

ACHEVÉE

**SUSTAINABLE LIVING
HIDUP SELARAS DENGAN ALAM**



Experience Airport Transfer Services*

Exclusively for Mandiri Private Customers



Periode hingga 31 Desember 2025

*Info: bmri.id/airporttf

segera download



Pembaca yang Terhormat,

Tahun 2025 saat ini kita jalani bersama dengan semangat serta harapan masa depan yang lebih baik dan tentu saja kehidupan yang lebih optimis. Kendati ekonomi dunia saat ini ada pelemahan serta ketidakpastian akibat kebijakan penetapan tarif impor oleh Amerika Serikat (AS), pada 2 April 2025 lalu. Namun perekonomian nasional tetap tumbuh.

Pembaca yang budiman, tekad kami untuk selalu memberikan yang terbaik tak pernah surut, untuk itu dukungan Anda di masa datang akan terus memacu semangat dan motivasi kami untuk selalu meningkatkan pelayanan pada Anda. Dalam edisi kali ini, majalah ACHEVÉE kembali hadir dengan berbagai sajian informasi menarik serta berguna bagi Anda. Gaya hidup berkelanjutan serta selaras dengan alam untuk meningkatkan kesejahteraan manusia di masa kini dan generasi mendatang, dapat Anda simak di rubrik *Trend*. Kami juga menghadirkan "Kota-Kota Hijau" terbaik di dunia yang fokus pada isu keberlanjutan dan ramah lingkungan, tersaji di rubrik *Mozaic*. Kembangkan imajinasi dan gaya busana Anda dengan produk fashion berkelas pada rubrik *Style & Mode*. Tak ketinggalan ulasan tentang teknologi Robotik di rubrik *Techno* yang berguna untuk kemajuan dan efisiensi dunia usaha. Semuanya tentu dapat memperkaya wawasan dan khazanah pengetahuan Anda.



Semoga kehadiran majalah ini dapat mendukung mobilitas maupun inspirasi gaya hidup Anda di tengah padatnya rutinitas sehari-hari. Akhir kata, terima kasih atas kepercayaan dan kesediaan Anda menjadi bagian dari keluarga besar Bank Mandiri. Semoga jalinan kebersamaan yang telah kita rajut selama ini, lebih kokoh, kuat dan bermanfaat di masa mendatang. Selamat membaca dan sukses senantiasa menemani kebahagiaan Anda sekeluarga. ●

Salam hangat,

Jan Winston Tambunan

Direktur Network & Retail Funding
PT Bank Mandiri (Persero) Tbk


**Danantara
Indonesia**

mandiri
private

Golf Clinic Service^{*}
for Mandiri Private Customers

Periode hingga 31 Desember 2025
*Info: bmri.id/gcprivate



ACHEVÉE

Susunan Redaksi ACHEVÉE

Dewan Redaksi

Ursula Sista Pravesthi
Riyanto

Redaktur Pelaksana

Vera Feberiani Sitorus
Fajar Calfrian
Fajar Shidiq El Zamzamy
Achmad Rizki Satrio

Dipublikasikan oleh

PT. Bank Mandiri (Persero) Tbk.
Wealth Management Group
Menara Mandiri 1 Lt.23
JL. Jend. Sudirman Kav.54-55
Jakarta Selatan 12190
T: (021) 3002 8718
F: (021) 230 00714
E: helpdesk.markom@bankmandiri.co.id

Bekerja sama dengan

PT Mobiliari Stephindo
(Mobiliari Group)
Sahid Sudirman Residence
Jl. Jend Sudirman No. 86
Karet Tengsin Jakarta Pusat
Telp. (021) 50820840
Website: www.mobiliarigroup.com



SUSTAINABLE LIVING Hidup Selaras Dengan Alam

Disclaimer

Seluruh artikel di dalam majalah ini tidak diperbolehkan untuk direproduksi tanpa izin khusus dari penerbit. PT. Bank Mandiri (Persero) Tbk dan PT Mobiliari Stephindo bertanggungjawab untuk setiap pandangan dan pernyataan yang tertulis di dalam majalah ini, termasuk untuk artikel-artikel yang direproduksi dari sumber-sumber lain. Penerbit tidak bertanggungjawab terhadap klaim yang terdapat di dalam halaman-halaman iklan majalah ini, dan penerbit juga berhak untuk menerima atau menolak iklan berdasarkan penilaian tersendiri.

IMAGES SHUTTERSTOCK

bumn UNTUK INDONESIA

mandiri
prioritas

Diskon s.d.15%
Transaksi di jaringan RS IHC*
dengan Kartu Mandiri Debit Prioritas & Private



Periode hingga 31 Desember 2025
*Info: bmri.id/mandiriIHC



Economic Viewpoint

Inspire



Style & Mode



Good Life



Mozaic

TABLE OF CONTENTS

ECONOMY BUSINESS

Kebijakan tarif impor Presiden Donald Trump membawa dampak besar bagi sejumlah negara

Prospek ekonomi Indonesia tahun 2025 di tengah ketidakpastian ekonomi global

WEALTH MANAGEMENT

Mengenal tim baru jajaran komisaris dan direksi bank Mandiri hasil RUPST 2025

LIFESTYLE

Inspirasi busana dari berbagai rumah mode dunia untuk *spring/summer* 2025

Diet Mediterania digemari karena menerapkan keseimbangan rasa dan gizi dalam makanan

Menyelami kekuatan pikiran untuk kesehatan dan kecantikan diri.

Audi menghadirkan mobil listrik berdesain klasik dari seri eksklusif mereka dengan sentuhan modern

Kopi Gayo dari Aceh menjadi permata dunia yang memiliki keistimewaan rasa dan aroma



Ulasan seputar desain interior modern dan berkelanjutan menjelang pertengahan tahun 2025

SPOTLIGHT

82 Community

88 Entertainment

104 Calendar

Wujud Kemewahan Tak Terbatas

Produk mewah terbaru untuk tampil elegan di berbagai kesempatan.

Hermès Chypre Sandal

Sandal *Chypre* dari Hermès memberikan kenyamanan dan kemewahan dalam satu desain yang modern. Material utama sandal ini adalah kulit *alligator* yang eksklusif dan sangat tahan lama. Dengan *strap* yang dapat disesuaikan, sandal ini memberikan rasa nyaman sekaligus tampilan yang

sophisticated. *Lambskin clay beige* pada bagian dalam dan *insole* dari *calfskin* menambah kesan lembut dan premium saat dikenakan. *Chypre* ideal bagi mereka yang menginginkan tampilan kasual bernuansa eksklusif, serta cocok dipadukan dengan busana santai hingga semi-formal.



Louis Vuitton Bobo Trunk

Bobo Trunk dari Louis Vuitton warisan *trunk* klasik yang ikonik dengan sentuhan lebih modern. Menggunakan kanvas *Monogram Heritage*, tas ini tampil memikat dengan siluet *slouchy* santai namun tetap elegan, yang mencerminkan pesona glamor tapi tak terkesan berlebihan. *Bobo Trunk* dilengkapi dengan tali bahu yang bisa diatur dan dilepas, memberikan fleksibilitas dalam cara pemakaian, baik sebagai *sling bag* yang kasual atau *handbag* untuk tampilan lebih *chic*. Cocok untuk Anda yang ingin tampil berbeda namun tetap berkelas dalam setiap kesempatan.

Frank & Co Love Poetry Prismata Everra

Koleksi *Love Poetry Prismata Everra* dari Frank & Co menghadirkan keanggunan modern yang diciptakan untuk individu berjiwa bebas namun tetap mencintai keindahan klasik. Desain *Everra* menyatukan garis yang ramping dengan kilauan kaleidoskopik. Dibuat dengan kualitas berlian tingkat tinggi, setiap potongan dalam koleksi ini memberikan kemilau maksimal yang menawan. Struktur dua lapisnya menghadirkan dimensi visual yang kompleks namun tetap elegan, membuatnya mudah berpadu dalam berbagai gaya busana, baik siang maupun malam.

**Richard Mille RM 43-01 Ferrari**

Richard Mille RM 43-01 Ferrari menjadi perwujudan sempurna dari kolaborasi intensif antara Richard Mille, Ferrari, dan Audemars Piguet Le Locle. Jam ini menggabungkan presisi tinggi, teknologi mutakhir, dan estetika yang menawan, serta dibekali kaliber *manual-winding* dengan

514 komponen rumit. Menggunakan material titanium grade 5 dan Carbon TPT, struktur jam ini menawarkan kekuatan luar biasa dengan bobot yang ringan, dengan desain yang terinspirasi langsung dari mesin Ferrari Daytona SP3 dan tombol pendorong menyerupai lampu belakang SF90 Stradale. ●

Trump's Trade War

Presiden Amerika Serikat menetapkan kebijakan penetapan tarif impor atau tarif timbal balik sangat tinggi pada mitra dagangnya.



Kebijakan tarif yang diumumkan Presiden Amerika Serikat pada 2 April 2025 lalu, mengguncang banyak negara. Jika Trump menyebutnya sebagai “Hari Pembebasan” (*Liberation Day*) bagi perekonomian Amerika Serikat, situasinya berbeda dengan negara lain yaitu menciptakan awan mendung serta ketidakpastian global. Indonesia merupakan salah satu yang terkena dampak kebijakan ini. Amerika Serikat menetapkan tarif impor sebesar 32 persen terhadap berbagai produk asal Indonesia. Posisi Indonesia dihitung menjadi negara dengan perubahan tertinggi kedelapan setelah negara mitra lain di negara ASEAN seperti Vietnam (46 persen), Malaysia (24 persen) dan Thailand (36 persen).

Meski pemberlakuan tarif ditangguhkan dan dalam tahap negosiasi dalam jangka waktu 90 hari terhitung sejak 9 April 2025. Namun ketidakpastian global melanda dunia. Indeks Harga Saham Gabungan (IHSG) pasca libur Lebaran 2025 sempat turun di kisaran 9,19 persen. Tak hanya Indonesia, bursa Asia dan Eropa juga turut melemah karena kekhawatiran terhadap perdagangan global. Kondisi ini membuat perekonomian dunia diprediksi melambat. Dalam laporan terbarunya pada 23 April 2025, IMF memproyeksikan ekonomi dunia hanya akan tumbuh 2,8 persen di 2025, turun dari estimasi sebelumnya sebesar 3,3 persen. Hal ini akibat konflik dagang yang berkepanjangan dan situasi yang penuh ketidakpastian yang memperbesar tekanan terutama pada negara-negara berkembang.

Perang dagang dipicu kebijakan tarif dari Presiden Amerika Serikat Trump dengan tarif timbal balik tinggi dan cakupan luas dengan mitra dagangnya.

Pasar Dalam Negeri

Menghadapi tantangan ini, pemerintah perlu mengambil langkah mitigasi yang strategis, spesifik dan terukur. Memperkuat resiliensi dan daya tahan ekonomi Indonesia menjadi penting dalam menghadapi tren pelemahan ekonomi global dan gejolak pasar keuangan yang masih akan berlanjut. Keberhasilan dalam negosiasi dagang dengan Amerika Serikat yang saling menguntungkan akan membantu memulihkan kepercayaan pada prospek ekonomi Indonesia.

Namun tidak kalah penting adalah memperkuat pasar domestik, menumbuhkan kecintaan terhadap produk dalam negeri, dan mendorong transformasi model bisnis pelaku usaha nasional. Di level global, kita melihat bagaimana China berhasil menjadi menjadi kekuatan industri ekspor nomor satu dunia, bukan semata karena subsidi ekspor atau upah murah, melainkan karena mereka berhasil membangun pasar domestik yang sangat besar dan tangguh. China memperkuat pasar dalam negeri, mendorong produk lokal naik kelas dan memperbaiki rantai pasok nasional agar tidak terlalu bergantung pada ekspor. Tak heran, saat

ini banyak produk China dari elektronik, tekstil, otomotif, mode, kecantikan hingga gaya hidup justru dicari pasar dunia, karena harga yang terjangkau dan produk yang bermutu.

Indonesia punya modal serupa. Populasi lebih dari 280 juta jiwa, adanya kelas menengah dan geliat ekonomi digital yang kian aktif. Hanya saja tantangan kita adalah mengubah pola pikir dari orientasi luar negeri menjadi kebanggaan terhadap produk dalam negeri.

Pemerintah bisa menggunakan momentum perang tarif ini untuk mempercepat kampanye “Bangga Buatan Indonesia” dan “Cintai Produk Dalam Negeri” secara lebih serius dan terintegrasi, tak sekadar seremonial. Di tengah tekanan global saat ini, justru pasar domestik bisa menjadi benteng pertahanan kokoh dan fondasi pertumbuhan, bukan sekadar pelengkap



Salah satu langkah strategis mengatasi perang tarif adalah memperkuat pasar dalam negeri. Masyarakat Indonesia harus bangga terhadap produk buatan bangsa sendiri.

ekspor. Sejatinya, kekuatan sebuah bangsa tak hanya kemampuan menembus pasar luar, tapi juga pada keberhasilan apa yang kita buat, produksi dan kita hasilkan layak untuk dihargai, dikonsumsi dan dibanggakan oleh rakyatnya. Sebagaimana kalimat emas dari Bapak Proklamator Ir. Soekarno, “Hanya bangsa yang berani mengambil nasib dalam tangan sendiri, akan dapat berdiri dengan kuat.” ●

Prospek Ekonomi Indonesia 2025

Di tengah ketidakpastian ekonomi global, pemerintah menjaga stabilitas dan optimisme dengan reformasi dan kebijakan strategis.



Ketidakpastian global, termasuk ketegangan geopolitik, kebijakan ekonomi Amerika Serikat (AS) di bawah pemerintahan Donald Trump, dan perlambatan ekonomi Tiongkok, menimbulkan risiko yang signifikan. Penguatan dollar AS telah meningkatkan biaya impor, sementara potensi perang dagang dapat mengganggu pasar ekspor utama. Berbagai tekanan kondisi eksternal ini yang membuat Dana Moneter Internasional (IMF) pada April 2025 lalu, memangkas pertumbuhan ekonomi Indonesia pada 2025 hanya akan tumbuh menjadi 4,7 persen. Angka ini lebih

Ekonomi Indonesia diproyeksikan pada tahun 2025 berpotensi melambat akibat perang tarif dan iklim ketidakpastian global.

rendah dibandingkan proyeksi sebelumnya yang mencapai 5,1% dan juga lebih rendah dibandingkan realisasi tahun 2024 yang berada di *level* 5%.

Meski demikian, IMF melihat konsumsi swasta di Indonesia diprediksi masih akan tangguh, walaupun cenderung moderat akibat terbatasnya ketersediaan lapangan kerja berkualitas. Di sisi lain, investasi asing langsung (FDI) tetap dipandang sebagai sumber utama pendanaan eksternal Indonesia, dengan fokus besar diarahkan pada sektor hilirisasi industri nasional, khususnya dalam pengolahan nikel dan energi terbarukan. Hal ini harus didukung ekosistem investasi yang kondusif dan efisien serta penyederhanaan regulasi yang dinilai menghambat investasi.

Gubernur Bank Indonesia (BI) Perry Warjiyo tetap optimistis, memproyeksikan pertumbuhan ekonomi Indonesia antara 4,7% hingga 5,5% pada tahun 2025. Hal ini ditopang kekuatan fundamental perekonomian Indonesia dengan sejumlah indikator positif seperti inflasi yang terkendali, konsumsi rumah tangga masih tumbuh positif, meski untuk kelompok menengah ke bawah ada penurunan.

Dana Moneter Internasional (IMF) memangkas pertumbuhan ekonomi Indonesia pada 2025 hanya akan tumbuh menjadi 4,7 persen.



IMAGES: THE DIPLOMAT.COM

Selanjutnya keyakinan konsumen terhadap kondisi ekonomi terjaga. Hal ini tercermin dari Indeks Keyakinan Konsumen (IKK) April 2025 yang berada pada level optimis sebesar 121,7, lebih tinggi dibandingkan dengan indeks pada bulan sebelumnya sebesar 121,1. Di sisi perdagangan internasional, neraca perdagangan Indonesia periode Januari-Februari 2025 mencatatkan surplus 6,59 miliar dollar AS. Surplus ini lebih tinggi dibandingkan dengan surplus di periode yang sama pada tahun 2024 yang mencapai 2,83 miliar dollar AS. “Melalui upaya kolaboratif dan kebijakan yang hati-hati, kita dapat menavigasi ketidakpastian dan mencapai pertumbuhan berkelanjutan,” jelas Perry Warjiyo dalam rapat Dewan Gubernur BI pada April 2025 lalu.

Ke depan gejolak global dan eskalasi kebijakan tarif Trump berisiko menciptakan ketidakpastian serta menekan arus perdagangan internasional, untuk itu Presiden Prabowo Subianto dalam pidato

“Kolaborasi antara pemerintah, sektor swasta, para pekerja, dan masyarakat. Mari kita bangun ekonomi kita ke depan dengan penuh optimisme.”

kenegaraannya mengajak seluruh elemen bangsa untuk tetap bersatu dan percaya diri dalam menghadapi tantangan ekonomi global. “Kita butuh kolaborasi antara pemerintah, sektor swasta, para pekerja, dan masyarakat. Mari kita bersama-sama bangun ekonomi kita ke depan dengan penuh optimisme,” ungkap Presiden Prabowo Subianto penuh semangat. ●



Babak Baru Bank Mandiri Semangat Baru Menuju Jejak Sukses

Dengan formasi kepemimpinan yang diperbarui serta fokus kuat pada kepuasan para nasabah, Bank Mandiri menyambut era baru dengan kinerja gemilang.



Di tengah tantangan ekonomi global dan ekspektasi nasabah yang terus berkembang, Bank Mandiri sebagai salah satu institusi keuangan terbesar di Tanah Air terus memantapkan diri menuju horizon masa depan cemerlang.

