KEMENTERIAN KEUANGAN
REPUBLIK INDONESIA

MAJALAH **MEDIA KEUANGAN**
VOLUME XIV/NO. 164/MARET/2/ 2021

Mk+

MISI MENAIKKAN KONSUMSI

Kelas menengah menahan konsumsi meski masih memiliki daya beli. Upaya menebar insentif pajak otomotif dan properti diarahkan untuk suatu misi. Diharapkan, konsumsi rumah tangga naik, ekonomi pulih, dan terus menanjak.

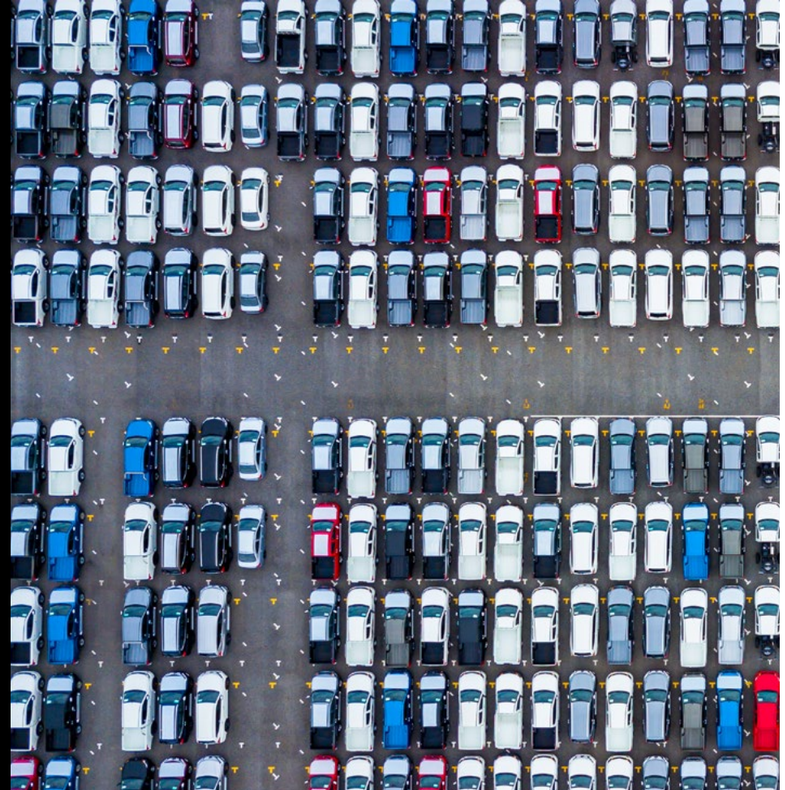
ISSN 1907-6320

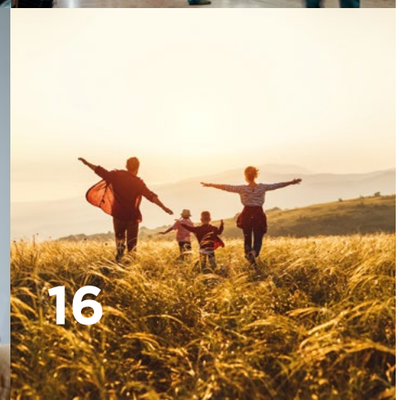
Foto Cover Resha Aditya

COVER STORY:

Untuk meningkatkan konsumsi, Pemerintah memberikan insentif tarif PPnBM untuk kendaraan bermotor dan properti. Pada cover edisi ini kami menggunakan gantungan kunci berbentuk rumah serta mainan mobil. Kunci yang tergantung menggambarkan sektor kendaraan dan properti siap untuk bergerak lagi untuk meningkatkan perekonomian.

MEDIA KEUANGAN adalah majalah resmi Kementerian Keuangan. Memberikan informasi terkini seputar kebijakan fiskal didukung oleh narasumber penting dan kredibel di bidangnya.





Daftar Isi

APBNKITA
04 Realisasi APBN 2020

DARI LAPANGAN BANTENG
05 Menggerakkan Dua Sektor Strategis

PHOTO STORY
06 Cari Untung di Kota Bitung

LAPORAN UTAMA
08 Gairahkan Konsumsi, Bangkitkan Produksi
10 Menstimulasi Konsumsi
12 Infografik

WAWANCARA
14 Hadir Sepenuhnya Menerima Kondisi Jiwa

FINANSIAL
16 Siapkan Diri Menuju *Financial Freeedom*

TEKA-TEKI
18 Teka Teki MaretEdisi Minggu Kedua

Diterbitkan oleh: Sekretariat Jenderal Kementerian Keuangan. **Pelindung:** Menteri Keuangan Sri Mulyani Indrawati. **Pengarah:** Wakil Menteri Keuangan Suahasil Nazara. **Penanggung Jawab:** Sekretaris Jenderal Kementerian Keuangan Hadiyanto. **Pemimpin Umum:** Kepala Biro Komunikasi dan Layanan Informasi Rahayu Puspasari. **Pemimpin Redaksi:** Kabag Manajemen Publikasi, Rahmat Widiana. **Redaktur Pelaksana:** Kasubbag Publikasi Cetak Yani Kurnia A. **Dewan Redaksi:** Ferry Gunawan, Dianita Suliastuti, Titi Susanti, Budi Sulistyo, Pilar Wiratoma, Purwo Widiarto, Muchamad Maltazam, Alit Ayu Meinarsari, Teguh Warsito, Hadi Surono, Budi Prayitno, Budi Sulistiyo. **Tim Redaksi:** Reni Saptati D.I, Rita Nurhayati, Dara Haspramudilla, Dimach Oktaviansyah Karunia Putra, A. Wirananda, CS. Purwowidhu Widayanti, Rostamaji, Andi Abdurrochim, Arif Miftahur Rozaq, Luqman Hakim, Muhammad Irfan, Indah Sandary Putri Jayus, Kurnia Fitri Anidya, Buana Budianto Putri, Mahardika Argha Mariska, Kurnia Fitri Anidya, Muhamad Ripurio, Berliana, Ni Made Ary Ramayanti, Intan Nur Shabrina **Redaktur Foto:** Anas Nur Huda, Resha Aditya Pratama, Andi Al Hakim, Andi Abdurrochim. **Desain Grafis dan Layout:** Venggi Obdi Ovisa, Ditto Novenska, Muhammad Fithrah **Alamat Redaksi:** Gedung Djuanda 1 Lantai 9, Jl. Dr. Wahidin Raya No. 1, Jakarta Telp: (021) 3849605, 3449230 pst. 6328/6330. **E-mail:** mediakeuangan@kemenkeu.go.id.

