



Bijak Mengelola Keuangan di Masa Pensiun

Sudah Siapkah Anda Memasuki Masa Pensiun?

Masa Pensiun:

- Masa setelah berhentinya seseorang dari bekerja untuk suatu institusi, baik instansi pemerintah maupun swasta.

Penyebab seseorang pensiun:

- Permintaan sendiri (pensiun dini)
- Tawaran perusahaan
- Faktor usia
 1. Biasanya di antara usia 55-60 tahun.
 2. Normalnya usia 60 tahun.
 3. Masa pensiun dosen 65 tahun masa pensiun guru besar atau profesor 70 tahun.

Hasil survei (Paidi, 2013) menunjukkan bahwa 9 dari 10 karyawan di Indonesia tidak siap untuk menghadapi masa pensiun:

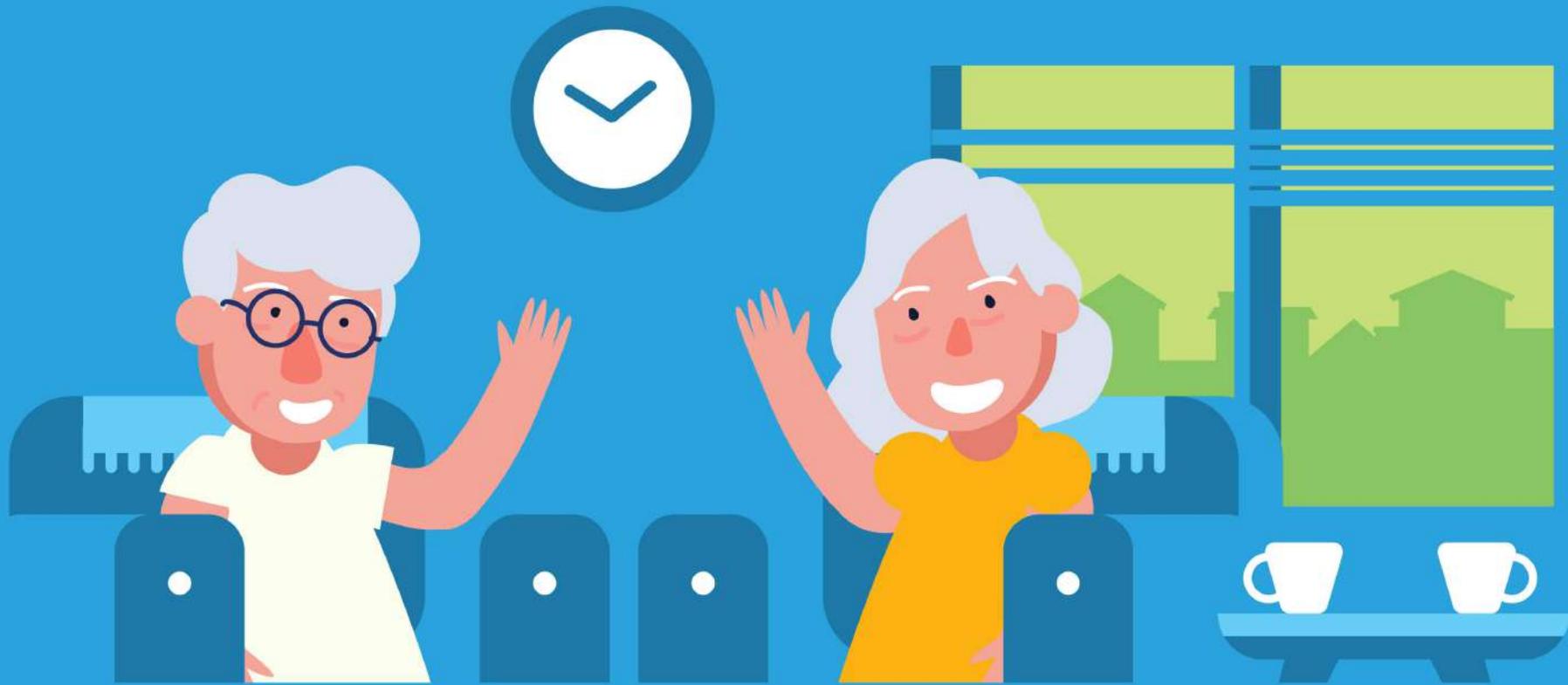
- Tidak dipersiapkan secara matang, lahir batin maupun finansial.
 - Baru mulai dipikirkan di usia 50-an, menjelang pensiun.
-

