



KEMENTERIAN PEMBERDAYAAN  
PEREMPUAN DAN PERLINDUNGAN ANAK

#bangga  
melayani  
bangsa

**BerAKHLAK**  
Berorientasi Pelayanan Akuntabel Kompeten  
Harmonis Loyal Adaptif Kolaboratif

# KLIPPING PERIODE 15-31 MARET 2025

NPP: 3173084A4000001

# DAFTAR ISI

- 01** Pertamina Ceriakan Momen Idulfitri, Bagikan THR kepada Anak-anak
- 02** Ciptakan Lingkungan Aman di Pesantren, Polri Minta Santri Bangkit dan Bersuara untuk Tindak Kekerasan
- 03** Respons Mahkamah Agung Soal Hakim Vonis Bebas Polisi di Kasus Pencabulan Anak
- 04** 8 Tips Mudik Naik Motor dengan Membawa Anak
- 05** Bolehkah Anak-anak Makan Cokelat Hitam dan Apa Efek Sampingnya?
- 06** Hari Perempuan Internasional, Kesenjangan Gender Masih Ada
- 07** Penumpang Kereta Api Kini Bisa Pilih Duduk Bersebelahan dengan Sesama Perempuan
- 08** Stigma Perempuan Disabilitas Mental Psikososial Hambat Akses Pendidikan Mereka
- 09** 5 Gejala ADHD yang Tampak pada Wanita Dewasa
- 10** 8 Drakor tentang Perempuan Mandiri dan Tangguh yang Menginspirasi

# PERTAMINA CERIAKAN MOMEN IDULFITRI, BAGIKAN THR KEPADA ANAK-ANAK

Tempo.co 24 Maret 2025 | 13.27 WIB



Pertamina Patra Niaga menyiapkan THR berupa hadiah khusus bagi anak-anak saat berkunjung dan istirahat saat perjalanan mudik di Serambi MyPertamina. Dok. Pertamina

INFO NASIONAL - PT Pertamina Patra Niaga akan memberikan tunjangan hari raya (THR) berupa hadiah khusus bagi anak-anak yang berkunjung dan istirahat di Serambi MyPertamina. Serambi MyPertamina kembali hadir untuk mendukung kelancaran dan kenyamanan perjalanan selama masa Idul Fitri 2025. Program berupa tempat singgah sementara bagi pemudik ini hadir mulai 22 Maret hingga 9 April 2025.

Mars ega menuturkan terdapat 27 unit Serambi MyPertamina, yang tak hanya menyediakan produk dan program potongan harga BBM, namun juga memberikan layanan yang menasar segmen keluarga, untuk menambah keceriaan di masa Lebaran. "Jadi kita mencoba menyentuh segmen family, ibu-ibu, anak-anak, dan mungkin bapak-bapaknya," kata Ega.

# PERTAMINA CERIAKAN MOMEN IDULFITRI, BAGIKAN THR KEPADA ANAK-ANAK

Tempo.co 24 Maret 2025 | 13.27 WIB



Pertamina Patra Niaga menyiapkan THR berupa hadiah khusus bagi anak-anak saat berkunjung dan istirahat saat perjalanan mudik di Serambi MyPertamina. Dok. Pertamina

Sebagai bentuk apresiasi, anak-anak yang berkunjung akan mendapatkan hadiah THR agar tetap ceria selama perjalanan. Bagi ibu-ibu, tersedia program tukar poin MyPertamina dengan produk Buttonsscarves, sementara bapak-bapak dapat menikmati layanan pangkas rambut gratis.

Total terdapat 27 titik Serambi MyPertamina di jalur mudik utama, termasuk di Rest Area Tol Japek-Karawang KM 57A, Rest Area Tol Jakarta-Merak KM 43A, dan Rest Area Tol Pemalang-Batang KM 379A. Selain itu, 22 Mini Serambi juga tersedia di bandara, pelabuhan, dan lokasi wisata. Kehadiran fasilitas ini diharapkan dapat membuat perjalanan mudik lebih nyaman dan menyenangkan bagi para pemudik.

# CIPTAKAN LINGKUNGAN AMAN DIPESANTREN, POLRI MINTA SANTRI BANGKIT DAN BERSUARA UNTUK TINDAK KEKERASAN

Tempo.co 20 Maret 2025 | 17.50 WIB

INFO NASIONAL - Polri melalui Direktorat Tindak Pidana Pelindungan Perempuan dan Anak (PPA) serta Pemberantasan Perdagangan Orang (PPO) Bareskrim kembali menggelar kampanye \*Rise and Speak: Berani Bicara, Selamatkan Sesama\* dalam acara \*Ngabuburit Bersama Santri\* pada 19 Maret 2025 di Pondok Pesantren YAPINK, Bekasi.