Menggerakkan Dua Sektor Strategis

Minggu lalu seorang kawan bercerita bahwa selain berolahraga, kegiatan baru yang dilakoninya di akhir pekan adalah memanaskan kendaraan miliknya di rumah. Ia berujar hal ini perlu dilakukan supaya kendaraannya terhindar dari kata "rusak" akibat mesin yang intensitasnya jarang digunakan. Tak disangkal, pembatasan sosial memang berdampak pada mobilitas masyarakat. Akibatnya, bepergian yang tidak penting menjadi aktivitas yang cenderung dikurangi. Kebutuhan masyarakat akan penggunaan kendaraan bermotor pun menjadi turun.

Kelesuan tingkat permintaan konsumen untuk barang kendaraan bermotor di sektor otomotif juga dirasakan sektor properti. Dua sektor ini menjadi sektor yang terkena dampak cukup berat akibat pandemi COVID-19 Padahal, baik otomotif maupun properti menjadi sektor andalan yang menyerap banyak tenaga kerja dan memiliki efek ganda terhadap perekonomian.

Sejauh ini, pemerintah telah berupaya menaikkan sisi permintaan masyarakat melalui stimulus yang dikemas secara berbeda-beda. Konsumsi masyarakat berpenghasilan rendah telah didorong melalui berbagai program pelindungan sosial. Kini seiring dengan usaha menurunkan jumlah kasus positif dan program vaksinasi, pemerintah menyasar kelas menengah untuk menggerakkan konsumsi yang pada tahun lalu cenderung menahan diri. Ikhtiar ini dijalankan melalui pemberian insentif pajak otomotif dan properti.

Pemberian insentif kedua sektor ini bukan berarti pemerintah hanya memprioritaskan kelas menengah. Malah, strategi ini penting untuk mendorong konsumsi masyarakat, terutama kelas menengah, dan pada akhirnya dapat saling menguatkan dalam menggairahkan konsumsi rumah tangga. Apalagi, kedua sektor ini sangat strategis mengingat dua-duanya mampu menyerap banyak tenaga kerja. Perlu diingat juga bahwa semua program PEN dalam APBN penting. Itulah mengapa APBN bekerja di berbagai area. Selamat membaca!

Rahayu Puspasari
Kepala Biro Komunikasi dan Layanan Informasi
Sekretariat Jenderal Kemenkeu

Cari Untung di Kota Bitung

Teks Anas Nur Huda **Foto** Andi Alhakim

Kota Bitung merupakan salah satu kawasan minapolitan/industrialisasi perikanan tangkap dari 9 wilayah di Indonesia. Bitung memiliki sumber daya laut dan perikanan yang sangat potensial mencapai 587.000 ton, sementara yang dimanfaatkan baru sekitar 25%. Berlimpahnya sumber daya perikanan, khususnya tuna, dapat memberi keuntungan ekonomi bagi masyarakat di Sulawesi Utara (Sulut). Selain dapat menyerap tenaga kerja, ekspor tuna juga dapat menghasilkan devisa bagi negara. Permintaan datang dari negara-negara seperti Jepang, Australia, Thailand, Tiongkok, Amerika Serikat, dan Uni Eropa.

Gairahkan Konsumsi, Bangkitkan Produksi

Teks CS. Purwowidhu **Foto** Istock

Secara keseluruhan konsumsi rumah tangga menjadi kontributor terbesar PDB yakni sebesar 57,66 persen, di mana 83 persen didominasi oleh konsumsi lapisan menengah atas. Kendati demikian, laju aktivitas konsumsi masyarakat di tengah pandemi COVID-19 khususnya lapisan menengah atas masih terbilang rendah. BPS mencatat pertumbuhan konsumsi rumah tangga tahun 2020 terkontraksi sebesar 2,63 persen dibandingkan tahun sebelumnya. Data tersebut sejalan dengan data Lembaga Penjamin Simpanan (LPS) yang menunjukkan per Desember 2020, simpanan masyarakat di perbankan tumbuh 11,50 persen (*y-o-y*).

Seiring dengan gencarnya vaksinasi COVID-19, pemerintah berusaha menaikkan keyakinan konsumen untuk beraktivitas ekonomi dan men-*jump start* perekonomian setelah terpuruk cukup dalam di 2020. Upaya memulihkan sisi permintaan dari lapisan menengah dilakukan dengan pemberian relaksasi untuk mendorong level konsumsi pada dua sektor yang dinilai memiliki efek pengganda (*multiplier effect*) besar, yaitu sektor kendaraan bermotor dan properti.

