

**Menyesal
karena Menunda**
GP. SINDHUNATA, SJ

UTUSAN

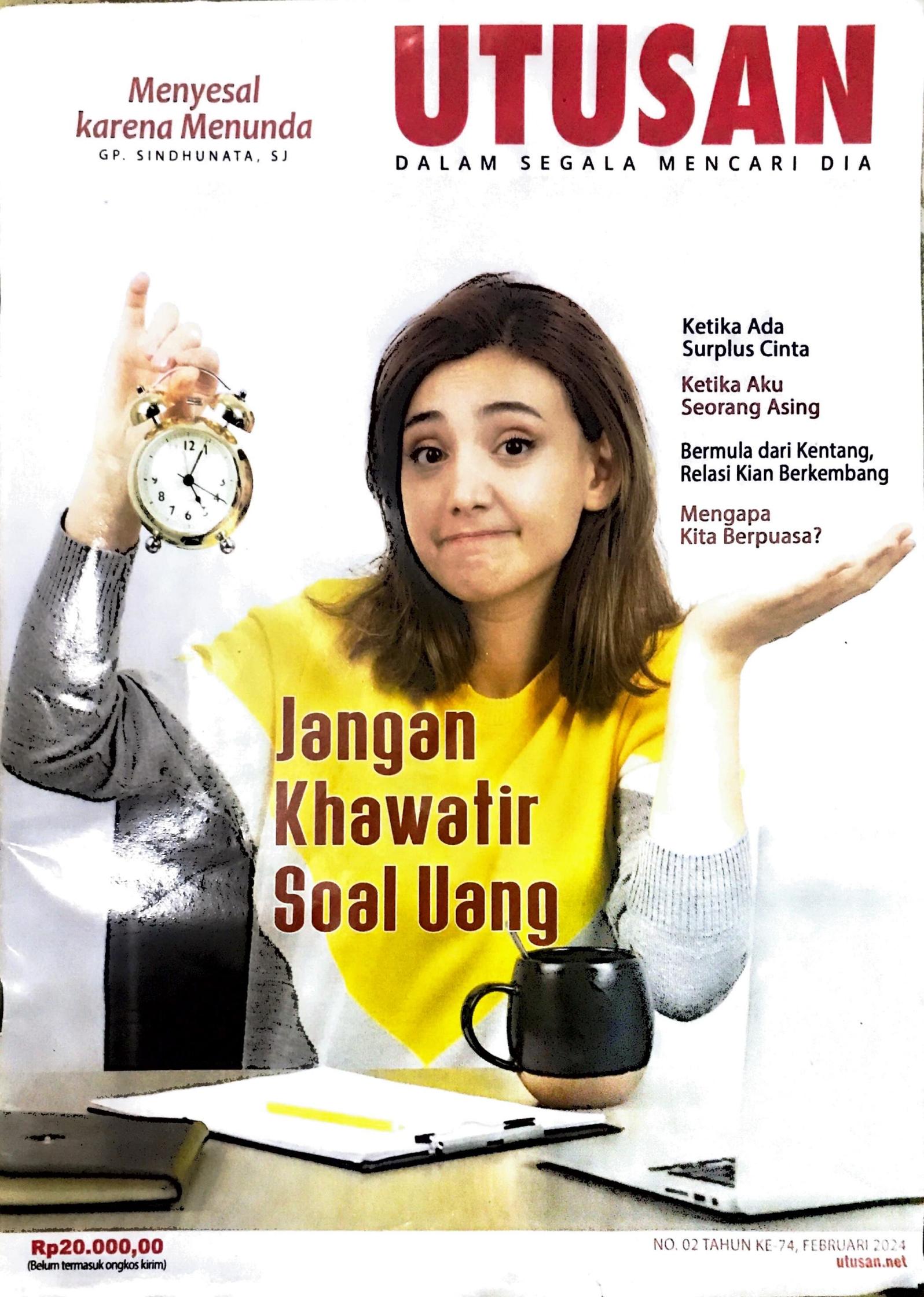
DALAM SEGALA MENCARI DIA

**Ketika Ada
Surplus Cinta**

**Ketika Aku
Seorang Asing**

**Bermula dari Kentang,
Relasi Kian Berkembang**

**Mengapa
Kita Berpuasa?**



**Jangan
Khawatir
Soal Uang**

Rp20.000,00
(Belum termasuk ongkos kirim)