Ada babak baru yang sedang ditulis PT Bank Mandiri (Persero) Tbk. Dalam Rapat Umum Pemegang Saham Tahunan (RUPST) yang berlangsung di Jakarta pada Selasa, Maret 2025 lalu, keputusan strategis diumumkan: Darmawan Junaidi resmi kembali dipercaya sebagai Direktur Utama Bank Mandiri untuk masa jabatan 2025-2030. Di balik keputusan ini, terbaca dengan jelas kepercayaan pemegang saham terhadap kepemimpinan yang telah membawa Bank Mandiri menavigasi perubahan besar lima tahun terakhir—

baik di sisi teknologi, performa keuangan, maupun budaya organisasi.

Namun perubahan ini tak berhenti di kursi pucuk pimpinan. Sebagai bagian dari restrukturisasi RUPS tersebut juga memperkenalkan susunan direksi dan komisaris baru, yang bukan hanya menunjukkan penyegaran, tapi juga arah yang semakin inklusif, profesional dan progresif.

Visi Strategis di Bawah Kepemimpinan Berpengalaman

Darmawan Junaidi bukanlah figur asing. Bankir senior ini adalah simbol kesinambungan yang juga membawa semangat pembaruan. Lulusan Universitas Sriwijaya, Palembang, Sumatra Selatan ini telah melewati berbagai peran strategis sejak bergabung dengan Bank Mandiri pada

Juni 1999—dari *treasury* hingga perbankan internasional. Kepemimpinannya dikenal solid, dengan fokus pada digitalisasi, penguatan ekosistem bisnis, dan peningkatan daya saing internasional.

Dalam lima tahun terakhir, di bawah arahan kepemimpinan Darmawan Junaidi, Bank Mandiri berhasil membukukan pertumbuhan laba yang impresif. Tahun 2024, laba bersih tercatat menembus Rp 55 triliun—rekor baru dalam sejarah bank ini.



Visi Bank Mandiri ke depan yaitu tak hanya berjaya di pentas nasional tapi juga siap menjadi pemimpin di industri finansial se-Asia Tenggara pada tahun 2032.

Selanjutnya Bank Mandiri berhasil meraih posisi teratas sebagai bank BUMN nomor satu dalam daftar Forbes World's Best Banks 2025. Pencapaian ini merupakan kelima kalinya Bank Mandiri secara berturut-turut masuk dalam daftar Forbes World's Best Banks sejak 2021. Hal ini mencerminkan konsistensi Bank Mandiri dalam menjaga kepercayaan nasabah, berinovasi, dan meningkatkan pengalaman nasabah. Selanjutnya, menemani Darmawan dalam menjalankan misi ini adalah Riduan, Wakil Direktur Utama yang baru diangkat. Kombinasi keduanya menyatukan pengalaman teknokratik dan pendekatan bisnis yang adaptif—keduanya menjadi fondasi kuat untuk membawa Bank Mandiri lebih lincah, tangguh dan relevan di era digital.



Jajaran Direksi dan Komisaris

Komposisi baru dalam jajaran direksi dan komisaris Bank Mandiri mencerminkan niat untuk menjaga kesinambungan sekaligus membuka ruang untuk pengembangan, inovasi serta kemajuan di masa depan.

Berikut susunan komisaris dan direksi perseroan hasil RUPST Bank Mandiri:

Dewan Komisaris

- Komisaris Utama/Independen: Kuswiyoto*
- Wakil Komisaris Utama/Independen: Zainudin Amali
- Komisaris: Muhammad Yusuf Ateh
- Komisaris: Luky Alfirman*
- Komisaris: Yuliot*
- Komisaris Independen: Mia Amati*

Dewan Direksi

- Direktur Utama: Darmawan Junaidi
- Wakil Direktur Utama: Riduan*
- Direktur Operations: Toni E.B. Subari
- Direktur Information Technology: Timothy Utama
- Direktur Human Capital & Compliance : Eka Fitria*
- Direktur Risk Management: Danis Subyantoro
- Direktur Commercial Banking: Totok Priyambodo
- Direktur Corporate Banking: M. Rizaldi*
- Direktur Consumer Banking: Saptari*
- Direktur Network & Retail Funding : Jan Winston Tambunan*
- Direktur Treasury & International Banking: Ari Rizaldi*
- Direktur Finance & Strategy: Novita Anggraini*

**Efektif setelah lulus fit dan proper test dari OJK*

Dengan struktur manajemen yang baru, serta arah layanan yang lebih profesional, fokus pada kepuasan pelanggan, inovasi, serta adanya investasi besar di bidang digitalisasi. Bank Mandiri di bawah

kepemimpinan Darmawan Junaidi dan jajaran direksi bukan hanya bersiap untuk menghadapi masa depan dengan kinerja yang cemerlang-namun mereka sedang menciptakan serta mewujudkannya. ●



Ultimate of Elegance

Musim *spring/summer* tahun ini menghadirkan sebuah narasi mode yang lebih bebas, dengan padu padan warna tak terbatas. Lewat koleksi-koleksi terbarunya, para desainer dan rumah mode dunia mencoba memberi keanggunan, serta kekuatan mode yang penuh pesona. Semangat ini mereka tuangkan lewat sentuhan estetika yang ringan dalam setiap koleksi yang ditampilkan. Berikut rekomendasi mode dari para desainer terkemuka yang menarik untuk dicoba.

Tank Tops

Di antara semua item pakaian musim ini, tank top kembali meraih sorotan dengan tampilan baru yang inovatif. Kini, ia bukan lagi sekadar pakaian dalam atau lapisan dasar, tetapi menjelma menjadi bagian penting dari mode. Sejumlah rumah mode, seperti Hermès dan Dior, menghadirkan *tank top* dengan pola serta warna halus yang mudah dipadukan.



Black Outfit

Di tengah koleksi warna-warna cerah, warna hitam tetap memiliki daya tarik tersendiri. Pada koleksi musim ini, para desainer banyak menghadirkan gaya misteri dengan daya tarik *gothic*. Saint Laurent menampilkan gaun bohemian lembut yang dipadukan dengan jaket kulit berat, sementara Chloe mengeluarkan jaket bermotif yang menawan.

Skirts-Over-Pants

Tren mengenakan rok di atas celana kembali muncul dengan berbagai interpretasi unik. Johanna Parv memilih gaya *sporty* dengan bahan ringan, sementara Polo Ralph Lauren memilih warna khaki yang natural. Gaya *skants* ini menjadi simbol kebebasan dalam berpakaian dan memperkaya narasi mode untuk ruang eksperimental.





Khaki and Olive

Utilitarianisme kembali menjadi pusat perhatian, kali ini dengan estetika militer yang diperhalus. Sacai menampilkan celana kargo dengan banyak saku fungsional, sementara Gucci bermain dalam rona gurun dan hijau zaitun. Tak hanya praktis, koleksi ini juga mencerminkan semangat dan daya tahan. Mode musim ini menjadi cermin dari masyarakat yang terus bergerak dan tak pernah berhenti bereksplorasi.

Para desainer dan rumah mode dunia menampilkan desain terbaik mereka.



Classic Skirt

Rok dengan lipatan hadir dalam berbagai interpretasi: dari lipatan mikro hingga model zig-zag dan *pleats* klasik. Miu Miu menampilkan rok midi berwarna cerah dari kulit, sedangkan Bottega Veneta menghadirkan rok panjang dengan lipatan besar. Dengan sentuhan mode, *pleated skirt* menjadi item serbaguna yang bisa digunakan dalam berbagai kesempatan dan gaya pakaian. ●

Sporty

Gaya *athleisure* untuk musim panas masih mendominasi. Miu Miu, GCDS, dan Tolu Coker menghadirkan jaket track berwarna, sementara Ferragamo dan Simone Rocha mengeksplorasi nuansa lebih feminin. Gaya *sporty* ini membuktikan bahwa kepraktisan bisa tampil berkelas, menegaskan bahwa gaya hidup aktif dan modis bisa berjalan berdampingan.

Plaid for Spring

Plaid kembali hadir, kali ini dengan sentuhan elegan khas musim semi. Gaun maxi kotak-kotak dari Bottega Veneta menghadirkan *outer* panjang dengan siluet feminin, sementara Matthieu Blazy mengeksplorasi motif ini lewat *outerwear* yang maskulin namun lembut. Nuansa *grunge* dihadirkan dalam wujud yang lebih halus, menandakan bahwa semangat kebebasan bisa diwujudkan dalam bentuk mode yang elegan.



Masculine Look

Anthony Vaccarello di Saint Laurent menghadirkan koleksi dengan pendekatan maskulin yang kuat. Jas dengan kemeja dan dasi menjadi lambang ketegasan dan kekuasaan. Willy Chavarría, Nicholas Daley, dan Ann Demeulemeester juga mengeksplorasi maskulinitas dari berbagai sudut pandang. Kehadiran koleksi maskulin di musim ini memperkaya spektrum gender dalam dunia mode yang berkembang.



Rahasia Diet Mediterania

Mengenal gaya hidup sehat terbaik di dunia.



Pola hidup sehat kian menjadi perhatian masyarakat modern. Demi memperoleh kesehatan holistik, mereka melakukan berbagai macam cara, termasuk melakukan diet. Di tengah maraknya tren diet yang bermunculan, diet Mediterania menjadi salah satu rekomendasi utama para ahli gizi dan pakar kesehatan dunia. Tidak hanya dikenal karena manfaat kesehatan yang luar biasa, diet ini juga menawarkan pendekatan seimbang dan berkelanjutan terhadap gaya hidup sehat. Berdasarkan pola makan tradisional negara-negara di sekitar Laut Mediterania, seperti Italia, Yunani, dan Spanyol, diet ini telah menjadi simbol yang diwariskan turun-temurun dan kini diakui secara global sebagai diet kesehatan terbaik.

Keunggulan utama diet Mediterania terletak pada keseimbangan antara konsumsi nabati, protein, dan lemak baik. Bahan makanan seperti, sayuran segar, buah, kacang-kacangan, biji-bijian utuh, minyak zaitun, serta ikan menjadi komponen utama dalam menu harian. Daging merah hanya dikonsumsi sesekali, sementara produk susu dikonsumsi dalam jumlah tertentu. Selain itu, pola makan ini mendorong konsumsi makanan alami tanpa diproses, sehingga tubuh tidak dibebani zat aditif atau pengawet berlebihan.

Menariknya, diet Mediterania tidak hanya mengatur jenis makanan semata, tetapi juga menekankan pentingnya cara dan suasana dalam mengonsumsi makanan. Tradisi makan bersama keluarga, menikmati hidangan dengan tenang, dan menghargai

Diet Mediterania digemari banyak orang karena menerapkan pola makan yang baik, serta menu makanan yang lezat, sehingga dianggap mudah dilakukan.

kualitas rasa menjadi bagian dari pola makan ini. Dengan demikian, diet ini tidak sekadar menjadi program penurunan berat badan, melainkan gaya hidup holistik yang mendorong keseimbangan fisik, emosional, dan sosial. Hal ini menjadikannya berbeda dari berbagai jenis diet ketat lainnya yang cenderung bersifat sementara dan terkadang membatasi secara ekstrem.

Sejumlah penelitian ilmiah telah memperkuat pamor diet Mediterania ini sebagai pola makan paling sehat. Dalam berbagai studi diketahui bahwa individu yang menjalani diet ini memiliki risiko lebih rendah terhadap penyakit kronis seperti penyakit jantung, diabetes tipe 2, hipertensi, hingga kanker. Tidak hanya itu, diet ini juga terbukti berperan dalam menjaga kesehatan otak dan mengurangi risiko gangguan kognitif seperti *Alzheimer* dan demensia. Hal ini tentu tidak lepas dari kandungan antioksidan tinggi serta asam lemak yang terdapat dalam komponen utama diet Mediterania.

Lebih lanjut, diet Mediterania juga mendukung kesehatan sistem pencernaan karena tingginya konsumsi serat dari buah-buahan, sayuran, dan biji-bijian. Kombinasi antara makanan berserat, *probiotik* alami dari yogurt, dan anti inflamasi alami dari



minyak zaitun menciptakan lingkungan pencernaan optimal, yang pada akhirnya berkontribusi pada kesehatan tubuh secara menyeluruh.

Selain manfaat kesehatan, daya tarik diet Mediterania juga terletak pada kelezatan dan keragaman rasa yang ditawarkan. Kombinasi rasa dari bahan makanan yang digunakan menciptakan pengalaman kuliner yang memuaskan tanpa membebani para peminat diet. Tidak heran jika banyak orang yang mampu mempertahankan pola makan ini dalam jangka panjang karena kenyamanan yang ditawarkan.



“Diet Mediterania menyeimbangkan konsumsi nabati, protein, dan lemak baik.”



Diet Mediterania secara konsisten menempati peringkat tertinggi dalam berbagai survei diet global, termasuk yang dirilis oleh US News & World Report setiap tahunnya. Diet ini dianggap sebagai kombinasi terbaik antara efektivitas, kemudahan, dan manfaat jangka panjang. Di tengah meningkatnya kesadaran akan pentingnya gaya hidup sehat dan berkelanjutan, diet Mediterania hadir sebagai solusi yang tidak hanya menyehatkan tubuh, tetapi juga memperkaya hidup secara menyeluruh. ●



Hypnotherapy for Wellness

Menyelami kekuatan pikiran untuk kesehatan dan kecantikan diri.

Kesehatan menjadi aspek yang semakin dicari banyak orang, baik dari secara fisik maupun mental. Namun, upaya untuk mencapainya tidak selalu cukup dengan perawatan luar semata, diperlukan pula keseimbangan dari dalam. Di sinilah hipnoterapi hadir sebagai alternatif yang menawarkan pendekatan dari dalam diri, dengan memanfaatkan kekuatan pikiran bawah sadar untuk menyembuhkan, meremajakan, dan meningkatkan kualitas hidup secara menyeluruh.

Hipnoterapi merupakan bentuk terapi yang menggunakan teknik hipnosis untuk membawa seseorang ke dalam kondisi trance —keadaan rileks yang sangat dalam namun tetap sadar. Dalam kondisi ini, pikiran

bawah sadarmenjadi lebih terbuka terhadap sugesti positif, sehingga memungkinkan perubahan pola pikir, kebiasaan, bahkan kondisi fisik secara signifikan. Berbeda dengan hipnosis yang kerap dianggap sebagai hiburan, hipnoterapi memiliki dasar ilmiah dan telah digunakan di dunia medis dan psikologis untuk membantu berbagai gangguan, mulai dari kecemasan, insomnia, hingga trauma.

Hipnoterapi telah terbukti mampu menjadi pelengkap dari pengobatan medis konvensional. Banyak pasien yang mengalami gangguan psikosomatik, seperti migrain, gangguan pencernaan, atau tekanan darah tinggi, menemukan bahwa akar dari masalah mereka berasal dari stres dan ketegangan emosional

yang tersimpan lama dalam alam bawah sadar. Dengan teknik hipnoterapi, pasien dapat mengakses dan melepaskan emosi yang terpendam tersebut, sehingga tubuh akan memberikan respons dengan penyembuhan alami.

Manfaat hipnoterapi rupanya tidak berhenti pada kesehatan fisik dan mental saja, tetapi juga merambah ke dunia kecantikan. Dalam hal ini, pikiran dan emosi yang berperan besar dalam cara seseorang memandang dirinya sendiri akan berdampak langsung pada penampilan luar. Banyak orang mengalami masalah kulit seperti jerawat, eksim, atau rambut rontok yang dipicu oleh stres kronis. Melalui hipnoterapi, pasien diajak untuk mengenali pola pikir negatif terhadap diri sendiri dan



“Hipnoterapi menjadi alternatif menjaga kesehatan secara holistik”

menggantinya dengan afirmasi positif yang membangun rasa percaya diri. Saat pikiran menjadi lebih tenang dan positif, hormon stres menurun, memungkinkan tubuh untuk memperbaiki kondisi kulit dan rambut secara alami.

Tidak hanya itu, hipnoterapi juga membantu memperbaiki hubungan individu dengan tubuhnya sendiri. Banyak perempuan, misalnya, merasa tidak puas dengan bentuk tubuh atau penampilan mereka, yang berujung pada kebiasaan diet ekstrem atau bahkan gangguan makan. Dalam kasus ini, hipnoterapi membuka ruang bagi individu untuk menerima dan mencintai diri mereka sendiri, tidak hanya secara fisik tetapi juga secara emosional. Sugesti positif yang ditanamkan dalam pikiran bawah sadar dapat memperkuat

Dengan hipnoterapi, kesehatan mental seseorang akan turut berdampak baik terhadap fisik.

rasa harga diri dan mendorong gaya hidup sehat yang berkelanjutan, bukan karena paksaan, tetapi karena cinta terhadap diri sendiri.

Meski demikian, penting untuk diketahui bahwa hipnoterapi bukanlah solusi instan atau pengganti pengobatan medis. Proses terapi ini memerlukan kepercayaan, keterbukaan, dan konsistensi dari pasien. Hasil dari hipnoterapi juga sangat bergantung pada keterampilan terapis dan kesiapan individu untuk berubah. Dengan bimbingan yang tepat, hipnoterapi mampu membuka potensi terbesar dalam diri seseorang yang selama ini tersembunyi oleh luka batin atau keyakinan negatif. ●



Classic-Modern Performance

Audi S6 Avant e-tron menghadirkan kenyamanan tak tertandingi.