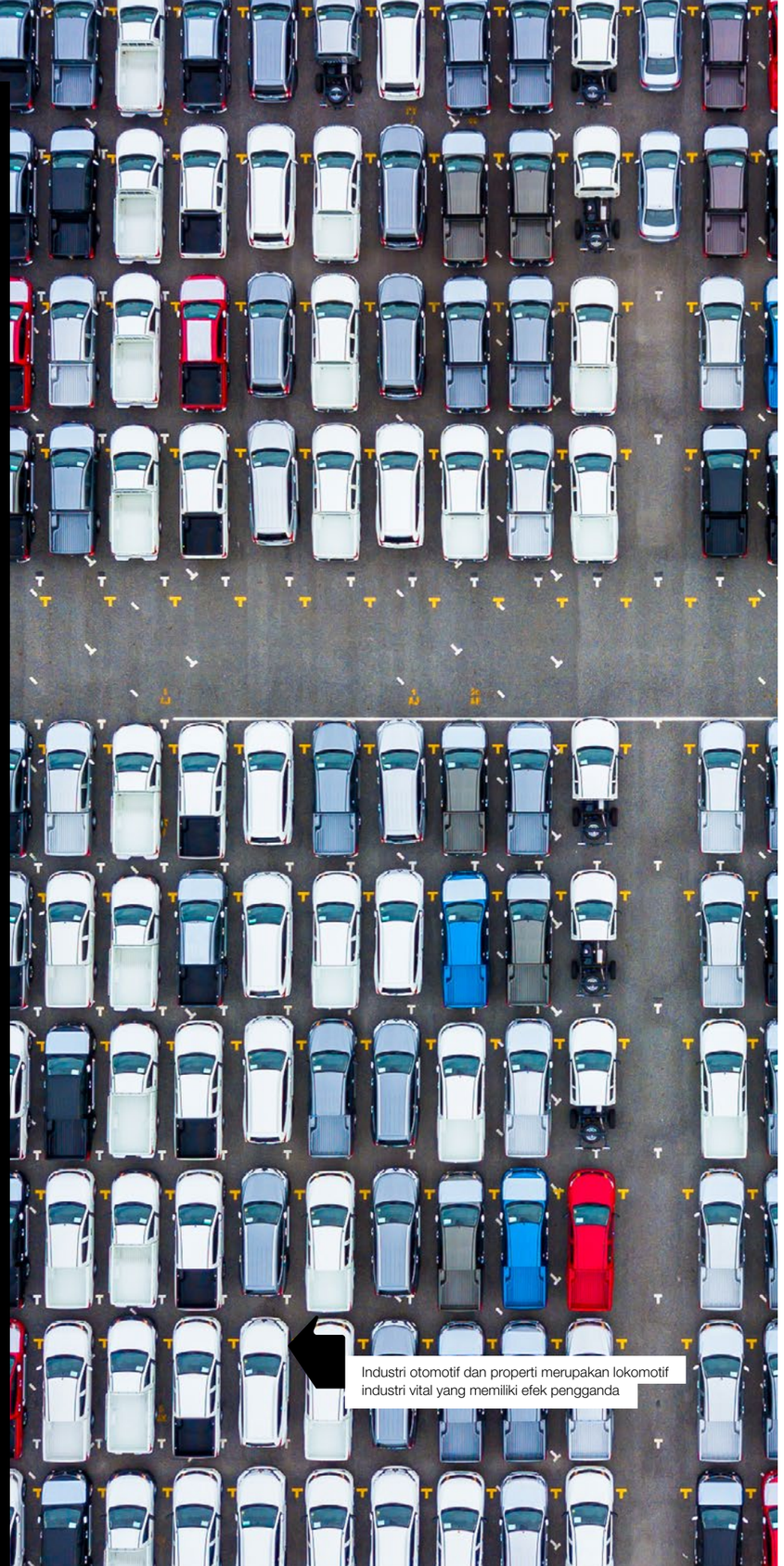
Relaksasi yang berlaku per 1 Maret 2021 tersebut diberikan dalam bentuk insentif tarif PPnBM untuk kendaraan bermotor segmen sampai dengan 1500 cc kategori sedan dan 4x2, serta mengandung *local purchase* minimal 70 persen. Sedangkan insentif sektor properti berupa diskon pajak melalui fasilitas PPN Ditanggung Pemerintah (DTP) untuk penjualan rumah tapak dan rumah susun siap huni.

Lokomotif industri

Industri otomotif dan properti merupakan lokomotif industri yang vital. Pada 2019, industri otomotif berkontribusi 3,98 persen terhadap PDB non-migas. Sektor padat karya ini menyerap tenaga kerja dalam jumlah besar yakni 1,5 juta orang pekerja langsung dan 4,5 juta tenaga kerja tidak langsung. Rantai pasok sektor ini juga sangat luas. Terdapat kurang lebih 7451 pabrik penghasil produk input untuk industri otomotif.

Ketua Umum Gabungan Industri Kendaraan Bermotor Indonesia (GAIKINDO) Yohannes Nangoi menerangkan saat ini Indonesia sudah swasembada mobil. Dari total kebutuhan domestik, hampir 90 persen lebih disuplai dari pabrik domestik. 70-80 persen juga sudah menggunakan bahan baku lokal. Bahkan Indonesia mampu mengekspor 330 ribu mobil ke berbagai negara, termasuk ke Jepang. “Kalau Anda ke luar negeri lalu melihat ada mobil Xpander, Isuzu Traga, atau kendaraan sejenis Daihatsu GranMax, itu semua dari Indonesia karena pabriknya hanya ada di Indonesia,” ujar Nangoi.

Sementara itu, kontribusi sektor properti (*real estate* dan konstruksi) terhadap PDB dalam kurun 20 tahun terus meningkat. Dari 7,8 persen pada tahun 2000 menjadi 13,6 persen pada 2020. Sektor ini berkaitan erat dengan 175 industri ikutan dan 350 jenis UMKM. “Jika sektor properti dan industri ikutannya terganggu maka sekitar 30 juta pekerja akan terdampak”, jelas Ketua Asosiasi Pengusaha Indonesia (APINDO) Bidang Properti dan Kawasan Ekonomi, Sanny Iskandar, dalam keterangan tertulisnya kepada Media Keuangan.



Goncangan keras

Industri otomotif menjadi salah satu sektor yang terhantam cukup keras oleh COVID-19. Dari kapasitas produksi kendaraan sebesar 2,4 juta per tahun, Nangoi menjelaskan penjualan mobil biasanya mencapai 1,5 juta per tahun, terdiri dari 1,2 juta untuk domestik dan sekitar 330 ribu untuk diekspor. Namun, setelah terimbas pandemi COVID-19, total penjualan di 2020 anjlok menjadi hanya sekitar 700-an ribu mobil terdiri dari 530 ribu untuk domestik dan 200-an ribu untuk diekspor. Memasuki tahun 2021 penurunan penjualan mobil masih berlanjut. “Januari 2021 turun 8 persen dibanding Desember 2020,” imbuhnya.

Jika kondisi tersebut terus berlanjut, bukan hanya PHK bisa terjadi, namun eksistensi bisnis sektor otomotif pun turut terancam. Yang paling berbahaya apabila *market* terus merosot menurut Nangoi, investor yang tadinya berniat investasi di Indonesia akan berpaling ke negara lain yang memiliki *market* lebih besar atau bisa pula terjadi penutupan pabrik sementara dan beralih ke impor mobil. “Kalau pabrik mobil tutup, gemanya luar biasa. Bahaya. Ini yang kita musti hindari,” lugas Nangoi.