Sikap positif terhadap masa pensiun:

- Dikaruniai umur panjang.
- Beban keuangan keluarga sudah berkurang.
- Anak-anak sudah lebih mampu mandiri.
- Banyak waktu untuk kegiatan sosial dan ibadah, atau kegiatan bersenang-senang.
- Bisa tetap produktif dan kreatif dengan cara yang berbeda.

Sikap negatif terhadap masa pensiun:

- Berkurangnya penghasilan.
- Kehilangan wewenang kerja dan pertemanan.
- Memasuki masa kurang produktif, tidak tahu harus berbuat apa.



Sudah siapkah Anda memasuki Masa Pensiun?

Sikap terhadap masa pensiun bisa positif atau negatif

permintaan sendiri | pensiun karena tawaran perusahaan | faktor usia

Hidup Bahagia di Masa Pensiun

1. Tetap aktif dan produktif secara fisik:

- Konsumsi makanan sehat dan vitamin penunjang.
- Olahraga ringan setiap hari (jalan kaki, senam pagi).
- Kegiatan rutin yang menyenangkan (merawat kebun, memasak, memelihara hewan kesayangan, merajut atau menjahit).
- Tidur dan istirahat secukupnya.
- Periksa kesehatan secara teratur

2. Tetap terhubung dan aktif secara sosial:

- Menyediakan waktu lebih banyak untuk pasangan, anak, dan cucu.
 - Tetap menjalin hubungan dengan rekan kerja di kantor atau teman sejak masa muda, juga sanak saudara (melalui telepon, tatap muka, atau pertemuan di dunia maya).
 - Terlibat dalam kegiatan di lingkungan RT/RW atau kelurahan (kerja bakti, rapat lingkungan, senam sehat jantung, penyuluh kesehatan, menjadi penyelia kegiatan anak muda).
 - Menjadi relawan rumah yatim piatu atau rumah wredha/jompo.
-



Tetap aktif dan produktif secara fisik

Tetap terhubung dan aktif secara sosial

Hidup Bahagia di Masa Pensiun

3. Tetap aktif secara mental:

- Belajar keterampilan baru (menjahit, bahasa asing, mengikuti seminar atau pelatihan sesuai minat).
 - Membaca buku yang pernah dibeli selama ini atau mengunjungi perpustakaan.
 - Mengerjakan hobi yang selama ini tertunda untuk dikerjakan (memancing ikan, bermain catur).
 - Menjadi pelatih, pengajar, atau pembicara di dalam pertemuan di kantor kelurahan atau di tempat publik lainnya untuk berbagi pengalaman atau keterampilan.
 - Menulis buah pikiran melalui buku atau artikel di media cetak atau media sosial.
-

4. Tetap aktif secara spiritual:

- Senantiasa bersyukur dalam hal kesehatan, penghasilan, dan keutuhan keluarga.
- Bersikap ikhlas dan berpikiran positif untuk segala hal yang masih dapat dinikmati sampai saat ini.
- Aktif dalam ibadah pribadi maupun kegiatan keagamaan berkelompok.



Tetap aktif
secara mental



Tetap aktif
secara spiritual

Hidup Bahagia di Masa Pensiun

Mempersiapkan Diri di Masa Pensiun

1. Buatlah perencanaan anggaran keuangan tahunan, bulanan, maupun harian.

- Perhitungkan kebutuhan bulanan (untuk pembelian sembako, transportasi, listrik, air, biaya pengobatan, dan lain-lain).
- Perhitungkan juga pengeluaran satu tahun sekali (misalnya: biaya pajak kendaraan, pajak tanah dan bangunan, pajak pribadi).

2. Catatlah realisasi pengeluaran harian.

- Dilakukan untuk mengevaluasi pengelolaan anggaran.
- Pemantauan perlu dilakukan dalam pencatatan harian agar tindakan perbaikan atau antisipasi dapat dikerjakan secepatnya.