Sistem elektrifikasi di dunia otomotif berkembang semakin pesat. Dalam satu dekade, berbagai pabrikan mobil dunia mulai memperkenalkan mobil tenaga listrik andalan mereka. Mengikuti perkembangan tersebut, Audi memperkenalkan evolusi mutakhirnya. Melalui Audi S6 Avant e-tron, pabrikan mobil asal Jerman ini menghadirkan kendaraan listrik bertenaga besar dengan efisiensi modern, sambil tetap mempertahankan karakter ikonik dari lini S6 yang legendaris. Kendaraan ini menjawab kerinduan para pecinta otomotif terhadap *wagon* performa tinggi yang menghadirkan sensasi berkendara mobil *sport*, namun fungsional sebagai kendaraan keluarga.

Transisi dari mesin pembakaran internal ke

tenaga listrik tidak serta merta menghapus esensi dari S6. Justru, Audi memperkaya model ini dengan performa yang lebih besar dibanding pendahulunya. Dengan *output* tenaga mencapai 543 *hp* dan akselerasi 0-60 *mph* dalam 3,7 detik, S6 Avant e-tron mampu menyaingi varian S6 bermesin V10 atau V8 *twin-turbo*. Sebagai kendaraan listrik murni, mobil ini mengandalkan motor di tiap poros untuk menghadirkan sistem penggerak *quattro all-wheel drive*, yang menjadi ciri khas Audi.

Keunggulan tidak berhenti di sisi performa. Ditenagai oleh baterai 100 *kWh* dan sistem kelistrikan 800 *volt*, Audi S6 Avant e-tron menawarkan jangkauan hingga 521 km dalam sekali pengisian daya. Proses pengisian pun sangat efisien, di mana baterai dapat terisi dari 10 persen hingga 80 persen hanya dalam waktu 21 menit dengan daya 270 *kW*. Hal ini menjadikan S6 sebagai kendaraan yang tidak hanya bertenaga,

tetapi juga sangat praktis untuk kebutuhan sehari-hari maupun perjalanan jauh.

Jika dibandingkan dengan mobil listrik performa tinggi lain seperti Tesla Model S Plaid, S6 memang kalah dalam hal



akselerasi. Namun, Audi menysasar pasar yang lebih mengedepankan *versatility* dan kenyamanan berkendara daripada *power* besar. S6 Avant e-tron memiliki kemampuan yang membuatnya cocok untuk hampir semua situasi, dari perjalanan panjang hingga jalan pegunungan. Bahkan, kabin luasnya mampu mengakomodasi banyak kebutuhan.

Desain eksteriornya Audi S6 Avant e-tron berfokus terhadap aerodinamika efisien yang menghasilkan siluet ramping dan *slippery*, serta ditunjang dengan kamera

*Khanaan.official mempersembahkan
bespoke attire shirting dress di
Jakarta Muslim Fashion Week (JMFW)*



pengganti spion serta gril tertutup khas mobil listrik. Versi hatchback dari mobil ini bahkan disebut sebagai Audi paling aerodinamis yang pernah dibuat. Untuk model Avant, meski tidak seefisien versi Sportback, tetap menawarkan *refinement* luar biasa dengan memberikan kenyamanan di setiap perjalanan.

Tidak hanya eksterior, interior S6 Avant e-tron didesain dengan kemewahan modern. Dominasi bahan *suede* sintesis berwarna gelap memberikan nuansa modern dan *sporty*. Panel instrumen digital, *head-up display* berbasis *augmented reality*, serta layar *OLED* 14,5 inci yang melengkung menjadikan kabin ini pusat kendali dengan

teknologi mutakhir. Penumpang bahkan disuguhkan layar tersendiri berukuran 10,9 inci, yang bisa mengontrol audio dan navigasi. Meski dibekali teknologi mutakhir, Audi tetap memberikan opsi penyesuaian agar pengemudi bisa menyederhanakan tampilan sesuai preferensi mereka.

Dengan segala keunggulan yang ditawarkan, Audi S6 Avant e-tron layak menjadi pilihan mobil listrik dengan performa dan tampilan yang menjanjikan, terlebih bagi mereka yang ingin mempertahankan identitas klasik mobil keluaran Jerman ini dengan tenaga yang sepenuhnya modern dan ramah lingkungan. ●



Permata Aceh yang Mendunia

Kopi Gayo memiliki aroma dan cita rasa yang istimewa.

Di balik hamparan pegunungan hijau Aceh Tengah, tersembunyi sebuah kekayaan alam yang telah membawa harum nama Indonesia ke kancah internasional: kopi Gayo. Dikenal dengan cita rasa khas dan kualitas yang unggul, kopi Gayo tak hanya menjadi kebanggaan masyarakat Aceh, tetapi juga menjadi simbol keunggulan kopi Indonesia di mata dunia. Ditanam di dataran tinggi Gayo, yang berada pada ketinggian antara 1.200 hingga 1.700 meter di atas permukaan laut, kopi ini tumbuh dalam kondisi alam yang ideal untuk menghasilkan biji kopi berkualitas tinggi.

Keunggulan kopi Gayo tidak terlepas

Kopi Gayo memiliki banyak penggemar karena dinilai memiliki aroma dan rasa nikmat yang khas.

Ekosistem, kelembapan, dan kondisi tanah di Aceh sangat memengaruhi kualitas kopi Gayo.

dari faktor geografis dan iklim di wilayah Gayo. Tanah vulkanik yang subur, curah hujan yang cukup, serta suhu udara yang sejuk dan stabil sepanjang tahun menciptakan lingkungan yang sempurna bagi pertumbuhan kopi Arabika. Kondisi ini memungkinkan biji kopi berkembang secara perlahan, sehingga menghasilkan kompleksitas rasa yang lebih dalam. Dari aspek rasa, kopi Gayo memiliki karakter yang lembut, rendah keasaman, serta memiliki aroma *floral* dan *fruity* yang kuat. Kombinasi ini memberikan pengalaman minum kopi yang kaya dan menyenangkan, baik bagi pemula maupun pecinta kopi sejati.

Selain kondisi alam, proses budidaya kopi Gayo juga memegang peranan penting dalam menentukan kualitas akhir kopi. Mayoritas petani kopi Gayo masih menggunakan metode organik dan tradisional dalam merawat tanamannya. Mereka tidak menggunakan bahan kimia berlebihan, melainkan memanfaatkan pupuk alami dan menjaga ekosistem lingkungan secara berkelanjutan. Proses panen pun dilakukan secara selektif, yang kemudian diproses dengan metode khusus bernama *wet-hulled* atau dikenal sebagai “giling basah”, yang mampu memperkuat karakter rasa kopi.

Keistimewaan kopi Gayo semakin diakui dengan diperolehnya berbagai sertifikasi internasional. Salah satu yang paling membanggakan adalah sertifikat *Geographical Indication (GI)* yang

menunjukkan bahwa kopi Gayo merupakan produk asli dari wilayah tertentu dengan kualitas yang tidak dapat disamai oleh kopi dari daerah lain. Sertifikasi ini diberikan oleh Uni Eropa, Amerika Serikat, dan beberapa negara lain sebagai bentuk pengakuan terhadap keunikan dan otentisitas kopi Gayo. Tak hanya itu, kopi Gayo juga telah mendapatkan sertifikat organik dari lembaga-lembaga internasional seperti USDA (Amerika Serikat) dan EU Organic (Eropa), yang semakin memperkuat posisinya di pasar global.

Seiring dengan meningkatnya kesadaran masyarakat dunia terhadap kualitas kopi dan keberlanjutan lingkungan, kopi Gayo pun semakin diminati oleh para penikmat kopi di berbagai negara. Amerika Serikat, Jepang,

Korea Selatan, Jerman, dan Belanda menjadi pasar utama ekspor kopi Gayo. Bahkan di beberapa kafe dan restoran internasional ternama, kopi Gayo sering menjadi pilihan unggulan berkat karakteristik rasanya yang unik dan reputasinya sebagai kopi premium. Permintaan yang tinggi dari luar negeri tidak hanya mengangkat nama kopi Gayo, tetapi juga berdampak positif terhadap perekonomian petani lokal di Aceh.

Menariknya, kopi Gayo tidak hanya menjadi komoditas ekspor, tetapi juga bagian dari identitas budaya masyarakat Gayo. Minum kopi telah menjadi tradisi yang melekat dalam kehidupan sehari-hari mereka. Dalam berbagai kesempatan, mulai dari acara adat hingga pertemuan informal, kopi selalu hadir sebagai perekat

sosial. Budaya minum kopi yang hangat dan bersahabat ini turut menciptakan citra positif tentang keramahan masyarakat Gayo di mata dunia. ●



Kolintang: Simfoni Budaya Indonesia untuk Dunia

Alat musik ini membawa nilai luhur masyarakat Minahasa ke mancanegara.



IMAGES-NEWS.NET/COM

Pada akhir 2024 lalu, Indonesia kembali menjadi sorotan dunia internasional. Kali ini perhatian diberikan untuk penghormatan atas salah satu warisan budaya leluhur bangsa, yakni alat musik kolintang. Melalui keputusan UNESCO pada Desember 2024, kolintang resmi diakui sebagai Warisan Budaya Tak Benda Dunia. Pengakuan ini bukan hanya merupakan kehormatan simbolis bagi Indonesia, khususnya dari wilayah Sulawesi Utara, tetapi juga sebuah tonggak penting dalam pelestarian budaya Nusantara yang kian dihargai warga dunia.

Kolintang merupakan alat musik tradisional yang berasal dari Minahasa, Sulawesi Utara. Alat musik ini terdiri dari bilah-bilah kayu yang disusun berjajar dan dimainkan dengan cara dipukul menggunakan pemukul khusus. Kayu yang

digunakan biasanya berasal dari jenis pohon ringan namun memiliki resonansi yang kuat seperti kayu wenang, kayu waru, atau kayu cempaka. Keunikan kolintang terletak pada kemampuannya menghasilkan melodi yang lembut, merdu, dan penuh emosi. Masyarakat biasa menggunakannya sebagai instrumen utama dalam berbagai pertunjukan seni tradisional dan modern.

Kolintang sendiri menyimpan sejarah panjang dan nilai-nilai luhur yang diwariskan dari generasi ke generasi. Dalam kebudayaan Minahasa, kolintang dulunya digunakan dalam berbagai upacara adat, ritual penghormatan arwah leluhur, serta menjadi bagian dari perayaan panen dan kegiatan sosial masyarakat. Bahkan pada masa penjajahan, kolintang menjadi simbol perlawanan masyarakat terhadap ketidakadilan. Oleh karenanya,



Pengakuan dari UNESCO ini tentu membawa dampak besar, tidak hanya terhadap pelestarian budaya, tetapi juga pada peningkatan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya menjaga warisan leluhur. Sejak pengakuan ini diumumkan, antusiasme masyarakat, khususnya generasi muda, untuk mempelajari dan memainkan kolintang semakin meningkat. Banyak sekolah dan sanggar seni mulai memasukkan kolintang dalam kurikulum kesenian mereka. Bahkan di luar negeri, seperti di Belanda dan Amerika Serikat, komunitas diaspora Indonesia mulai aktif memperkenalkan kolintang melalui pertunjukan seni dan *workshop* budaya.

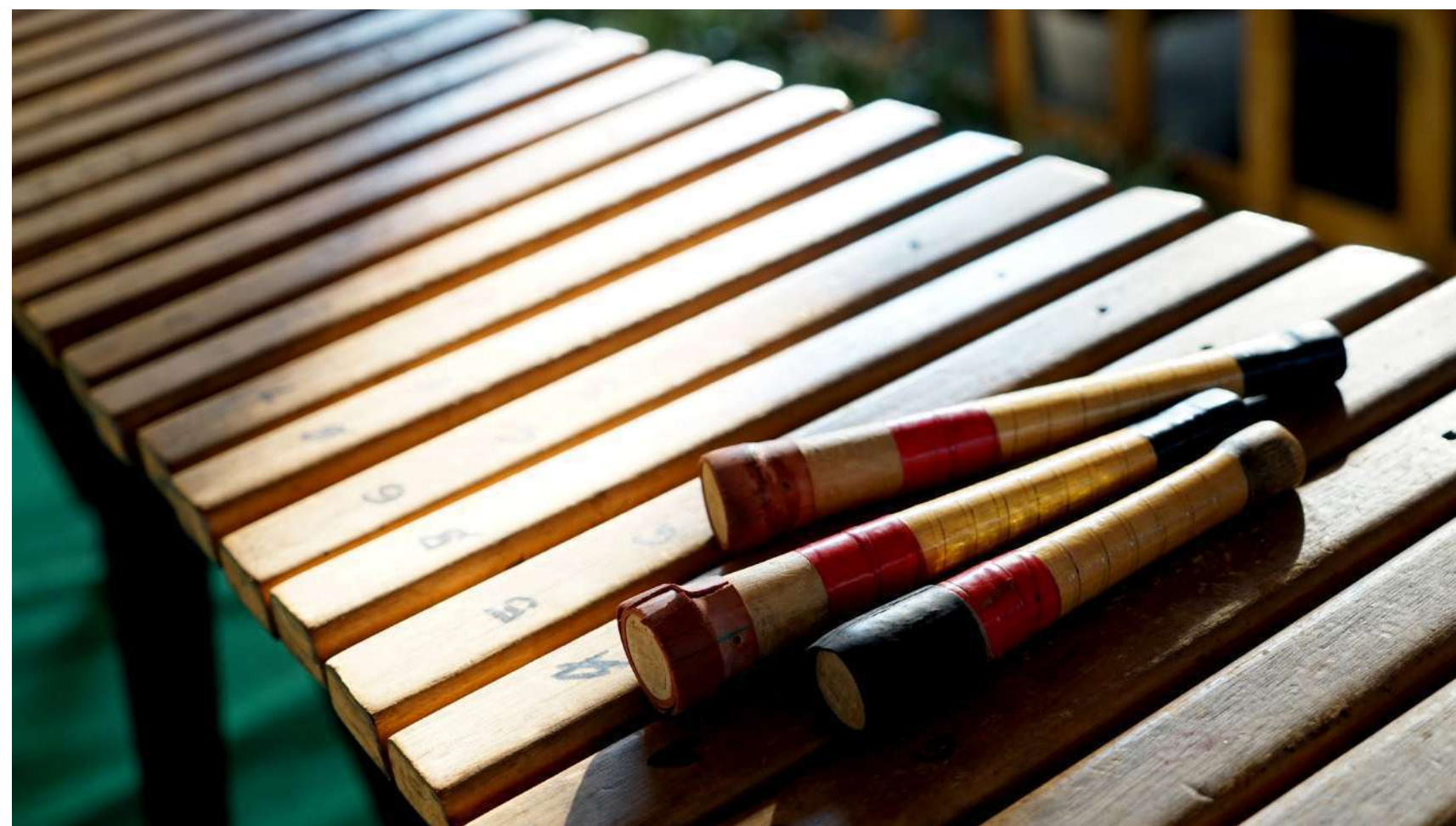
Tidak hanya itu, pengakuan UNESCO juga membuka peluang ekonomi baru, khususnya bagi para perajin kolintang dan pelaku seni pertunjukan. Produk-produk kolintang kini semakin diminati sebagai cenderamata budaya, dan permintaan

nilai budaya kolintang tidak hanya sebatas pada fungsinya sebagai alat musik, tetapi lebih jauh lagi sebagai simbol yang telah menyatu dengan kehidupan masyarakat Minahasa.

Proses pengakuan kolintang sebagai warisan budaya tak benda oleh UNESCO bukanlah proses yang singkat. Pemerintah Indonesia, melalui Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi, telah mengajukan nominasi kolintang ke UNESCO sejak beberapa tahun lalu. Didukung oleh para budayawan, komunitas kolintang, dan akademisi, proses dokumentasi dilakukan secara menyeluruh, mulai dari sejarah, teknik pembuatan, cara memainkan, hingga peran kolintang dalam kehidupan masyarakat.



Bambu dalam alat musik kolintang ukurannya diatur sedemikian rupa agar menghasilkan suara dan nada yang beragam.



untuk pertunjukan kolintang baik dalam negeri maupun mancanegara pun semakin meningkat. Namun demikian, tantangan ke depan juga tidak sedikit. Pelestarian kolintang membutuhkan sinergi antara pemerintah, komunitas budaya, lembaga pendidikan, dan masyarakat umum.

Tidak ketinggalan, upaya digitalisasi dan dokumentasi pun terus dilakukan untuk memastikan keberlanjutan pengetahuan mengenai teknik pembuatan dan permainan kolintang. Selain itu, penting pula untuk menciptakan ruang kreatif yang memungkinkan kolintang beradaptasi dengan perkembangan musik modern tanpa kehilangan jati dirinya sebagai alat musik tradisional. ●

Living in Harmony with Nature

Tren global menuju keharmonisan bumi dan manusia.

Dalam beberapa tahun terakhir, tren gaya hidup yang selaras dengan alam berkembang secara global. Masyarakat di berbagai belahan dunia semakin meningkatkan kesadaran akan dampak perubahan iklim akibat polusi lingkungan dan eksploitasi sumber daya alam yang berlebihan. Hal itu membuat banyak orang mulai mencari cara hidup yang lebih berkelanjutan dan ramah lingkungan.

Dalam berbagai penelitian ilmiah di universitas ternama dunia, diketahui bahwa gaya hidup ini rupanya bukan sekadar tren sementara, melainkan bentuk transformasi cara berpikir dan bertindak manusia



dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Mereka mulai menginginkan hidup yang lebih harmonis dengan alam tanpa mengorbankan kualitas hidup.

Perubahan pola konsumsi menjadi salah satu kunci utama dari gaya hidup selaras dengan alam. Dewasa ini, semakin banyak individu yang memilih untuk mengurangi penggunaan plastik sekali pakai, beralih ke produk-produk tahan lama dan organik, serta menerapkan prinsip-prinsip keberlanjutan. Di bidang fashion, misalnya, konsep *slow fashion* mulai menggantikan *fast fashion* karena lebih menghargai proses produksi yang etis dan penggunaan material ramah lingkungan. Di bidang pangan, masyarakat mulai memperhatikan asal-usul makanan mereka, memilih produk yang bebas pestisida, tidak melalui proses rekayasa genetika, dan dihasilkan dengan metode pertanian berkelanjutan.





