

Yoo Ah In Terjerat Kasus Obat-obatan Terlarang

Category: LifeStyle,News,Seleb

27 Februari 2023



Prolite – Yoo Ah In aktor berusia 36 tahun asal Korea Selatan yang terjerat kasus obat-obatan terlarang. Aktor yang pernah main dalam film Sungkyunkwan Scandal itu kini ditahan karna kasus penggunaan obat-obatan.

Setelah sebelumnya Yoo Ah In dinyatakan mengonsumsi ganja dan positif propofol setelah perkembangan terbaru kasusnya ditemukan zat narkoba yang ketiga.

“Ada tiga jenis bahan obat yang terdeteksi melalui rambut aktor yang diuji melalui National Institute of Scientific Investigation. Ada jenis obat lain yang terdeteksi selain propofol dan ganja,” demikian dilaporkan MBC’s News Desk seperti dikutip dari *Allkpop*.

Terkait berita Yoo Ah In yang terdeteksi menggunakan zat narkoba ketiga pihak United Artists Agency (UAA) agensi Yoo Ah

In, mengatakan bahwa pihaknya tidak menyangkal atau membenarkan perihal kabar itu dengan alasan tidak mau mendahului pihak pilisi.

Agensi akan melakukan kooperatif untuk membuat kasusnya secara terbuka kepada publik, namun hingga saat ini pihak agensi belum menerima laporan terkait penyelidikan di masa mendatang.

Sebelumnya, polisi melakukan penggeledahan sekaligus melakukan pemeriksaan rambut dan urine terhadap Yoo Ah In ketika dia memasuki Korea melalui Bandara Internasional Incheon pada 5 Februari. Polisi menyatakan bahwa sang aktor positif menggunakan ganja berdasarkan hasil tes urine. Pada saat itu tidak ditemukan dia positif propofol.

Berdasarkan analisis mendetail terhadap sampel rambutnya oleh National Institute of Scientific Investigation, Yoo Ah In juga dinyatakan positif propofol. Yoo Ah In diduga telah menggunakan propofol sejak 2021 silam dan diresepkan oleh 10 rumah sakit dan klinik di Seocho-gu, Gangnam. (*/**ino**)

Tips Postur Berkendara Yang Aman dan Nyaman

Category: Otomotif,Seleb
27 Februari 2023



Prolite – Dalam berkendara harus bisa menguasai beberapa teknik dasar berkendara, hal ini diperlukan agar nyaman dan aman. Ketika sudah menguasai teknik berkendara dasar, kondisi jalan seperti apapun dapat diminimalisir tanpa menimbulkan potensi terjadinya kecelakaan.

Safety Riding Development Section Head PT Daya Adicipta Motora (DAM), Ludhy Kusuma menjelaskan, beberapa teknik dasar yang harus pengendara kuasai diantaranya adalah postur berkendara, teknik pengereman, teknik menikung, dan teknik keseimbangan.

“Dalam setiap teknik dasar terdapat beberapa langkah berbeda yang harus dilakukan untuk setiap pengoperasiannya. Langkah yang berbeda ini meliputi postur tubuh pengendara yang harus sesuai dengan teknik menunggangi sepeda motor yang dilakukan,” ujar Ludhy.

Postur berkendara merupakan salah satu teknik dasar yang penting untuk mencakup semua teknik dasar berikutnya karena merupakan pondasi awal setiap pengendara untuk bisa mengendarai motornya dengan nyaman dan aman.

Terdapat 7 (tujuh) poin yang harus diperhatikan ketika sedang berkendara, diantaranya :

– Kepala

Kepala merupakan kendali utama dari sepeda motor kita. Sepeda motor akan bergerak sesuai dengan arah dari penglihatan mata pengendara, maka ketika mengendarai motor wajib memastikan bahwa mata dan kepala melihat ke arah yang akan dituju. Ini bertujuan untuk mengidentifikasi potensi bahaya yang muncul agar bisa mengambil keputusan yang tepat saat berkendara.

Ketika menikung pengendara harus melihat arah yang akan dituju, baik saat belok kanan atau belok kiri. Kepala pengendara juga harus mengikuti arah dari belokan tersebut dan melihat ke ujung paling jauh dari belokan tersebut.

