan pidana. Misal, pidana yang lebih menonjolkan aspek rehabilitatif dan restoratif. Sehingga bukan lagi mengikuti aliran retributif atau pembalasan yang telah ditinggalkan sejak lama," kata Febri.

"Pertanyaannya, apakah tindakan KPK didasarkan pada pertimbangan pergeseran paradigma pidana tersebut? Kita belum tahu karena sejauh ini belum ada penjelasan resmi menyebutkan pertimbangan tersebut. Kita tunggu penjelasan resmi dari KPK," imbuhnya. (gus,ist,kum/dya)

Vietnam Airlines menghemat konsumsi avtur yang kian terbatas dengan membatalkan puluhan penerbangan. (dok.ist)



KRISIS AVTUR, PENERBANGAN DI VIETNAM HINGGA FILIPINA LUMPUH

Dampak perang antara Israel-Amerika Serikat dan Iran semakin meluas, termasuk ke industri penerbangan di Asia. Vietnam Airlines salah satunya yang berencana memangkas 7 rute domestik akibat ancaman kekurangan avtur. Mereka juga membatalkan sekitar 23 penerbangan per pekan. Bahkan, di Filipina operasional penerbangan berpotensi dihentikan sementara.

Otoritas penerbangan sipil Vietnam atau Civil Aviation Authority of Vietnam (CAAV) menyatakan, mulai 1 April, Vietnam Airlines akan menghentikan tujuh rute domestik. Mereka juga membatalkan sekitar 23 penerbangan per pekan.

Dikutip dari Reuters, Selasa (24/3/2026), langkah ini diambil Vietnam Airlines untuk menghemat konsumsi avtur yang kian terbatas, apalagi sebagian besar bahan bakar pesawat mereka bergantung pada impor.

CAAV menjelaskan, Vietnam Airlines akan memprioritaskan rute-rute yang dinilai krusial bagi konektivitas nasional, perdagangan, pariwisata, diplomasi, dan mobilitas dalam negeri.

Rute yang terdampak

HARGA MINYAK MENTAH DUNIA SEPEKAN TERAKHIR

Selasa, 24 Maret 2026 Brent: US\$101,35 / barel WTI: US\$90,10 / barel	Kamis, 19 Maret 2026 Brent: US\$110,15 / barel WTI: US\$96,14 / barel
Senin, 23 Maret 2026 Brent: US\$99,90 / barel WTI: US\$88,81 / barel	Rabu, 18 Maret 2026 Brent: US\$108,40 / barel WTI: US\$96,32 / barel
Minggu, 22 Maret 2026 Pasar Tutup	Selasa, 17 Maret 2026 Brent: US\$102,98 / barel WTI: US\$96,21 / barel
Sabtu, 21 Maret 2026 Pasar Tutup	<i>Berbagai sumber diolah</i>
Jumat, 20 Maret 2026 Brent: US\$112,20 / barel WTI: US\$98,32 / barel	

penghentian dan pengurangan frekuensi penerbangan antara lain dari Hai Phong ke Buon Ma Thuot, Cam Ranh, Phu Quoc, dan Can Tho. Lalu dari Ho Chi Minh City ke Van Don, Rach Gia, dan Dien Bien

Sebelumnya CAAV juga telah mengingatkan potensi pengurangan penerbangan mulai April setelah China dan Thailand menghentikan ekspor avtur akibat konflik di Iran, yang meningkatkan risiko kelangkaan.

Selain itu, maskapai-maskapai Vietnam tengah bersiap menerapkan biaya tambahan bahan bakar (fuel surcharge) untuk rute internasional mulai awal April. Hingga kini, Vietnam Airlines belum memberikan tanggapan resmi terkait kebijakan tersebut.

Sementara, Presiden Filipina Ferdinand Marcos Jr. memberi indikasi bahwa layanan penerbangan di negaranya berpotensi dihentikan sementara akibat krisis bahan bakar jet yang dipicu konflik antara Amerika Serikat (AS) dan Israel melawan Iran.

Dilaporkan Bloomberg pada Selasa (24/3/2026), Marcos mengatakan penghentian operasional pesawat merupakan "kemungkinan yang nyata" di tengah terbatasnya pasokan bahan bakar.