Sektor properti pun mengalami goncangan serupa. Pertumbuhan sektor properti terkontraksi 2,0 persen, bahkan sektor konstruksi turun lebih dalam ke minus 3,3 persen. “Untuk properti residensial, pembeli segmen *end user* terkena dampak karena adanya gangguan bisnis, pengurangan gaji, PHK, dan lain-lain,” ungkap Sanny. Jumlah pekerja sektor properti ikut mengalami penurunan dari 9,1 juta pekerja di 2019 menjadi 8,5 juta pekerja di 2020.

Angin segar

Nangoi dan Sanny antusias menyambut relaksasi yang diberikan pemerintah. Mereka berharap relaksasi tersebut bisa mendongkrak penjualan mobil dan properti tahun 2021. Pembebasan PPN, menurut Sanny sangat ditunggu karena selain dapat meringankan segmen kelas menengah yang masih kesulitan menjangkau rumah layak huni, insentif tersebut juga dapat meningkatkan penjualan pasokan rumah yang telah dibangun pengembang di 2020. “Saya harap stimulus ini bisa mendorong penjualan 27 ribu-30 ribu rumah nonsubsidi,” kata Sanny.

Sementara Nangoi optimis insentif PPnBM untuk kendaraan bermotor akan menggerakkan ekonomi. Dibandingkan dengan mengimpor satu mobil mewah, Nangoi berujar memproduksi satu mobil segmen sampai dengan 1500 cc dengan *local purchase* 70 persen jauh memiliki nilai tambah ekonomi tinggi karena menarik banyak gerbong industri dan melibatkan jutaan tenaga kerja Indonesia. Nangoi menargetkan total 1 juta kendaraan terjual di 2021 yang terdiri dari 750 ribu mobil untuk kebutuhan domestik dan 250 ribu untuk diekspor. “Mulai 1 Maret 2021 kita benar-benar kerja keras untuk bisa menaikkan penjualan sehingga utilisasi pabrik bisa normal kembali,” pungkasnya.

Menstimulasi Konsumsi

Teks Reni Saptati D.I **Foto** Istock

Industri otomotif merupakan industri padat karya tempat bergantung 1,5 juta pekerja langsung dan 4,5 juta pekerja

Industri otomotif kembang kempis diserang COVID-19. Daya beli kelas menengah memang relatif tak terdampak pandemi, tetapi tingkat konsumsinya jauh menurun. Bagaimana tidak, mobilitas dibatasi dan aktivitas di luar menjadi sangat hati-hati. Padahal, industri otomotif merupakan industri padat karya tempat bergantung 1,5 juta pekerja langsung dan 4,5 juta pekerja tidak langsung. Oleh sebab itu, pemerintah memberikan insentif pajak untuk kendaraan bermotor. Selain untuk mempertahankan basis industri otomotif, insentif ini bertujuan untuk menstimulasi konsumsi masyarakat dan menggerakkan ekonomi.

Dalam upaya menaikkan sisi permintaan masyarakat, stimulasi dikemas berbeda-beda. Konsumsi masyarakat berpenghasilan rendah didorong melalui program pelindungan sosial. Kelas menengah yang tahun lalu cenderung menahan diri kini dipancing dengan pemberian insentif pajak. Namun, bagaimana pun juga kesehatan dan keselamatan masyarakat tetap utama. Tahun ini anggaran Pemulihan Ekonomi Nasional (PEN) sektor kesehatan bahkan naik hingga 177 persen menjadi Rp176,3 triliun. Jika sektor kesehatan belum pulih, keyakinan masyarakat untuk mau menggenjot konsumsinya pun belum tentu pulih.

"Anggaran kita akan meningkat sangat besar untuk bidang kesehatan. Namun, di tahun 2021 ini kami juga perlu untuk fokus bagaimana men-*jump start* atau memulai kembali aktivitas ekonomi sesudah banyak yang mengalami penurunan pesat dan sangat signifikan pada 2020. Ini berarti kita tidak hanya fokus membuat mereka *survive*, tetapi pulih dan bisa berjalan," tegas Menteri Keuangan Sri Mulyani Indrawati dalam Konferensi Pers Pemberian Insentif Kendaraan Bermotor dan Perumahan pada Senin (1/3).

Wanita yang pernah menjabat sebagai Direktur Pelaksana Bank Dunia tersebut menegaskan bahwa semua program PEN penting. Itulah mengapa APBN bekerja di berbagai area, termasuk mendorong konsumsi masyarakat dan menyokong dunia usaha. Sri Mulyani mejelaskan, anggaran insentif PPnBM kendaraan bermotor diperkirakan mencapai Rp2,99 triliun. "Kami memang sengaja mendesain agar *front loading*. Tujuannya untuk memacu *confidence* dan secara simultan bisa meningkatkan pemulihan ekonomi," ujarnya.

Upaya ini diharapkan mampu memberi napas panjang bagi industri otomotif yang selama ini menjadi salah satu kontributor terbesar bagi Produk Domestik Bruto (PDB) industri. Lebih dari 7000 pabrik di Indonesia menghasilkan produk input untuk industri otomotif. Pada 2019, industri pendukung otomotif tercatat menyumbang Rp700 triliun bagi PDB.

Melalui Peraturan Menteri Keuangan (PMK) Nomor 20/PMK.010/2021, pemerintah memberikan kebijakan insentif penurunan tarif Pajak Penjualan atas Barang Mewah (PPnBM) untuk kendaraan bermotor dengan segmen sampai dengan 1.500 cc sedan dan 4x2, serta memiliki *local purchase* minimal sebesar 70 persen. Besarnya PPnBM kendaraan bermotor ditanggung oleh pemerintah diberikan secara bertahap. Untuk masa pajak Maret-Mei 2021, PPnBM ditanggung 100 persen. Selanjutnya, untuk masa pajak Juni-Agustus 2021, PPnBM ditanggung 50 persen. Terakhir, untuk masa pajak September-Desember 2021, PPnBM ditanggung 25 persen. Makin cepat masyarakat membeli kendaraan bermotor, makin besar insentif yang didapatkan.