– Bahu

Posisi bahu pengendara diharuskan senyaman mungkin dan dalam posisi yang rileks. Apabila bahu berada dalam posisi yang tegang, pengendara akan merasakan pegal dan lelah jika berkendara dengan waktu yang cukup lama.

– Siku Tangan

Pastikan posisi siku tangan sedikit menekuk untuk memudahkan dalam pengendalian sepeda motor. Apabila siku tangan dalam keadaan lurus maka akan sulit untuk mengendalikan sepeda motor dan saat menjumpai jalanan bergelombang atau tidak rata, sikur juga bisa menjadi suspensi di tubuh kita agar nyaman saat berkendara.

– Tangan

Tangan harus selalu berada dalam posisi menggenggam penuh handle stang motor. Jangan ada satu jari yang standby di tuas rem ataupun tuas kopling, dikarenakan jari tangan hanya bergerak saat melakukan pengoperasian rem atau kopling saja. Jika tidak dioperasikan jari tetap mengepal penuh di handle stang kiri dan kanan.

– Pinggul

Pastikan pinggul dibuat senyaman mungkin dan posisinya berada di tengah jok. Jangan terlalu maju ataupun terlalu mundur, penempatan pinggul bisa disesuaikan dengan postur tubuh setiap pengendara.

– Lutut

Apabila menggunakan motor sport bertangki bensin di depan. Pengendara harus selalu menjaga lutut untuk mengapit ringan di tangki agar menjadi tumpuan beban saat berkendara. Jika menggunakan motor tipe matik, pengendara harus memastikan lutut tidak melebihi lebar dari cover body motor, agar terhindar dari terserempet pengendara lain.

– Kaki

Khusus tipe motor sport, kaki kanan harus selalu bersiap di atas pedal rem belakang dan kaki kiri selalu berada di atas perseneling gigi. Tujuannya adalah agar kita selalu bersiap dalam pengoperasian dan tidak tersangkut oleh footstep dan tuas rem atau tuas perseneling ketika terjatuh. Apabila dalam posisi yang tepat pengendara akan terlepas dari motor dan tidak tertarik saat motor terjatuh.

Postur berkendara diatas merupakan kunci dari teknik dasar yang lainnya saat berkendara karena dengan menjaga postur berkendara tidak akan cepat lelah dan tetap nyaman saat berkendara. Selain itu, pengendara pun harus selalu menjaga perilaku berkendara agar tidak membahayakan diri sendiri maupun orang lain agar generasi muda selalu terjaga dan bisa meraih mimpi dengan cara #Cari_Aman. (rls)

Hati-hati! Radiator Bocor,

Mesin Overheat

Category: Otomotif,Seleb

27 Februari 2023



Prolite – Kebocoran air radiator dapat menjadi masalah serius bagi kendaraan Anda, karena dapat menyebabkan kerusakan yang cukup parah pada mesin dan sistem pendingin. Tanpa perawatan yang tepat dan perbaikan yang cepat, kebocoran ini dapat menyebabkan kerusakan yang permanen dan menyebabkan biaya perbaikan yang sangat tinggi. Selain itu, kebocoran air radiator dapat menyebabkan mesin overheat dan meningkatkan konsumsi bahan bakar. Berikut adalah dampak dari kebocoran air radiator mobil:

- **Overheat**

Air radiator berfungsi untuk mendinginkan mesin, jika kebocoran terjadi maka cairan pendingin tidak dapat beredar dengan baik sehingga mesin akan cepat panas dan mengalami overheat.

▪ Kerusakan Mesin

Dampak buruk lainnya jika air radiator bocor tidak segera diatasi adalah kerusakan mesin. Hal ini disebabkan jika suhu mesin yang kekurangan air radiator dibiarkan terus menerus, maka komponen mesin yang ada di dekatnya akan mudah rusak. Pada kondisi yang semakin parah, misalnya jika sampai silinder mesin rusak maka bukan tidak mungkin mobil Anda harus turun mesin dan tentunya akan memakan biaya perbaikan yang mahal.