Selain itu, gaya hidup seperti ini juga terlihat dari meningkatnya ketertarikan terhadap aktivitas di luar ruangan, seperti hiking, berkemah, berkebun, hingga sekadar berjalan kaki di taman kota. Kegiatan-kegiatan tersebut tidak hanya bermanfaat bagi kesehatan fisik dan mental, tetapi terbukti memperkuat ikatan emosional antara manusia dan alam. Banyak penelitian menunjukkan bahwa berinteraksi dengan alam secara langsung dapat menurunkan tingkat stres, meningkatkan konsentrasi, dan memperbaiki suasana hati. Hal ini membuat masyarakat modern yang hidup di tengah tekanan urbanisasi merasa kebutuhan untuk kembali ke alam semakin mendesak.



Kecenderungan ini juga berdampak pada pola tempat tinggal. Masyarakat mulai menerapkan rumah dengan ventilasi alami, pencahayaan maksimal dari sinar matahari, penggunaan bahan-bahan alami seperti

Menempatkan tanaman hijau di sekitar tempat tinggal, serta memperbanyak cahaya matahari yang masuk menjadi salah satu cara gaya hidup yang selaras dengan alam.

kayu, batu, dan rotan. Bahkan konsep rumah hijau yang hemat energi, dilengkapi dengan panel surya dan pengelolaan air yang efisien, menjadi simbol gaya hidup ramah lingkungan.

Tak hanya individu, perusahaan dan pemerintah juga mulai berperan aktif dalam mempromosikan gaya hidup selaras dengan alam. Banyak perusahaan yang kini mengadopsi prinsip *green business* dalam operasionalnya, mulai dari penggunaan energi terbarukan, pengelolaan limbah yang bertanggung jawab, hingga pelaporan keberlanjutan secara transparan. Pemerintah di berbagai negara pun mulai menerapkan kebijakan yang mendukung gaya hidup hijau, seperti pengurangan emisi karbon, penghijauan kota, dan pengembangan transportasi publik yang lebih ramah lingkungan.

Perkembangan teknologi turut memberikan angin segar bagi gaya hidup ramah lingkungan. Inovasi dalam bidang energi terbarukan, seperti panel surya yang lebih efisien dan kendaraan listrik yang kian terjangkau, membuka peluang besar untuk mengurangi ketergantungan pada sumber daya fosil. Teknologi digital juga memungkinkan pertukaran informasi yang cepat mengenai praktik-praktik keberlanjutan, sekaligus memperkuat jaringan komunitas hijau yang tersebar di berbagai penjuru dunia.

Sebagai individu, langkah kecil seperti membawa botol minum sendiri, menanam pohon, atau memilih produk lokal adalah awal dari perubahan besar. Ketika semakin banyak orang yang sadar dan memilih hidup berdampingan dengan alam, maka masa depan yang lebih bersih, sehat, dan berkelanjutan bukanlah sekadar impian. ●

Pesona Pulau Komodo

Rumah dari reptil raksasa ini menjadi destinasi kelas dunia yang patut dikunjungi.

Pemandangan di sekitar Pulau Komodo amat mengagumkan dengan gugusan pulau kecil di sekitarnya.



Indonesia dikenal sebagai negeri kepulauan dengan ribuan destinasi alam yang tersebar dari Sabang hingga Merauke. Ada begitu banyak tempat menakjubkan dengan daya tarik wisata kelas dunia. Namun di antara sekian banyak tempat, Pulau Komodo di Nusa Tenggara Timur menempati posisi istimewa. Pulau ini bukan hanya menjadi kebanggaan nasional, tetapi juga telah diakui dunia internasional sebagai salah satu destinasi wisata terbaik.

Terletak di antara Pulau Sumbawa dan Flores, Pulau Komodo merupakan bagian dari taman nasional yang dikelola oleh pemerintah Indonesia dan telah ditetapkan sebagai Situs Warisan Dunia UNESCO sejak 1991. Taman nasional ini tidak hanya mencakup Pulau Komodo, tetapi juga Pulau Rinca, Pulau Padar, dan beberapa pulau kecil lainnya yang membentuk gugusan habitat alami bagi komodo (*Varanus komodoensis*), reptil purba yang hanya bisa ditemukan di wilayah ini. Kehadiran satwa



langka tersebut menjadi daya tarik utama yang tak dapat ditemukan di belahan bumi manapun.

Pulau Komodo menawarkan pesona lanskap yang luar biasa. Hamparan savana yang luas, bukit-bukit berbentuk kerucut, pemandangan tiga teluk berwarna berbeda dan garis pantai yang eksotis membentuk panorama memukau di setiap sudut pulau. Tidak hanya di daratan, kehidupan bawah laut di sekitar Pulau Komodo juga menjadi surga bagi para penyelam. Perairan di wilayah ini merupakan bagian dari *coral triangle* yang dikenal dengan keragaman hayati laut tertinggi di planet ini. Ratusan spesies ikan, hiu, pari manta, penyu, hingga terumbu karang masih terjaga dengan baik. Hal itu menjadi daya tarik utama bagi para pecinta *snorkeling* dan *diving*.

Dengan keindahan yang luar biasa tersebut, tidak mengherankan jika Pulau Komodo kerap masuk dalam daftar destinasi terbaik dunia versi berbagai

media internasional. National Geographic, Lonely Planet, hingga TripAdvisor secara konsisten menempatkan Pulau Komodo sebagai tempat yang wajib dikunjungi sekali seumur hidup. Bahkan, pulau ini pernah masuk dalam nominasi 7 Keajaiban Dunia Alam berkat pesonanya yang sulit ditandingi.

Namun daya tarik Pulau Komodo tidak hanya berasal dari alam dan fauna semata. Keberagaman budaya lokal dari masyarakat di sekitar pulau, seperti di Labuan Bajo sebagai pintu gerbang menuju Pulau Komodo, juga turut memperkaya pengalaman wisata di sana. Para wisatawan dapat menyaksikan kehidupan masyarakat nelayan, menikmati makanan laut segar,

Komodo hidup bebas dalam wilayah konservasi yang dijaga dan dipelihara dengan baik.



Selain menjelajahi daratan, berlayar di perairan Komodo dapat menjadi opsi yang menarik.



hingga mengunjungi desa-desa tradisional yang masih mempertahankan warisan budaya leluhur.

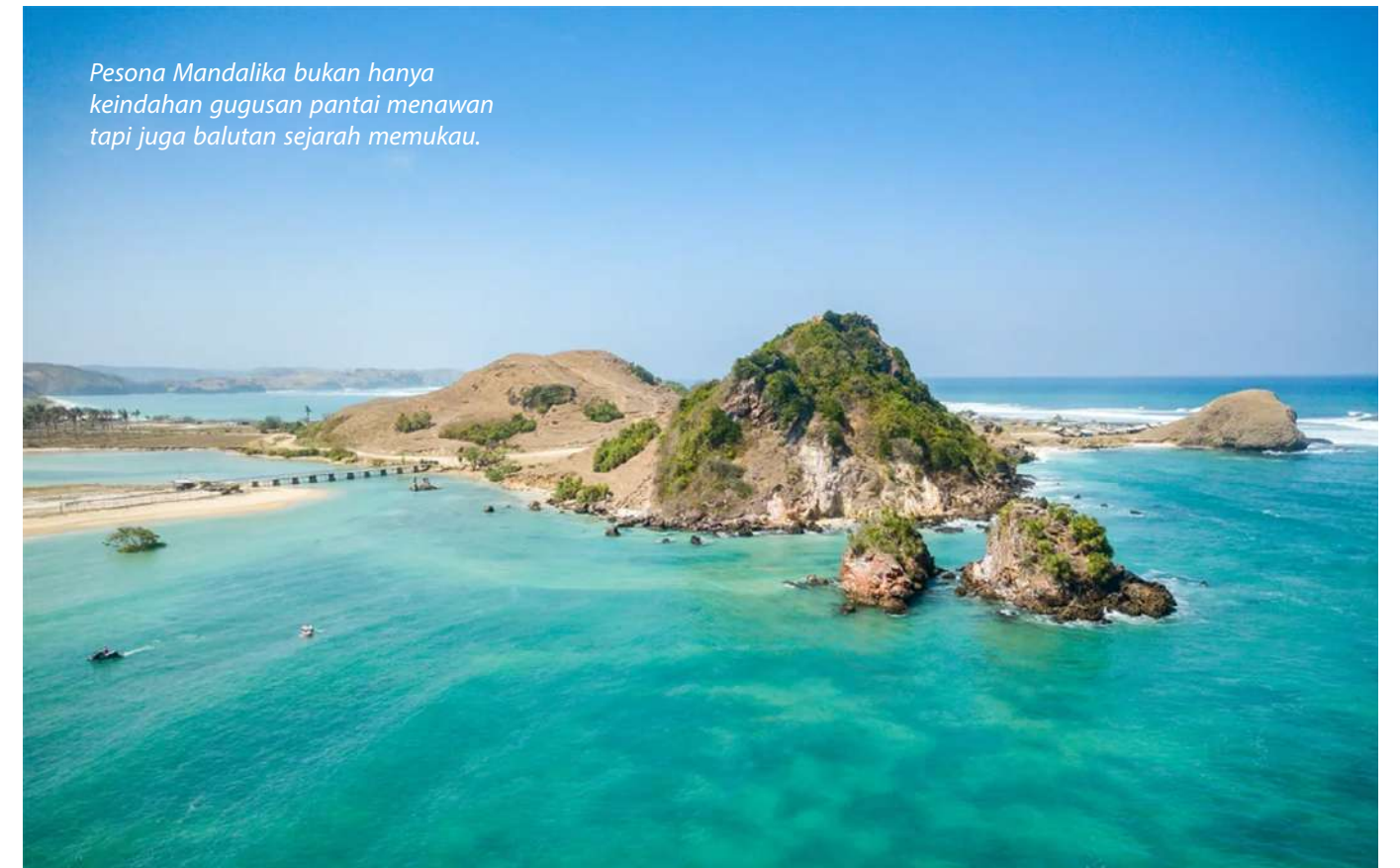
Berkat popularitasnya itu, pemerintah terus berupaya mengembangkan infrastruktur di kawasan ini menjadi destinasi unggulan berkelas internasional. Upaya-upaya seperti memperluas bandara dan pelabuhan Komodo, serta berbagai fasilitas penunjang seperti hotel berbintang, *resort* ramah lingkungan, hingga dermaga wisata kini tersedia untuk menunjang kenyamanan wisatawan. Meskipun begitu, pencegahan akan pengrusakan alam tetap

dijaga ketat untuk melindungi ekosistem akibat *overtourism*.

Perhatian dunia terhadap Pulau Komodo juga mendorong tumbuhnya kesadaran tentang pentingnya konservasi. Para pelaku wisata, komunitas lokal, hingga pihak berwenang bekerja sama dalam menjaga kelestarian habitat komodo dan lingkungan sekitarnya. Program edukasi, pembatasan jumlah pengunjung di beberapa titik sensitif, hingga patroli rutin dari petugas taman nasional menjadi bagian dari langkah menjaga keseimbangan antara pariwisata dan konservasi. ●

The Mandalika Escape

Mengulas jejak “permata” Lombok, Nusa Tenggara Barat yang tersembunyi dalam pelukan alam dan sejarah.



Pesona Mandalika bukan hanya keindahan gugusan pantai menawan tapi juga balutan sejarah memukau.

Lelah dengan kesibukan dan aktivitas Anda sehari-hari? Sebagai pribadi prioritas, saatnya Anda memanjakan diri dan menguntai makna kebahagiaan dengan selingan wisata berkesan, mengunjungi destinasi istimewa Mandalika, di Kuta, Lombok Tengah, tempat yang merangkai pesona alam, kekayaan budaya, dan pesona historis.

Sejak ditetapkan sebagai Kawasan Ekonomi Khusus (KEK) Pariwisata pada tahun 2017, Mandalika tumbuh sebagai destinasi berkelas dunia. Hamparan pasir putihnya berpadu dengan laut biru kehijauan yang berkilau, menghadirkan lanskap yang tak hanya indah, tapi menggetarkan batin. Di balik keindahannya, terpatrit cerita rakyat yang menjelma menjadi napas budaya Legenda Putri Mandalika.

Legenda Cinta dan Pengorbanan

Nama Mandalika berasal dari kisah Putri Mandalika, sosok anggun yang memikat hati banyak pangeran dari kerajaan-kerajaan di Lombok. Namun ketika harus

memilih satu di antara mereka, sang putri memilih menyerahkan dirinya kepada laut di Pantai Seger, agar tiada perpecahan dan darah yang tertumpah.

Usai kepergiannya, laut menghadirkan ribuan makhluk mungil berwarna-warni yang oleh masyarakat disebut *nyale*, dan dipercaya sebagai jelmaan sang putri. Hingga kini, setiap tahun di bulan Februari atau Maret, masyarakat Lombok menggelar ritual sakral *Bau Nyale*—sebuah upacara menangkap *nyale* yang diyakini membawa berkah dan keselamatan.



IMAGES: INDONESIA TRAVEL.COM, LEGENDA CINTA-REGIONAL.KOMPAS.COM



Menjelajah Mandalika adalah pengalaman yang menyentuh batin. Sebuah tempat di mana kisah legenda, keindahan alam, kekayaan rasa, dan kemegahan modernitas berpadu dalam simfoni yang memanjakan jiwa.

Pantai dan Panorama yang Memesona

Mandalika menawarkan deretan pantai yang memesona, masing-masing menyimpan nuansa dan karakter yang berbeda.

Pantai Kuta Mandalika, misalnya, dijuluki Pantai Merica karena butiran pasirnya yang sehalus bubuk rempah. Sempurna untuk olahraga air seperti *jet ski*, *windsurfing*, hingga berselancar.

Tak jauh dari sana, Pantai Tangsi—lebih dikenal sebagai *Pink Beach*—memikat dengan pasir kemerahan hasil perpaduan serpihan karang dan pasir putih. Pantai ini tenang dan terpencil, dilatari perbukitan hijau dan padang rumput, menciptakan suasana intim yang nyaris mistis.

Bagi pecinta selancar, Pantai Tanjung Aan adalah surga tersembunyi. Ombaknya menantang, langsung berhadapan dengan Samudra Hindia. Sementara bagi penikmat *snorkeling*, terumbu karangnya yang alami menyuguhkan panorama bawah laut yang memesona.

Naiklah ke bukit-bukit yang memayungi garis pantai Mandalika, dan Anda akan mendapati pemandangan bak lukisan: birunya laut, putihnya pasir, hijau semak-semak, dan langit yang membentang megah di kejauhan.





Simfoni Rasa dari Dapur Lombok

Tak lengkap menjelajahi Mandalika tanpa menikmati kuliner otentik Lombok yang penuh karakter. Mulailah dengan Ayam Taliwang—ayam kampung muda berusia 3-4 bulan, dibakar dengan kayu nangka dan diracik dengan bumbu pedas khas yang menggoda selera. Lalu, hadirkan segarnya Plecing Kangkung, yang disajikan dengan sambal tomat, tauge, dan taburan kacang goreng. Hidangan ini tak hanya menggugah rasa, tetapi juga menyejukkan di tengah panasnya siang tropis.

Ingin sesuatu yang lebih dalam dan hangat? Cicipi Bebalung, sup tulang iga sapi atau kerbau dengan rempah-rempah lokal yang memunculkan aroma yang kuat namun lembut. Rasa pedasnya hadir tanpa agresif, namun mampu untuk membangkitkan selera bersantap Anda.



IMAGES: AYAM TALIWANG: KATAKATA.CO.ID, SATEREMBIGA: KOMPAS.COM



Kenyamanan Anda Prioritas Utama Kami Airport Premium Assistance



Periode hingga 31 Desember 2025
*Info: bmri.id/airportassistance



MITA 08118414000 | mandiri call 14000
www.bankmandiricoid

Bank Mandiri Berizin dan Diawasi Oleh Otoritas Jasa Keuangan dan Bank Indonesia
Serta Merupakan Peserta Penjaminan LPS



Mandalika menghadirkan aspek modern dengan adanya sirkuit kelas dunia yang menjadi ajang balap MotoGP internasional.



Kilau Modernitas: Sirkuit Mandalika

Di tengah ketenangan alam dan tradisi, Mandalika juga memancarkan sisi modern yang membanggakan. Pertamina Mandalika International Street Circuit telah menjadi panggung ajang balap dunia—*World Superbike* hingga *MotoGP*—yang disaksikan lebih dari satu miliar mata di seluruh dunia.

Sirkuit ini dibangun dengan standar dunia: 17 tikungan, panjang lintasan 4,31 km,

dan kapasitas hingga 195.000 penonton. Lebih dari sekadar fasilitas olahraga, desain sirkuit ini juga merangkul budaya lokal—*run-off area* dihiasi motif batik Sasak yang memadukan estetika dan identitas bangsa.

Mandalika bukan hanya sebuah destinasi, melainkan pengalaman yang menyentuh batin. Sebuah tempat di mana kisah legenda, keindahan alam, kekayaan rasa, dan kemegahan modernitas berpadu dalam simfoni yang memanjakan jiwa. ●

IMAGES:HELLOLOMBOK.ID, BOLANET

 **Danantara
Indonesia**

 **mandiri**
prioritas

Nikmati **Airport Transfer**
hingga **Extra Miles**
dengan **Tingkatkan Terus Saldo Anda**



Periode hingga 31 Desember 2025
Info: bmri.id/topuptabwealth



© MITA 08118414000 | mandiri call 14000
www.bankmandiri.co.id

Bank Mandiri Berizin dan Diawasi Oleh Otoritas Jasa Keuangan dan Bank Indonesia
Serta Merupakan Peserta Penjaminan LPS



Whispers of Bora Bora Island

Saatnya menjelajah pulau indah alami dengan danau indah dan air sejernih kristal. Pilihan berlibur kalangan *crazy rich* dunia.