Beli properti dapat diskon pajak

Selain insentif kendaraan bermotor, telah terbit pula insentif untuk pembelian properti sebagaimana dimuat dalam PMK Nomor 21/PMK.010/2021. Sama halnya dengan industri otomotif, industri properti berupa *real estate* dan konstruksi juga memberikan kontribusi besar terhadap PDB. Selama 20 tahun terakhir angka kontribusinya terus meningkat, dari 7,8 persen pada 2000, menjadi 13,6 persen pada 2020.

Namun demikian, pada tahun lalu sektor ini tertatih-tatih. Pertumbuhannya terkontraksi hingga -2,0 persen. Pertumbuhan sektor konstruksi bahkan terjerembab lebih dalam hingga -3,3 persen. Dari sisi jumlah pekerja juga terjadi penurunan, dari 9,1 juta pada 2019 menjadi 8,5 juta pada 2020.

"Pemberian insentif untuk pembelian properti adalah kebijakan

yang penting mengingat sektor ini sangat strategis dalam perekonomian dan memiliki efek pengganda yang kuat keterkaitannya dengan berbagai sektor di dalam perekonomian," ungkap Direktur Penyuluhan, Pelayanan, dan Hubungan Masyarakat Direktorat Jenderal Pajak (P2Humas DJP) Neilmaldrin Noor.

Pria yang baru menjabat sebagai Direktur P2Humas pada awal Februari lalu ini menjelaskan bahwa kebijakan diskon pajak melalui fasilitas PPN Ditanggung Pemerintah (DTP) diberikan untuk penjualan rumah tapak atau unit hunian rumah susun selama enam bulan, terhitung mulai Maret 2021. "Pemberian fasilitas PPN DTP sebesar 100 persen diberikan bagi penjualan rumah tapak atau unit hunian rumah susun dengan nilai jual sampai dengan Rp2 miliar dan PPN DTP sebesar 50 persen bagi yang memiliki nilai jual di atas Rp2 miliar sampai dengan Rp5 miliar," terang Neilmaldrin.

Masyarakat didorong agar segera melakukan keputusan pembelian rumah baik rumah tapak maupun rumah susun dalam jangka waktu dekat. Lantaran diarahkan untuk menyerap jumlah rumah yang sudah selesai dibangun dan siap dijual, kriteria untuk mendapatkan insentif ini haruslah rumah baru yang diserahkan dalam kondisi siap huni. "Insentif diberikan maksimal untuk satu unit rumah untuk satu orang dan rumah tersebut tidak boleh dijual kembali dalam jangka waktu satu tahun," tambah Neilmaldrin.

PPN DTP pada pembelian properti ini diperkirakan mencapai Rp5 triliun dan masuk dalam insentif dunia usaha pada program PEN 2021. Bukan angka yang kecil. Kebijakan ini diharapkan mampu menarik minat kelas menengah untuk melakukan konsumsi yang tinggi. "Tentu saja hal ini akan berdampak positif pada penerimaan pajak. Memang jika dilihat dari jenis pajak akan terjadi penurunan pada penerimaan PPnBM.

Pemihakan bagi masyarakat berpenghasilan rendah juga hadir di sektor properti.

Namun, diharapkan penerimaan dari jenis pajak lain sebagai dampak pemulihan ekonomi akan terjadi kenaikan," tutur Neilmaldrin.

Kendaraan listrik dan rumah bersubsidi

Pemberian insentif bagi kendaraan bermotor memunculkan pertanyaan tentang insentif untuk kendaraan listrik. Apalagi, sebelumnya pemerintah juga mendorong program kendaraan listrik demi mengurangi polusi udara dan menekan jumlah impor bahan bakar minyak. "Kendaraan listrik itu ada satu sendiri lagi nanti *policy*-nya yang sudah ada di dalam PP-nya dan produksinya juga akan mendapatkan pemihakan," tutur Sri Mulyani.

Pemihakan bagi masyarakat berpenghasilan rendah juga hadir di sektor properti. Mereka mendapat insentif dalam bentuk subsidi uang bunga, subsidi selisih bunga, Fasilitas Likuiditas Pembiayaan Perumahan (FLPP), dan Bantuan Pembiayaan Perumahan Berbasis Tabungan (BP2BT). Hal tersebut dijelaskan Menteri Pekerjaan Umum dan Perumahan Rakyat Basuki Hadimuljono dalam Konferensi Pers Pemberian Insentif Kendaraan Bermotor dan Perumahan pada Senin (1/3).

"Kebijakan (insentif pembelian properti) ini melengkapi empat kebijakan yang sudah ada, yang sedang kita laksanakan di sektor perumahan. Satu adalah FLPP yang pada tahun 2021 ini sebesar Rp16,6 triliun untuk 157.500 unit rumah. Kemudian, subsidi selisih bunga sebesar Rp5,96 triliun. Kemudian, subsidi bantuan uang muka sebesar Rp630 miliar untuk 157.000 rumah, dan alokasi untuk BP2BT pada tahun 2018 ini," terang Basuki.

Pemulihan ekonomi disiapkan secara komprehensif dan terpadu. Diharapkan, pemberian insentif pajak bagi kendaraan bermotor dan properti ini berhasil menstimulasi konsumsi dan mengungkit pertumbuhan ekonomi.

Angin Segar Industri Otomotif dan Properti di Tengah Pandemi

Pemerintah memberikan diskon pajak pada masa pandemi berupa insentif PPnBM Kendaraan Bermotor dan insentif PPN Sektor Perumahan. Pemberian insentif ini dimaksudkan untuk menjaga momentum pemulihan ekonomi dengan mendorong konsumsi masyarakat serta memulihkan dunia usaha.

Mengapa insentif PPnBM Kendaraan Bermotor dan insentif PPN Sektor Perumahan diberikan?

- Industri otomotif adalah industri padat karya.
- Industri otomotif memiliki 1,5 juta orang pekerja langsung dan 4,5 tenaga kerja tidak langsung.
- Terdapat ±7.451 pabrik otomotif yang menghasilkan produk input sehingga perlu dipertahankan sebagai basis industri otomotif nasional.
- Sektor properti sangat menyerap tenaga kerja dalam jumlah yang besar.
- Sektor perumahan memberikan sumbangan terhadap PDB sekitar 13,6%.