Brigjen Pol. Dr. Nurul Azizah mengajak para santri untuk berani bersuara jika mengalami atau menyaksikan kekerasan, baik fisik, psikis, maupun seksual. Ia menegaskan bahwa berbicara bukan hanya menyelamatkan diri sendiri, tetapi juga orang lain. Para santri diimbau melaporkan kejadian yang tidak nyaman kepada teman, senior, ustaz, atau pimpinan pesantren agar bisa ditindaklanjuti.



Direktur Tindak Pidana Pelindungan Perempuan dan Anak (PPA) dan Pemberantasan Perdagangan Orang (PPO) Brigadir Jenderal Polisi Dr. Nurul Azizah, S.I.K., M.Si., (kelima kiri) dalam kampanye 'Rise and Speak: Berani Bicara, Selamatkan Sesama', di Pondok Pesantren Yayasan Perguruan Islam el-Nur el-Kasysyaf (YAPINK), Kabupaten Bekasi, pada Rabu, 19 Maret 2025. TEMPO/Abdul Karim

Nurul menekankan bahwa Polri berkomitmen dalam pencegahan, perlindungan, dan pemulihan bagi korban kekerasan, serta memastikan keadilan bagi perempuan dan anak. Ia juga berharap pesantren dapat menjadi lingkungan yang lebih ramah anak, sejalan dengan program sekolah ramah anak di Bekasi.

Pimpinan Pesantren YAPINK, KH. A. Kholid Dawam, mengapresiasi kampanye ini dan berharap dapat membawa manfaat bagi generasi muda. Ia menegaskan bahwa pesantren memiliki peran penting dalam kemajuan bangsa dan mendukung Polri dalam melindungi hak-hak warga negara demi masa depan yang lebih baik.

# RESPONS MAHKAMAH AGUNG SOAL HAKIM VONIS BEBAS POLISI DI KASUS PENCABULAN ANAK

Tempo.co 20 Maret 2025 | 17.50 WIB

TEMPO.CO, Jakarta - Mahkamah Agung (MA) menyatakan belum mengetahui putusan Pengadilan Negeri (PN) Jayapura yang membebaskan Brigadir Dua (Bripda) Alfian Fauzan Hartanto dalam kasus pencabulan anak di Kabupaten Kaerom, Papua, pada 2022. Putusan tersebut diberikan karena tidak adanya saksi dalam perkara ini. Juru bicara MA, Yanto, menyatakan bahwa pihaknya tidak akan menindaklanjuti majelis hakim kecuali ada laporan resmi. Hingga saat ini, MA belum menerima laporan terkait putusan tersebut.

Sementara itu, penasihat hukum korban telah melaporkan hakim PN Jayapura ke Komisi Yudisial (KY) Papua pada 18 Maret 2025. KY menyatakan akan menganalisis pertimbangan hukum majelis hakim dan meninjau bukti yang diajukan jaksa. Juru bicara KY, Mukti Fajar, menegaskan bahwa dalam kasus pelecehan seksual, hakim seharusnya menggali fakta lebih dalam sebagai alat bukti lain. KY juga membuka kemungkinan pemeriksaan terhadap pihak-pihak lain terkait dugaan pelanggaran kode etik hakim.



Juru Bicara MA Yanto memberikan keterangan kepada media dalam konferensi pers tentang pernyataan sikap Mahkamah Agung terhadap penetapan tersangka oknum hakim PN Surabaya oleh Kejaksaan Agung di Mahkamah Agung RI, Jakarta, Kamis, 24 Oktober 2024. TEMPO/Martin Yogi Pardamean



Majelis hakim PN Jayapura yang diketuai Zaka Talpatty, dengan anggota Korneles Waroi dan Ronald Lauterboom, membacakan putusan bebas bagi Bripda Alfian pada 23 Januari 2025 dalam perkara nomor 329/Pid.Sus/2024/PN Jap. Mereka menyatakan bahwa terdakwa tidak terbukti bersalah sesuai dakwaan jaksa. Hakim juga memerintahkan jaksa untuk segera membebaskan terdakwa dari tahanan.

Putusan ini jauh dari tuntutan jaksa yang meminta hukuman 12 tahun penjara dan denda Rp 200 juta subsidi enam bulan kurungan. KY kini tengah menelaah putusan tersebut sebelum mengambil langkah lebih lanjut.