▪ Sistem Pendingin Mobil Tidak Berfungsi

Sistem pendingin mobil menggunakan air radiator sebagai media pendingin, jika air radiator bocor maka cairan pendingin tidak dapat mengalir dengan baik dan tidak cukup untuk menjaga suhu mesin dalam batas normal. Ini akan menyebabkan mesin overheat dan dapat merusak seluruh sistem pendingin, termasuk water pump, thermostat, dan head gasket. Selain itu, jika cairan pendingin yang bocor masuk ke dalam sistem mesin, dapat menyebabkan kerusakan pada komponen-komponen mesin seperti cylinder head dan block, yang dapat menyebabkan kerusakan permanen dan biaya perbaikan yang tinggi.

▪ Menurunnya Efisiensi Bahan Bakar

Ketika mesin panas akibat kebocoran air radiator, komponen-komponen mekanis dalam mesin jadi bekerja lebih keras dan menghasilkan kinerja yang buruk. Selain itu, mesin yang panas berlebihan juga dapat menyebabkan pembakaran dan pembuangan yang tidak sempurna, belum lagi jika sistem pendingin juga terkena imbasnya. Hal ini semua dapat menambah beban kerja mesin dan menyebabkan peningkatan konsumsi bahan bakar.

Sumber : Suzuki

Artikel ini sudah tayang di Otobandung

Komunitas Le93nd Donor Darah

Category: LifeStyle,Seleb

27 Februari 2023



BANDUNG, Prolite – Komunitas Le93nd terus aktif berkegiatan sosial. Salah satunya Donor Darah rutin . Keluarga Donor Le93nd saat ini sudah ke 10 kali melakukan kegiatan Donor Darah Le93nd yang dilakukan berlokasi di PMI Bandung dengan jumlah peserta yang semakin meningkat.

“Sambil mendonorkan darah sambil silaturahmi tanpa batas menjadi slogan komunitas Le93nd. Yang sudah lolos 10 kali donor darah PMI memberikan sertifikat penghargaan kepada pendonor,” demikian kata dr. Siswo Siswanto.

✖ Pingin donor darah.... ✖

✖ ✖ ✖ ✖ ✖

Kesehatan Mental Penting untuk Manusia

Category: LifeStyle,Seleb
27 Februari 2023



Prolite – Kesehatan mental merupakan hal penting dalam kehidupan manusia. Seringkali disebutkan mental pada masa anak-anak sangat mempengaruhi perkembangan jiwa seseorang hingga dewasa nantinya.

Sehat dilihat bukan hanya karena fisiknya saja tapi sehat juga harus dilihat dari jiwanya. Jika seseorang sakit jiwanya bisa berpengaruh juga pada fisik diantaranya seperti stroke, diabetes tipe 2, dan penyakit jantung.

Sebaliknya jika kondisi fisik yang sakit maka akan meningkatkan risiko gangguan mental pada seseorang. Oleh sebab itu penting bagi seluruh orang untuk menjaga kesehatan mentalnya.

Gangguan mental atau kejiwaan bisa dialami oleh siapa saja. Di Indonesia sendiri data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 melaporkan lebih dari 19 juta jiwa penduduk usia di atas 15 tahun mengalami masalah gangguan mental emosional, 12 juta jiwa penduduk usia di atas 15 tahun mengalami masalah depresi, dan 18 dari populasi mengalami psikosis atau skizofrenia.

Ada beberapa faktor yang dapat kita ketahui jika kita sudah mengalami gangguan mental seperti, gangguan dan perubahan pola tidur, sulitnya fokus, cemas berlebih, merokok dan minum alkohol berlebih.

Jika dirasa sudah ada tanda-tanda seperti di atas maka lakukan aktifitas fisik dan olahraga, berbicara dengan orang yang dipercaya atas masalah anada, atau terapkan pola makan sehat.

Tidak hanya itu, bersosialisasi serta menjaga hubungan baik pun perlu dilakukan. Menerima dan mensyukuri segala hal yang dimiliki, lakukan aktivitas yang digemari, menjaga kecukupan tidur dan istirahat serta mencari bantuan profesional jika diperlukan. (*/*ino)

Bahaya Kandungan BPA pada Bahan Plastik

Category: LifeStyle,Seleb
27 Februari 2023



JAKARTA, Prolite – Kemasan plastik sering kita gunakan dalam kehidupan sehari-hari, penggunaan ini sudah jadi bagian hidup kita. Dari mulai tempat makan hingga tempat minum semua menggunakan bahan plastik.