Insentif sektor properti PPN Ditanggung Pemerintah (DTP) untuk penjualan rumah tapak atau unit hunian rumah susun selama enam bulan, terhitung mulai Maret 2021.

PPN DTP 100%
NILAI JUAL SAMPAI DENGAN RP2 MILIAR

PPN DTP 50%
NILAI JUAL DI ATAS RP2 MILIAR SAMPAI DENGAN RP5 MILIAR.

Insentif Kendaraan Bermotor (PPnBM Ditanggung Pemerintah)

Untuk kendaraan bermotor segmen sd. 1.500cc kategori sedan dan 4x2 yang memiliki local purchase ≥70%

Periode I Maret-Mei 2021	Periode II Juni-Agustus 2021	Periode III September-Desember 2021
DISKON 100%	DISKON 50%	DISKON 25%

Hadir Sepenuhnya Menerima Kondisi Jiwa

Teks Dimach Putra **Foto** Dok. Pribadi

Sehat. Sebuah kata yang mudah terlontar dari mulut saat seseorang menanyakan kabar kita. Secara fisik, mungkin memang demikian adanya keadaan kita. Namun, bagaimana dengan kondisi mental kita? Sayangnya, beberapa orang masih abai atau bahkan menganggap topik kesehatan mental ini tabu untuk dibicarakan.

Adalah Asta Dewanti, satu dari segelintir orang yang ingin mengubah stereotip tersebut. Sejak 11 Januari 2019 ia membuka sebuah ruang diskusi yang diberi nama "AdaDiKamu". Topik yang dibahas berkutat di sekitar tema psikologi, kesehatan mental dan kegiatan berkesadaran. Simak petikan wawancara berikut untuk mengenal lebih dekat "AdaDiKamu".

Mengapa Anda tertarik untuk menekuni bidang kesehatan mental?

Pertama, saya melihat banyak orang di sekitar saya yang butuh pendampingan untuk mengenal kondisi diri mereka sebenarnya. Beberapa bahkan telah melakukan *self-diagnose* dengan langkah yang kurang sehat. Padahal, hal seperti ini tidak perlu terjadi jika dilakukan pendampingan dalam mendapat pemahaman yang tepat,

Alasan kedua karena latar belakang pendidikan saya adalah psikologi. Saya merasa punya tanggung jawab untuk membagikan ilmu yang saya punya kepada orang lain. Ketiga, degan mempromosikan kesehatan mental, saya terus belajar dan bertumbuh. Dengan terus mengajar, sebenarnya saya terus belajar. Saya tidak mungkin membagikan pengetahuan yang belum saya kuasai dan lakukan.

Seperti apa kegiatan rutin yang biasa dilakukan di ruang diskusi "AdaDiKamu"?

Kami biasa mengawali dengan penentuan topik-topik yang ingin diangkat dalam sesi diskusi yang akan diselenggarakan. Beberapa topik yang pernah kami angkat diantaranya tentang trilogi diskusi pra-nikah, mengatasi kecemasan, menghadapi rasa takut, bahaya di balik amarah dan sebagainya. Setelah menyiapkan topik dan pemateri yang tepat, kami mengundang teman-teman melalui sosial media untuk bergabung ke acara kami. Sebenarnya, ruang diskusi yang kami adakan tidak benar-benar terbatas di dalam ruangan. Kadang-kadang, pertemuan juga diselenggarakan secara *outdoor*.

Setiap kegiatan tersebut pun tak hanya *full* diskusi saja. Kami juga menghadirkan pakar yang bisa membagikan ilmu tentang teknik tertentu yang sesuai untuk mengatasi tiap topik. Beberapa di antaranya adalah meditasi, *jin shin jyutsu*, akupresur, jurnaling dan masih banyak lagi. Satu hal yang pasti, tiap sesi kami awali dengan "pasang jangkar". Proses aktivasi seluruh indera ini bertujuan mengembalikan kesadaran kita untuk hadir utuh dan saat ini dalam proses mengenali diri.

Asta Dewanti
Inisiator AdaDiKamu

Bagaimana pandemi mempengaruhi aktivitas "AdaDiKamu"? Kami lihat saat ini lebih aktif di media sosial instagram?

Hal tersebut harus kami lakukan untuk beradaptasi dengan situasi pandemi. Kegiatan "AdaDiKamu" yang sebelumnya dilakukan dengan diskusi tatap muka langsung, beralih ke platform *online*. Untuk Instagram, dari awal "AdaDiKamu" diinisiasi, niatnya untuk membagikan informasi kegiatan dan *basic knowledge* tentang kesehatan mental. Pembahasan lebih dalam tentang topik yang diangkat tetap dilakukan via ruang diskusi kami.

Selama menyelenggarakan ruang diskusi secara daring, memang ada yang berbeda. Beberapa *treatment*, relaksasi, dan *mindful activities* di kelas *offline* menjadi hilang. Interaksi dengan peserta juga berbeda. Tetapi dengan kelas daring, kami bisa menemui peserta kelas yang ada di luar kota bahkan luar negeri. Demikian juga Instagram Live kami.

Menurut Anda, bagaimana akses masyarakat ke pelayanan kesehatan mental, terlebih dengan masih adanya stigma negatif di Indonesia?

Sekarang sudah banyak yang menyuarakan pentingnya merawat kesehatan mental serta mendukung individu yang membutuhkan bantuan profesional untuk melakukan terapi. Banyak juga yang sudah membuka layanan konseling dan *support group*. Layanan Sejiwa di 119 juga ada dan bisa dimanfaatkan.

Kita perlu menyadari kalau kita *nggak* punya kuasa atas pandangan orang lain. Yang paling penting, kita sudah mengedukasi diri sendiri tentang stigma ini. Dan, kita yang sudah sadar ini seharusnya memberi dukungan kepada mereka yang sedang membutuhkan bantuan psikologis dengan cara yang tepat.

Bagaimana tips Anda agar masyarakat tetap bisa menjaga kesehatan mental, terutama di tengah situasi pandemi?