Di suatu titik sunyi Samudera Pasifik Selatan, tersembunyi pulau bak permata Bora Bora. Pulau mungil yang berada di bawah naungan wilayah Prancis ini telah lama menjelma menjadi legenda dalam dunia pariwisata mewah. Sebuah destinasi impian yang tak hanya menawarkan keindahan, tetapi juga kemurnian, ketenangan, dan kemewahan yang membelai setiap indera.

Tak heran bila para pesohor dunia, dari Paris Hilton hingga pasangan Nicole Kidman dan Keith Urban, menjatuhkan pilihan hatinya pada pulau ini. Aktor-aktor papan atas seperti John Travolta, Eddie Murphy, Russell Crowe, Cameron Diaz, hingga Kirsten Dunst pun pernah menghabiskan waktu liburnya di sini,

mendarat anggun dengan jet pribadi, menjauh dari sorotan dunia dan mencari damai dalam pelukan alam.

Kristal Biru dan Pasir Keperakan

Saat menyusuri pulau Bora Bora seolah membawa Anda masuk ke dalam pesona lukisan alam. Airnya sebening kristal, memantulkan langit biru menawan, sementara pantainya dibalut pasir putih halus keperakan. Di antara laut dan langit, terbentang *lagoon*—danau laut yang tenang—yang menjadi mahakarya alam tersendiri.

Bagi para petualang, deburan ombak yang menari di bibir pantai menjadi tantangan sekaligus daya tarik tersendiri. Para peselancar dari berbagai penjuru dunia datang mencumbu gelombang





Keajaiban di atas keajaiban itulah pancaran pesona dari Bora Bora Island. Pilihan berlibur para crazy rich dunia.

legendaris Bora Bora, yang bagi mereka, adalah irama sempurna dari simfoni laut.

Namun keindahan pulau ini tak hanya di permukaannya. Menyelamlah ke dalam *Coral Garden*—taman bawah laut yang menakjubkan, penuh warna dan kehidupan. Karang-karang dengan lekuk yang memesona, ikan-ikan tropis yang menari di antara anemon, serta penyu-penyu yang berenang perlahan seakan mengantar para tamu menjelajahi dunia senyap yang magis.

Jejak Tradisi dan Petualangan Jiwa

Jika ingin menyelami sisi budaya, Anda bisa mendayung bersama nelayan lokal dalam perahu bercadik, menyusuri jernihnya laguna. Dengan cara ini, Anda bukan sekadar wisatawan, tetapi penziarah ke masa silam, merasakan denyut tradisi yang masih hidup dalam keseharian masyarakat asli suku Bora Bora—suatu pengalaman yang menyentuh hati dalam diam.

Akomodasi Kelas Dunia di Surga Tersembunyi

Bora Bora tak hanya menawarkan keindahan alam, tetapi juga pelayanan berkelas dunia. Resor-resor mewah seperti Hilton Bora Bora Nui Resort & Spa dan Bora Bora Lagoon Resort & Spa hadir bagai oasis modern di tengah hamparan tropis. Bungalow-bungalow bergaya Polinesia berdiri anggun di atas air, menghadap langsung ke laut, lengkap dengan kolam renang pribadi dan taman hijau yang menenangkan jiwa.

IMAGES: KLOOK.COM



WORLD UNVEILED

Danau dengan air sebening kristal serta suasana yang hijau alami memberi ketenangan dan kedamaian jiwa.

Nikmati santapan malam di atas dermaga, diiringi gemuruh ombak dan cahaya bintang, dengan hidangan laut segar yang disajikan dalam balutan seni kuliner Eropa. Di sini, setiap sajian adalah kepuasan rasa, dan setiap malam adalah keindahan.

Mutiara Hitam: Simbol Elegansi Abadi

Bora Bora juga terkenal dengan mutiara hitam Polinesia—permata langka yang menjadi lambang keanggunan dan status tinggi. Mutiara ini tak sekadar perhiasan; ia adalah cerita tentang laut,



Pulau ini bukan sekadar tempat berlibur, melainkan pelarian penuh keajaiban bagi mereka yang mencintai ketenangan dalam kemewahan.

tentang kesabaran waktu, dan tentang kecantikan yang lahir dari kedalaman. Tak mengherankan bila para wisatawan berlomba membawanya pulang sebagai cinderamata berkelas.

Bora Bora bukan hanya sebuah destinasi. Ia adalah destinasi indah dengan hamparan laut dan langit bersatu. Tempat di mana dunia seolah berhenti berputar, memberi ruang bagi jiwa untuk bernapas, meresapi, dan mengingat kembali makna keindahan sejati. Pulau ini bukan sekadar tempat berlibur, melainkan pelarian penuh keajaiban bagi mereka yang mencintai ketenangan dalam kemewahan. ●



Beauty of Capri Island

Pulau kecil ini pernah menjadi destinasi para bangsawan zaman Romawi.

Di tengah perairan biru Laut Tyrrhenian, ada sebuah pulau kecil yang telah memikat hati para pelancong sejak zaman Romawi. Pulau Capri namanya. Terletak di wilayah Campania, Italia Selatan, tepat di lepas pantai Semenanjung Sorrento, Capri menawarkan keindahan alam memukau, sejarah yang kaya, serta nuansa tenang yang sulit ditandingi. Pulau ini pernah menjadi tempat liburan bagi para bangsawan di masa lampau, sampai banyak selebriti dunia datang ke sana untuk turut menikmati kemewahan tersebut.

Capri memiliki suasana yang berbeda dari kebanyakan destinasi wisata lain di Italia. Pulau ini begitu tenang, tertata rapi, dan berkesan artistik. Keindahan alamnya menyatu harmonis dengan arsitektur khas Mediterania yang didominasi warna putih, jalan-jalan sempit berbatu, dan bunga *bougainvillea* yang bermekaran di setiap sudut pulau. Panorama tebing-tebing kapur yang menjulang tinggi langsung menghadap laut biru toska juga menciptakan latar belakang sempurna bagi mereka yang mencari liburan dalam suasana penuh ketenangan.



Pemandangan laut Capri Island yang begitu indah menjadi favorit para wisatawan.

Tidak dapat dipungkiri bahwa daya tarik utama Capri terletak pada keindahan alamnya yang memesona. Salah satu tempat paling ikonik adalah *Grotta Azzurra*, sebuah gua laut dengan efek cahaya biru menyilaukan yang terbentuk dari pantulan sinar matahari di permukaan laut. Ada pula formasi batu kapur *Faraglioni*, berupa tiga pilar batu megah yang menjulang dari laut. Kedua destinasi itu menjadi simbol visual yang tak terpisahkan dari identitas Capri.

Namun, keindahan Capri tidak berhenti pada lanskap alamnya saja. Kehidupan kota di pulau ini pun memancarkan pesona tersendiri. Kota Capri yang berada di bagian timur pulau dan Anacapri di bagian barat menawarkan pengalaman unik berbeda. Kota Capri lebih hidup, dipenuhi butik-butik mewah, restoran eksklusif, dan kafe elegan yang sering dikunjungi selebriti internasional.



Di sisi lain, Anacapri memberikan nuansa yang lebih tenang, dengan jalanan kecil yang dipenuhi toko-toko lokal dan panorama yang memukau dari ketinggian. Dari kota Anacapri, wisatawan dapat menggunakan kereta gantung menuju Monte Solaro, titik tertinggi di pulau ini. Dari puncak Monte Solaro, pemandangan penuh pulau membentang luas, bahkan gunung Vesuvius yang berdiri megah di kejauhan dapat terlihat.

Pulau Capri sendiri menyimpan sejarah panjang dan kebudayaan unik di baliknya. Pada masa Romawi, pulau ini menjadi tempat peristirahatan Kaisar Tiberius, yang pernah membangun 12 vila di pulau ini, termasuk Villa Jovis yang sisa-sisanya masih dapat dikunjungi hingga kini. Dari reruntuhan Villa Jovis inilah kita dapat membayangkan bagaimana kehidupan para bangsawan Romawi menikmati keindahan Capri sebagai tempat pelarian dari hiruk pikuk politik di Roma.

Suasana tenang dan damai begitu terasa di jalanan kota Capri yang dikelilingi bentang alam.

Keunikan lain dari Capri terletak pada budaya lokal yang tetap terjaga. Meskipun ukurannya kecil, hanya sekitar 10 kilometer persegi, Capri mampu memberikan pengalaman wisata yang begitu beragam. Festival-festival tradisional, kuliner khas seperti *insalata caprese* yang nikmat, serta keramahan penduduk setempat menciptakan suasana yang hangat dan akrab. Selain itu, seiring meningkatnya kesadaran wisata berkelanjutan, Capri juga mulai mengambil langkah untuk melindungi lingkungannya. Pembatasan kendaraan bermotor, pelestarian situs bersejarah, hingga pengelolaan sampah yang terorganisir menjadi bagian dari komitmen pemerintah lokal untuk menjaga kelestarian pulau ini. ●

Painting for Healing

Terapi seni telah lama digunakan sebagai metode penyembuhan efektif.



Melukis menjadi kegiatan menyenangkan yang dilakukan oleh anak-anak hingga orang dewasa.



Dalam kehidupan modern yang penuh tekanan dan kesibukan, mencari cara untuk menyembuhkan diri secara emosional dan mental menjadi kebutuhan yang semakin mendesak. Banyak orang mulai menyadari pentingnya menjaga kesehatan mental sebagaimana menjaga kesehatan fisik. Di tengah berbagai metode penyembuhan diri yang berkembang, aktivitas melukis atau painting muncul sebagai salah satu cara healing yang terbukti efektif dan menyenangkan. Kegiatan ini rupanya mampu memberikan ketenangan, kelegaan emosional, dan pemulihan batin bagi para pelakunya.

Melukis dikenal sebagai cara seseorang mengekspresikan perasaan terdalamnya secara bebas, bahkan tanpa harus mengucapkan satu kata pun. Melukis

HOBBY

Warna dan objek yang dipilih dalam sebuah lukisan dapat menggambarkan suasana hati sang pelukis.

menawarkan ruang aman bagi siapa pun untuk mencurahkan isi hati. Ketika kuas menyentuh kanvas, seseorang dapat menuangkan kemarahan, kesedihan, kebahagiaan, atau bahkan perasaan yang tidak bisa dijelaskan dengan kata-kata. Proses ini secara alami membantu pelukis memahami dan menerima emosinya, yang merupakan langkah awal dalam proses penyembuhan diri.

Selain itu, kegiatan melukis juga terbukti mampu menurunkan tingkat stres dan kecemasan. Ketika seseorang fokus pada aktivitas kreatif seperti mencampur warna, membuat garis, dan mengisi bidang, perhatian mentalnya teralihkan dari beban pikiran dan masalah. Otak memasuki kondisi *flow*, yaitu keadaan ketika seseorang sangat terlibat dalam suatu aktivitas sehingga lupa akan waktu dan diri sendiri. Kondisi ini sering kali digambarkan sebagai bentuk meditasi aktif, di mana pikiran menjadi tenang dan tubuh ikut rileks. Dalam jangka panjang, aktivitas seperti ini dapat meningkatkan kualitas hidup dan memberikan rasa damai yang lebih stabil.

Menariknya, dalam konteks *healing*, melukis tidak menuntut seseorang untuk memiliki keahlian khusus atau bakat seni yang tinggi. Terpenting bukanlah hasil akhirnya, melainkan proses itu sendiri. Beberapa terapi seni bahkan menekankan pendekatan *art as therapy*, yaitu penggunaan seni visual sebagai alat untuk mengeksplorasi konflik batin dan trauma masa lalu. Hal ini menunjukkan bahwa siapa pun, tanpa memandang usia atau latar belakang, bisa mendapatkan manfaat penyembuhan dari kegiatan melukis.

Kegiatan melukis juga memberikan kesempatan untuk terhubung kembali dengan diri sendiri. Dalam kesendirian saat



menggambar atau mewarnai, seseorang bisa mendengar suaranya yang mungkin selama ini terabaikan. Melalui pilihan warna dan bentuk, ia mulai mengenali apa yang sesungguhnya ia rasakan dan butuhkan. Kesadaran ini penting sebagai langkah menuju penerimaan diri dan peningkatan kepercayaan diri.

Di dunia medis dan psikologis, terapi seni telah cukup lama digunakan sebagai bagian dari pendekatan holistik dalam penyembuhan pasien. Banyak rumah sakit dan klinik psikologi menyediakan sesi terapi seni bagi penderita gangguan stres pascatrauma (PTSD), depresi, hingga anak-anak dengan gangguan spektrum autisme. Hasilnya pun cukup signifikan, di mana pasien merasa lebih tenang, terbuka, dan memiliki kemajuan dalam pengelolaan emosi. Fakta ini semakin memperkuat posisi

Warna dan objek yang dipilih dalam sebuah lukisan dapat menggambarkan suasana hati sang pelukis.

melukis sebagai metode penyembuhan yang bukan hanya alternatif, tetapi juga efektif secara klinis.

Dengan semua manfaat tersebut, tak heran jika melukis kini mulai dipopulerkan sebagai bagian dari gaya hidup sehat dan seimbang. Banyak tempat yang menawarkan art retreat atau liburan bertema seni, di mana peserta diajak menyatu dengan alam sambil melukis untuk menyegarkan kembali jiwa yang lelah. Bahkan di kota besar, studio seni yang menyediakan sesi paint and sip atau art jam semakin diminati sebagai cara unik untuk bersantai dan merawat diri di tengah kesibukan. ●



Harmoni Estetika dan Teknologi

Berikut ulasan tren desain interior tahun 2025

Perubahan gaya hidup dan perkembangan teknologi, serta pola perilaku masyarakat menjadi faktor yang mendorong tren dunia desain dan arsitektur. Memasuki pertengahan tahun 2025, salah satu sorotan utama dalam tren desain interior melibatkan penggunaan material ramah lingkungan dan berkelanjutan, yang mengedepankan keselarasan antara estetika, fungsionalitas, dan manfaat untuk keberlanjutan.

Tren tahun ini memunculkan keyakinan bahwa keindahan visual saja tidak cukup, desain interior harus mampu menyatu dengan nilai-nilai yang lebih holistik dan



bertanggung jawab. Bahan-bahan alami seperti bambu, kayu daur ulang, batu alam, dan kain organik semakin digemari karena sifatnya yang *sustainable* serta mampu menciptakan nuansa hangat dan alami.



Selain penggunaan material pilihan, tren desain interior 2025 turut diramalkan oleh hadirnya teknologi cerdas dalam rumah. *Smart Home* kini tidak lagi sekadar tren, melainkan menjadi bagian dari gaya hidup modern yang mengutamakan efisiensi dan kenyamanan. Integrasi teknologi seperti lampu pintar, termostat otomatis, hingga perangkat keamanan berbasis kecerdasan buatan (AI) semakin mudah ditemukan dalam ruang-ruang hunian.

Tidak hanya tren berkelanjutan, tren desain *vintage* dan retro modern kembali mendapatkan sorotan dengan tampilan yang lebih kontemporer. Furnitur bergaya klasik dari era 60-an hingga 80-an kini dihadirkan kembali dengan bentuk minimalis dan palet warna hangat yang menciptakan rasa nostalgia yang elegan. Tidak kalah penting, konsep minimalis fungsional tetap menjadi andalan, namun dengan pendekatan yang lebih baru. Gaya minimalis tahun 2025 berfokus pada pemanfaatan ruang seoptimal mungkin. Pemilihan furnitur yang multifungsi, penyimpanan tersembunyi, dan dekorasi yang tidak berlebihan menjadi kunci dalam menciptakan rumah yang lapang namun tetap hangat. Fokusnya bergeser dari kuantitas menuju kualitas.

Menempatkan teknologi terbaru di dalam rumah banyak dilakukan developer perumahan modern saat ini.

Sebagai respons terhadap meningkatnya tren bekerja dari rumah, ruang kerja terintegrasi dalam rumah kini menjadi elemen penting dalam desain interior. Ruang kerja tidak lagi ditempatkan di sudut seadanya, melainkan dirancang secara menyatu dengan gaya rumah secara keseluruhan. Penggunaan meja ergonomis, kursi nyaman, pencahayaan yang baik, serta tata letak yang efisien menciptakan ruang kerja yang mendukung produktivitas tanpa mengganggu estetika ruangan lainnya. Keseluruhan tren desain interior tahun 2025 mencerminkan upaya kolaboratif antara kemajuan teknologi, kesadaran lingkungan, dan gaya hidup modern yang dinamis. ●





Fenomena ini tidak muncul begitu saja, melainkan didorong oleh kebutuhan akan kecepatan dan akurasi tinggi dalam proses kerja. Di sektor manufaktur, misalnya, robot telah lama digunakan untuk melakukan pekerjaan berulang seperti perakitan komponen, pengelasan, hingga pengepakan. Namun, kini penggunaannya semakin meluas dan canggih. Perusahaan-perusahaan besar seperti Tesla dan Toyota telah mengembangkan sistem robotik yang mampu bekerja berdampingan dengan manusia.

Tidak hanya dalam manufaktur, sektor logistik dan pergudangan pun mulai mengandalkan robot untuk menyusun,

Banyak negara maju yang mengelola industri berat menggunakan robot untuk efisiensi.



Future of Work

Revolusi robotik terbukti mampu mengoptimalkan efisiensi berbagai sektor industri.