NO. 02 TAHUN KE-74, FEBRUARI 2024
utusan.net

UTUSAN

Majalah Rohani Katolik

Izin: No. 1200/SK/DITJEN PPG/ST/1987 Tanggal 21 Desember 1987
Penerbit: Jaringan Doa Bapa Suci Sedunia Indonesia **Pemimpin Redaksi/Penanggung Jawab:** G.P. Sindhunata, SJ **Wakil Pemimpin Redaksi:** C. Bayu Risanto, SJ **Koordinator Umum:** Slamet Riyadi **Redaktur Pelaksana:** A. Willy Satya Putranta **Redaktur:** Bambang Shakuntala, Francisca Triharyani **Kontributor:** Yohanes Murvadi, Vonne Suryanto, P. Citra Triwamwoto **E-mail Redaksi:** utusanredaksi@yahoo.com **Kuangan:** Ani Ratna Sari **Iklan:** Slamet Riyadi **Administrasi/Distribusi/Sirkulasi:** Anang Pramuriyanto, Maria Dwi Jayanti **Alamat Redaksi/Administrasi/Distribusi:** Jl. Pringgokusuman 35, Yogyakarta, 55272 **Telp & Fax.:** (0274) 546811, **Mobile:** 085729548877, **E-mail Administrasi:** utusan.adisi@gmail.com **E-mail Iklan:** utusaniklan@gmail.com **Percepatan:** PT Kanisius Yogyakarta.

Padupan Kencana	2	Psikologi	22
Pembaca Budiman	3	Literasi Keuangan	24
Pelita	5	Menjadi Sehat	26
Bejana	7	Pustaka	27
Karya	8	Papan Tulis	28
Spiritualitas Kristiani	10	Cermin	29
Latihan Rohani	12	Katekese Doa	30
Jalan Hati	13	Pengalaman Doa	31
Liturgi	14	Udar Rasa	32
Kitab Suci	16	Taruna	34
Pewartaan	17	Senjong	36
Benih Sabda	18	HaNa	39
Sejarah Gereja	20	Pak Krumun	Cover 3

CARA BERLANGGANAN: Hubungi agen setempat atau langsung ke bagian Distribusi Majalah UTUSAN. Harga eceran: @ Rp20.000,00 langganan 12 bulan Rp240.000,00 (belum termasuk ongkos kirim), langganan 1 tahun dibayar di muka.

Redaksi menerima kiriman naskah 1-2 halaman A4 ketikan 1 spasi (file tipe rtf). Khusus naskah hasil reportase hendaknya disertai foto (3-5 foto). Naskah dan foto yang dimuat akan mendapatkan imbalan. Redaksi berhak menyunting naskah sejauh tidak mengubah substansi maupun isinya.

PEMBAYARAN MELALUI

1. Wesel Pos ke Distribusi Majalah UTUSAN Jl. Pringgokusuman 35 Yogyakarta 55272
 2. Transfer Bank BCA 126333300 a.n. Yayasan Basis
- Setiap transfer mohon diberi keterangan untuk Pembayaran Langganan Majalah UTUSAN, nomor dan nama pelanggan, serta copy bukti transfer dikirim ke Distribusi Majalah UTUSAN.

 Majalah Utusan
  @majalahutusan
  085729548877
  utusan.net
  s.id/majalahutusan
  Cover
  www.freeplik.com

PT. KUDA-KUDA TOTAL PRIMA

Lightweight Steel Pre-Engineered Building Fabricator

Jl. Pojok, Harjobinangun, Pakem, Sleman 55582

☎ (0274) 897 046 / 048 ✉ ktpgalva@gmail.com

🌐 www.galvasteel.co.id

📞 0811 107 5588





Buklet Persembahan Harian, Kerasulan Doa 2024

Sebagaimana kita tidak bisa menghitung jumlah embun, begitulah kita tidak bisa menghitung jumlah berkat dan rahmat Allah yang telah kita terima. Dan, sesingkat hidup embun, sesingkat itulah ingatan kita akan rahmat Allah yang telah kita terima.