Penyesuaian diri menjadi hal penting yang perlu kita latih di masa-masa penuh tantangan ini. Kemampuan ini berhubungan dengan cara kita berinteraksi secara seimbang dengan kondisi diri kita sendiri, orang lain, serta lingkungan kita berada. Jika proses itu terhambat, kita bisa menunjukkan perilaku tidak terarah, emosional, tidak realistis, agresif dan ekspresi tidak sehat lainnya.

Be mindful, hadir utuh penuh di sini kini. Gunakan masa yang penuh tantangan ini untuk mengenal diri dengan lebih baik, membangun kebiasaan sehat, dan mengelola emosi dengan cara yang bermakna. Kembalikan semua pertanyaan dan keraguan ke diri kita sendiri. Jauh-jauh kita berusaha mendapatkan jawaban, berlarut-larut mencari jalan keluar. Kadang kita yang lupa, segala hal yang kita butuhkan sudah ada di dalam diri kita.

Siapkan Diri Menuju *Financial Freeedom*

Teks Value **Foto** Istock

Keuangan adalah hal yang sangat penting dalam kehidupan. Bahkan, ada anggapan bahwa memiliki uang bisa membuat kehidupan lebih baik. Tak bisa dipungkiri, seluruh aspek kehidupan memerlukan uang agar kebutuhan bisa terpenuhi. Berbagai cara dilakukan agar kita dapat mapan secara finansial dan memenuhi kebutuhan utama pribadi dan keluarga. Oleh sebab itu, setiap individu berharap dapat mencapai *financial freedom* atau kebebasan finansial.

Financial freedom bersifat objektif bagi tiap individu. *Financial freedom* bukan berarti ketika seseorang memiliki lamborghini yang terparkir di garasi mobil, rumah mewah dengan lift, atau dapat liburan ke luar negeri setiap tahun. Namun, secara umum *financial freedom* berarti kamu telah melunasi pinjaman, memiliki tabungan, investasi, dan uang tunai di tangan yang bisa digunakan kapan pun untuk memenuhi kebutuhan pribadi dan keluarga. Bagaimana caranya untuk memenuhi semua kriteria tersebut?

Menurut data BPS, inflasi tahun 2020 berada di angka 1,68 persen atau lebih rendah dibandingkan tahun 2019. Inflasi acap kali tidak bisa diprediksi tiap tahunnya. Bisa naik atau turun.

Oleh karena itu, *financial freedom* tercapai jika kamu telah memiliki keuangan yang stabil (tabungan, uang *cash*, dana cadangan, investasi). Dengan keuangan yang stabil, kamu akan lebih santai menghadapi lonjakan inflasi. Sebaliknya, jika kamu tidak memiliki keuangan yang stabil bisa dipastikan keuanganmu akan 'goyang'.

Berbicara soal investasi, perlu kamu ketahui bahwa tren perkembangan dunia investasi saat ini sangat menggembirakan. Ini tak lepas dari edukasi berbagai pihak soal literasi keuangan. Manfaatkan berbagai kanal informasi untuk *update* perkembangan sehingga kamu memiliki gambaran tentang jenis-jenis investasi yang berguna untuk menambah aset di masa sulit seperti ini. Jangan ragu-ragu untuk menyisihkan uang untuk investasi. Pilihlah investasi yang sesuai tujuan serta profil risiko agar kamu bisa mendapatkan keuntungan maksimal.

Menurut pakar ekonomi, jangan terpaku pada satu jenis investasi. Lakukan diversifikasi investasi untuk menghindari kerugian dan memperbesar keuntungan. Keuntungan melakukan diversifikasi investasi salah satunya adalah kamu bisa mengalokasikan dana sesuai tujuan yang ingin dicapai.

Ada banyak jenis investasi yang bisa kamu pilih, sebagai contoh adalah investasi di *P2P lending*. Di platform *financial technology*, dengan bermodalkan seratus ribu saja kamu sudah bisa berinvestasi. Sementara itu, untuk investasi jangka panjang kamu dapat memilih saham.

Selain itu, untuk mencapai *financial freedom* kamu juga perlu bijaksana dalam hal konsumsi. Liburan bersama teman, nongkrong di kafe, memiliki *smartphone* keluaran terbaru adalah kebutuhan-kebutuhan tersier. Kamu perlu waspada jika kamu terlalu sering mengeluarkan uang untuk kebutuhan tersier apalagi jika kamu melakukannya pada saat keuanganmu tidak mencukupi. Ini artinya kamu berada dalam masalah.

Memiliki keuangan yang stabil bukan berarti kamu dapat bebas membeli berbagai hal. Tidak. Kamu tetap perlu menyaring mana yang benar-benar dibutuhkan dan yang mana hanya sekedar keinginan. Selain itu, kamu juga perlu mengontrol diri untuk menjaga penggunaan kartu kreditmu. Cobalah jujur, apakah kamu merasa memiliki kartu kredit justru membuatmu lebih konsumtif? Perlu kamu ketahui bahwa ketika kamu bisa menjaga tagihan kartu kredit tetap rendah atau tidak pernah over kredit setiap bulannya, selamat! Ini artinya kamu sudah menyelamatkan dirimu dari godaan untuk hidup berlebihan.

Poin terakhir, *financial freedom* dapat diraih dengan memiliki dana darurat. *Life is unpredictable.* Sama halnya saat ini, pandemi COVID-19 benar-benar menghantam setiap sendi kehidupan kita, kesehatan dan keuangan. Dua hal *essential* yang paling dirasakan dampaknya.