Di tengah era disrupsi teknologi yang semakin pesat, adanya penggunaan robot dalam dunia bisnis bukan lagi sekadar wacana futuristik. Berbagai sektor industri mulai mengadopsi teknologi robotik untuk meningkatkan efisiensi operasional, mengurangi biaya tenaga kerja, serta mempercepat proses produksi dan pelayanan. Perkembangan pesat dalam bidang kecerdasan buatan (AI), pembelajaran mesin, dan otomasi telah membuka jalan bagi integrasi robot dalam berbagai lini bisnis, mulai dari manufaktur hingga layanan pelanggan.



mengangkut, dan mengelola inventaris barang. Amazon adalah salah satu pelopor dalam penggunaan robot di gudangnya, dengan ribuan unit robot yang bergerak secara otomatis mengatur barang dan mempercepat proses pengiriman. Penggunaan teknologi ini tidak hanya mempercepat waktu pengiriman tetapi juga meminimalisir kesalahan yang berpotensi menyebabkan kerugian.

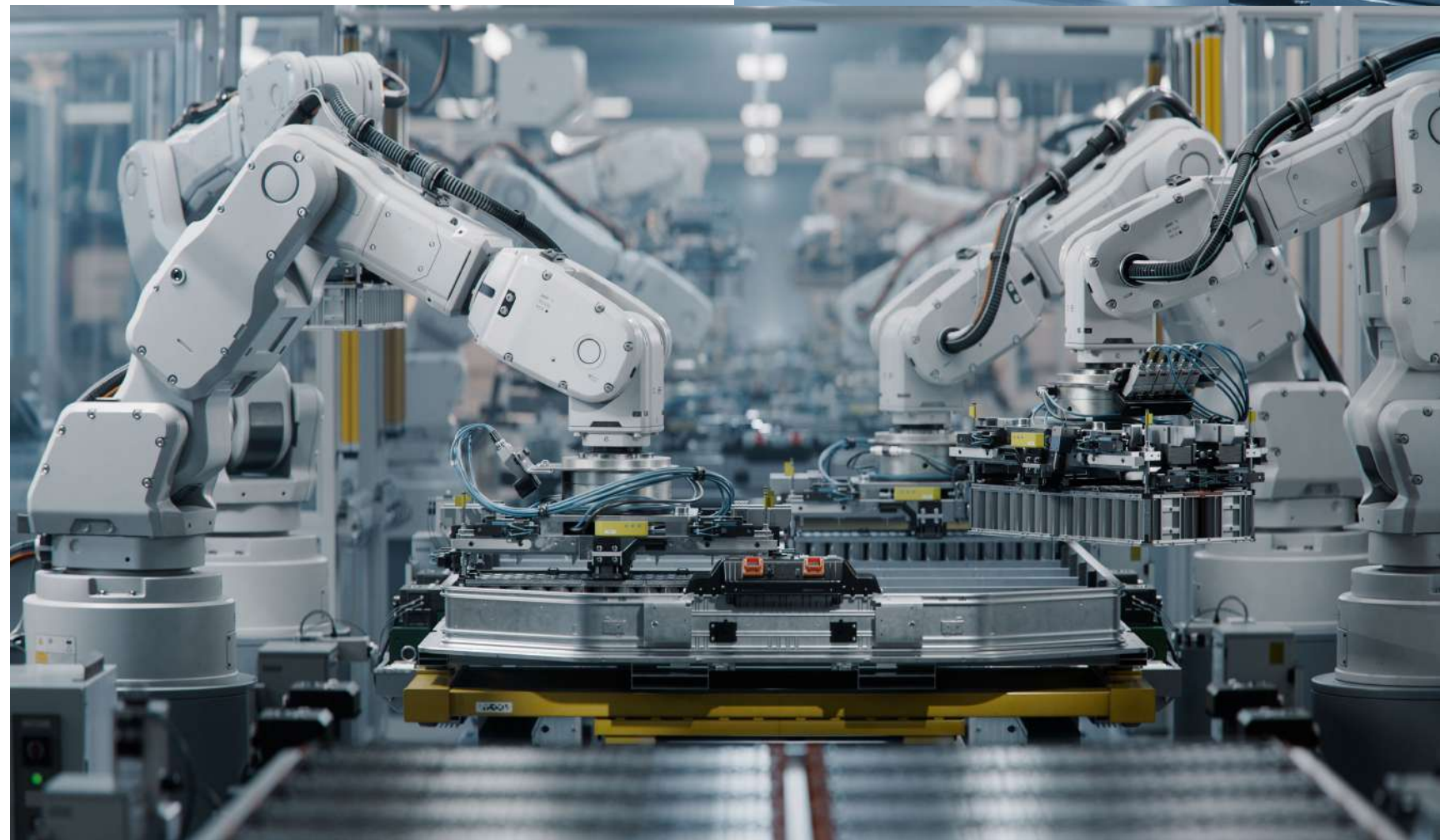
Sementara itu, dalam sektor pelayanan dan perhotelan, kehadiran robot juga mulai terlihat. Beberapa hotel di Jepang dan Korea Selatan, misalnya, telah menggunakan robot sebagai resepsionis, pelayan, dan bahkan pembersih kamar. Robot-robot ini dilengkapi dengan teknologi pengenalan

suara dan wajah, serta dapat memberikan informasi dalam berbagai bahasa.

Lebih jauh lagi, bidang keuangan dan perbankan pun tidak ketinggalan dalam memanfaatkan robot. RPA (*Robotic Process Automation*) telah banyak diterapkan untuk menangani tugas-tugas administratif seperti pemrosesan data pelanggan, verifikasi dokumen, dan pelaporan keuangan. Bank-bank besar di dunia, termasuk JPMorgan Chase dan Bank of America, telah menggunakan RPA untuk menghemat waktu serta mengurangi risiko kesalahan manusia.

Namun, di balik semua manfaat tersebut, adopsi robot juga memunculkan sejumlah tantangan. Isu keamanan data dan privasi

“ Jika dimanfaatkan dengan baik, teknologi robotik dapat menjadi aset berharga bagi bisnis masa depan melalui pengembangan inovasi kreatif, serta dukungan banyak pihak. ”



Pengoperasian robot dianggap lebih mudah dan minim risiko.

menjadi perhatian utama. Robot yang terintegrasi dengan sistem digital dan AI sangat tergantung pada data, yang berarti risiko kebocoran informasi juga semakin besar. Perusahaan harus memastikan bahwa sistem keamanan siber mereka cukup tangguh untuk mengantisipasi potensi ancaman. Hal ini penting untuk membangun kepercayaan publik dan menjaga reputasi bisnis di tengah era digital yang semakin sensitif terhadap isu etika teknologi.

Meski demikian, jika diimplementasikan dengan strategi yang tepat dan pendekatan humanistik, robot dapat menjadi aset berharga bagi bisnis masa depan. Integrasi teknologi ini tidak hanya menciptakan efisiensi, tetapi juga membuka peluang-peluang baru dalam inovasi produk dan layanan. Dengan robot, perusahaan bisa fokus pada pengembangan ide kreatif dan solusi strategis, sementara pekerjaan rutin dan teknis ditangani oleh mesin. Kolaborasi antara manusia dan robot inilah yang menjadi kunci untuk menciptakan model bisnis yang lebih adaptif, berkelanjutan, dan kompetitif di era industri 4.0. ●

Skill, Spirit dan Solidaritas

Komunitas Anak Muda Inspiratif

Di tengah situasi ekonomi global dan domestik yang melemah, empat komunitas anak muda ini tetap menyalakan api semangat untuk tumbuh meningkatkan kompetensi.



Di tengah adanya ketidakpastian perekonomian global ini serta gelombang Pemutusan Hubungan Kerja (PHK) di Indonesia, empat komunitas anak muda hadir dengan semangat besar untuk terus tumbuh berkarya mengembangkan *skill* dan kompetensi. Komunitas anak muda inspiratif ini hadir dengan misi mulia yaitu, memwadahi generasi muda untuk tak menyerah dengan keadaan, bangkit bersama meningkatkan kualitas serta keterampilan agar tidak tergerus dengan kemajuan pengembangan teknologi.

AICO Komunitas Pencinta AI

Dalam beberapa tahun terakhir, kecerdasan buatan (*artificial intelligence* atau AI) telah menjadi salah satu bahasan menarik dalam dunia teknologi. Dari aplikasi rumah pintar hingga mobil otonom, AI telah memengaruhi dan mengubah berbagai aspek kehidupan manusia. Saat ini, potensi AI berkembang sangat besar. Bahkan, bisa saja menggantikan peran manusia dalam pekerjaan. Beberapa prediksi pekerjaan digantikan AI telah terdengar gaungnya cukup lama. Keresahan itu dijawab oleh komunitas bernama AICO yang dibentuk untuk membekali pekerja di bidang industri kreatif dengan kemampuan menggunakan AI dalam meningkatkan produktivitas pekerjaan.

AICO mengadakan acara pertama kali di Jakarta pada 24 Februari 2024 lalu, sebagai langkah awal dalam mengenalkan misi mereka sebagai komunitas pencinta AI. Acara ini tidak sekadar ajang pertemuan semata, namun sebagai sarana edukasi pengenalan dan pemanfaatan AI di dunia kerja yang serba digital saat ini.

AICO juga aktif menggalang kerja sama dengan berbagai kalangan, termasuk pemerintahan. Pada 18 Maret 2025 lalu, AICO hadir bersama Wakil Presiden RI Gibran Rakabuming untuk mengadakan *workshop* bagi para siswa SMA IT Almadinah di Bogor. Mereka mengajarkan para siswa membuat gambar, video, serta pembelajaran keterampilan pemanfaatan AI atau kecerdasan buatan.

Move On Game On (MOGO)

Bangkit dari PHK

Tidak dapat dipungkiri, kehidupan pekerja formal rentan dengan pemutusan hubungan



kerja (PHK). Kondisi setelah pandemi covid dan ketidakstabilan ekonomi membuat banyak perusahaan melakukan efisiensi karyawan. Tahun 2024 lalu, bahkan di awal 2025 hingga saat ini masih terjadi PHK besar-besaran di berbagai industri. Berawal pengalaman pahit PHK sebanyak dua kali, Lingga Wastu selaku pendiri MOGO (Move On Game On) tergugah untuk membuat komunitas bagi orang-orang yang terdampak PHK.

Kala itu, Lingga mengadakan survei di LinkedIn mengenai komunitas MOGO dan disambut antusias oleh berbagai kalangan yang turut terdampak. Saat pertama kali





dibentuk, ada sekitar 80 hingga 100 orang yang berminat untuk mengikuti komunitas dan saat ini sudah bertambah sekitar 600 orang jumlahnya.

Kini, Move On Game On telah menjelma menjadi komunitas yang memberi solusi dan membantu banyak orang dalam mendapatkan pekerjaan baru setelah terdampak PHK. Komunitas ini juga rajin mengadakan pertemuan terhadap sesama anggota untuk menumbuhkan kebersamaan. MOGO juga memberikan dukungan berupa pelatihan, konsultasi serta info peluang bisnis baru. Mereka pun berkolaborasi dengan berbagai media untuk berbagi cerita inspiratif. Salah satunya, melakukan wawancara anggota MOGO dengan jurnalis dari media asing tentang pengalaman menghadapi *lay off*, kondisi menganggur, hingga bekerja di situasi ekonomi yang cukup menantang saat ini.

Selekta Komunitas Kreatif

Selekta menjadi sebuah komunitas kreatif dan digital Indonesia yang memberikan layanan pengembangan profesi dan kreatif di berbagai bidang industri.



Komunitas ini memiliki visi dan misi untuk mengembangkan karier, edukasi, dan kesempatan kerja bagi siapa saja melalui *workshop* yang diadakan dengan harga terjangkau.

Workshop tersebut melatih generasi muda lebih kreatif dan berjiwa *entrepreneur*. Selekta juga menghadirkan konsultasi psikolog sehingga dapat menjaga kesehatan mental. Dibangun dengan semangat



“Generasi muda di Indonesia, sebagai pewaris masa depan senantiasa menyalakan api semangat untuk tumbuh berkarya dan berprestasi.”

keaktivitas dan inovasi tinggi oleh para pemuda yang peduli dengan kehidupan masyarakat Indonesia, Selekta terbuka untuk siapa saja dan berbagai kalangan dari profesional, mahasiswa, hingga lulusan baru.

Menulis.id

Berangkat dari keinginan menumbuhkan minat literasi di Indonesia, Soffya Ranti sang inisiator mendirikan Menulis.id pada 17 Desember 2023 dan berlokasi di Surabaya. Komunitas ini berkomitmen menyalakan kembali gairah anak muda Indonesia dalam keterampilan menulis.



Meski baru dua tahun berdiri, namun Menulis.id terus mengembangkan berbagai acara bertajuk literasi dan mengadakan tiga aktivitas utama yang berhubungan dengan penulisan, yang digelar setiap bulan atau periode tertentu seperti seni menjahit kata, kelas menulis, hingga tantangan kecil menulis.

Menulis.id juga membuka program khusus untuk siapa saja yang mau dibimbing terkait penulisan. Kelas pribadi penulisan ini berbayar dengan harga terjangkau. Komunitas ini dapat menjadi wadah untuk menyalurkan kreativitas dalam bidang penulisan dan teknik membaca.

Skill, solidaritas dan semangat berbagi adalah kunci untuk masa depan yang lebih baik. ●



Jejak Sang Filantropis Dunia

Bill Gates sukses menginspirasi dan mengubah wajah kemanusiaan



Nama Bill Gates mungkin lebih dulu dikenal sebagai pendiri perusahaan teknologi raksasa Microsoft. Namun, dalam dua dekade terakhir, sosok pria kelahiran Seattle, Amerika Serikat 28 Oktober 1955 ini lebih menonjol sebagai seorang dermawan. Bersama mantan istrinya, Melinda French Gates, ia mendirikan Bill & Melinda Gates Foundation, sebuah lembaga filantropi terbesar di dunia yang menangani isu-isu global, mulai dari kesehatan, pendidikan, hingga ketimpangan sosial.

Transformasi Bill Gates dari seorang pengusaha teknologi menjadi filantropis sejati bukanlah keputusan yang terjadi secara tiba-tiba. Setelah mengundurkan diri dari posisi CEO Microsoft pada 2000, Gates mulai mengalihkan fokus dan energinya ke bidang kemanusiaan. Tercatat, Bill & Melinda Gates Foundation telah menyumbangkan lebih dari 50 miliar dolar AS, yang membuatnya menjadi salah satu organisasi paling berpengaruh dalam pengentasan kemiskinan dan peningkatan akses kesehatan global.



Bill Gates mengubah wajah dunia dengan bantuan di berbagai sektor penting, termasuk kesehatan dan pertanian.



Salah satu fokus utama yayasan Bill Gates adalah pemberantasan penyakit menular seperti malaria, tuberkulosis, dan HIV/AIDS, khususnya di negara-negara berkembang. Lebih lanjut, ia juga terlibat dalam sektor pendidikan dan teknologi pertanian. Di banyak negara Afrika dan Asia, program-program yayasannya mendukung akses pendidikan berkualitas bagi anak-anak dan inovasi dalam sistem pertanian guna meningkatkan ketahanan pangan.

Menariknya, Bill Gates tidak hanya memberi bantuan finansial, tetapi juga memengaruhi cara dunia memandang dan menangani krisis global. Ia kerap menjadi pembicara dalam forum internasional seperti World Economic Forum dan menjadi penulis buku-buku yang menginspirasi, seperti *How to Avoid a Climate Disaster*. Melalui gagasan dan suaranya, Gates terus mendorong kolaborasi antara sektor swasta, pemerintah, dan masyarakat sipil untuk bersama-sama menciptakan solusi berkelanjutan.

Kepedulian Gates terhadap masa depan dunia juga tercermin dalam komitmennya terhadap *"Giving Pledge"*, sebuah inisiatif yang ia gagas bersama Warren Buffett. Dalam gerakan ini, para miliarder dunia diajak untuk menyumbangkan sebagian besar kekayaan mereka demi tujuan sosial. Hingga kini, ratusan miliarder telah bergabung dan berkomitmen untuk menggunakan kekayaan mereka bagi kebaikan umat manusia. ●

Be Inspired

Rekomendasi musik, buku, dan film yang dapat mengisi waktu dengan menyenangkan.

Music



The Pray (TWICE Version)
Artis: Coldplay feat. TWICE

Grup musik dunia Coldplay berkolaborasi dengan *girl group* besar asal Korea Selatan, TWICE, dalam versi terbaru lagu “WE PRAY”. Kolaborasi ciamik ini menampilkan lirik berbahasa Korea, dengan lantunan nada *fresh* saat dinyanyikan oleh anggota TWICE. Lagu ini menjadi bagian dari proyek global dengan berbagai artis internasional seperti Little Simz, Burna Boy, Elyanna, dan TINI.



You’ll Be in My Heart
Artis: NIKI

Penyanyi asal Indonesia, NIKI sukses membawakan ulang lagu klasik dari film Tarzan, “You’ll Be in My Heart”. Dengan sentuhan vokal lembut dan emosional, lagu ini berhasil membuat banyak pendengar merasa terhubung secara personal. Versi ini populer di media sosial, dan mendapatkan sambutan hangat karena kedalaman emosinya. Suara khas NIKI memberisentuh, membuat lagu ini terdengar menyentuh hati.



Eternal Sunshine
Artis: Ariana Grande
Album: Eternal Sunshine

Album *Eternal Sunshine* menghadirkan karya yang introspektif Ariana Grande tentang patah hati dan cinta yang rumit. Dengan nuansa *psikedelik* dan kejujuran emosional, album ini menjadi pencapaian musikal sekaligus reflektif seorang Ariana. *Title track* album ini, “Eternal Sunshine” mengusung musik *fresh* yang sangat nyaman di telinga. Dengan suara vokal unik khas Ariana, lagu ini begitu memanjakan para pendengar.