# 8 TIPS MUDIK NAIK MOTOR DENGAN MEMBAWA ANAK

Tempo.co 19 Maret 2025 | 22.54 WIB

- **Gunakan Helm dan Perlengkapan Keselamatan:** Saat berkendara dengan anak, pastikan mereka selalu memakai helm SNI yang pas, jaket, sarung tangan, dan sepatu tertutup untuk melindungi dari cuaca. Bawa juga perlengkapan bayi yang dibutuhkan seperti popok, baju ganti, dan perlengkapan lainnya.
- **Pastikan Anak dalam Kondisi Sehat:** Sebelum berangkat, pastikan anak dalam kondisi sehat dan fit. Perjalanan jauh dengan motor bisa melelahkan bagi anak-anak. Jika anak sedang sakit, seperti flu atau demam, sebaiknya pilih transportasi lain yang lebih aman. Jangan paksakan perjalanan jika anak tidak sehat karena bisa berbahaya.
- **Gunakan Carrier Khusus:** Keselamatan anak saat berkendara motor adalah yang utama. Gunakan carrier khusus yang dirancang untuk perjalanan motor agar anak duduk stabil dan tidak mudah jatuh. Jangan biarkan anak duduk tanpa pengaman, terutama jika masih kecil. Pastikan posisi duduk anak nyaman agar tidak cepat lelah atau terguncang.
- **Bawa Barang Seperlunya:** Saat membawa anak kecil dengan motor, jaga keseimbangan dengan tidak membawa terlalu banyak barang. Gunakan tas punggung atau boks motor untuk menyimpan barang-barang penting seperti pakaian, obat-obatan, dan keperluan anak. Hindari menggantung barang di setang motor karena bisa mengganggu kendali kendaraan.



Pemudik sepeda motor membawa anak saat melintas di Nagreg, Kabupaten Bandung, Jawa Barat, 6 April 2024. Meski beresiko tinggi dan berpotensi terjadi kecelakaan lalu lintas, sebagian pemudik Lebaran 2024 memilih membawa anak-anak mereka dengan sepeda motor. TEMPO/Prima Mulia

- **Pilih Jadwal dan Rute Terbaik:** Saat mudik dengan motor bersama anak, pilihlah jadwal dan rute yang terbaik. Hindari berkendara di siang hari yang panas, dan pilihlah pagi atau sore hari. Rencanakan rute dengan baik menggunakan aplikasi peta digital untuk menghindari jalan yang padat dan rawan kecelakaan, serta mencari tempat istirahat yang nyaman.
- **Sering Beristirahat:** Saat melakukan perjalanan jauh dengan motor bersama anak, penting untuk sering beristirahat. Berhentilah setiap 1-2 jam agar anak bisa meregangkan tubuh, makan camilan, minum air, atau sekadar menghirup udara segar. Jika anak mulai rewel atau terlihat lelah, segera cari tempat istirahat yang nyaman. Jangan paksakan perjalanan tanpa henti karena bisa membahayakan keselamatan.

- **Bawa Bekal Makanan dan Minuman:** Bawalah bekal makanan dan minuman yang cukup untuk menjaga energi selama perjalanan. Pilihlah camilan sehat seperti buah-buahan, biskuit, atau roti. Siapkan juga air putih yang cukup untuk menghindari dehidrasi. Hindari minuman bersoda atau makanan manis yang berlebihan. Membawa bekal sendiri juga membantu menghindari makanan yang tidak higienis di perjalanan.
- **Jaga Kecepatan:** Saat berkendara membawa anak kecil, hindari kecepatan tinggi dan gaya berkendara agresif. Jagalah kecepatan stabil dan aman agar anak tidak terguncang atau takut. Hindari pengereman mendadak atau manuver berbahaya. Patuhi aturan lalu lintas dan pilih jalan alternatif yang lebih sepi dan nyaman jika memungkinkan.

## BOLEHKAH ANAK-ANAK MAKAN COKELAT HITAM DAN APA EFEK SAMPINGNYA?

TEMPO.CO, Jakarta - Cokelat hitam disebut sebagai makanan sehat, terutama bila dibanding cokelat susu yang banyak dijual di pasaran, karena diklaim mengandung antioksidan serta baik untuk jantung dan otak. Manfaat sehat inilah yang membuat satu dari tiga orang dewasa mengaku memilih jenis cokelat ini.

Bagaimana dengan anak-anak? Para dokter anak dan pakar gizi mengatakan ada hal yang perlu diketahui sebelum memberi cokelat hitam pada anak-anak. "Disarankan tak memberi anak-anak cokelat hitam dalam jumlah berlebihan dan sebelum tidur," ujar pakar diet dan juru bicara Akademi Nutrisi dan Diet Amerika Serikat, Amy Reed, kepada HuffPost edisi 14 Maret 2025.

Ia menjelaskan alasan utamanya karena cokelat hitam mengandung kafein. Makan cokelat hitam, atau jenis cokelat lainnya, memang tak berbahaya buat anak asalkan tidak berlebihan, ujar Anet Piridzhanyan, pakar diet klinis di Pusat Endokrinologi, Diabetes dan Metabolisme di Rumah Sakit Anak Los Angeles.