3. Biasakanlah Pola Hidup Hemat dan Sederhana

- Di masa tua, kondisi keuangan berpotensi tidak stabil seperti di masa muda, biaya hidup perlu dipertimbangkan kembali.
- Rawat barang-barang dengan cermat agar bisa digunakan untuk jangka waktu panjang.
- Kegiatan berlibur atau hobi yang memakan biaya besar dikerjakan bilamana ada dana hasil usaha.

4. Tetaplah membiasakan kegiatan menabung

- Hasil tabungan sejak masa muda akan menjadi andalan untuk memenuhi kebutuhan hidup di masa pensiun.
 - Makin banyak yang Anda tabungkan, makin tenteram hidup Anda di masa tua.
 - Menabung di masa tua, akan menambah kepastian bahwa kebutuhan hidup tetap tercukupi.
-



Perencanaan anggaran
keuangan tahunan,
bulanan, maupun harian

Catat pengeluaran
harian

Biasakanlah pola hidup
hemat dan sederhana

Tetaplah membiasakan
kegiatan menabung

Mempersiapkan Diri di Masa Pensiun

5. Kelola uang pensiun untuk mendapatkan penghasilan di masa tua:

- Dengan berdagang atau berjualan produk.
 - Membuka usaha baru atau memodali usaha baru.
 - Berbagai alternatif: warung kelontong, pulsa telepon, jual kue kering atau makanan rumahan, katering, usaha tanaman hidroponik, pencucian kendaraan, pencucian pakaian, industri makanan ringan, penyewaan pakaian, usaha tata rias, dan sebagainya.
 - Pastikan Anda benar-benar berkomitmen penuh untuk menjalaninya, dan membuka diri untuk belajar tentang perkembangan kewirausahaan masa kini.
-

6. Hindari kegiatan berhutang, apalagi kepada rentenir atau lembaga yang membungakan uang

- Utang akan mengurangi penghasilan.
- Jika sampai terpaksa berutang, untuk modal usaha, pilihlah berutang di bank.
- Jangan berutang demi mendapatkan barang-barang konsumtif (misalnya: kendaraan, tas, pakaian).
- Hindari berutang dari lembaga atau perorangan yang menawarkan banyak kemudahan berutang tetapi dengan bunga yang tinggi.



Kelola uang pensiun untuk mendapatkan penghasilan di masa tua & hindari hutang

Mempersiapkan Diri di Masa Pensiun

7. Mengelola Aset yang dimiliki

Kenali aset fisik yang dimiliki atau yang dapat dimiliki oleh keluarga. Aset fisik adalah aset berupa barang-barang yang kelihatan jelas/nyata bentuk fisiknya:

1. Pertama, hewan ternak (kambing, sapi, kerbau, ayam, bebek)
2. Kedua, properti (tanah, rumah, ruko, kios, kebun, sawah, apartemen)
3. Ketiga, kendaraan
4. Keempat, logam mulia (emas/platina) atau perhiasan

8. Berinvestasi risiko rendah dengan deposito

- Produk simpanan yang ditawarkan Bank, dengan minimal jumlah tertentu dan jangka waktu tertentu.
- Nilai keuntungan relatif lebih kecil dibandingkan keuntungan dari saham atau reksadana, dan masih dipotong pajak.
- Relatif aman, karena dijamin oleh Lembaga Penjamin Simpanan (LPS).

Catatan:

Aset perlu dikelola, supaya mendatangkan keuntungan. Jika tidak, malah akan menjadi beban tambahan

- Bangunan rumah sebaiknya dimanfaatkan menjadi tempat usaha, atau disewakan.
- Tanah kosong sebaiknya ditanami, dijadikan kebun atau sawah.
- Kendaraan sebaiknya disewakan atau diperjualbelikan
- Jika tidak, ada beban tambahan (pajak bumi dan bangunan, pajak kendaraan, dan biaya pemeliharaan rutin).



ASET

INVESTASI

Kelola aset & berinvestasi risiko rendah dengan deposito

Mempersiapkan Diri di Masa Pensiun

Ada cukup banyak lansia Indonesia yang masih mampu berperan dari segi profesional dan vokasional untuk mencapai derajat kemandirian dan kualitas hidup yang prima. Lansia mapan dan produktif memiliki banyak kelebihan, baik dari sisi kemampuan maupun kesempatan yang dapat dikembangkan untuk meningkatkan kualitas diri dan hidupnya.