Music



Bed Chem
Artis: Sabrina Carpenter
Album: Short and Sweet

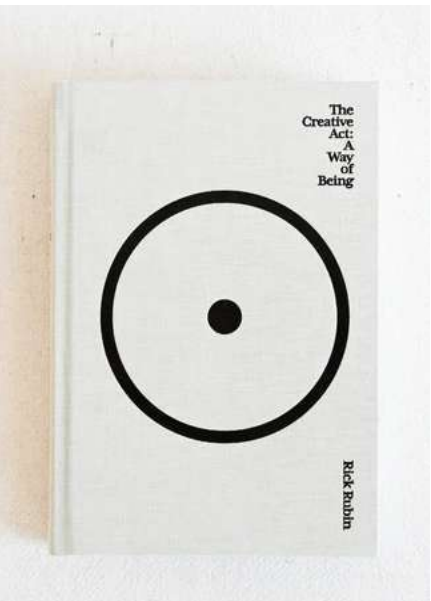
Lagu “Bed Chem” berhasil menarik perhatian atau atensi para penggemar Sabrina Carpenter. Mengisahkan ketertarikan terhadap seseorang, lirik lagu ini dipenuhi imajinasi yang menggambarkan pertemuan pertama hingga percintaan yang intim. Lagu ini menggabungkan musik pop dengan ketukan nada lembut tapi tetap menyenangkan. Para penggemar menyebut lagu ini sebagai referensi personal Sabrina, sehingga mengundang spekulasi di antara mereka.



Is This Love
Artis: XG
Album: AWE

Dalam album terbarunya, grup XG mengusung nuansa R&B era 2000-an dengan sentuhan modern. Salah satu lagunya, “Is This Love” membawa musikal yang enerjik, konsisten, dan mudah dinikmati. Sebagai grup dengan kemampuan vokal yang sangat baik, lagu *Is This Love* sukses mengeksplorasi *skill* serta menyeimbangkan antara vokal dan *rap* mereka. Banyak penggemar menilai musiknya cocok untuk didengar santai.

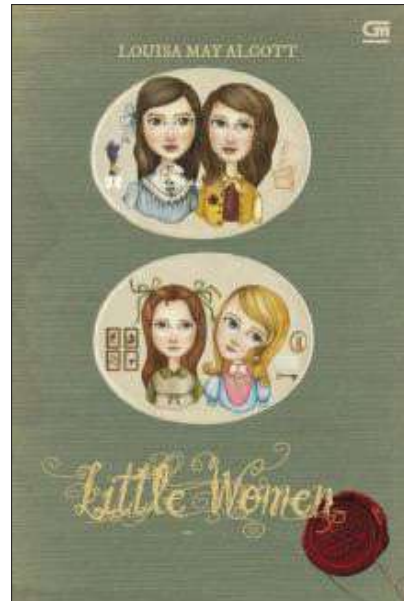
Book



The Creative Act
Karya: Rick Rubin

Rick Rubin, produser musik legendaris, menghadirkan sebuah karya reflektif yang mengangkat kreativitas dari kehidupan spiritual. Dalam *The Creative Act*, Rubin tidak sekadar membahas proses penciptaan dari sudut teknis, melainkan membingkai kreativitas sebagai gaya hidup, sebuah “cara untuk hadir” di dunia. Buku ini sarat akan pemikiran filosofis dan perenungan yang mendalam. Dengan bahasa sederhana namun puitis, Rubin mendorong pembaca untuk menemukan suara batin mereka dan percaya akan intuisi.

Book



Little Women

Karya: Louisa May Alcott

Salah satu novel klasik sepanjang masa ini mengisahkan perjalanan empat saudari March—Meg, Jo, Beth, dan Amy—dalam menghadapi suka duka kehidupan keluarga, cinta, dan pencarian jati diri di masa Perang Sipil Amerika. Dalam *Little Women*, para tokoh mencoba memperjuangkan pilihan dan kebebasan perempuan. Alcott menulis novel ini dengan kelembutan dan kejujuran, serta menghadirkan karakter-karakter yang kompleks dan sangat manusiawi. Meskipun berlatar abad ke-19, pesan moral dan emosinya masih sangat relevan hingga kini.

Film



Ballerina

Film *spin-off* dari kisah John Wick ini segera dirilis. Ceritanya berfokus pada Rooney (Ana de Armas), seorang balerina yang ingin membalas dendam. Ia mengejar kelompok pembunuh yang telah membunuh keluarganya dalam kejadian tragis. Rooney dilatih dalam bela diri dan keterampilan membunuh. Film ini akan mengungkap latar belakang Rooney saat ia pertama kali direkrut menjadi pembunuh bayaran muda. Penonton akan disuguhkan dengan berbagai aksi seru sebelum akhirnya John Wick (Keanu Reeves) akan muncul kembali dalam peran ikoniknya sebagai pembunuh legendaris.

Film

Elio

Film animasi terbaru dari Pixar ini mengisahkan Elio, seorang anak pemalu berumur 11 tahun yang secara tak sengaja terpilih sebagai juru bicara Bumi di pertemuan antarplanet. Seperti film Pixar lainnya, Elio menyentuh isu-isu identitas, keberanian, dan penerimaan diri dengan penuh warna dan imajinasi. Karakter Elio yang mudah dicintai, animasi yang menawan, serta narasi yang menggugah emosi membuat film ini cocok untuk segala usia. Menariknya, Elio tidak hanya mengisahkan petualangan luar angkasa, tetapi juga perjalanan menuju keberanian menjadi diri sendiri.

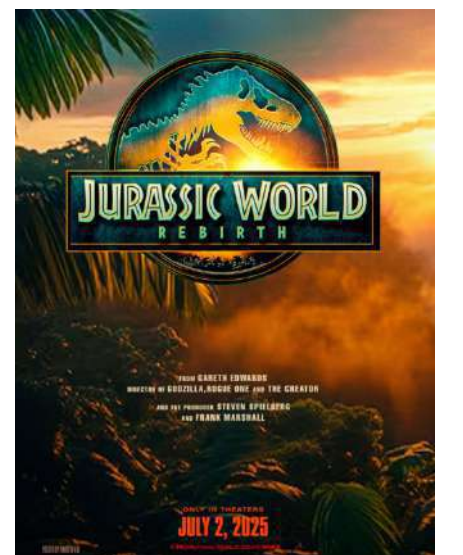


F1

Film ini membawa penonton ke dalam dunia balap Formula 1 dengan ketegangan dan intensitas yang sangat nyata. Dibintangi oleh Brad Pitt dan diproduksi oleh Apple Original Films, F1 menampilkan sisi teknis, emosional, dan kompetitif dari olahraga berkecepatan tinggi ini. Dengan visual sinematik yang memukau dan pengambilan gambar langsung di sirkuit F1 dunia nyata, film ini dibuat sebagai penghormatan kepada keberanian dan determinasi para pembalap. Baik penggemar balap maupun penonton umum akan merasakan adrenalin yang sama berkat narasi yang kuat dan dramatis, ditambah penampilan Brad Pitt yang tentunya memukau.

Jurassic World: Rebirth

Sebagai bagian dari misi rahasia, Zora Bennett (Scarlett Johansson), ditugaskan untuk memimpin tim dalam misi berbahaya ke sebuah pulau terpencil. Tempat itu dulunya merupakan bagian dari proyek Jurassic Park, tetapi telah lama ditinggalkan dan kini dihuni oleh berbagai spesies dinosaurus yang bertahan hidup di luar kendali manusia. Di tengah kekacauan, mereka menemukan sebuah rahasia mengerikan yang telah tersembunyi selama puluhan tahun. Jurassic World: Rebirth menjanjikan aksi penuh ketegangan, serta konspirasi ilmiah yang mengejutkan.●



Private Paradise

Private island merupakan simbol kebebasan sejati para selebriti.



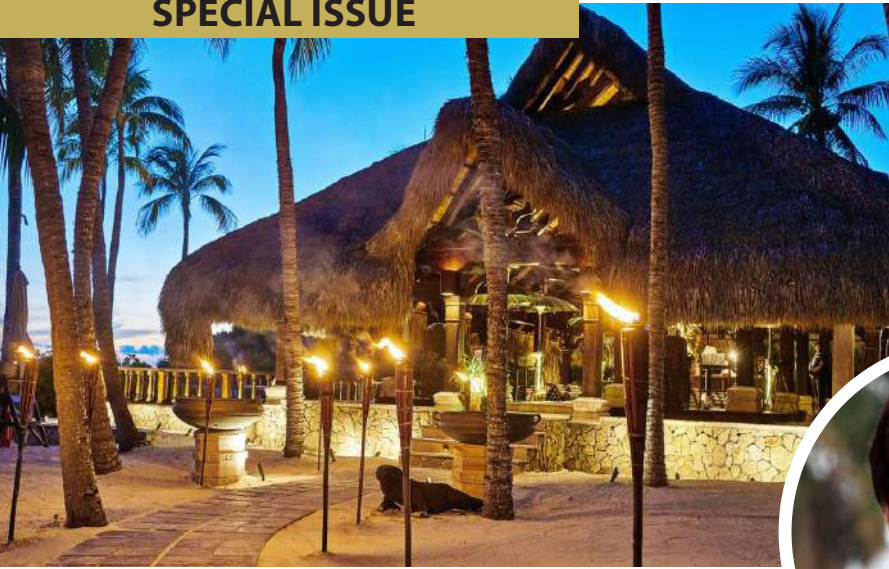
Setiap pulau memiliki keindahan alam yang begitu menakjubkan, dengan pemandangan laut memesona.



IMAGES: SIR RICHARD BRANSON, BUSINESSINSIDER.COM, TOP: NECKER ISLAND, KWICOLLECTION.COM, VERANDA.COM

Dalam dunia selebriti yang glamor, memiliki rumah mewah atau jet pribadi mungkin sudah menjadi hal yang lumrah. Namun, level eksklusivitas yang lebih tinggi dicapai ketika seseorang mampu memiliki sebuah *private island*. Bukan hanya lambang kemewahan, pulau pribadi juga menjadi simbol kebebasan, eksklusivitas, dan ketenangan yang didambakan.





Para selebritas dunia ini menjadikan pulau mereka sebagai tempat beristirahat mencari ketenangan.

1. Necker Island – Richard Branson

Berlokasi di Kepulauan Virginia, Britania Raya, Necker Island dikatakan sebagai contoh sempurna dari pulau pribadi mewah. Dimiliki oleh Sir Richard Branson, pendiri Virgin Group, pulau ini dikenal luas sebagai destinasi ultra-eksklusif yang sering disewa untuk pernikahan selebriti, acara eksklusif, hingga liburan super mewah. Pulau sebesar 73 hektar dengan prinsip *eco-friendly* ini memiliki vila-vila tropis dengan pemandangan Samudra Atlantik.

2. Blackadore Caye – Leonardo DiCaprio

Tidak hanya dikenal aktor berbakat, Leonardo DiCaprio juga seorang aktivis lingkungan. Ia membeli Blackadore Caye pada 2005 bersama mitranya dengan tujuan membangun *eco-resort* tercanggih di dunia. Berlokasi di Belize, Amerika Tengah, proyek ini menggabungkan kemewahan dengan prinsip konservasi lingkungan, termasuk restorasi habitat alami dan sistem air bersih yang canggih menjadikannya proyek percontohan untuk pariwisata berkelanjutan kelas dunia.

3. Musha Cay – David Copperfield

Illusionis ternama David Copperfield membeli Musha Cay di Bahamas, dan beberapa pulau kecil di sekitarnya untuk membentuk apa yang ia sebut sebagai "*Isles of Copperfield Bay*". Musha Cay dibuat dengan pelayanan *ultra-personalized*. Di sana hanya satu kelompok tamu yang diizinkan dalam satu waktu. Memiliki ukuran 60 hektar, Musha Cay menawarkan sensasi liburan yang tidak ditemukan di tempat lain, dan dikenal sebagai "resor pribadi paling eksklusif di dunia".

4. Rooster Cay – Eddy Murphy

Aktor dan komedian legendaris Eddie Murphy membeli pulau ini pada 2007. Terletak di perairan tenang Kepulauan Bahama, Rooster Cay membentang seluas sekitar 15 hektar dan menawarkan pemandangan laut Karibia yang memesona. Pulau ini menjadi tempat berlibur pribadinya. Dengan pantai berpasir putih, vegetasi tropis yang rimbun, dan vila-vila mewah yang tersembunyi di balik pepohonan, Rooster Cay menghadirkan nuansa eksklusif yang menghargai ketenangan dan keindahan alam.

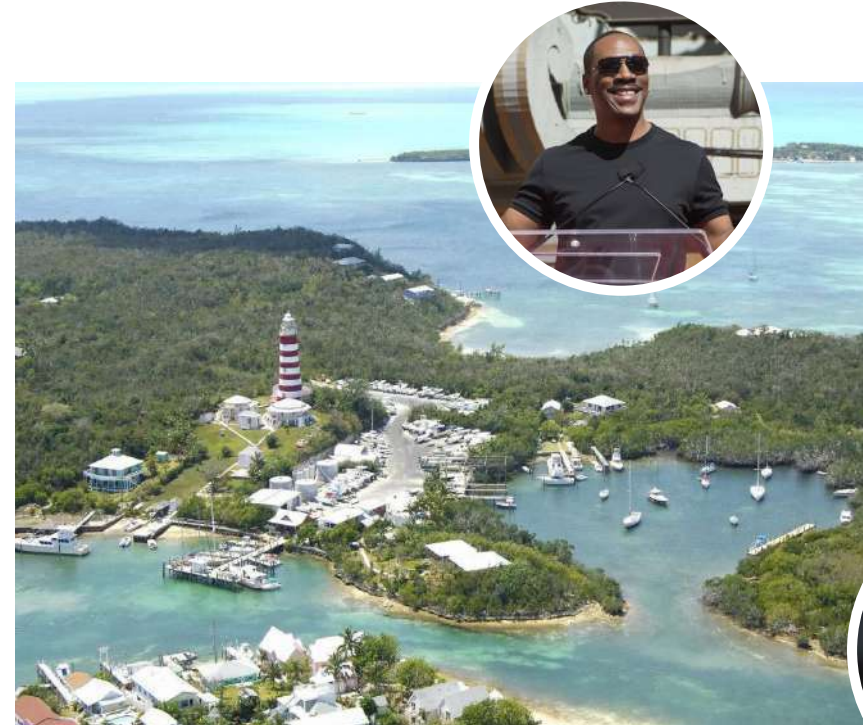
5. Mago Island – Mel Gibson

Aktor Mel Gibson membeli pulau ini pada 2005 dan menjadikannya tempat bersantai dari hiruk-pikuk Hollywood. Tidak seperti pulau selebriti lainnya yang dikomersialkan, Mago Island tetap dijaga dalam bentuk alamnya. Pulau ini

memiliki padang rumput luas, pantai putih, dan hutan tropis yang asri. Ukuran pulau ini sangat besar, sekitar 2.200 hektar atau setara kota kecil. Uniknyanya pulau yang berlokasi di Fiji ini tidak dilakukan pembangunan komersial, sehingga kondisi alamnya tetap terjaga.

6. Little Hall's Pond Cay – Johnny Depp

Johnny Depp jatuh cinta pada pulau ini saat syuting *Pirates of the Caribbean*. Ia kemudian membelinya dan menjadikannya tempat liburan pribadi super nyaman. Pulau ini memiliki 6 pantai indah yang dinamai berdasarkan nama anak-anak dan tokoh penting dalam hidupnya. Deep mendesain pulau ini dengan selera pribadinya sehingga pemandangan di sana sangat unik. Meski begitu, ia tetap menjaga keindahan pulau tetap bersih dan alami. ●





Kota-kota Hijau Terbaik di Dunia

Julukan ini disandang berkat komitmen terhadap lingkungan dan kualitas hidup.

Meningkatnya kekhawatiran global terhadap perubahan iklim dan degradasi lingkungan, berbagai kota di dunia mulai menerapkan kebijakan dan strategi yang ramah lingkungan untuk mewujudkan kota hijau berkelanjutan. Kota hijau tidak hanya sekadar dipenuhi taman dan pepohonan, namun juga mencerminkan pendekatan holistik terhadap pelestarian alam, efisiensi

Banyak negara di Eropa, seperti Swiss mulai menerapkan kendaraan umum berbasis listrik yang hemat energi.

energi, transportasi berkelanjutan, pengelolaan sampah, serta kualitas hidup penduduknya. Beberapa kota dunia berikut ini berhasil membangun sistem yang mendukung kehidupan berkelanjutan secara menyeluruh. Mereka membuktikan bahwa pertumbuhan ekonomi dan kemajuan teknologi tidak selalu harus secara aktif mengorbankan lingkungan.



1. Oslo, Norwegia

Oslo dikenal sebagai salah satu kota paling hijau di dunia. Ibu kota Norwegia ini pada 2019 lalu dianugerahi sebagai European Green Capital oleh Uni Eropa. Salah satu kekuatan utama Oslo terletak pada komitmennya untuk menjadi kota netral karbon. Kota ini menargetkan pengurangan emisi karbon hingga 95% pada tahun 2030.

Kebijakan transportasi menjadi sorotan utama di Oslo. Pemerintah telah mengurangi penggunaan mobil pribadi dengan memperluas zona bebas mobil di pusat kota, memperbanyak jalur sepeda, serta menyediakan transportasi umum berbasis listrik. Berkat insentif pajak dan infrastruktur pengisian daya yang luas, lebih dari 60% kendaraan baru di Oslo adalah kendaraan listrik.