"Semua makanan, termasuk permen, biasa tersedia di meja," katanya. Tapi, berikut yang perlu diketahuisebelum memberikan cokelat hitam pada anak.

## Berapa Banyak Kandungan Kafein Cokelat Hitam?

Dalam 1 ons cokelat hitam yang mengandung 60-69% kakao terdapat 24 mg kafein, menurut Departemen Pertanian Amerika Serikat (USDA). Jumlah tersebut setara seperempat cangkir kopi, jelas Beth Natt dari Atlantic Health System. "Sedikit saja masih bisa ditoleransi," ucapnya. Namun jika terlalu banyak bisa memunculkan efek samping yakni sulit tidur, kecemasan, diare, muntah, detak jantung lebih cepat, dan tekanan darah naik. Sebagai stimulan, kafein sering berdampak lebih besar pada tubuh yang sedang berkembang dibanding orang dewasa, jelas Piridzhanyan.

Badan kesehatan Kanada memberikan batasan kafein berdasarkan usia sebagai berikut:

- Anak-anak 4-6 tahun: kurang dari 45 mg (setara 2 ons cokelat hitam)
- Anak-anak 7-9 tahun: kurang dari 62,5 mg
- Anak-anak 10-12 tahun: kurang dari 85 mg
- Anak-anak di atas 13 tahun: kurang dari 2,5 mg per kilogram berat badan.
- Orang dewasa: tak lebih dari 400 mg.



Ilustrasi cokelat hitam. Foto: Pixabay.com/Jackmac34

"Jika anak makan cokelat hitam berlebihan maka mereka bisa mengonsumsi terlalu banyak kafein," tutur Reed. Namun, asupan kafein mereka paling banyak bukan dari cokelat hitam, tambah Natt. Minuman soda, minuman energi, dan jenis permen tertentu juga mengandung kafein. Panduan terbaru dari koalisi beberapa organisasi kesehatan, termasuk AAP dan Akademi Nutrisi dan Diet, menganjurkan orang berusia 5-18 tahun menghindari minuman yang mengandung kafein dan stimulan lainnya.