Namun tidak semua plastic aman untuk di gunakan, apakah anda tau ada kandungan BPA? *BPA adalah* bahan kimia industri yang digunakan untuk membuat plastik polikarbonat dan resin epoksi. Bahan kimia ini sangat berbahaya untuk tubuh kita.

Apa masih ada bahan plastic yang tidak ada kandungan BPAny? Pasti ada. Mari kita kenali kode yang ada pada bagian bawah kemasan plastic yang anda punya.

Kode klasifikasi plastik ini berbentuk logo segitiga berpanah yang berisi angka 1-7, yang masing-masing menjelaskan bahan baku pembentuknya. Untuk angka 7, ada empat jenis plastik yang termasuk dalam kategori ini, yakni *styrene acrylonitrile (SAN)*, *acrylonitrile butadiene styrene (ABS)*, *polycarbonate (PC)*, dan nilon. Dari keempat bahan ini, SAN dan ABS boleh dijadikan kemasan makanan dan minuman. Bahan PC dilarang karena bahan tersebut mengandung BPA yang

dapat menyebabkan beberapa risiko kesehatan.

Kemasan plastik dengan kode 7 dan keterangan BPA free atau bebas BPA, menunjukkan bahwa kemasan tersebut aman digunakan karena berarti bahan baku pembuatnya bukan PC.

BPA bukan hanya ada pada tempat makan atau botol air minum. Tapi dalam galon guna ulang juga bisa terdapat BPAny.

Dampak kesehatan yang berpotensi ditimbulkan BPA pada galon guna ulang terjadi dalam konteks bahan kimia pembentuk polikarbonat itu berpindah ke bahan pangan (makanan dan minuman) atau yang disebut dengan “migrasi”.

Lalu dampak kesehatan itu juga terjadi dalam konteks tingkat asupan BPA ke dalam tubuh manusia melalui konsumsi pangan tadi, atau yang disebut “paparan”.

Ahli polimer dari Universitas Indonesia, Mochamad Chalid mengatakan BPA bisa mengalami pelepasan akibat terjadinya proses hidrolisis (reaksi kimia dimana molekul air memecah ikatan kimiawi) pada suhu dan dalam waktu tertentu. Jadi, kuncinya adalah suhu dan waktu.

“Perlunya kita memperhatikan suhu saat galon guna ulang dalam proses produksi, distribusi ke konsumen, dan penggunaan ulang limbahnya sebagai campuran bahan baku pada produksi berikutnya,” sebutnya.

Bukan hanya bahan yang digunakan yang dapat meyebarkan penyakit tapi penggunaan dengan cara di sikat dan penyimpanan gallon yang langsung terkena sinar matahari juga berbahaya.

Selain itu, penggunaan berulang kali galon polikarbonat bisa makin meningkatkan potensi migrasi BPA, apalagi kita tahu tak ada aturan yang membatasi usia dan masa pakai galon guna ulang. (*/**Ino**)

Mengenal Museum Pos Indonesia

Category: Daerah, LifeStyle, Seleb
27 Februari 2023



BANDUNG, Prolite – Paris Van Java itu sebutan untuk Kota Bandung selain terkenal dengan wisata dan kulinernya, tapi juga memiliki banyak tempat wisata bersejarah yang dapat di kunjungi saat ke Kota Bandung. Salah satu wisata bersejarah yang ada di Kota Bandung adalah Museum Pos Indonesia. Museum yang berada di jalan Cilaki No. 73 Kota Bandung, berdiri sejak tahun 1931 tahun lalu ini sudah berdiri hampir 103 tahun.

Museum Pos Indonesia berdiri pada masa Hindia Belanda dengan nama Museum PTT (Pos Telegram dan Telepon). Namun kini Museum Pos ini memiliki suasana baru yang lebih berwarna.

Tujuan didirikan museum Pos Indonesia adalah untuk memberikan edukasi terhadap sejarah komunikasi yang berawal dari surat menyurat. Seperti pada masa hindia belanda abad ke 16, komunikasi dengan surat menyurat menjadi alat kominikasi satu-satunya.