Oleh sebab itulah, menebalkan rasa syukur kiranya adalah cara yang bisa ditempuh agar kita dapat menjalani pasangsurut hidup pada tahun 2024 dengan damai.

Buku ini terdiri dari doa-doa yang disusun Rm. G.P. Sindhunata, SJ dan Latihan Rohani disusun oleh Rm. L.A. Sardi, SJ dengan kombinasi halaman berwarna dan hitam putih dengan gambar-gambar apik inspiratif yang mengiringi renungan dan doa-doanya.

Buklet Persembahan Harian, Kerasulan Doa 2024 dicetak terbatas hanya sesuai pesanan.

Harga Rp20.000,00 (belum termasuk ongkos kirim).
 Pembayaran via BCA No. 126333300 a.n. Yayasan Basis.



Pemesanan Hubungi:
 Kantor Kerasulan Doa/Majalah UTUSAN
 Telp. (0274) 546811
 WA: 0812 2522 5423 (Anang)
 0813 2603 9835 (Yani)

Catat Keuangan Keluarga agar Tidak Kedodoran



Setiap pribadi ataupun keluarga menginginkan pemasukan lebih besar atau setidaknya sama dengan pengeluaran. Jangan sampai “*besar pasak daripada tiang*”. Namun, fakta yang sering saya temukan dalam kehidupan sekitar dan tidak jarang saya alami sendiri adalah pengeluaran yang lebih besar dari pemasukan.

Mengontrol pengeluaran itu tidak selalu mudah. Namun, karena faktor pribadi maupun lingkungan, hal yang sebenarnya merupakan keinginan sering kali kita pandang menjadi kebutuhan yang harus dipenuhi. Akibatnya, kita menjadi kurang bijaksana dalam mengonsumsi. Hal ini berimbas pada terjadinya pengeluaran yang berlebih.

Apakah Anda sering mengalami situasi tersebut? Jika ya, mencatat pengeluaran dan pemasukan secara rutin dapat membantu kita agar tidak terjerumus dalam pola konsumsi yang mengganggu kondisi keuangan kita.

Mencatat pengeluaran secara rutin berdasarkan pos-pos pengeluaran dan mem-

bandingkannya dengan rencana atau standar ideal akan menjadi bentuk monitoring pribadi terhadap perilaku konsumsi kita. Hal ini selanjutnya membangun intuisi kita untuk mengarahkan perilaku konsumsi kita pada situasi yang ideal.

Sementara itu, pencatatan pemasukan secara rutin akan memberikan informasi aktual berapa pendapatan yang benar-benar kita terima. Jika pemasukan masih lebih rendah daripada target, kita bisa segera mengupayakan tambahan pemasukan agar tidak mengganggu konsumsi yang sudah direncanakan.

Membuat dan Memaknai Laporan Keuangan

Membuat catatan terkait keuangan sering kali dianggap sebagai hal yang rumit oleh kebanyakan orang. Padahal, faktanya tidak selalu demikian. Kita bisa mengadopsi bentuk pencatatan keuangan sederhana dan sesuai kebutuhan kita. Ada beberapa langkah yang saya terapkan dalam mencatat pemasukan dan pengeluaran supaya mampu mencapai tujuan yang dijelaskan pada paragraf sebelumnya.

Langkah *pertama* adalah menentukan target pemasukan, target pengeluaran, dan standar ideal setiap pos pengeluaran.

Dalam menentukan **target pemasukan**, saya mempertimbangkan dua hal utama, yaitu pengeluaran yang dibutuhkan untuk memenuhi standar hidup layak dan potensi pendapatan yang dapat saya peroleh (baik dari penghasilan utama maupun penghasilan tambahan) (Tabel 1). Sebagai tambahan, bagi Anda yang sudah berkeluarga, standar hidup yang layak sebaiknya ditentukan bersama anggota keluarga.