# HARI PEREMPUAN INTERNASIONAL, KESENJANGAN GENDER MASIH ADA

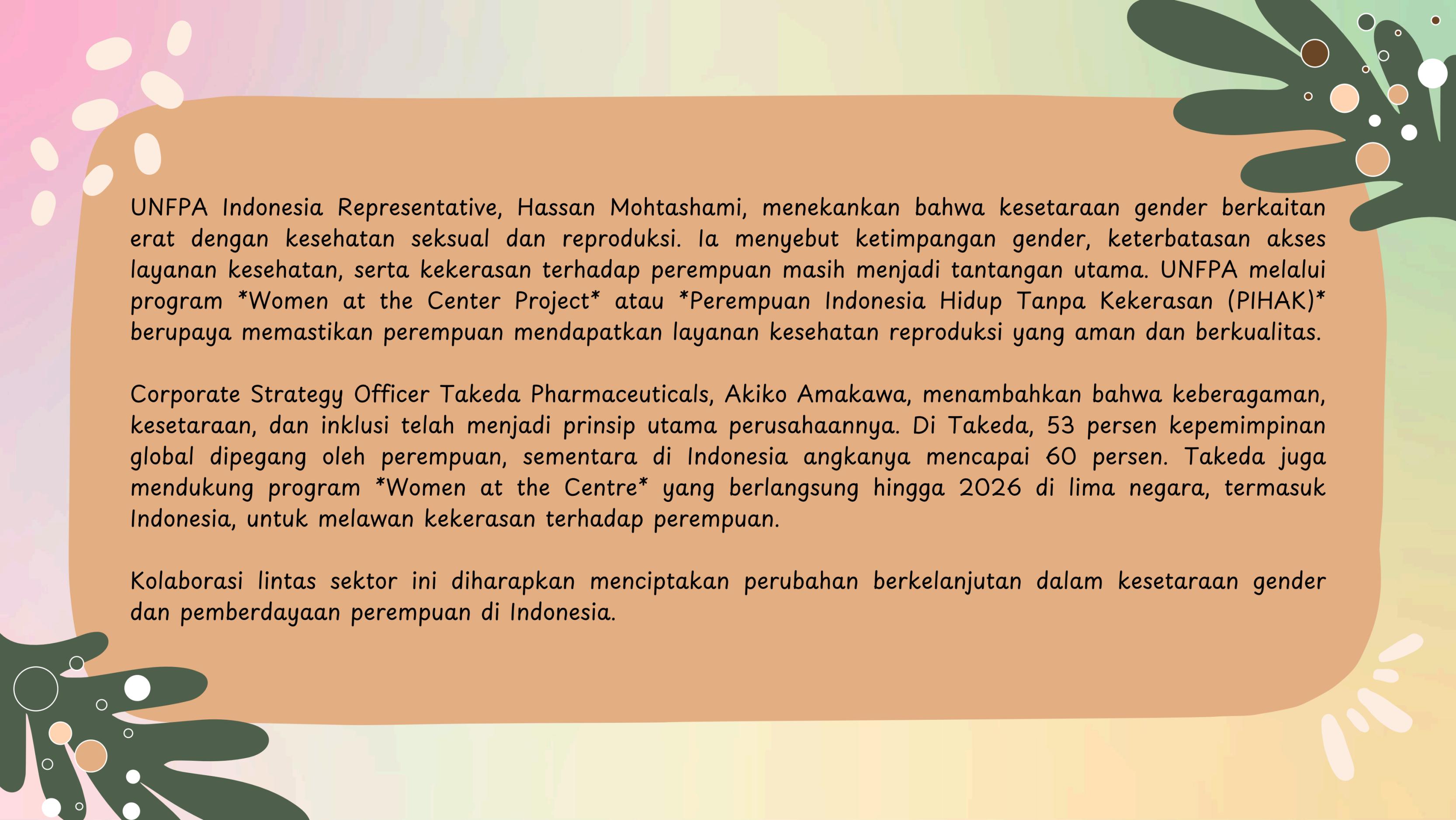
Tempo.co 15 Maret 2025 | 05.40 WIB

TEMPO.CO, Jakarta - Ketua Farid Nila Moeloek Society, Nila Moeloek, menyoroti bahwa kesenjangan gender di Indonesia masih ada dan perlu segera diatasi. Ia menekankan pentingnya memastikan setiap perempuan memiliki akses yang setara terhadap kesempatan, kesehatan, dan perlindungan.

Dalam rangka Hari Perempuan Internasional 2025, FNM Society bersama UNFPA dan didukung oleh Takeda menggelar Women National Conference bertema "Perempuan Sehat dan Berdaya, Menuju Kesetaraan Global" pada 11 Maret 2025. Konferensi ini melibatkan berbagai sektor untuk mendorong kesetaraan gender di Indonesia. Nila berharap forum ini menginspirasi masyarakat untuk berkontribusi dalam pemberdayaan perempuan.



Women National Conference yang bertema "Perempuan Sehat dan Berdaya, Menuju Kesetaraan Global" pada 11 Maret 2025/Takeda



UNFPA Indonesia Representative, Hassan Mohtashami, menekankan bahwa kesetaraan gender berkaitan erat dengan kesehatan seksual dan reproduksi. Ia menyebut ketimpangan gender, keterbatasan akses layanan kesehatan, serta kekerasan terhadap perempuan masih menjadi tantangan utama. UNFPA melalui program \*Women at the Center Project\* atau \*Perempuan Indonesia Hidup Tanpa Kekerasan (PIHAK)\* berupaya memastikan perempuan mendapatkan layanan kesehatan reproduksi yang aman dan berkualitas.

Corporate Strategy Officer Takeda Pharmaceuticals, Akiko Amakawa, menambahkan bahwa keberagaman, kesetaraan, dan inklusi telah menjadi prinsip utama perusahaannya. Di Takeda, 53 persen kepemimpinan global dipegang oleh perempuan, sementara di Indonesia angkanya mencapai 60 persen. Takeda juga mendukung program \*Women at the Centre\* yang berlangsung hingga 2026 di lima negara, termasuk Indonesia, untuk melawan kekerasan terhadap perempuan.

Kolaborasi lintas sektor ini diharapkan menciptakan perubahan berkelanjutan dalam kesetaraan gender dan pemberdayaan perempuan di Indonesia.

# PENUMPANG KERETA API KINI BISA PILIH DUDUK BERSEBELAHAN DENGAN SESAMA PEREMPUAN

Tempo.co 23 Maret 2025 | 10.10 WIB



Ilustrasi mudik dengan kereta api.  
ANTARA/Reno Esnir

TEMPO.CO, Yogyakarta - Calon penumpang perempuan kini bisa memilih kursi kereta api yang bersebelahan dengan perempuan. PT Kereta Api Indonesia (KAI) menghadirkan fitur baru pada proses pemilihan seat di aplikasi Access by KAI untuk memberikan kenyamanan lebih bagi penumpangnya.