Museum ini tepat untuk dijadikan tempat tujuan wisata sejarah untuk menambah pengetahuan. Koleksinya beragam, seperti adanya koleksi prangko yang cukup lengkap, mulai dari abad ke-18 hingga 19 yang mencapai prangko.

Prangko menjadi salah satu koleksi yang terbilang spesial atau penting karena pengunjung seperti turis mancanegara lebih tertarik melihatnya lantaran ada beberapa jenis prangko yang tidak ada di negaranya tetapi ada di Museum Pos Indonesia.

Bukan hanya perangko yang ada di museum Pos tapi ada juga timbangan paket, timbangan surat, macam-macam bis surat, bahkan ada yang berasal dari Belanda yang usianya sudah mencapai 132 tahun seperti Brievenbus berwarna merah.

Selain itu, koleksi pakaian dinas dari masa ke masa, atribut, gerobak angkut yang pernah digunakan kantor Pos Maluku pada tahun 1870, dan mesin prangko yang terakhir digunakan di tahun 1930 ada di sini.

Semua koleksi yang ditampilkan di Museum Pos di Kota Bandung ini merupakan barang asli dan memiliki umur yang cukup tua.

Itu dia beberapa informasi tentang museum Pos Indonesia apakah anda tertarik untuk mengunjunginya? (*/*ino)

Metode Sleep Training pada Bayi

Category: LifeStyle,Seleb

27 Februari 2023



Prolite – Istilah Sleep Training atau melatih bayi untuk tidur sendiri selama beberapa jam dan terjadwal. Bayi membutuhkan sekitar 3 hingga 6 bulan untuk mengembangkan jam tidur internal, atau ritme sirkadian.

Dengan begitu, bayi secara alami tidur lebih banyak di malam hari, dan lebih banyak terjaga di siang hari. Untuk melatih hal tersebut dan agar orang tua pun bisa tidur nyenyak di malam hari, maka *sleep training* mungkin diperlukan.

Tujuan dari *sleep training* adalah agar bayi merasa nyaman tidur selama beberapa jam sepanjang malam dengan sendirinya. Jika mereka bangun, mereka akan belajar menenangkan diri dan tertidur kembali.

Para peneliti menemukan beberapa metode *sleep training*. Namun, ingatlah tidak ada metode yang cocok untuk semua orang. Jika satu metode tidak berhasil, maka jangan menyerah, melainkan

segera beralih ke metode lainnya. Ingat juga, tidak ada cara yang salah atau benar yang dilakukan, semuanya tergantung pada kesabaran dan konsistensi ayah dan ibu.

Metode Sleep Training pada Bayi yang Dapat Diterapkan

1. Cry-It-Out Method

Metode ini dilakukan dengan membiarkan bayi berbaring di tempat tidur dan menangis sendiri saat mereka bangun di malam hari, daripada menggendongnya untuk menenangkannya. Penelitian menunjukkan bahwa, seiring waktu, bayi mulai lebih jarang menangis setelah ia dibiarkan menangis.

2. Menangis terkendali

Metode sebelumnya mengharuskan orang tua untuk mengabaikan semua tangisan, kecuali jika seorang anak sakit atau terluka. Namun, metode tangisan terkontrol ini dilakukan dengan mengabaikan tangisan bayi untuk jangka waktu tertentu dan secara bertahap meningkatkan jangka waktunya.

3. Camping out method

Metode selanjutnya yaitu *camping out method*. Metode ini memungkinkan orang tua untuk memasuki kamar saat bayi menangis, sebagai respon terhadap tangisan. Orang tua juga bisa tidur di kamar bayi, tapi harus sedikit bicara dan tidak menggendong bayi.

4. Bedtime Fading

Cara ini dilakukan dengan menidurkan bayi secara progresif lebih awal atau lebih lambat setiap malam, sampai Si Kecil mencapai waktu tidur yang diinginkan. Seiring berjalan waktu, jumlah bayi terbangun di malam hari akan berkurang hingga akhirnya tidak ada sama sekali.