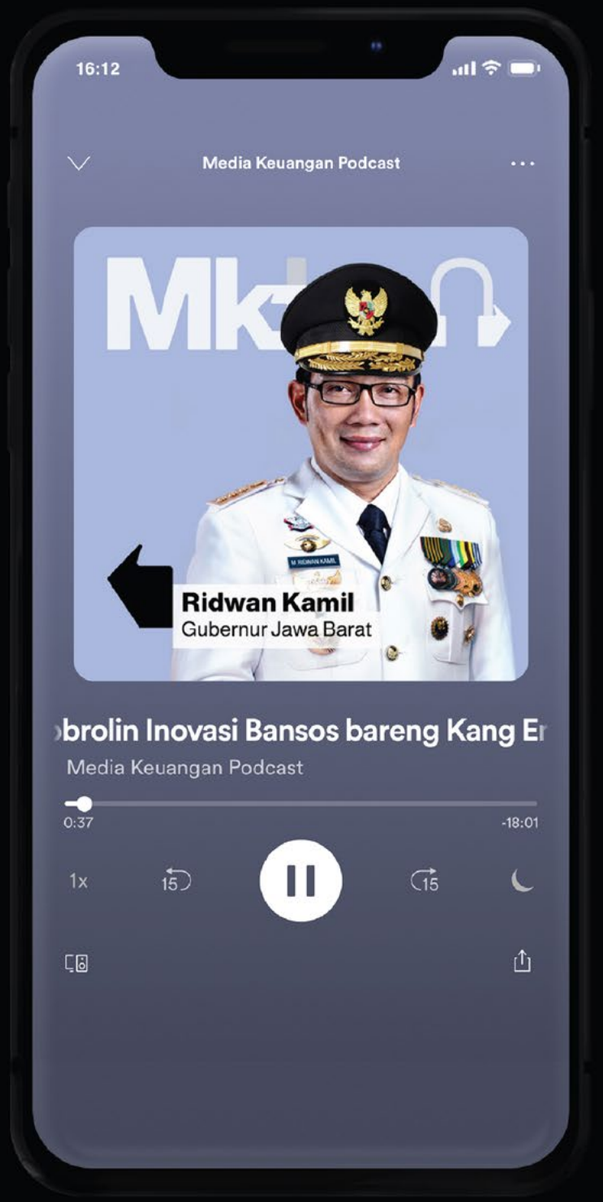
Untuk menghadapi keadaan yang serba tidak pasti, kamu harus memiliki dana darurat. Menyisihkan uang untuk pos dana darurat bisa mengurangi tekanan finansial yang sering dialami ketika menghadapi pengeluaran yang tidak terduga dan tidak diinginkan.

Lalu, untuk bisa mencapai *financial freedom* apakah hanya perlu memiliki beberapa kriteria di atas atau harus semuanya? Jawabannya adalah kamu harus memiliki semua kriteria itu!

Jika kamu belum memiliki kriteria-kriteria untuk mencapai *financial freedom*, tak pernah ada kata terlambat untuk memulai. Lakukan perencanaan keuangan untuk mengalokasikan pendapatan ke beberapa pos dana. Carilah cara untuk melunasi utang. Pilihlah jenis investasi yang tepat dan atur waktu produktifmu lebih baik lagi.

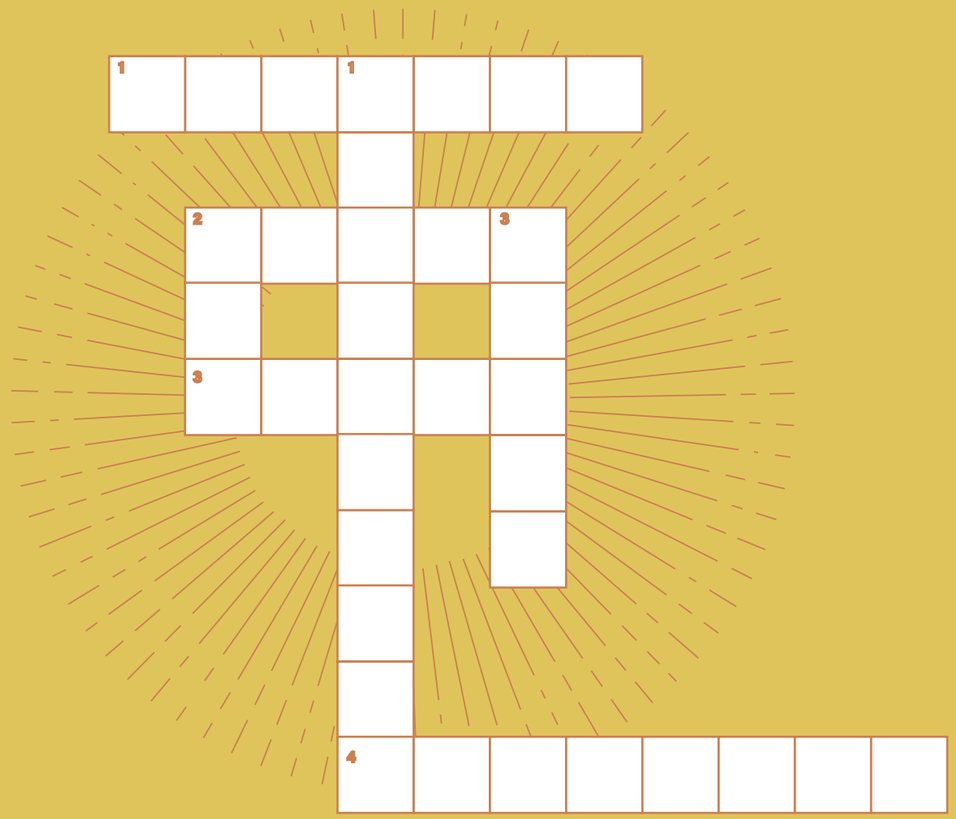
Tetap semangat untuk kamu yang sedang berusaha memulai dan yang sedang melanjutkan 'perjalanan' untuk mencapai *financial freedom*!

Mk+ PODCAST



Dengarkan Podcast Media Keuangan di Spotify

tekateki.



Mendatar:

1. Bulan kelahiran Menkeu Sri Mulyani Indrawati
2. Badan Pengelola Dana Lingkungan Hidup
3. Produk pembiayaan syariah untuk proyek-proyek hijau
4. Gabungan Industri Kendaraan Bermotor Indonesia

Menurun:

1. Salah satu daerah penghasil kopi di Sumatera Utara
2. Badan Pusat Statistik
3. Biro di Sekretariat Jenderal yang memiliki fungsi perumusan peraturan perundang-undangan

Kirim jawaban Anda melalui *story post* instagram dengan *tag* IG @majalahmediakeuangan atau melalui email mediakeuangan@kemenkeu.go.id, sertakan nama dan nomor telepon yang dapat dihubungi

Hari Warna Internasional

21 Maret 2021

Foto Istock