Manajer Humas KAI Daop 6 Yogyakarta, Feni Novida Saragih, menyatakan fitur ini hadir sebagai bentuk perhatian KAI terhadap kebutuhan pelanggan perempuan. Dengan lebih dari 7 juta pengguna aktif aplikasi pada 2024, KAI berkomitmen menghadirkan layanan yang lebih inklusif.

Feni menambahkan, kehadiran fitur ini dilatarbelakangi oleh kebutuhan untuk meningkatkan rasa aman dan nyaman bagi penumpang perempuan.

Dengan lebih dari 7.633.584 downloader (pengunduh) dan 7.317.566 pengguna aktif aplikasi Access by KAI pada 2024, KAI berkomitmen menghadirkan layanan yang inklusif dan responsif terhadap kebutuhan pelanggan.

"Sebelumnya, proses pemilihan seat belum memberikan kemudahan bagi penumpang perempuan yang ingin duduk bersebelahan dengan sesama perempuan," jelas Feni.

Selain melalui aplikasi, penumpang juga bisa meminta kursi bersebelahan dengan perempuan saat memesan tiket di loket stasiun. Fitur ini berlaku untuk semua kereta api antarkota dan hanya bisa digunakan oleh member \*Access by KAI\* yang memesan tiket untuk penumpang perempuan. Saat memilih kursi, tempat duduk yang sudah ditempati perempuan akan ditandai warna merah muda. Namun, jika dalam satu pemesanan terdapat penumpang laki-laki, fitur ini tidak akan tersedia.

KAI memastikan perlindungan data pelanggan dalam penerapan fitur ini dan akan terus memantau serta mengumpulkan masukan guna penyempurnaan layanan di masa mendatang.