- Bila Lansia sebagai seorang dokter, ia dapat melakukan promosi kesehatan bagi masyarakat miskin.
- Bila Lansia sebagai seorang ahli gizi, ia dapat melakukan konseling gizi dan pendampingan kepada para Lansia lain untuk berperilaku hidup sehat.

- Bila Lansia sebagai seorang pengacara, ia dapat memberikan penyuluhan tentang hak-hak hukum bagi masyarakat.
 - Bila Lansia sebagai seorang insinyur, ia yang membantu masyarakat untuk membangun jembatan atau jalan di desa atau bangunan lainnya.
-



Ahli Gizi



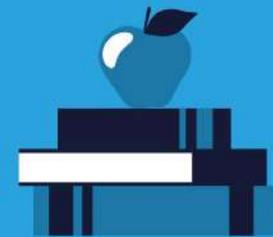
Pengacara



Insinyur



Dokter



Guru

Berbagai Alternatif Usaha Produktif

yang Masih Dapat Dikerjakan Lansia Mapan dan Profesional

Lansia (terutama perempuan) berpeluang untuk melakukan pengasuhan kepada anggota keluarga atau anak-cucu yang membutuhkan nasihat/teladan, dan memerlukan pendampingan dalam melakukan kegiatan pribadi sehari-hari.

Lansia yang sudah lama pensiun juga dapat mempunyai pekerjaan sampingan sebagai mentor bagi rekan-rekan yang masih aktif. Ia dapat memberikan kearifan, pengetahuan, dan pengalaman di bidang masing-masing.

Lansia menjadi relawan sosial untuk masalah pengentasan kemiskinan, sebagai kader kesehatan, pendamping di Pusat Pelayanan Keluarga Sejahtera (PPKS) dan sebagainya.

1. Usaha pertanian dan peternakan

- Tanaman hias: bunga-bunga, palem, atau bonsai
- Tanaman pangan: tomat, cabe, jagung, sayur-sayuran, buah-buahan, dan tanaman obat keluarga (toga)
- Tanaman hidroponik
- Peternakan: ayam, bebek, atau kambing
- Perikanan: ikan hias, ikan tambak, atau ikan kolam

2. Usaha industri kecil dan rumah tangga

- Kerajinan: batik, perak, emas, kulit, kayu, atau rotan
- Anyaman: bambu dan rotan
- Kue jajanan pasar dan minuman
- Mebel: kursi, meja, dan lemari
- Produk kreatif: kerajinan daur ulang, sampah non organik, pupuk cair
- Kesenian dan budaya, seperti: lukisan, tarian, grup musik

3. Usaha perdagangan dan jasa

- Warung makanan dan minuman atau katering
- Toko kelontong, sembako, atau bahan bakar
- Kios oleh-oleh makanan khas daerah
- Warung pos, pulsa telepon, internet
- Kios kerajinan tangan, souvenir, rangkaian bunga
- Pemandu wisata
- Rias pengantin dan penyewaan pakaian pengantin
- Pencucian kendaraan
- Pencucian pakaian (*laundry*)
- Pengobatan tradisional: jamu, pijat sehat
- Penitipan anak atau perawatan lansia rentan



usaha pertanian
dan peternakan



usaha industri kecil
dan rumah tangga



usaha perdagangan
dan jasa

Berbagai Peluang dalam Pengembangan

Industri dan Usaha Ekonomi Produktif
yang Dapat Dilakukan Lansia

Tim Penyusun

Pengarah _____

Deputi Bidang Keluarga Sejahtera
dan Pemberdayaan Keluarga
M. Yani

Penanggung Jawab _____

Direktur Pemberdayaan Ekonomi Keluarga
Eli Kusnaeli

Tim Penulis _____

Galuh Risyanti
Feny Nur Anggraeni
Purwitasari Septiya Negari
Andhyka Pratama

Editor _____

Henny Wirawan
Meliora Consulting and Learning Academy

Layout & Design _____

Josep Andrians
Meliora Consulting and Learning Academy



2020