Ia menjelaskan, sejumlah negara telah memberi tahu maskapai Filipina bahwa mereka tidak dapat menyediakan bahan bakar bagi pesawat yang melakukan transit.

Kondisi tersebut memaksa maskapai Filipina membawa bahan bakar tambahan sejak keberangkatan, termasuk untuk kebutuhan perjalanan pulang.

Situasi ini dinilai membebani operasional maskapai sekaligus meningkatkan potensi gangguan penerbangan secara lebih luas. (wid,cnn,cnbc,blo/dya)

Pertamina Pastikan Stok Indonesia Aman

PT Pertamina Patra Niaga menegaskan ketersediaan avtur di dalam negeri masih dalam kondisi aman.

Pernyataan ini disampaikan sebagai respons terhadap sejumlah maskapai di kawasan Association of Southeast Asian Nations (Asean) yang mulai memangkas rute domestik akibat kekurangan bahan bakar jet atau avtur.

Corporate Secretary Pertamina Patra Niaga Robert M V Dumatubun belum memerinci secara detail jumlah pasokan avtur yang dimiliki perusahaan.

Namun, berdasarkan data Kementerian Energi dan Sumber Daya Mineral (ESDM), ketahanan stok avtur untuk memenuhi rencana penyaluran harian di Pertamina Patra Niaga tercatat mencapai 38,15 hari per 13 Maret 2026. Angka tersebut berada di atas batas minimum yang ditetapkan, yakni 26 hari.

"Stok avtur Pertamina aman, ketersediaannya cukup," ujar Robert, Selasa (24/3/2026). Sebagai langkah mitigasi guna menjaga pasokan, Robert mengatakan Pertamina terus berkoordinasi dengan pemerintah serta mitra pemasok untuk memastikan ketersediaan produk energi tetap terjaga.

Menurutnya, proses komunikasi hingga pengadaan atau tender dilakukan dengan mempertimbangkan kondisi terkini di pasar. "Langkah ini dilakukan sesuai arahan pemerintah untuk menjaga ketersediaan energi bagi masyarakat," katanya.

Jepang Lepas 80 Juta Barel Minyak Cadangan

Sementara, Pemerintah Jepang akan memulai pelepasan minyak terbesar sepanjang sejarah dari cadangan strategisnya pada pekan ini. Perdana Menteri Sanae Takaichi menyebut langkah ini diambil sebagai antisipasi potensi kekurangan pasokan akibat perang Iran-Israel yang melibatkan Amerika Serikat (AS).

Mengutip The Guardian, pemerintah telah menyetujui pelepasan cadangan dari sektor swasta selama 15 hari. Kebijakan ini ditempuh di tengah kekhawatiran bahwa perang di Iran akan terus mengganggu lalu lintas kapal tanker di Selat Hormuz.

Takaichi mengatakan pelepasan cadangan milik negara akan dimulai pada Kamis (26/3). Secara keseluruhan, sekitar 80 juta barel minyak akan dilepas ke kilang domestik secara bertahap.

Jumlah ini setara dengan

kebutuhan dalam negeri selama 45 hari dan mencapai 1,8 kali lipat dibandingkan cadangan yang digunakan setelah bencana Gempa dan Tsunami Fukushima 2011 yang memicu penutupan pembangkit listrik tenaga nuklir.

Hingga akhir tahun lalu, Jepang tercatat memiliki total cadangan minyak sekitar 470 juta barel, setara dengan konsumsi domestik selama 254 hari.

Selain itu, pemerintah juga menggelontorkan subsidi untuk menahan harga bahan bakar agar tetap di kisaran ¥170 per liter. Kebijakan ini diambil setelah harga rata-rata bensin melonjak ke rekor tertinggi ¥190,8 per liter, dengan evaluasi subsidi dilakukan setiap pekan mengikuti pergerakan harga minyak global.

Jepang merupakan negara mengimpor lebih dari 90 persen minyak mentahnya dari Timur Tengah. Dalam pernyataannya, Takaichi menegaskan perdamaian dan stabilitas di Timur Tengah sangat penting, tidak hanya bagi Jepang tetapi juga komunitas internasional. Dia memastikan pemerintah Jepang akan terus melakukan upaya diplomatik secara intensif dengan negara-negara terkait. (tin, blo, ist, gua/dya)