# STIGMA PEREMPUAN DISABILITAS MENTAL PSIKOSOSIAL HAMBAT AKSES PENDIDIKAN MEREKA

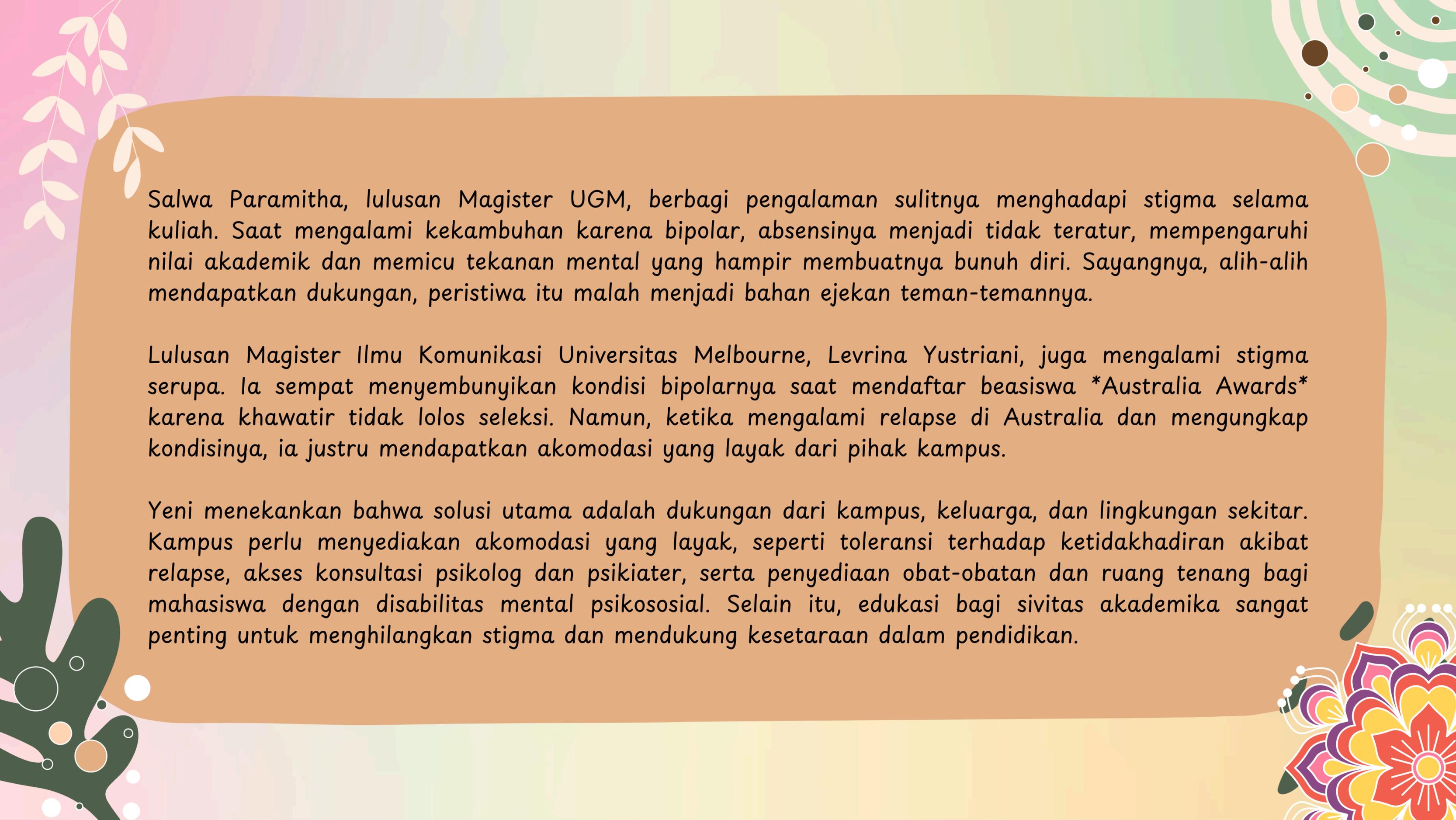
Tempo.co 19 Maret 2025 | 16.28 WIB

Stigma terhadap perempuan penyandang disabilitas mental psikososial masih menjadi hambatan besar dalam akses pendidikan, mulai dari tingkat dasar hingga perguruan tinggi. Mereka sering dianggap tidak mampu mengikuti pembelajaran atau justru mengganggu proses belajar mengajar. Akibatnya, banyak yang memilih menyembunyikan kondisi mereka untuk menghindari diskriminasi, tetapi hal ini justru memperparah kesulitan yang dihadapi saat mengalami kekambuhan.

Ketua Perhimpunan Jiwa Sehat (PJS), Yeni Rosa Damayanti, dalam webinar *\*Menembus Batas Pendidikan Tinggi bagi Perempuan Disabilitas Mental Psikososial\** menyoroti bahwa banyak perempuan dengan kondisi ini terpaksa putus kuliah akibat kurangnya pemahaman dari lingkungan. Padahal, kemampuan akademik mereka setara dengan mahasiswa lain, hanya saja mereka membutuhkan toleransi lebih saat mengalami relapse.



Ilustrasi disabilitas intelektual.  
Shutterstock



Salwa Paramitha, lulusan Magister UGM, berbagi pengalaman sulitnya menghadapi stigma selama kuliah. Saat mengalami kekambuhan karena bipolar, absensinya menjadi tidak teratur, mempengaruhi nilai akademik dan memicu tekanan mental yang hampir membuatnya bunuh diri. Sayangnya, alih-alih mendapatkan dukungan, peristiwa itu malah menjadi bahan ejekan teman-temannya.

Lulusan Magister Ilmu Komunikasi Universitas Melbourne, Levrina Yustriani, juga mengalami stigma serupa. Ia sempat menyembunyikan kondisi bipolarnya saat mendaftar beasiswa \*Australia Awards\* karena khawatir tidak lolos seleksi. Namun, ketika mengalami relapse di Australia dan mengungkapkan kondisinya, ia justru mendapatkan akomodasi yang layak dari pihak kampus.

Yeni menekankan bahwa solusi utama adalah dukungan dari kampus, keluarga, dan lingkungan sekitar. Kampus perlu menyediakan akomodasi yang layak, seperti toleransi terhadap ketidakhadiran akibat relapse, akses konsultasi psikolog dan psikiater, serta penyediaan obat-obatan dan ruang tenang bagi mahasiswa dengan disabilitas mental psikososial. Selain itu, edukasi bagi sivitas akademika sangat penting untuk menghilangkan stigma dan mendukung kesetaraan dalam pendidikan.



# 5 GEJALA ADHD YANG TAMPAK PADA WANITA DEWASA

Tempo.co 24 Maret 2025 | 13.27 WIB

TEMPO.CO, Jakarta - Gangguan kesehatan mental Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) tak hanya dialami anak-anak, terutama laki-laki. ADHD adalah kondisi yang mempengaruhi perilaku seseorang dengan gejala gelisah, sulit berkonsultasi, dan impulsif. Menurut pakar, orang dewasa juga bisa mengalaminya, termasuk perempuan.

Psikiater Dr Ali Ajaz sering membagi informasi dan saran kepada lebih dari 90 ribu pengikutnya di TikTok. Dalam sebuah video baru-baru ini, ia membagikan lima tanda yang ditunjukkan perempuan dan menjadi indikasi ia mengalami ADHD. Gejala ADHD sendiri biasanya tampak di masa kanak-kanak dan semakin jelas ketika lingkungan anak itu berubah, misalnya ketika mulai sekolah. Terkadang ADHD tidak dikenali saat anak masih kecil dan baru terdiagnosa setelah dewasa.