Selain itu, Oslo dikelilingi oleh hutan dan area alami yang dilindungi. Lebih dari dua pertiga wilayah kota merupakan area hijau atau perairan, yang secara aktif dijaga agar tetap lestari. Inisiatif daur ulang dan penggunaan energi terbarukan juga menjadi bagian integral dari kehidupan kota.



2. Zurich, Swiss

Zurich, sebagai kota terbesar di Swiss, sukses memadukan efisiensi energi, kemajuan teknologi, dan kesadaran lingkungan, dalam setiap kegiatan masyarakatnya. Pemerintah kota Zurich telah menerapkan sistem manajemen energi yang sangat ketat, dengan tujuan untuk mengurangi konsumsi energi dan meningkatkan pemakaian sumber energi terbarukan.

Transportasi publik di Zurich sangat efisien dan luas, dengan sistem trem dan bus yang menggunakan energi bersih. Selain itu, Zurich mempromosikan gaya hidup ramah lingkungan dengan menyediakan ratusan kilometer jalur sepeda serta ruang terbuka hijau yang mudah diakses dari mana saja.

Zurich juga unggul dalam sistem pengelolaan limbah. Program daur ulang yang ketat di sana didukung oleh kesadaran tinggi warganya. Kota ini digadang sebagai salah satu pionir dalam transisi energi di Eropa karena menargetkan emisi karbon netral pada 2040.



Banyak bagian di kota ini yang ditanami tumbuhan, serta gaya hidup bersih masyarakat terhadap lingkungan.

“Kota Hijau tidak hanya tentang taman dan pohon, tapi pendekatan holistik terhadap segala elemen kota.”

3. Singapura

Singapura mendapat julukan “City in a Garden” berkat keberhasilannya mengintegrasikan elemen hijau di tengah kemajuan urbanisasi. Pemerintah Singapura menerapkan kebijakan *urban planning* yang menggabungkan bangunan tinggi modern dengan taman vertikal, atap hijau, dan taman kota yang tersebar merata.

Marina Barrage, Gardens by the Bay, dan Southern Ridges adalah contoh bagaimana Singapura menciptakan ruang hijau multifungsi. Pemerintah Singapura juga mendorong *green building* melalui *Green Mark Certification*, yang mewajibkan gedung-gedung baru untuk memenuhi standar efisiensi energi dan keberlanjutan.

Kebijakan pengelolaan air dan daur ulang air juga menjadikan Singapura contoh dalam efisiensi sumber daya, di mana air hujan dimanfaatkan secara optimal melalui teknologi pengolahan yang canggih.

Sebagai pusat politik, ekonomi, budaya, dan pendidikan negara Swedia, di Stockholm tidak berdiri industri berat sehingga kota itu mendapat julukan kota yang sangat bersih.



Singapura memiliki pengelolaan lingkungan terbaik di Asia Tenggara, serta pengaturan tata ruang yang baik untuk menunjang berbagai aktivitas masyarakatnya.

4. Stockholm, Swedia

Stockholm merupakan kota pertama yang mendapatkan penghargaan European Green Capital pada 2010. Sebagai ibu kota Swedia, Stockholm berhasil menggabungkan keindahan alam dengan tata kota berkelanjutan. Kota ini memprioritaskan efisiensi energi, pembangunan berwawasan lingkungan, dan sistem transportasi umum yang terintegrasi.

Salah satu pencapaian Stockholm adalah kawasan Hammarby Sjöstad, sebuah distrik percontohan yang mengimplementasikan sistem limbah terintegrasi, pemanas distrik berbasis biomassa, dan transportasi tanpa emisi.

Stockholm juga memiliki banyak danau dan taman kota yang dikelola dengan baik, serta kualitas udara yang sangat baik. Penggunaan kendaraan listrik pun semakin luas, didukung oleh infrastruktur yang memadai dan kesadaran publik terhadap isu lingkungan yang tinggi.



5. Tokyo, Jepang

Meski menjadi salah satu kota terpadat di dunia, Tokyo berhasil menerapkan kebijakan lingkungan yang efektif. Pemerintah Metropolitan Tokyo berkomitmen untuk mengurangi emisi karbon hingga 50% pada 2030. Salah satu strategi utama kota ini adalah efisiensi energi pada bangunan, terutama pada gedung-gedung perkantoran dan residensial.

Tokyo juga memiliki sistem transportasi umum yang luar biasa efisien, memungkinkan mobilitas tinggi tanpa bergantung pada kendaraan pribadi. Kota ini pun secara aktif menanam pohon dan menciptakan taman atap

untuk menjaga keseimbangan ekosistem di tengah kepadatan wilayah urban.

Program daur ulang di Tokyo sangat disiplin, dengan pemisahan limbah yang ketat dan partisipasi masyarakat yang tinggi. Selain itu, teknologi pintar digunakan untuk mengelola energi dan memantau kualitas lingkungan secara *real time*.

Jepang dikenal oleh dunia sebagai negara bersih berkat aturan lingkungan yang ketat, terutama di kota besar seperti Tokyo.



6. Helsinki, Finlandia

Helsinki adalah contoh kota yang berhasil memadukan teknologi dengan akses terbuka terhadap alam. Kota ini memiliki banyak taman nasional dan area pesisir yang dilestarikan, serta udara bersih dengan kualitas tinggi. Helsinki menargetkan netralitas karbon pada 2030 melalui strategi *Carbon Neutral Helsinki*.

Kota ini mempromosikan energi terbarukan, seperti biomassa dan angin, serta menggantikan sebagian

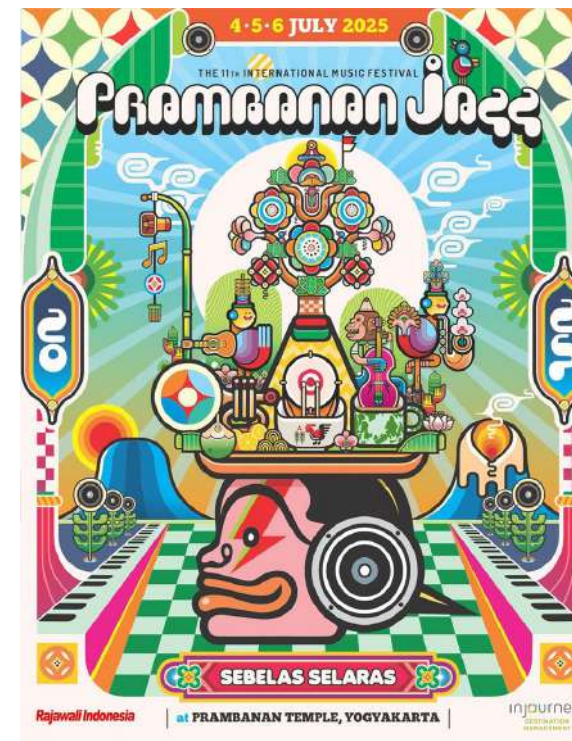
besar pemanas berbahan bakar fosil dengan sistem distrik berbasis energi hijau. Sistem transportasi publik juga dilengkapi dengan kendaraan listrik dan terhubung dengan baik antar distrik.

Helsinki dikenal karena keterbukaan data, di mana semua informasi terkait lingkungan dan konsumsi energi tersedia untuk umum, mendorong transparansi dan partisipasi warga. Teknologi digital juga dimanfaatkan untuk merancang kebijakan kota yang adaptif dan berkelanjutan. ●

Menuju Pertengahan Tahun 2025

Sejumlah acara akan hadir menemani perjalanan menuju pertengahan tahun Anda.

4,5,6



**Juli
2025**

Prambanan Jazz Festival
Lokasi: Candi Prambanan, Yogyakarta



5

**Juli
2025**

Ailee: ASCEND
Lokasi: The Kasablanka Hall, Jakarta



24

**Juli
2025** - **3 Agustus
2025**

GIIAS 2025
Lokasi: Jakarta

30

**Juli
2025** - **3 Agustus
2025**

JF3 Fashion Festival 2025
Lokasi: Summarecon Mall Serpong



6

**Agustus
2025**

Honne The Ouch Tour
Lokasi: Eldorado Dome, Bandung

22 - 24

**Agustus
2025**

LaLaLa Fest 2025
Lokasi: Jakarta International Expo, Jakarta •



MERCHANT PROMO

Kartu Kredit



Kartu Kredit



HOTEL DINING



Buy 2 Get 3 Iftar Buffet
di Pullman Jakarta Indonesia
08 April 2025 s.d 28 Februari 2026



Buy 2 Get 3 Buffet di
The Langham Jakarta
07 Oktober 2024 s.d 30 Juni 2025



Buy 2 Get 3 Iftar dan Hemat
s.d 20% di Fairmont Jakarta
1 Maret 2025 s.d 30 Juni 2026

FASHION & BEAUTY



Cicilan 0% hingga
36 bulan di INTIME
01 Januari s.d 31 Desember 2025



Cicilan 0% hingga 36 bulan
di THE TIME PLACE
01 Januari s.d 31 Desember 2025



Cicilan 0% hingga 36 bulan
di TAG HEUER
01 Januari s.d 31 Desember 2025



Cicilan 0% hingga
36 bulan di CELINE
01 Januari s.d 31 Desember 2025



Cicilan 0% hingga
36 bulan di FENDI
01 Januari s.d 31 Desember 2025



Cicilan 0% hingga
36 bulan di VALENTINO
01 Januari s.d 31 Desember 2025

GOLF



Diskon Green Fee hingga Rp. 200.000
di Damai Indah Golf PIK dan Buy 2
Get 50% discount
Hingga 31 Januari 2026



Spesial Price Driving
Range, Bonus 50 Bola di
Pondok Indah Golf
Hingga 31 Desember 2025



Special Price di Dago
Heritage 1917 Golf Course
01 Januari s.d 31 Desember 2025



Rancamaya Golf Diskon
hingga 20% + cicilan 0%
hingga 6 bulan
01 Juli 2024 s.d 30 Juni 2025



Diskon s.d. 20% +
cicilan 0% s.d 3 Bulan
di Bali International Golf
Hingga 10 Juni 2025



Diskon hingga 20%
di Club House Bogor Raya
01 Oktober 2024 s.d. 30 September 2025



Cicilan 0% s.d 12 Bulan
di Jade & O Jade
15 Maret 2024 s.d 14 Maret 2027



Cicilan 0% hingga 24 bulan +
diskon hingga 20% Livin Poin
di Galleries Lafayette
1 May 2024 s.d 31 April 2025

MERCHANT PROMO

Kartu Debit



Kartu Debit



EDUCATION ASSISTANCE



Layanan 8 Easy Edsteps
persiapan studi keluar negeri

1 Januari 2024 - 31 Desember 2025

TRANSPORTATION

Private Jet



Special Price Private Jet Untuk Nasabah
Mandiri Prioritas & Private

1 Maret 2024 - 28 Desember 2025

AIRPORT PREMIUM ASSISTANCE

Denpasar
Terminal Domestik
Bandara I Gusti Ngurah Rai

Semarang
Terminal Domestik
Bandara Ahmad Yani

Tangerang
Terminal 3 Domestik
Bandara Soekarno Hatta

Makassar
Terminal Domestik
Bandara Sultan Hasanudin

Surabaya
Terminal 2 Domestik
Bandara Juanda

Yogyakarta
Terminal Domestik
Bandara Kulon Progo

HEALTH & BEAUTY



Disc. 3% untuk rawat
inap & Disc. 10% untuk
pemeriksaan eksekutif

1 Januari 2024 - 31 Desember 2025



Diskon up to 20% Pemeriksaan
di RS Columbia Asia Medan

1 Januari 2024 - 31 Desember 2025



Diskon up to 20% Pemeriksaan
Medical Check-Up

1 Januari 2024 - 31 Desember 2025



Diskon s.d 20%
di RS Brawijaya Saharjo

Hingga 31 Desember 2025



RUMAH SAKIT "JIH" SOLO

Diskon 10% untuk tindakan
Magnetic Resonance Imaging
(MRI)

1 Agustus 2023 - 31 Desember 2025



Diskon up to 15% Pemeriksaan
Medical Check-Up

1 Agustus 2024 - 31 Desember 2025



Diskon up to 30% Pemeriksaan
Panel di Lab & Klinik CITO

1 Januari 2024 - 31 Desember 2025



Diskon 10% untuk
pemeriksaan MCU di
Pertamina Bina Medika IHC

Hingga 31 Desember 2025

AIRPORT VIP TRANSFER

Jakarta
Dari dan menuju Bandar Udara Soekarno Hatta

Surabaya
Dari dan menuju Bandar Udara Juanda

Denpasar
Dari dan menuju Bandar Udara I Gusti Ngurah Rai

Medan
Dari dan menuju Bandar Udara Kualanamu

Yogyakarta*
Yogyakarta International Airport

Makassar*
Dari dan menuju Bandar Udara Sultan Hasanudin

Singapura
Dari dan menuju Bandar Udara Changi

Ket : *) Hanya tersedia jenis kendaraan Toyota Kijang Innova

PRIVILEGES



Airport Premium Assistance*



Airport Executive Lounge*

Denpasar
Terminal Domestik
Bandara I Gusti Ngurah Rai

Semarang
Terminal Domestik
Bandara Ahmad Yani

Tangerang
Terminal 3 Domestik
Bandara Soekarno Hatta

Medan
Terminal Domestik
Bandara Kualanamu

Solo
Terminal Domestik
Bandara Adi Soemarmo

Yogyakarta
Terminal Domestik
Bandara Kulon Progo

Makassar
Terminal Domestik
Bandara Sultan Hasanudin

Surabaya
Terminal 2 Domestik
Bandara Juanda



Airport VIP Transfer*



- Jakarta** Dari dan menuju Bandar Udara Soekarno Hatta
- Surabaya** Dari dan menuju Bandar Udara Juanda
- Denpasar** Dari dan menuju Bandar Udara I Gusti Ngurah Rai
- Medan** Dari dan menuju Bandar Udara Kualanamu
- Singapura** Dari dan menuju Bandar Udara Changi
- Yogyakarta*** Yogyakarta International Airport
- Makassar** Dari dan menuju Bandar Udara Sultan Hasanudin



Golf Clinic*



- | | | | |
|------------------|-----------------------------------|------------------|----------------------------------|
| Bandung | Parahyangan Golf Club | Jadetabek | Senayan Golf Club |
| Bandung | Parahyangan Golf Club-Simulator | Jadetabek | SIM Simulator Golf Academy |
| Denpasar | New Kuta Golf | Jadetabek | Damai Indah Golf- BSD Course |
| Denpasar | Bali International Golf | Makassar | Padivalley Driving Range |
| Jadetabek | Pondok Indah Golf Driving Range | Medan | Royal Sumatra Golf Course |
| Jadetabek | The Club Gading Mas Driving Range | Medan | Lanud Polonia Golf Driving Range |
| Jadetabek | Damai Indah Golf-PIK Course | Surabaya | Ciputra Golf Driving Range |
| Jadetabek | Suvarna Golf Club | Surabaya | Pakuwon Golf & Family Club |

Balikpapan
SAMS Sepinggang
Blue Sky Premier Lounge

Banjarmasin
Syamsudin Noor
Concordia Lounge

Batam
Hang Nadim
Blue Sky Premier Lounge

Denpasar
I Gusti Ngurah Rai Domestik
Concordia Lounge

Jakarta
Soekarno Hatta T3 Domestik
Saphire Temporary Lounge
(Gate 13)
Saphire Temporary Lounge
(Gate 18)

Kupang
El-Tari
Blue Sky Premier Lounge

Makassar
Sultan Hasanudin
Concordia Lounge

Malang
Abdul Rachman Saleh
East Java Lounge

Manado
Sam Ratulangi
Concordia Lounge

Mataram
Lombok
Concordia Lounge

Medan
Kualanamu
Saphire Lounge

Padang
Minangkabau
Banua Lounge

Palembang
Sultan Mahmud
Badaruddin II
Saphire Blue Sky Lounge

Pekanbaru
Sultan Syarif Kasim II
Platinum Lounge

Pontianak
Supadio
Blue Sky Premier Lounge

Samarinda
Aji Pangeran
Tumenggung Pranoto
Blue Sky Premier Lounge

Semarang
Ahmad Yani
Concordia Lounge

Solo
Adi Sumarmo
Concordia Lounge

Surabaya
Juanda Terminal 2
Internasional
Concordia Lounge

Juanda Terminal 1 Domestik
Concordia Lounge

Juanda Terminal 1 Domestik
Blue Sky Premier Lounge

Yogyakarta
Kulon Progo
Concordia Lounge

* Terms & Conditions apply



Inspirational and Positive Quotes

Green Conscience

Kita hanya punya satu tempat untuk hidup yaitu bumi. Untuk itu upaya pelestarian lingkungan alam harus menjadi kepedulian bersama, Berikut rangkaian untaian kalimat bijak tentang lingkungan.

"Bumi bukanlah warisan nenek moyang yang bisa kita habiskan, namun merupakan titipan dari anak cucu yang harus kita jaga."

Pepatah Suku Indian Amerika Serikat.

"Orang muda menuntut perubahan. Mereka bertanya bagaimana mungkin kita berbicara tentang pembangunan berkelanjutan, sementara kita terus merusak bumi, rumah bersama kita."

Paus Fransiskus, Paus Gereja Katolik ke-266.

"Perubahan iklim itu nyata dan menjadi ancaman bagi umat manusia. Saatnya kita bekerjasama dan tidak bisa menunda."

Leonardo di Caprio, Aktor, Aktivis Lingkungan. ●



Hemat s.d. 15%*
pemeriksaan kesehatan
untuk nasabah Prioritas & Private

Medical
check up

Pemeriksaan
radiologi

Kamar
VIP



Periode hingga 31 Agustus 2025

*Info: bmri.id/siloamprio

segera download