Itulah yang perlu diketahui tentang manfaat *sleep training* bagi bayi dan orang tua. **(*/Ino)**

Sinopsis Film Sewu Dino

Category: LifeStyle, Seleb
27 Februari 2023

THE MOST AWAITED HORROR THREAD BY @SIMPLEMAN

FROM THE PRODUCER AND AUTHOR OF



MD PICTURES PRESENTS
A MANOJ PUNJABI PRODUCTION

SEWU DINO



A FILM BY KIMO STAMBOEL
COMING SOON



Prolite – SEWU DINO film karya Simpleman dari rumah produksi MD Pictures kembali hadir menghibur para penonton. Diketahui Simpleman merupakan penulis dari film KKN Desa Penari yang tayang pada tahun 2022 lalu, salah satu film nasional yang sukses penayangannya.

Kali ini, *SEWU DINO* dipilih oleh MD Pictures untuk direpresentasikan dalam sebuah karya film. Disutradarai oleh Kimo Stamboel, sutradara yang sudah berpengalaman menggarap film genre horor, seperti *JAILANGKUNG* dan *TELUH DARAH*. Fakta ini tentunya akan memberikan rasa penasaran yang lebih bagi para pecinta film horor untuk segera menyaksikan film ini.

Film yang berkisah tentang seorang perempuan desa bernama Sri. Sri berkeinginan untuk bekerja di luar kota karena menurutnya tidak ada pekerjaan yang cukup menghasilkan di desa.

Tetangganya yang bernama Bu Menik menyampaikan kabar gembira untuk Sri bahwa ada informasi lowongan pekerjaan dari Griya Zainah (Agen Penyalur Pembantu Rumah Tangga).

Setelah proses seleksi selesai, Sri akhirnya diterima bekerja sebagai perawat untuk Keluarga Atmojo. Di sana Sri diberikan tanggung jawab untuk merawat seorang anak remaja yang mengalami sakit parah. Anak tersebut bernama Della Atmojo. Dikisahkan bahwa Della Atmojo menderita penyakit tersebut karena terkena santet Sewu Dino. Namun, bukan hanya keluarga Della yang mendapatkan santet Sewu Dino, tetapi juga setiap orang yang merawatnya juga akan terkena santet tersebut.

Film yang diperankan oleh aktor dan aktris ternama seperti Mika Tambayong, Rio Dewanto, Marthino Lio, Gisellma Firmansyah, Maryam Supraba dan beberapa pemeran lainnya.

Film *SEWU DINO* akan tayang perdana pada Lebaran 2023 atau tepatnya pada bulan April 2023 mendatang. (***/ino**)

Kisah Film GHOST DOCTOR

Category: LifeStyle,Seleb

27 Februari 2023



Prolite – Jika kalian sedang bingung untuk mencari film korea apa yang menarik untuk kamu tonton, kami ada rekomendasi film

yang mungkin menarik untuk di tonton. GHOST DOCTOR, drama korea yang mengambil alur cerita tentang kehidupan pada dokter di sebuah rumah sakit terkemuka.

Penggemar drama korea pasti sudah tidak asing lagi dengan film GHOST DOCTOR yang dibintangi oleh Kim Bum aktor kelahiran tahun 1989 dan sederet aktor lainnya seperti Rain, UEE, Naeun Apink.

Film GHOST DOCTOR di sutradari oleh Seong-cheol dan tayang pada tahun 2022 dan hingga kini masih menjadi fil yang terbaik untuk di tonton.

Film ini menceritakan kisah dua dokter yang memiliki kepribadian yang sangat berbeda dan keahlian medis yang berbeda pula. Cha Young Min (Rain) adalah seorang dokter yang sangat pintar dalam keahlian bedah yang mumpuni dalam kardiotoraks.

Namun berbeda dari Cha Young Min, Seung-tak (Kim-Bum) memiliki pengetahuan medis yang sangat baik namun ketakutan dengan darah membuatnya jatuh tertinggal dari rekan sejawatnya dalam hal praktek kedokteran.

Suatu Hari Young Min terlibat dalam kasus tak terduga dan karenanya roh Young-Min merasuki tubuh Seung Tak. Karena roh Young Min masuk ke tubuh Seung Tak maka dari itu Seung Tak bisa melakukan oprasi tanpa takut melihat darah.

Bagaimana dengan kisah GHOST DOCTOR semoga menarik dan dapat menjadi rekomendasi untuk kamu tonton. (***/ino**)