"Ada lima gejala ADHD pada perempuan yang jarang diperhatikan. Sebagai konsultan psikiatri, tugas saya untuk membantu meningkatkan hidup penderita ADHD," ujar Ajaz lewat unggahan videonya, dilansir dari Mirror pada 18 Maret 2025.



Ilustrasi perempuan tidak fokus karena ADHD. Foto: Freepik

Kelelahan Mental	Pelupa Parah	Kelelahan dalam Tugas Sederhana	Fokus Berlebihan	Sensitifitas Emosi	Gejala Lanjutan:
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Banyak pikiran yang mengganggu</li> <li>• Sulit mengistirahatkan pikiran</li> <li>• Cenderung membesar-besarkan hal sepele</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sering lupa menaruh ponsel</li> <li>• Lupa janji</li> <li>• Masuk ruangan tanpa tahu tujuan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bukan karena malas</li> <li>• Disebabkan gangguan fungsi eksekutif</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Terlalu fokus pada minat tertentu</li> <li>• Mudah lupa waktu</li> <li>• Mudah teralihkan perhatian</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Merasakan emosi secara mendalam</li> <li>• Sulit menerima penolakan</li> <li>• Mudah frustrasi atau cemas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ceroboh</li> <li>• Sulit mengorganisasi</li> <li>• Tidak fokus</li> <li>• Resah dan gelisah</li> <li>• Impulsif</li> <li>• Sulit mengendalikan stres</li> <li>• Tidak sabar</li> <li>• Berisiko dalam aktivitas</li> </ul>

# 8 DRAKOR TENTANG PEREMPUAN MANDIRI DAN TANGGUH YANG MENGINSPIRASI

Tempo.co 22 Maret 2025 | 14.43 WIB

The Tale of Lady Ok	When Life Gives You Tangerines	Search: WWW	Jewel In The Palace
<p>Drama ini bercerita tentang Goo Deok Yi, seorang budak wanita cerdas di era Joseon yang melarikan diri dari perbudakan. Ia menyamar sebagai bangsawan bernama Ok Tae Young dan menjadi ahli hukum yang dihormati. Drama ini menekankan pentingnya pendidikan bagi wanita dan bagaimana hal itu memungkinkan mereka untuk berkontribusi pada masyarakat.</p>	<p>Berlatar di Pulau Jeju pada tahun 1950-an, drama ini menyelami kehidupan Oh Ae Sun, seorang perempuan dengan semangat membara yang bermimpi menjadi penyair. Meski terkungkung oleh kemiskinan dan tradisi yang membatasi, ia tidak menyerah pada nasib. Sebagai seorang ibu yang visioner, Oh Ae Sun berhasil menurunkan spirit kemandirian kepada anaknya, Yang Geum Myeong, membuktikan bahwa impian dapat diwariskan melalui keteguhan dan inspirasi.</p>	<p>Drama ini mengisahkan tiga wanita karier yang ambisius di industri portal web Korea Selatan. Mereka bernama Bae Ta Mi, Cha Hyun, dan Song Ga Kyung. Drama ini menyoroti perjuangan mereka dalam dunia kerja yang kompetitif, serta lika-liku hubungan asmara yang berkembang di tengah tekanan industri teknologi.</p>	<p>"Jewel In The Palace" mengisahkan perjalanan Jang Geum, seorang gadis dari keluarga biasa di Dinasti Chosun, yang memiliki cita-cita tinggi. Dengan kecerdasan dan ketekunannya, ia masuk ke istana sebagai pelayan dapur, namun menghadapi fitnah dan pengasingan. Jang Geum tidak menyerah, ia bangkit dan menjadi tabib, bahkan menjadi dokter wanita pertama yang dipercaya menangani raja.</p>

- Queenmaker: Hwang Do Hee, seorang ahli strategi hubungan masyarakat, meninggalkan pekerjaannya untuk membantu Oh Kyung Sook, seorang pengacara hak asasi manusia, dalam dunia politik yang penuh intrik.

- When the Camellia Blooms: Dong Baek, seorang ibu tunggal yang menjalankan bar di kota kecil, menghadapi prasangka namun menemukan keberanian untuk melawan takdirnya dan mencari kebahagiaan.

- The Good Bad Mother: Young Soon membesarkan putranya, Kang Ho, dengan disiplin ketat. Setelah kejadian tak terduga, Kang Ho memahami alasan di balik didikan keras ibunya, dan drama ini menghadirkan kisah emosional tentang hubungan ibu dan anak.

- Good Partner: Drama ini mengisahkan dua pengacara perceraian, Cha Eun Kyung yang berpengalaman dan Han Yu Ri yang idealis, yang awalnya berselisih namun akhirnya menjadi partner yang kompak.



When Life Gives You Tangerines.  
Dok. Netflix