Tabel 1. Target Pemasukan Bulan Desember 2023

Pos Pemasukan	Perkiraan Biaya yang dibutuhkan (dalam Rp.)
Gaji dan Tunjangan	5.470.000
Support Studi	2.500.000
Pendapatan lain-lain	1.000.000
Target Pemasukan Total	8.970.000



Tabel 3. Tabel Pemasukan Bulan Desember 2023*

Tanggal	Tanggal	Pemasukan (dalam Rp.)
1-Des-23	Gaji	5.250.000
4-Des-23	Support Studi	2.500.000
dst...	...	
Total Pemasukan Aktual Bulan Desember		7.750.000
Target Pemasukan Bulan Desember		8.970.000
% Pemasukan Aktual terhadap Rencana Pemasukan		86,40%

*1 Sampai tanggal 4 Desember 2023.

perlu mengupayakan adanya penghasilan tambahan.

Langkah *ketiga* adalah menyiapkan tabel pengeluaran yang dilengkapi kolom tanggal, kolom deskripsi pengeluaran, serta sejumlah kolom pos-pos pengeluaran (lihat Tabel 3). Sediakan dua baris dalam tabel untuk menjumlahkan setiap pos pengeluaran dari waktu

Langkah *keempat* adalah melakukan evaluasi dan refleksi terhadap capaian pemasukan dan pos-pos pengeluaran setiap bulannya. Apakah capaian sesuai dengan target dan standar ideal (baik untuk pemasukan maupun pengeluaran)? Jika tidak sesuai, apa penyebabnya? Setelah kita mengetahui akar masalahnya, kita cari solusi yang

Tabel 2. Target Pengeluaran Bulan Desember 2023

Pos Pengeluaran	Perkiraan Biaya yang diutuhkan (dalam Rp.)	Persentase Target terhadap Total Pengeluaran	Persentase Ideal
Tabungan, Dana Darurat, Asuransi	1.500.000	16,7%	15,0%
Rumah Tangga (belanja harian, transportasi, listrik, gas, dan lain-lain)	3.400.000	37,9%	40,0%
Pendidikan dan Anak	1.500.000	16,7%	10,0%
Cicilan Pinjaman	1.550.000	17,3%	20,0%
Kebutuhan Sosial	450.000	5,0%	5,0%
Hiburan	270.000	3,0%	5,0%
Investasi Masa Depan	300.000	3,3%	5,0%
Target Pengeluaran Total	8.970.000		

Selanjutnya, untuk **target pengeluaran**, saya tetapkan nilai totalnya sama dengan target pemasukan (Tabel 2). Sementara itu, untuk nilai dari target setiap pos pengeluaran, besarnya ditentukan berdasarkan **standar pengeluaran** ideal (meskipun tidak sama persis, setidaknya mendekati).

Terkait standar ideal, saya mengadopsi standar pengeluaran rumah tangga yang digunakan Otoritas Jasa Keuangan (OJK) dalam publikasi "SIKAPP" (lihat Tabel 2, kolom paling kanan). Kita bisa menggunakan standar lainnya, misalnya standar anggaran belanja keluarga yang digunakan dalam gerakan Credit Union Indonesia atau sumber lain yang terpercaya.

Untuk memfasilitasi simulasi, *template* tabel disertai formula otomatis dalam artikel ini dapat diunduh melalui: <https://bit.ly/flicatkas>.

Langkah *kedua* adalah menyiapkan tabel pemasukan yang dilengkapi kolom tanggal, deskripsi pemasukan, dan realisasi pemasukan (lihat Tabel 3). Setelah tabel dibuat, lengkapi isian tabel. Selanjutnya, setidaknya setiap akhir minggu, lakukan *review* apakah persentase pemasukan aktual sudah mencapai 100 persen. Jika persentasenya belum mencapai 100 persen, kita

ke waktu dan persentasenya terhadap target pengeluaran. Kemudian, lengkapi isian tabel. Upayakan dapat mengisi tabel pengeluaran setiap hari secara rutin.

Selanjutnya, setidaknya setiap akhir pekan, lakukan *review* apakah pos-pos pengeluaran aktual sesuai dengan target pengeluaran (sudah mendekati 100 persen). Jika ada capaian pos pengeluaran aktual yang belum sesuai rencana, kita perlu berupaya memperbaikinya (dengan mengurangi atau menambah pengeluaran).

mungkin kita lakukan untuk memperbaiki kondisi pemasukan dan pengeluaran kita pada bulan berikutnya. ●

Stephanus Eri Kusuma
Dosen Program Studi Ekonomi
Universitas Sanata Dharma
dan Anggota Credit Union Kridha Rahardja